



Божа
за секој нов ден

Болести на тироидната жлезда

Водич за пациенти

Болести на тироидната жлезда - водич за пациенти

Објавил и издал: Здружение за борба против рак Борка - за секој нов ден

Дизајн: МИЛК креативно студио

Печат: Polyesterday

Тираж: 700 примероци

Мај, 2016

Брошурата е составена со помош на стручниот кадар од



УНИВЕРЗИТЕТСКА КЛИНИКА ЗА
ЕНДОКРИНОЛОГИЈА, ДИЈАБЕТЕС
И МЕТАБОЛИЧКИ НАРУШУВАЊА



ИНСТИТУТ ЗА ПАТОЛОШКА
ФИЗИОЛОГИЈА И НУКЛЕАРНА
МЕДИЦИНА



Научно здружение на ендокринолози
и дијабетолози на Македонија



ЗДРУЖЕНИЕ ЗА НУКЛЕАРНА
МЕДИЦИНА НА МАКЕДОНИЈА

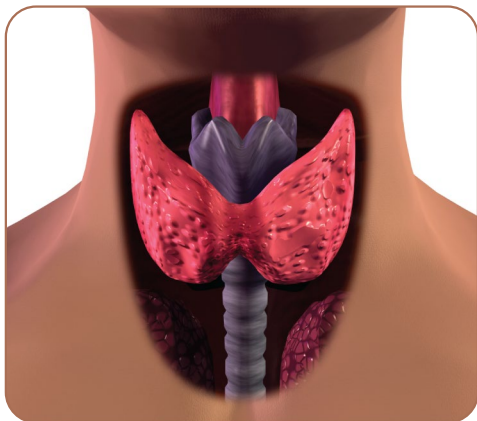
СОДРЖИНА

За тироидната жлезда	4
Болести на тироидна жлезда - дефиниција, етимологија, симптоматологија, дијагноза и терапија	5
Совети до пациентите	14
Квалитет на живот на навремено дијагностицирани пациенти	15

За тироидната жлезда

Што е тироидна жлезда?

Тироидната жлезда е ендокрина жлезда со најголема маса, околу 20 грама. Овој орган има форма на пеперутка и нормално е лоцирана во долниот дел од предната страна на вратот, под гркланот од двете страни на дишникот. Поради тоа што е лоцирана до штитната рскавица се нарекува и штитна жлезда. Функцијата на тироидната жлезда е формирање и лачење на тироидните хормони - тироксин, тријодтиронин и калцитонин.



Нивната улога е една од најважните, т.е. и помагаат на секоја клетка, во секое ткиво и орган, да функционира нормално. На пример, тироидните хормони му помагаат на телото да ја користи енергијата, да остане затоплено, како и да им овозможат на мозокот, срцето, мускулите и другите органи да функционираат нормално.

Со работата на штитната жлезда управува дел од мозокот наречен хипофиза. Хипофизата ослободува во крвотокот хормон познат како тиреостимулирачки хормон (во понатамошниот текст ТСХ) кој и дава знак на штитната жлезда дека треба да ја зголеми или намали својата активност.

Затоа, мерењето на нивото на ТСХ и на тироидните хормони во крвта им овозможува на лекарите да утврдат во каква состојба е штитната жлезда. Нерамнотежата на овие хормони во организмот може да предизвика одредени заболувања.

Болести на тироидна жлезда - дефиниција, етиологија, симптоматологија, дијагноза и терапија

Фактори за појава на болести на тироидната жлезда

Функцијата или структурата на тироидната жлезда може да биде нарушена поради исхрана сиромашна со јод, физичко преоптоварување, стрес, пушење, воспаленија на жлездата, генетски фактори, инфекции, болест (обично некое автоимуну нарушување), бременост, радиокативна терапија или некоја медикаментозна терапија.

