

12+

Никита Андреевич

**Нормализация функции щитовидной
железы**

Никита Андреевич

Нормализация функции

щитовидной железы

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=59809503

SelfPub; 2020

Аннотация

Болезни щитовидной железы – одни из самых распространенных среди неинфекционных патологий. Однако в повседневной практике подобные заболевания нередко остаются незамеченными. В ряде случаев врачи используют малоинформационные диагностические методы, а лечение строится на устаревших алгоритмах.

Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА И ПРИЗНАКИ, ЧТО ОНА ФУНКЦИОНИРУЕТ НЕ НОРМАЛЬНО

Щитовидная железа – одна из самых главных желез эндокринной системы. Щитовидную железу медики называют «дирижером» эндокринной системы.

КАКИЕ ЕСТЬ ПРИЗНАКИ НЕ НОРМАЛЬНОЙ РАБОТЫ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ?

1. Усталость.

Усталость – это сниженный энергетический уровень, она может

быть при многих заболеваниях. Кроме того, она возникает

у женщин, когда они возлагают на себя много обязанностей. Но если

женщине требуется более 9 часов сна в сутки, или есть проблемы

со сном, надо бы провериться на гипертиреоз

2. Увеличение веса или потеря веса.

Если вы отмечаете неожиданные изменения в весе, и вы не можете их объяснить, то в этом может быть виновата щитовидная

железа. У вас могут быть симптомы гипотиреоза, если вы

прибавляете в весе, не смотря на низкое потребление калорий и усиленные тренировки. У вас может быть гипертиреоз, если вы теряете вес притом же режиме питания и физической активности.

3. Замедленный или учащенный пульс.

Гормоны щитовидной железы влияют на функционирование практически каждого органа, в том числе и сердца. Медленный сердечный ритм может указывать на недопроизводство гормонов щитовидной железы. А быстрый пульс, нерегулярное ЧСС или сердцебиение может означать перепроизводство. Как это проявлялось у меня, когда врач-эндокринолог сказала, что у меня все нормально со щитовидной железой?

4. Запор или более частый стул.

Гормоны щитовидной железы влияют на активность кишечника, регулируют пищеварение. При низком уровне гормонов могут быть запоры, вздутие живота. А при повышенном уровне гормонов часто отмечаются поносы, частый стул.

5. Психические и эмоциональные проблемы.

Гипотиреоз оказывает негативное действие на мозг и нервную

систему, приводит к нарушению памяти и депрессии. Гипотиреоз

раздражает

мозг,

вызывает

появление

нервозности,

раздражительности, беспокойства и бессонницы.

6. Гормоны щитовидной железы влияют на здоровье кожи и волос.

При нарушении баланса гормонов щитовидной железы страдают

волосы и кожа. Кожа становится тоньше, волосы истончаются

и становятся ломкими.

7. Повышенная чувствительность к низкой или высокой температуре.

При гипотиреозе отмечается замедление метаболизма, большая

чувствительность к холоду. Часто мерзнут ноги, и многие люди

с гипотиреозом спят по этой причине в теплых носках. А при гипертиреозе отмечается повышенный метаболизм и непереносимость тепла. Непереносимость холода или тепла – эти симптомы появляются задолго до изменения нормального содержания гормонов щитовидной железы. Имейте это в виду.

8. Заболевания мышц и суставов.

Недостаточность гормонов щитовидной железы может привести к боли в мышцах, а также появлению болезненности в распухших суставах.

9. Изменения менструаций.

Признаками гипотиреоза могут быть чрезмерные или длительные кровотечения при менструациях. А скудные и короткие менструации могут быть признаком тиреотоксикоза.

10. Отек или выступ на шее.

Отечность может быть сигналом неадекватного уровня гормонов щитовидной железы. А расширения, выступы на шее мо-

гут быть

признаком того, что щитовидная железа стала больше из-за гипертиреоза.

Познакомьтесь со всеми 10 симптомами, которые могут появиться при неадекватной работе щитовидной железы. При

появлении любого из них необходимо обратиться к эндокринологу, может быть, даже не к одному. При отсутствии этих симптомов, не думайте, что все нормально с вашей щитовидной железой.

