



بیمارستان مادر و کودک شوشتری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی

شیراز

## بیماری های تیروئید

شماره سند: PM-Ed-34-1ed



تهیه کننده:

واحد آموزش سلامت - آذر 1403

تأیید کننده: مدیر خدمات پرستاری مامایی

/سوپروایزر آموزشی

تأیید کننده نهایی: مسئول علمی داخلی

منبع: برونر سودارث

## مشکلات غده تیروئید کدام است؟

سه دسته مشکل ممکن است در غده تیروئید ایجاد شود. یکی از این مشکلات کم کاری غده تیروئید بوده که در آن این غده به دلیل کاهش توانایی کمتر از مقدار مورد نیاز هورمون ترشح می کند دسته دیگر از مشکلات پرکاری تیروئید است که در این نوع اختلالات هورمون بیش از اندازه ترشح میشود دسته سوم گره ها و توده های اضافی است که در این غده ایجاد می شود که بعضی از آن ها نیز بدخیم بوده واز آن ها با عنوان سرطان های تیروئید یاد می شود و گواتر (بزرگی غده تیروئید) که به دلیل مقادیر بالای TSH (هورمون تحریک کننده تیروئید) ایجاد می شود .

## علایم پر کاری تیروئید:

آشفستگی - بی قراری - عدم تحمل گرما و تعریق - تپش قلب - ضعف و خستگی و کاهش وزن همراه با افزایش اشتها - اسهال - بیرون زدگی کره چشم - افزایش ضربان قلب

## علایم کم کاری تیروئید:

خشکی پوست و احساس سرما و کاهش درجه حرارت، ریزش مو، یبوست، افزایش وزن همراه با کاهش اشتها، صورت پف آلود و کاهش ضربان قلب

## علایم مشکلات تیروئیدی در زنان چیست؟

## بیماری های تیروئید چیست و چه علایمی دارد؟

تیروئید از حیاتی ترین غدد درون ریز بدن است که در سنین مختلف، نقش آفرینی های متعددی را بر عهده دارد

## غده تیروئید چیست؟

تیروئید از حیاتی ترین غدد درون ریز بدن است و در سنین ف نقش آفرینی های متفاوتی را بر عهده دارد. به طور مثال در دوران جنینی و در زندگی دوران رحم، مسئول تکامل و تبدیل سلولهای بنیادی به اعضای مختلف بدن است بنابراین در شکل گیری اندام های مختلف به ویژه مغز و سیستم عصبی، نقش حیاتی ایفا می کند. اگر چه هورمون تیروئید در دوران جنینی، نقش عمده ای را در رشد و تکامل دارد این وظیفه بعد از زایمان و دوران شیر خواری و کودکی بر عهده هورمون رشد است اما هورمون ترشح شده از این غده (لووتیروکسین) در بزرگسالان مسئول تنظیم متابولیسم و سوخت و ساز بدن بوده و نقش هماهنگ کننده ای را در متابولیسم سلولهای بدن بر عهده دارد. بنابراین این غده در تعیین درجه حرارت بدن و سلامت سیستم مغز و اعصاب، سلامت روحی و روانی زنان و همچنین سلامت قلب و عروق، نقش دارد.

باشد. موضوع قابل توجه اینکه استفاده از نمک دریا و نمک های معدنی که گاهی توسط بعضی از افراد در سطح جامعه تبلیغ می شود برای رفع مشکلات تیروئید هیچ پشتوانه علمی ندارد.



### عادات غذایی مفید و مضر برای مبتلا به مشکلات تیروئید

گره های تیروئید هیچ رژیم غذایی خاصی توصیه نمی شود. دچار کم کاری تیروئید بهتر است از مصرف سبزیجات خانواده مانند گل کلم، کلم بروکلی و کلم بنفش سویا، سیر، خانم شغلم، ندر، پرهیز کنند این گروه از سبزیجات کم کاری را تشدید کند. غذاهای دریایی به ویژه ماهی و همچنین استفاده از نمک برای سلامتی تیروئید و کمک به درماه کم کاری تیروئید است.

بیماران مبتلا به پر کاری تیروئید به ویژه در چند ماه اول درمان بیماری هنوز کنترل نشده است توصیه می شود از نمک پیدار اهای دریایی خودداری کنند زیرا وارد شدن حجم زیادی از بدن بیمار باعث تشدید پرکاری تیروئید می شود و روند را دشوار می کند برای افرادی که تحت عمل جراحی قرار میگیرند و غده تیروئید آن ها به طور کامل خارج رژیم غذایی خاصی وجود ندارند و آن ها می توانند از همه آزادانه استفاده کنند این افراد تنها باید داروی لو تیروکسین شده را به صورت مادام العمر استفاده کنند.

### مورد مصرف نمک پیدار چه توصیه ای دارید؟

ی که در مورد مصرف نمک پیدار وجود دارد این است که رفتن این نوع نمک در معرض نور حرارت آفتاب و رطوبت بی اثر شدن خاصیت پید می شود بنابراین نمک پیدار باید در خانه در ظروف درب بسته و به دور از نور نگهداری شود و به خام روی غذا پاشیده شود تا پید موجود در آن برای بدن قابل جذب و استفاده

مشکلات تیروئیدی به ویژه در عادت ماهیانه زنان مشکل آفرین است و قدرت باروری آن ها را تحت الشعاع قرار می دهد. در نتیجه متخصص زنان زایمان برای افراد دچار اختلالات عادت ماهیانه اندازه گیری هورمون های تیروئید را تجویز می کند. در زنان باردار آزمایش های تیروئید در اولین مراقبت دوران بارداری انجام می شود و در صورت مشاهده هر گونه مشکل از طرف پزشک زنان آن ها به فوق تخصص غدد ارجاع داده می شوند.

### آیا مشکلات تیروئیدی قابل درمان است؟

مشکلات تیروئیدی قطعاً قابل درمان است. کم کاری تیروئید با مصرف قرص لووتیروکسین (Levothyroxin) درمان می شود و با آزمایشات ادواری میزان و دوز دارو تنظیم می شود. پرکاری تیروئید نیز با قرص های متی مازول و پپی تی یو درمان می شود در این بیماری نیز بر اساس آزمایشات سطح دارو تنظیم می شود و در نهایت اگر نیاز به درمان قطعی باشد عمل جراحی غده یا استفاده از ید رادیواکتیو انجام می شود.

### چگونه تشخیص داده می شود؟

معمولاً با تست های آزمایشگاهی و اندازه گیری سطح هورمون ها قابل تشخیص هستند.

گاهی نیاز به بررسی های دیگری مثل MRI یا آزمایش جذب ید رادیواکتیو توسط غده تیروئید در کم کاری نیز هست.