Најчести болести на тироидна жлезда

Гушавост

Гушавост се однесува на абнормално зголемување на тироидната жлезда. Битно е да се знае дека гушата не мора да биде поврзана со пореметена функција на жлездата. Гушавост може да се јави во жлездата која продуцира премногу хормони (хипертироидизам), премалку хормони (хипотироидизам) или да има нормални вредности на тироидни хормони (еутироидизам). Гушавост укажува на фактот дека има состојба која доведува да тироидната жлезда расте абнормално.

Причини за настанување на гушавост: во минатото, најчеста причина за појава на гушавост е јодниот дефицит. Денес јодниот дефицит е се поретка причина за појава на гушавост.

Други причини за појава на гушавост се нарушувањата на тироидната жлезда како Hashimoto тироидит, Graves ова болест и мултинодуларните струми, како резултат на повреда или инфекција на тироидната жлезда или како резултат на тумори (бенигни или малигни).

Дијагноза: Гушавоста се дијагностицира при самиот физикален преглед на тироидната жлезда, кога нејзиното зголемување е евидентно. Преку крвен тест се проверува функцијата на тироидната жлезда (мерење на вредност на T4 и TSH). Останати тестови кои може да помогнат се: скен со радиоактивен јод, ултразвук на тироидна жлезда или тенкоиглена аспирациона биопсија.

Терапија: Зависи од причината која што довела до појава на гушавост. Доколку гушата настанала како резултат на дефицит на јод во исхраната, тогаш се препорачува внес на јодни суплемементи орално. Доколку гушата настанала како резултат на нарушувања кои ја зголемуваат или намалуваат продукцијата на тироидните хормони тогаш потребен е соодветен медикаментозен третман. Многу гуши, се проследени со нормални вредности на тироидни хормони во крвта. Овие типови на гушавост не бараат дополнителен специфичен третман. Меѓутоа, без разлика на причината за гушавост, пациентите треба редовно да одат на контрола кај својот лекар.

Базедова болест (Morbus Graves-Basedow)

Хипертироидизам или **Базедова болест** е едно од најчестите нарушувања на штитната жлезда при која штитната жлезда излучува преголема количина на тироидни хормони.

Базедова болест спаѓа во групата на болести со автоимунa етиологија. Причините се всушност во способноста на некои луѓе да создаваат антитела против сопствените органи и ткива, што може да биде наследно пренесливо. Тие го напаѓаат ткивото на жлездата и ја менуваат нејзината функција.

Симптоми

Клиничката слика на болеста е мошне богата, бидејќи се должи на дејствувањето на тироидните хормони врз сите органи и ткива. Симптомите се јавуваат брзо. Најчесто страдаат жени во млада фертилна возраст, но и постари жени, поретко мажи. Симптомите кои се карактеристични се:

• Губење на телесната тежина и покрај зголемениот апетит, забрзано чукање на срцето и зголемен крвен притисок, претерано потење, засилена чувствителност за топло, зачестено празнење на цревата пропратено со пролив, слабост на мускулите, тресење на рацете, појава на гушавост, испупчени очни јаболка, кај жените промена на месечниот циклус или целосно изостанување на циклус. Испупчените очни јаболка се симптом на Базедова болест. Настанува кога ткивото кое ја покрива очната празнина ќе се воспали и отече, очните јаболка се испупчуваат.

Дијагноза

Дијагнозата е едноставна кај развиена клиничка слика, посебно ако постои прав тријас, струма, егзофталмус и тахикардија. Секоја тахикардија од необјаснето потекло треба да побуди интерес за испитување на штитната жлезда.

Неопходно е определувањето на ТСХ и слободниот тироксин. Најчесто ТСХ е низок, а тироксинот висок. Доколку е потребно се прави скен на тироидната жлезда. Пункцијата на жлездата се врши ретко или воопшто не е потребно во рутински случаи.

Третман

Постојат повеќе начини на лекување на Базедовата болест.

Во принцип најчесто се употребуваат три вида терапија:

Таблетарна терапија со анти tiroidни лекови, радиокативна терапија и хируршка терапија доколку претходните две не дадат резултат.

Покрај основниот третман препорачливо е да се практикува блага физичка активност, исхрана богата со витамини и минерали, заштита на очите со користење на ноќен превез, вештачки солзи, очила со темно стакло за да ги заштитите очите од пресилна светлина, сонце и ветер.