Полезно для профилактики регулярно посещать эндокринолога, чтобы проверить, нет ли узлов в щитовидной железе. Наличие

узлов – это доказательство того, что щитовидная железа

не здорова, даже если анализы пока нормальные. Узлы нельзя

оставлять без лечения, их надо лечить, чтобы не дойти до операции

по ее удалению. Если врач обнаружит заболевание щитовидной

железы и скажет, что это аутоиммунное заболевание, и оно

не лечится, то знайте, что это не совсем так. Просто какие-то

факторы, а чаще всего это некоторые продукты питания, обуславливают появление аутоиммунные заболевания.

ГОРМОНЫ ЩЖ И ПРОБЛЕМЫ, КОТОРЫЕ МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ В ОРГАНИЗМЕ ЧЕЛОВЕКА

1. НИЗКИЙ Т3

Если у Вас слишком мало свободного Т3 относительно Т4, то

у вас гипотиреоз.

Таким образом, вы испытываете увеличение веса, усталость, суставную и мышечную боль, депрессию и склонность к холоду.

Причина этого заключается в том, что вы не выделяете достаточное

количество тепла и энергии АТФ в своих клетках!

2. ВЫСОКИЙ Т3

Слишком много Т3 относительно Т4 вызывает противоположное

состояние, гипертиреоз.

Это заставляет вас чувствовать себя нервным, беспокойным, а иногда и горячим или потным, а не холодным. Вам может быть

поставлен диагноз болезни Грейвса.

3. ВЫСОКИЙ RT3

Если у вас слишком много обратного Т3, то вы получаете те же

эффекты, что и при гипотиреозе (низкий Т3), как описано в ситуации

№1 выше.

Это связано с тем, что высокие уровни обратного Т3 блокируют

способность ваших клеток питаться вашим активным гормоном Т3.

Надо понять, что гормон rТ3 (обратный) не плохой.

Обратный Т3 не враг в организме (если он не очень высок). Этот

гормон делает вас энергичным, если вы не будете полностью

погружены в режим гиперактивности/ стресса.

А вы этого не хотите, потому что стресс является врагом любых

гормонов, включая кортизол и эстроген, оба из которых вызывают

увеличение жира на животе и чрезмерную усталость.

Фактически, весь этот механизм в наших телах защищает нас

от голода, как это было для наших предков во времена голода.

Таким образом, слишком высокий уровень rТ3 в организме – это

плохо, он создает доминирование обратного Т3 и плохо функционирующую щитовидную железу.

И здесь все становится действительно интересным.

Исследователи узнали, что **rT3**, а не кортизол, может быть настоящей причиной нашей неспособности похудеть, и причиной, по которой мы получаем или восстанавливаем вес так быстро после диеты.

Это стало неожиданностью для большинства врачей в медицинском сообществе, поскольку кортизол считался основным

гормоном «жира живота» на протяжении десятилетий.

Сейчас мы узнаем, что более вероятно, что высокий уровень **rT3**

управляет этим явлением.

И это является еще одной причиной для рассмотрения использования препаратов **T3** вместо **T4**.

Вы теперь знаете, что T4 не всегда метаболизируется до T3.

Когда вы «садитесь» на диету, особенно если вдруг и резко

уменьшите потребление пищи, вы создадите гору физиологического

стресса, что добавляет страшный эмоциональный стресс, вызванный

ограничением всего, что вы любите.

Этот физиологический стресс, или лучше называемый «метаболический» стресс, приводит к росту вашего **rT3**,

уменьшению

активности ЩЖ и замедлению метаболизма.

А это заставляет ваши уязвимые органы зарастать жиром.

Высокий $rT3$ также является одной из причин, по которым вы

быстро возвращаете вес после диеты.

На самом деле, исследователи в основном обнаружили, что

всякий раз, когда мы, люди теряем вес, наше тело волнуется

по этому поводу.

Наше тело восстает против нас и пытается восстановить любой

вес, потерянный во время внезапной диеты, которую считает

голодом.

Знаете ли вы, что доминирование $rT3$ может ухудшить вашу

способность строить и восстанавливать мышцы?

В результате вы будете иметь кости с дряблым жиром и очень

маленькими мышцами.

Поэтому Suzy Cohen считает, что надо измерять уровень $rT3$

и снижать его, если он высокий.

