

Всемирный день щитовидной железы.

Всемирный день щитовидной железы по предложению Европейской тироидной ассоциации отмечается с 2009 года ежегодно 25 мая.

Согласно медицинской статистике, различными нарушениями в работе щитовидной железы страдает до трети всего населения планеты.

Узловые образования ЩЖ выявляются практически у 30% взрослых людей.

Щитовидная железа – небольшой орган весом 15-20 г., имеет форму бабочки и располагается на шее спереди от трахеи и снизу от гортани. Она состоит из двух долей, соединяющих перешейком. расположенный на передней поверхности шеи.

Вместе с другими железами она входит в эндокринную систему - систему органов, вырабатывающих биологически активные вещества - гормоны.

Несмотря на небольшой размер ЩЖ, гормоны, вырабатываемые в ней, участвуют практически во всех процессах организма.

Наши умственные способности, сон и аппетит, физическая активность, масса тела, прочность костей скелета, работа сердца и других внутренних органов, половое развитие, состояние кожи и волос, способность выносить и родить здорового ребёнка – все это во многом зависит от её работы.

Основной функцией ее является поддержание нормального обмена веществ в клетках организма.

Недостаток гормонов ЩЖ в детском возрасте приводит к прекращению роста, а дефицит их при беременности – к недоразвитию мозга будущего ребенка.

ЩЖ играет важную роль в функционировании иммунной системы организма. Ее гормоны стимулируют клетки иммунной системы, называемые Т – клетками, с помощью которых организм борется с инфекцией.

Предполагается, что изменение функции ЩЖ играет важную роль в старении организма.

Исследования, проведенные в последние годы Всемирной организацией охраны здоровья в разных странах мира, показали, что уровень умственного развития (коэффициент интеллекта IQ) напрямую связан с обменом йода в организме, за который отвечают гормоны щитовидной железы.

Йодный дефицит приводит не только к увеличению размера ЩЖ, но, воздействуя на организм беременной женщины, может привести к необратимым изменениям со стороны нервной системы плода, крайним проявлением которого является глубокая умственная отсталость.

Благодаря программам всеобщего йодирования пищевой соли, йодный дефицит ликвидирован в большинстве стран мира.

Без йода щитовидная железа работать не может!

Поэтому в регионах, где йода в почве и, соответственно в продукции сельского хозяйства и воде, очень не хватает, распространены серьезные заболевания щитовидной железы.

Заболевания щитовидной железы в 50% случаев носят семейный характер, в 60% - наследственный.

Активность ЩЖ и уровень гормонов в крови при этих заболеваниях может снижаться и повышаться.

Часто симптомы, которые показывают нарушения в ее работе такие же, как и при других заболеваниях.

Люди часто недооценивают роль этой железы в организме, потому что привыкли не замечать бессонницу, повышенную утомляемость, сбои менструального цикла и т.д.

На самом деле эти «мелочи» могут быть первыми признаками серьезной болезни. Главной особенностью заболеваний щитовидной железы является скрытость их протекания.

Зачастую люди жалуются на повышенную утомляемость, слабость, головные боли, понижение работоспособности, раздражительность и даже депрессию, объясняя их усталостью. Они даже не догадываются, что дело в щитовидной железе.

Школьники-подростки особенно чувствительны к дефициту йода, поскольку в период полового развития на щитовидную железу ложится большая нагрузка. Агрессивность, проблемы с учебой, нежелание заниматься, ухудшение отношений со сверстниками, низкая социальная адаптация – все эти проблемы родители и учителя, как правило, списывают на «трудный возраст». А, между тем, именно недостаток йода служит причиной сложившейся ситуации. Если ребенок в достаточном количестве получает йод ежедневно, то не бывает проблем не только с физическим, но и с умственным тонусом.

Наличие таких признаков как:

- усталость, особенно при пробуждении;
- уменьшение, увеличение массы тела;
- депрессия, меланхолия, ухудшение памяти, частые головные боли;
- ощущение холода в руках и ногах, ощущение избытка тепла и даже жара;
- артрит, болезненность суставов, судороги и боль в мышцах;
- склонность к запорам;
- повышение уровня холестерина;
- выпадение волос, сухость кожи, разрушение зубов;
- ослабление иммунитета, частые простудные и инфекционные заболевания;
- боль в сердце, одышка могут говорить о скрытой дисфункции щитовидной железы, при которой уровень гормонов может пока находиться в пределах нормы.

Без надлежащего и своевременного обследования и лечения, назначенного врачом-эндокринологом, нарушение функции щитовидной железы может привести к серьезным заболеваниям.

Болезнь легче предупредить, чем лечить.

Будьте внимательны к себе и будете здоровы!