Хипотироидизам

Хипотиреоза е намалена функција на тиреоидната жлезда, така што жлездата не создава доволно хормони. Тиреоидните хормони делуваат на секој орган, па така намалената функција на оваа жлезда ќе доведе до промени на целото тело.

Хипотиреозата е најчестото хормонално пореметување. Кај жените се јавува почесто отколку кај мажите. 10-20% од жените кои се на возраст над 40 години имаат проблем со тиреоидната жлезда.

Причини за појава на хипотиреоза се:

недостаток на јод во исхраната, автоимуни заболувања (Хашимото тироидит), различни инфекции, хируршко отстранување на жлездата, преголемо консумирање на лекови за лечење на хипертиреоза, под дејство на некои лекови (алфа интерферон, талидомид, амиодарон), туморски процеси на хипофиза и хипоталамус или на самата тиреоидна жлезда, постпартални промени (после породување).

Симптоми на хипотиреоза:

Замор, губење на енергија, успореност, склоност кон спиење и навечер и дење (поспаност), зиморливост (неподнесување на студ) на болните секогаш им е ладно. Смалување на апетитот и здебелување (луѓето добиваат на тежина и покрај истиот апетит и еднаквите количини на храна кои претходно ги внесувале). Изразот на лицето станува тап, говорот успорен, веѓите спуштени така што изразот на лицето е често променет. Косата им станува груба, сува и поретка, а кожата груба сува и перутеста. Се јавува трнење на кожата, Болки во мускулите и болки во зглобовите. Се успорува комплетно метаболизмот, се успорува работата на срцето па се јавува низок крвен притисок (хипотензија), се успорува пулсот, се намалува перисталтиката на цревата па затоа се јавува и запек. Пореметување на расположението и појава на депресија, пореметување на менструалниот циклус (менструациите настануваат во интервали поголеми од 35 дена па до 6 месеци). Намалени рефлексии, може да се јави и гушавост (струма), како и отоци на рацете и нозете.

Како се поставува дијагноза за хипотиреозидизам?

Анамнеза и клиничка слика со добар физикален преглед во голема мера помага да се посомнева за намалена функција на жлездата. Понатаму следи лабораториско испитување, а тоа пордизбира одредување на нивото на ТСХ и количеството на слободните тироидни хормони (Т4 иТ3) и тироидни антитела во крвта.

Ехото се користи за да се види структурата на жлездата, нејзината големина, да се открие присуство на евентуални јазли или инфилтративни процеси. Доколку е потребно се изведуваат и дополнителни испитувања.

Лечење на хипотиреозидизам

Лечењето на хипотиреозидизмот подразбира надоместување на хормоните кои жлездата не ги создава. Во зависност од телесната тежина, потребите на метаболизмот и функцијата на тироидната жлезда се дава тироиден хормон-левотироксин и тоа во доза која што ќе доведе нормализирање на вредноста на TSH.

Хипотиреозидизмот не мора да биде перманентен како што е во случаеви кога тој е предизвикан со некоја вирусна инфекција или после породување. Тоа значи дека во овие случаи терапијата се прима се додека не се нормализира функцијата на жлездата. Во случаи каде намалената функција на жлездата е трајна тогаш терапијата треба да се прима доживотно.

Тироидни јазли

Тироидни јазли или нодули (чвор) се промена на тироидната жлезда кои се однесуваат на абнормален раст на тироидните клетки кои формираат грутка во рамките на тироидната жлезда. Тироидните јазли можат да бидат единечни или мултипли, а по својата структура главната поделба е на бенигни и малигни. Околу 95% од тироидните јазли се бенигни, само 5% се малигни. Бенигните јазли најчесто не прават проблеми, но со цел да се дијагностицира и лекува рак на тироидната жлезда во најраната фаза, повеќето тироидни јазли неопходно е клинички да бидат следени.