Как узнать, что ваш $rT3$ высокий?

Высокие уровни этого гормона свидетельствуют о том, что вы

имеете «не здоровую ЩЖ».

В этом случае у вас могут быть многие клинические симптомы, о которых много написано, в том числе усталость и проблемы

с весом.

Кроме того, у вас может быть расстройство психического здоровья, такое как генерализованное тревожное расстройство, бессонница, биполярная болезнь, сердечные заболевания или какая-либо

другая

проблема,

требующая

сильнодействующего

лекарственного средства.

Что делать, если r T3 является высоким?

Фактически вы можете снизить r T3 естественно!

Как снизить r T3?

Следующая информация может сделать разницу между тонким, здоровым, энергичным и холодным, усталым и измученным вашим

телом.

Есть несколько способов снизить уровень r T3.

1. Увеличьте селен в своем рационе с помощью бразильских

орехов, морепродуктов или добавок.

Если вы будете покупать добавки, имейте в виду, что селенометонин более естественен, чем селенит натрия.

2. Поддерживайте свою печень и считайте очищение печени или

добавки, такие как расторопша, глутатион или экстракт артишока.

Некоторые анальгетические препараты, которые проходят через

печень для их метаболизма, могут ослабить печень с течением

времени.

3.

Уменьшить

или

устранить

выпивку,

курение

и рафинированные продукты, которые повреждают печень

и порождают свободные радикалы.

Эти привычки также разрушают хрупкие липофильные клетки

вашей толстой кишки, легких, мозга, сердца, поджелудочной железы

и щитовидной железы.

4. Попросите вашего врача провести пробный запуск препарата

T3 или NDT, который является комбинированным препаратом T3

и T4.

Дело в том, чтобы уйти от препарата T4 и перейти к препарату, содержащему T3.

Препараты

T4

(левотироксин)

имеют

тенденцию

преимущественно разлагаться больше на r T3 вместо биоактивного T3.

5. Если вы используете комбо – препарат T4/T3, такой как NDT, и ваши уровни rT3 по – прежнему высоки, подумайте о переходе

на обычный T3.

В любом случае, возможно, настало время переключиться с естественной высушенной щитовидной железы NDT на простой

препарат T3 некоторое время по той же причине, что и выше.

Это решение, которое лучше всего определяется вашим врачом

и вашими лабораторными анализами, значениями T3 об-

щего, ТЗ

свободного и гТЗ.

6. Рассмотрите и начните использовать одну или две травы для

поддержки надпочечников.

Вот список этих трав:

Астрагал, Бета – ситостерол, Женьшень, Имбирь, Шизандра, Ашваганда, Элеутерокок, Куркума/куркумин

И еще витамины группы В (особенно пантезин)

ЖИЗНЬ ЧЕЛОВЕКА И ЕГО ЗДОРОВЬЕ | СВЯЗЬ МЕЖДУ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ И КИШЕЧНИКА

Почему при заболевании щитовидной железы лечить надо кишечник? Какая есть связь между микробами, живущими

в кишечнике и щитовидной железой? Если это вам интересно, то

читайте далее.

Известно, что есть много факторов, которые влияют на функцию

щитовидной железы, но научные исследования показали, что

здоровье кишечника может стать ключевым игроком.

И это уже не удивительно.

В последние годы мы узнаем все больше и больше о том,

что

микробы в нашем кишечнике, играют ведущую роль в нашем
здоровье.

Триллионы микробов, которые находятся в нашем кишечнике, оказывают глубокое влияние на выработку гормонов в организме, в том числе гормонов щитовидной железы.

Читайте дальше, чтобы узнать, как нарушенная микрофлора

кишечника может быть причиной проблем со щитовидной железой, а также узнать, как исцеление кишечника может улучшить функцию щитовидной железы.

Центральный принцип функциональной медицины решает

основную причину заболевания, а не только лечение симптомов.

В этой статье мы остановимся на роли микробов и способов, которыми они связаны с функцией щитовидной железы.

ВАЖНОСТЬ МИКРОБОВ И ИХ МЕТАБОЛИТОВ ДЛЯ ЭНДОКРИННОГО ЗДОРОВЬЯ

В последние годы показана роль микробиома в появлении многочисленных хронических заболеваний, в том числе ожирения, воспалительных заболеваний кишечника и других.