Инциденца

Тироидните јазли се честа појава кај возрасните, особено жените, барем 4 пати повеќе (според некои и повеќе). Инциденцата се зголемува со возраста. Точни податоци за состојбата во нашата земја нема, но имајќи во предвид дека сме во регион со ендемска застапеност на тироидни болести, оваа инциденца можеби е повисока.

Што предизвикува да се формираат тироидни нодули и колку се чести?

Не се знае причината за настанувањето на нодулите, но тие се премногу чести. На возраст од 60 години, околу една половина од луѓето имаат тироидни нодули кои можат да се забележат со рутинска проверка. За среќа, 90% од нодулите се бенигни.

Знаци и симптоми:

Повеќето тироидни јазли не предизвикуваат симптоми. Често, тироидни јазли се откриени случајно за време на рутински физички преглед или ултразвук на вратот направен за целосно неповрзани причини. Повремено, пациентите со нодули на тироидната жлезда забележуваат испакнување во облик грукта на вратот додека се гледаат во огледало, при закопчување на нивната јака или прицврстување на накит. Абнормални лабораториски тестови (хормони) за функцијата на тироидната жлезда може понекогаш да бидат причината поради која тироиден јазол е пронајден. Тироидните јазли може да предизвикуваат вишокот на тироидните хормони што доведува до хипертироидизам (топол јазол). Сепак, повеќето тироидни јазли, вклучувајќи ги и оние кои се канцерогени, се всушност без променетата функција на тироидната жлезда, што значи дека продукцијата на хормони е нормална. Ретко, пациентот со тироидни јазли може да се жали на болка во вратот, вилицата или увото. Ако еден јазол е доволно голем за да ги компресира душникот и хранопроводот тоа, може да предизвика тешкотии со дишењето и голтањето. Може да се јави и засипнатост ако јазолот врши притисок на нервите кои ги контролираат гласните жици, но тоа е обично поврзано со рак на тироидната жлезда.

Јазлите се откриваат со физикален преглед, испитување на вредност на Т4 и ТСХ во крв, ултразвук - да се одреди големината и формата на јазолот, компјутерска томографија доколку е потребно, тенко иглена биопсија на јазолот (најточна дијагностичка процедура) и радиоактивен јоден скен (тироиден скен) - да се одреди активноста на тироидниот јазол.

Третман:

Сите нодули кои се канцерогени или имаат голема предиспозиција да бидат канцерогени се отстрануваат со хируршки интервенции. Најмногу од тироидните канцерогени заболувања се излечиви и ретко предизвикуваат проблеми опасни по живот. Затоа се препорачува:

1. Следење на јазолот кој не е отстранет во тек на 6-12 месеци, а вклучува физикален преглед, лабораториски тестови, ултразвук или тенкоиглена биопсија, задолжително доколку јазолот расте. Во одредени случаи препорачана е и терапија со лекови за регресија на јазолот.

2. Хирургија - е опција кај големи цисти и нефункционални јазли, особено ако постои и најмало сомневање за малигнитет треба да се отстрани суспектниот јазол. Исто така хируршки треба да се отстранат јазли кои предизвикуваат козметички и компресивни проблеми. Хируршка интервенција кај бенигни тумори се препорачува ако продолжат да растат.

Малигни тумори (карциноми): претставува заболување на тироидната жлезда кое се карактеризира со абнормален раст на тироцитите (тироидни клетки) во тироидното ткиво.

Карцином на тироидна жлезда се јавува три пати почесто кај жени во споредба со мажи, а најголемиот дел од заболени пациенти се над 50 годишна возраст.

Во Македонија бројот на новозаболени пациенти од карцином на тироидна жлезда за двата пола изнесува 56 на 100.000 жители, а бројот на смртни случаи од

карцином на тироидна жлезда изнесува 14 на 100.000 жители (GLOBOCAN 2008 fact stats).

Третман на тироидните карциноми

- Хирургија - Хируршкото отстранување е вообичаен третман доколку туморот се нема проширено т.е. не постојат метастази во далечни делови на телото.
- Зрачење - За папиларниот и фоликуларниот тип на карцином на тироидната жлезда, во прилог на операција т.е. хируршки зафат може да се користи и радио-активен јод.
- Хормонска терапија
- Хемотерапија - за карцином на тироидната жлезда кој е во напредна фаза за кој операција не е опција или други третмани немале ефект, а хемотерапијата е опција.

Хашимотов тироидитис

Хашимотов тироидитис е автоимуно заболување каде што самиот организам формира антитела насочени против тироидната жлезда, што води до хронично воспаление. Ова е едно од најчестите состојби кои водат до хипотироидизам.

Кај определени лица постои предиспозиција за создавање на антитела против сопствените жлезди. Има два вида на вакви антитела: едни кои деструираат или блокираат (како што се кај Хашимото) и антитела кои стимулираат како кај тиротоксикозите.

Статистичките податоци покажуваат дека Хашимото тироидитис е најчестиот причинител за намалена функција на штитната жлезда (хипотироидизам). Со текот на времето, ова резултира со нарушена способност на тироидната жлезда да се произведе тироидните хормони, што доведува до постепено ослабнување на функцијата и на крајот со целесен прекин на работата на тироидната жлезда. Во однос на половите се јавува 4 пати почесто кај жени во однос на мажи. Возраста во која најчесто се јавува е помеѓу 30-50 години. Хашимото тироидитис се јавува најчесто кај жените на средна возраст, но може да се види во било која возраст.

Главни симптоми се резултат и одговараат на намалената функција на тироидната жлезда - хипертироидизам.

Лекување на болеста

Кај пациенти со покачени ТРО антитела, а со нормални тестови за функцијата на тироидната жлезда (ТСХ и слободен тироксин) не е потребен третман. Се додека не дојде до опаѓање на тироидните хормони нема потреба од лекување на болеста. За оние пациенти со очигледен хипотироидизам (покачена ТСХ и ниски нивоа на хормоните на тироидната жлезда) третманот се состои од надолнување на хормоните на тироидната жлезда, односно орално се пие левотироксин во предвидените дози.

Што треба да се знае за тироидната жлезда во текот на бременоста?

Бременоста има големо влијание на тироидната жлезда и тироидната функција. Во текот на бременоста потребата од тироидни хормони се зголемува за два пати. Нормална и здрава тироидна жлезда ќе одговори на зголемените потреби со тоа што ќе продуцира тироидни хормони, за што е потребно доволно количество на јод. Со тоа ќе се овозможи задоволување на потребите од тироидни хормони и ќе се створат услови за нормален физички и ментален развој на бебето. Дијагноза и третман на болест на тироидната жлезда во текот на бременоста и после породувањето е комплексна и потребно е следење од искусни лекари кои добро ја познаваат интеракција помеѓу тироидната жлезда и бременоста/постпарталниот период.

Каква е поврзаноста помеѓу тироидната функција на мајката и бебето?

Во првите 10-12 недели од бременоста, бебето е целосно зависно од мајката за производство на тироидните хормони. Со крајот на првиот триместар, тироидната жлезда на бебето почнува самостојно да произведува хормони. Бебето, меѓутоа, останува зависно од мајката за добивање на соодветна количина на јод (од 150 до 250 μg на ден), кој е од суштинско значење за формирање на хормоните на тироидната жлезда. Тироидните хормони се од огромно значење за

нормалниот физички и ментален развoтoк на бебето. Затоа мајката е потребно да внесува доволни количини на јод во својата исхрана.

Доколку тироидната жлезда нема капацитет да ги произведе потребните количини на хормони, потребно е внесување на хормоните преку лекови. Доколку веќе се примаат лекови (левотироксин) во текот на бременоста, обично е потребно да се зголемат дозите. Многу е важно да го известите вашиот доктор, веднаш штом дознаете за бременоста. Потребно е вашиот лекар постојано да ги следи нивоата на TSH во серумот и според тоа да ја прилагодува дозата на левотироксинот.

Дали знаете?

Бремените жени се под зголемен ризик да развијата хипотироидизам во однос на останатата популација.