На самом деле не должно быть никакого удивления, что микробиом также оказывает глубокое воздействие на эндокринные органы, такие как щитовидная железа.

1. Впервые гипотеза о том, что нарушение кишечной флоры приводит к нарушению функции щитовидной железы, была выдвинута в начале 1900-х годов, задолго до того, как появился термин микробиом.

2. Сегодня микробное секвенирование образцов фекалий человека позволяет измерять композиционные различия микробиома.

3. Впервые исследование, выполненное в 2014 году, показало, что люди с гипертиреозом имели значительно более низкие количества бифидобактерий и лактобацилл и значительно более высокие уровни *Enterococcus* по сравнению со здоровыми людьми.

4. Ни одного подобного исследования до сих пор не было

сделано у пациентов с гипотиреозом.

Но, учитывая, что 90% случаев гипотиреоза имеют аутоиммунную природу, а также тот факт, что измененная микрофлора отмечается во многих других аутоиммунных заболеваниях, то вполне вероятно, что дисбактериоз играет

значительную роль.

ИСЦЕЛЕНИЕ КИШЕЧНИКА УЛУЧШАЕТ ФУНКЦИЮ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Ученые установили, что микробы могут распознавать множество

различных эндокринных молекул человека, в том числе адреналина, норадреналина, половые гормоны и гормоны щитовидной железы, и может даже изменить аспекты их метаболизма и вирулентности

в ответ на эти сигналы.

В другом исследовании было показано, что когда стерильных

крыс выращивали в стерильных условиях при отсутствии бактерий

кишечника в целом, то у них отмечались щитовидные железы

меньшего размера, чем у обычных крыс. Ученые считают, что это

указывает на важную роль этих микробов в здоровье щи-

ТОВИДНОЙ

железы.

1. БАКТЕРИИ КИШЕЧНИКА ВЛИЯЮТ НА ДОСТУПНОСТЬ ПИТАТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ

1) Эпителиальные клетки, которые образуют слизистую оболочку

кишечника, имеют ворсинки, которые увеличивают площадь

поверхности для транспортировки питательных веществ в организм.

2) Когда кишка воспалена, как это часто бывает при дисбактериозе, эти ворсинки могут уменьшиться в размере, что

приводит к нарушению абсорбции питательных веществ.

Этими питательными веществами могут быть йод, и селен, которые жизненно необходимы для здоровья щитовидной железы.

3) В то время как микрофлора обеспечивает множество преимуществ для человека, она также конкурирует с ним за питательные вещества.

Вывод.

Питательные вещества, которые имеют важное значение для

наших клеток, чтобы функционировать должным образом, также

являются важными питательными веществами для наших

микробов!

Таким образом, состав микробиоты может влиять на потребность

человека для различных питательных веществ.

Эти

выводы

находят

подтверждение

в

различных

экспериментах.

1) В 2009 году было проведено исследование на мышах, по результатам которого ученые предположили, что микрофлора

мышей конкурировала с хозяином за селен.

Недостаток селена в организме мышей отрицательно сказывался

на синтезе селенопротеинов, которые необходимы для нормальной

функции щитовидной железы.

2) В другом исследовании крыс кормили канамицином (антибиотик широкого спектра действия), и они имели значительно

более низкое поглощение йода щитовидной железой.

2. БАКТЕРИИ КИШЕЧНИКА И ЛИПОПОЛИСАХАРИДЫ (LPS)

1) Липополисахариды или LPS, являются компонентом клеточной стенки бактерий.

2) Когда проницаемость кишечника увеличивается (дырявый

кишечник) LPS проникает в кровяное русло.

Тиреотропный гормон (ТТГ) стимулирует щитовидную железу

производить Т4, неактивную форму гормона, которая должна быть

преобразована в Т3, активную форму.

В организме вырабатывается фермент, который несет ответственность за это преобразование.

Было показано, что LPS ингибирует этот фермент, уменьшает

количество активного Т3 в организме.

Вот и получается, что мало того, что вам нужен активный гормон

щитовидной железы.

В организме должны быть рецепторы гормонов щитовидной

железы в клетках по всему организму.

Даже те люди, которые имеют хорошие анализы гормонов ЩЖ, могут иметь симптомы заболевания ЩЖ, если в их организме

не вырабатывается достаточное количество рецепторов для приема

сигналов ЩЖ.

Было показано, что LPS в крови снижает экспрессию рецепторов

тиреоидных гормонов в печени. LPS также индуцирует экспрессию

белка, называемого «симпортер йодистого натрия» (NIS) в клетках

щитовидной железы и повышение потребления йода в щитовидной железе.

Йод необходим для здоровья щитовидной железы.

Но избыток йода, особенно с одновременным дефицитом селена, могут внести вклад в развитие Хашимото, аутоиммунной

формы гипотиреоза.

3. БАКТЕРИИ КИШЕЧНИКА ВЛИЯЮТ НА ПРЕВРАЩЕНИЕ T4 В T3

Вы, наверное, знаете, что гормон T4 должен быть преобразован

в организме в его активную форму T3.

Около 20% этого преобразования происходит в желудочно-кишечном тракте.

Желчные кислоты представляют еще одну интересную связь

между кишечными бактериями и функцией щитовидной железы.

Первичные желчные кислоты образуются в желчном пузыре

и секретируются в тонком кишечнике после потребления жиров.

Метаболизм первичных желчных кислот под действием кишечных бактерий приводит к образованию вторичных желчных

кислот.

Эти вторичные желчные кислоты повышают активность фермента, превращающего Т4 в Т3.

4. SIBO И ФУНКЦИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

1) Функция щитовидной железы также тесно связана с избыточным бактериальным ростом в тонкой кишке (SIBO).

У здоровых людей, большинство микробов сосредоточены

в толстой кишке.

При SIBO, бактерии заселяют тонкий кишечник и размножаются

там, вызывая вздутие живота, газ и вздутие, среди других неприятных симптомов.

2) Связь между SIBO и щитовидной железой является недооцененной.

В исследовании 2007 года было показано, что среди людей с аутоиммунным гипотиреозом 54% имели SIBO.

В настоящее время неизвестно является ли эта связь при-

чинно-следственной.

Так как гормоны щитовидной железы помогают стимулировать

моторику кишечника, также возможно, что низкая подвижность

и запоры обеспечивают такую среду в тонком кишечнике, которая

способствует избыточному бактериальному росту.

Это может быть одним из многих примеров двунаправленного

взаимодействия между хозяином и его микробов-резидентов.

Вывод:

Необходимо лечить кишки, чтобы улучшить функцию щитовидной железы.

Как можно использовать эту информацию?

КАК ЛЕЧИТЬ КИШЕЧНИК ПРИ БОЛЕЗНЯХ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

Вот четыре способа, которые могут помочь улучшить функции

щитовидной железы:

1. ЕСТЬ МНОГО СБРОЖЕННОГО ВОЛОКНА

Бактериальные метаболиты являются мощными эндокринными

модуляторами.

Когда человек потребляет сброженные волокна, такие как сладкий картофель или бананы (пребиотики), кишечные бактерии

ферментируют эти волокна и производят жирные кислоты с короткой цепью (КЦЖК).

Было показано, что КЦЖК ингибируют ферменты, активно

участвуют в эпигенетической регуляции.

Ингибирование этих ферментов повышает экспрессию рецепторов тиреоидных гормонов.

2. ПРИНИМАЙТЕ ПРОБИОТИКИ И ЕШЬТЕ ФЕРМЕНТИРОВАННЫЕ ПРОДУКТЫ

1) Есть несколько контролируемых исследований на людях, которым пытались изменить кишечную микрофлору, чтобы улучшить

состояние здоровья щитовидной железы.

2) Добавки молочнокислых бактерий в питание цыплят-бройлеров приводило к увеличению гормонов щитовидной железы

в плазме крови.

Молчнокислые

бактерии

обычно

встречаются

в ферментированных овощах, таких как квашеная капуста и кимчи, ферментированных молочных продуктов, таких

как йогурт и кефир.

3) Добавки *Lactobacillus Reuteri* улучшали функции щитовидной

железы у мышей.