Проверка на функцијата на тироидната жлезда од најрана бременост може да помогне да се превенираат здравствени проблеми предизвикани од тироидно нарушување и тоа не само кај мајката туку и кај детето.

Совети до пациентите

- Болест на тироидната жлезда може да се развие постепено и незабележливо, што значи дека некој може да ја има со години, без да биде свесен за тоа.
- Најчестите болести на тироидната жлезда обично не даваат никакви симптоми.
- Најдобар начин да откриете дали имате некое заболување на тироидната жлезда е да појдете на преглед кај вашиот лекар.
- Како што педалот за гас ја контролира брзината на моторот кај автомобилот така и тироидните хормони ја регулираат брзината на метаболизмот на организмот.

- Правилната исхрана може да ги спречи заболувањата на штитната жлезда. Размисли дали храната што ја јадеш содржи доволно јод, кој е неопходен за лачењето на тироидни хормони? Морската риба и друга морска храна се одличен извор на овој важен елемент. Овошјето и зеленчукот можат да содржат различни количини јод. За да се надомести недостигот на овој елемент во исхраната, некои земји имаат закони за додавање јод во готварската сол, меѓу кои е и нашата земја. Селенот е уште една важна состојка за штитната жлезда. Се разбира, ако се сомневаш дека имаш проблем со штитната жлезда, обрати се на лекар. Немој да се лекуваш на своја рака. Не постојат научни докази за тоа дека хербалните суплементи, природните препарати, јогата и слично можат да ја подобрат функцијата на тироидната жлезда. Лекувањето е обврска на избраниот лекар.

- Ако редовно ги земате вашата апчиња секој ден и редовно одите на лекарски контроли, ќе бидете во можност да ја задржи вашата тироидна болест целосно под контрола во текот на целиот ваш живот. Симптомите ќе исчезнат и ефекти од ниски или високи хормони на тироидната жлезда ќе престанат да се влошуваат и ќе се подобрат. Ако вашата тироидна болест е добро контролирана, тоа нема да го скрати вашиот животен век и ќе водите нормален живот.

Квалитет на живот на навремено дијагностицирани пациенти

Зголемување на свесноста и познавањата за тироидната жлезда и нејзината функција е од огромно значење за навремено откривање и лекување на болестите на оваа жлезда. Пациентите со тироидни заболувања имаат можности за успешно лекување и водење на нормален живот. Да се живее со заболување на тироидната жлезда е секојдневна битка, во која може да се победи. Со подигнувањето на свеста за тироидните болести може да имаме резултат во нивно превенирање, навремено дијагностицирање и успешно лекување.

Мисија

Здружението за борба против рак „Борка - за секој нов ден“ - Скопје, од 2007 година е активно вклучено во борбата против ракот. Нашата мисија е со информирање и со едукација да ја подигнеме свеста на граѓаните на Македонија за претпазливост, сериозен пристап, навремено лекување, социјална и емотивна поддршка на заболените и перцепирање на ракот како потенцијално излечива болест. Сметаме дека сите ние треба активно да учествуваме во создавањето здрава популација свесна за ризиците и предизвиците од оваа болест. Во исто време, сме фокусирани и на давање психо-социјална помош како на сите заболени од рак така и на нивните блиски во соочувањето со оваа болест и поддршка во нивната борба при поминувањето низ тој трнлив пат.

На бесплатната телефонска линија

075 22 88 99

можете да стапите во контакт со некоја од нашите волонтерки, кои се подготвени да ви дадат информација и поддршка.



02 3224 636 • www.borka.org.mk

[f](https://www.facebook.com/borkaorgmk) /borkaorgmk [t](https://www.twitter.com/borkaorg) /borkaorg [in](https://www.linkedin.com/company/borka---for-each-new-day) /borka---for-each-new-day

Здружението за борба против рак „БОРКА - за секој нов ден“
е член на АЛИЈАНСА НА ПАЦИЕНТСКИ ОРГАНИЗАЦИИ



АЛИЈАНСА НА
ПАЦИЕНТСКИ
ОРГАНИЗАЦИИ