3. ПРОЙДИТЕ ТЕСТ НА SIBO И НА КИШЕЧНЫЕ ПАТОГЕНЫ

Необходимо исключить кишечные заболевания, в том числе

SIBO, особенно если есть вздутие живота, дискомфорт в животе или

другие симптомы, характерные для инфекции или чрезмерно

быстрого роста бактерий в тонком кишечнике.

ЧТО ИЗВЕСТНО О ТИРЕОИДИТЕ ХАШИМОТО?

1. Тиреоидит Хашимото – это аутоиммунное заболевание. Это

означает, что иммунная система нападает на ткани щитовидной

железы и разрушает их.

2. Когда это разрушение продолжается достаточно долго, человек теряет способность производить гормон щитовидной

железы.

3. Хашимото – это прогрессирующее аутоиммунное состояние, которое приводит к разрушению щитовидной же-

лезы, гипотиреозу, а в некоторых случаях и к другим типам аутоиммунных состояний.

4. Хашимото, как правило, не обнаруживают, пока болезнь

не прогрессировала до поздних стадий, где есть уже значительные

повреждения щитовидной железы.

5. В среднем у людей с диагнозом Хашимото проходит 10 лет

между началом иммунной атаки на ЩЖ и временем, когда

поставлен диагноз.

Почему так происходит? Неужели люди не чувствуют, что больны, что плохо себя чувствуют?

Плохое самочувствие дает себя знать, люди обращаются к врачу.

В лучшем случае обычный врач назначит 1 или 2 анализа (ТТГ

и Т4). А они в начале заболевания нормальные.

Больной человек не получает лечения, ему говорят, что он здоров, а если он «не доволен», то и к психиатру могут послать.

6. Чем дольше в ЩЖ процветает иммунный ответ, тем больше

вероятность:

Повреждается ЩЖ, Развития гипотиреоза (недостаточ-

ности ЩЖ), Необходимости гормонозаместительной терапии.

7. Если бы диагноз Хашимото был установлен на более ранней

стадии, можно было бы предотвратить повреждение ЩЖ.

Наиболее полезными тестами для диагностики ЩЖ являются

определение антител ТПО

определение антител ТГ

ультразвуковое исследование ЩЖ.

Если врач не назначает эти исследования, то вы можете сделать

их сами.

8. Когда в организме человека появилось одно аутоиммунное

заболевание, может появиться и второе, и третье.

9. В настоящее время в медицине нет никаких рекомендаций

по лечению (или прекращению) нападок иммунной системы на ЩЖ.

10. Акцент делается на восстановление нормального уровня

гормонов ЩЖ.

11. В случае, если человек на ранней стадии заболевания, когда

функция ЩЖ еще не нарушена, сам сдаст анализ на ТПО

и он

окажется повышенным, то врач скажет, что надо наблюдать.

То есть врач не будет вам помогать бороться с аутоиммунным заболеванием.

Конечно, когда функция ЩЖ уже нарушена, то необходимо

принимать гормон щитовидной железы.

Но лучше не доводить себя до такого состояния.

И это вполне реально, если вы имеете информацию на эту тему.

Наша заскорузлая практическая медицина безжалостно отстает

от современных знаний, а больные аутоиммунными заболеваниями

не могут долго ждать, но они могут помочь себе сами.

Такие вот настали времена.

СТАДИИ РАЗВИТИЯ ХАШИМОТО

СТАДИЯ 1. ГЕНЕТИЧЕСКАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ

1. Для появления болезни Хашимото необходимо наличие генетической предрасположенности к этому заболеванию.

2. В этой стадии нет изменений в уровне гормонов, изменений

в ЩЖ на УЗИ и нет антител к ТПО и ТГ.

3. Эту стадию можно было бы назвать стадией 0.

4. Если у человека уже есть болезнь Хашимото, то стадия

1 есть

у его родственников и детей.

5. Стадия 1 – это лучшее время предпринять меры для профилактики этого заболевания.

СТАДИЯ 2. ИММУННАЯ ИНФИЛЬТРАЦИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

1. Хашимото характеризуется переизбытком лимфоцитов (белые

кровяные клетки) в щитовидной железе.

В небольших количествах, эти иммунные клетки играют важную

роль очистки, но когда их слишком много в органе, это уже

неприятность.

Считается, что первоначально, иммунные клетки проникают

в ткань ЩЖ с хорошими намерениями, чтобы очистить, мертвые

и больные клетки щитовидной железы, но в какой-то момент, они

начинают атаковать здоровые ткани щитовидной железы.

2. При ультразвуковом исследовании тканей ЩЖ врач может

видеть это скопление клеток.

3. В этой ранней стадии Хашимото, люди, как правило, имеют повышенные антитела щитовидной железы.
4. До 80—90% больных Хашимото могут иметь повышенные уровни антител к тиреоглобулину и антител к щитовидной пероксидазе.
5. У некоторых людей никогда на этой стадии нет повышения антител, хотя УЗИ и биопсия могут подтверждать аутоиммунный характер заболевания.
6. Эта стадия может продолжаться в течение нескольких десятилетий, и уровни гормонов ТТГ, Т4 свободного и Т3 свободного будут нормальными.
7. Но уже в этой стадии люди могут иметь симптомы заболевания:
Беспокойство, Усталость, Выкидыш или бесплодие
Перепады настроения, Лишний вес или потерю веса.
Это связано с тем, что организм упорно борется, чтобы поддерживать уровни гормона ЩЖ в норме.
8. Кроме того, уже на этой стадии, всегда есть нарушение функции кишечника (дырявый кишечник).
9. К сожалению, у большинства пациентов на этой стадии болезнь Хашимото не диагностируется нашей классиче-

ской

медициной.

10. В этой стадии только начинается хроническое воспаление.

11. Эта стадия является идеальным этапом для начала активных

действий для предотвращения прогрессирования повреждения ЩЖ.

12. Человек должен определить триггеры своего заболевания

и не дать ему развиваться.

Что надо делать?

1) Перейти на питание без глютена, без казеина и без сахара.

2) Контролировать уровень питательных веществ: Минералов магния, цинка, селена, йода

Витаминов – В12, В9, Д

3) Лечить дырявый кишечник:

Бульон из куриных костей, Пробиотики, Сахаромицеты буларди, Удаление паразитов и вредных бактерий, хронических инфекций, Борьба со стрессом

СТАДИЯ 3. СУБКЛИНИЧЕСКИЙ ГИПОТИРЕОЗ

Следующий этап Хашимото известен как субклинический гипотиреоз.

1. В этой стадии в анализах крови могут наблюдаться: 1) ТТГ может быть немного выше нормы,

2) а уровни Т3 свободного и Т4 свободного – нормальными, 3) Анализ на антитела могут быть выше, чем в стадии 2, так как

увеличение ТТГ может усилить воспаление щитовидной железы.

4) Однако у некоторых людей анализы на антитела по-прежнему могут быть отрицательными.

Вот что написала Изабелла Венц про эту стадию:

«В мире традиционной медицины, эта стадия является спорной с точки зрения лечения».

Врачи могут принять решение «ждать и наблюдать».

Изабелла Венц обращает внимание на эту стадию.

С ее точки зрения развитие этой стадии может идти тремя разными путями:

1) Если ничего не делать, то болезнь будет прогрессировать

до явного гипотиреоза.

2) Некоторые больные могут улучшить свое состояние без использования лекарств.

3) Но, учитывая, что повышенный ТТГ способствует воспалению

щитовидной железы, и если больной сам не будет изменять питание, искать триггер аутоиммунного процесса, то возможно назначение

врачом низкой дозы Л-тироксина.

Исследования показали, что добавление небольшой дозы препарата ЩЖ на данном этапе позволяет снизить ТТГ и уменьшить

антитела, а также улучшить самочувствие.

Изменение образа жизни, поиск триггера аутоиммунного процесса являются важными на данном этапе, чтобы чувствовать

себя лучше и предотвратить дальнейшее повреждение ткани ЩЖ.

СТАДИЯ 4. ЯВНЫЙ ГИПОТИРЕОЗ

1. На этом этапе у человека появляется недостаточность щитовидной железы.

2. Щитовидная железа будет разрушаться до того момента, пока

она больше не будет иметь возможности производить свой собственный гормон щитовидной железы.

3. Человек будет иметь повышенный уровень ТТГ, с низкими

уровнями Т3 свободного и Т4 свободного.

4. А антитела щитовидной железы могут быть даже выше, чем

в предыдущих этапах.

5. Это наиболее распространенный этап, когда человеку ставят

диагноз гипотиреоза, так как у человека имеется значи-

тельное

количество симптомов недостаточной функции щитовидной железы

в этой стадии.

6. Это этап, когда человеку будут необходимы лекарства щитовидной железы, чтобы предотвратить серьезные последствия

для здоровья.

7. Обычно все врачи почти всегда рекомендуют лечение щитовидной железы в этой стадии.

8. Изменения в образе жизни и поиск триггера аутоиммунного

процесса критически важны на данном этапе заболевания.

9. Но к тому времени, когда наступает эта стадия заболевания, человек уже имеет как минимум 10-летний стаж этого заболевания.

10. И лечение надо начать быстро и активно. Времени на раскачку уже нет.

11. Изабелла Венц часто рекомендует своим больным LDN

(налтрексон) в это время, так как он может предотвратить прогрессирование аутоиммунных заболеваний в низких дозах.

12. На этом этапе добиться регенерации ткани ЩЖ, разрушенной аутоиммунным процессом, будет более трудно.

13. Но наука не стоит на месте, и появляются новые возможности, которые могут ускорить восстановление тканей ЩЖ.

Это специальные лазеры для регенерации тканей щитовидной железы.

СТАДИЯ 5. ПОЯВЛЕНИЕ ДРУГИХ АУТОИММУННЫХ РАССТРОЙСТВ

1. Наличие болезни Хашимото у человека повышает у него риск

развития другого аутоиммунного состояния: целиакии, псориаза, ревматоидного артрита, болезни Шегрена, волчанки, рассеянного склероза и многих других...

2. Появление другого аутоиммунного заболевания на фоне

первого – это прогрессирование аутоиммунного ответа.

Так как иммунная система нарушена, не сбалансирована, она

находит для своей атаки другие органы и ткани.

3. Нападки не сбалансированной иммунной системы могут

произойти в организме человека, который «хорошо лечился», регулярно посещал врача, сдавал анализы и его анализы ТТГ, Т4

свободного и Т3 свободного были в «норме».

4. Почему существующее «лечение» болезни Хашимото

не предотвращает появление других аутоиммунных заболеваний?

А вот и ответ. Вот что пишет об этом Изабелла Венц:

«Но, к сожалению, тиреоидные препараты и удаление щитовидной железы не делает ничего, чтобы остановить прогрессирование заболевания»

После удаления щитовидной железы в организме не будет антител ТПО и ТГ, но это не остановит аутоиммунную прогрессию.

Кроме того, люди, у которых были удалены щитовидные железы, должны будут принимать лекарство – гормон щитовидной железы

до конца своих дней.

Что надо знать и что рекомендует делать Изабелла Венц?

1. Можно вылечить, но лучше сказать, добиться стойкой ремиссии заболевания, значительно уменьшить и устранить

симптомы других аутоиммунных состояний.

2. Она рекомендует «не ждать развития заболевания», а начинать бороться за свое здоровье с самой первой стадии заболевания, не допускать 4 и 5 стадии заболевания.

3. А вот как бороться с этим заболеванием, написано во многих

статьях на этом блоге.

1) Если у ваших родственников есть какое-либо аутоиммунное

заболевание,

а

это

заболевание

с

наследственной

предрасположенностью, то считайте, что у вас есть риск возникновения этого (или другого) аутоиммунного заболевания.

У вас – 1 стадия! У вас есть гены предрасположенности к аутоиммунному заболеванию.

2) Что нельзя есть при наличии аутоиммунных заболеваний?

Глютен, казеин и сахар. Поэтому вам будет полезна диета без

глютена и без казеина (БГБК диета)

3) Следить за кишечником. «Дырявый кишечник» – входные

ворота в ваш организм для аутоиммунных заболеваний.

4) Искоренять глистов, вредных бактерий. Помните, что многие

бактерии не считаются нашими врачами вредными, но у некоторых

людей они являются триггерами аутоиммунных заболеваний, например, хеликобактер пилори.

5) Узнавайте больше о здоровом и правильном для вас (с

учетом

наследственной предрасположенности) питания. «Не все для вас полезно, что в рот полезло»

6) Приучайте детей к здоровому и правильному для них

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.