

**Информационное письмо
по проведению Всемирного дня заболеваний
щитовидной железы – 25 мая 2020 года**

Всемирный день щитовидной железы отмечается ежегодно 25 мая. Он был учрежден в 2008 году по инициативе Европейской тиреоидологической ассоциации (European Thyroid Association, ETA), занимающейся изучением вопросов, связанных со щитовидной железой и ее заболеваниями.

Заболевания щитовидной желез встречаются очень часто.

Всемирный День Щитовидной Железы преследует пять основных целей:

1. Повышение общественной информированности о проблемах, связанных с ЩЖ и об их медико-социальном значении.
2. Повышение информированности о распространенности заболеваний ЩЖ и методах их раннего выявления.
3. Пропаганда программ профилактики и образовательных программ в области патологии ЩЖ.
4. Пропаганда современных методов лечения заболеваний ЩЖ.
5. Повышение доступности медицинской помощи в области заболеваний ЩЖ.

На сегодняшний день подавляющее большинство заболеваний ЩЖ излечимо, а в части случаев - предотвратимо!

Последнее касается заболеваний, связанных с дефицитом йода в питании. Йодный дефицит, вопреки популярным представлениям, приводит не только к увеличению размера ЩЖ, но, воздействуя, например, на организм беременной женщины, может привести к необратимым изменениям со стороны нервной системы плода, крайним проявлением которых является кретинизм, сопровождающийся тяжелой умственной отсталостью.

Щитовидная железа невелика — ее масса колеблется в пределах 25-40 граммов.

Объем органа обычно не превышает у женщин 18 кубических сантиметров, у мужчин – 25 кубических сантиметров

(объем легко определить при ультразвуковом исследовании).

Нехватка йода в пище, равно как и его избыток, приводит к нарушениям в синтезе гормонов и может стать причиной заболеваний щитовидной железы. Недостаток йода может приводить к снижению уровня гормонов щитовидной железы, который проявляется: повышенной утомляемостью, сонливостью;

ухудшением памяти, способностью сосредоточиться,

повышенной тревожностью, отечностью лица, сухостью кожи, выпадением волос.

Особую группу риска составляют беременные и кормящие женщины, маленькие дети и подростки. Недостаток йода и снижение уровня гормонов щитовидной железы в эти периоды может вести к значительным последствиям для организма ребенка, таким как задержка умственного и полового развития, отставание в росте.

При нехватке йода в организме, необходимо восполнять его дефицит. В таких ситуациях рекомендуется принимать препараты калия йодида, физиологическую дозу которого подбирает специалист.

Щитовидная железа считается одним из самых больших органов эндокринной системы. Она вырабатывает гормоны, регулирующие обмен веществ в организме, влияющие на рост и развитие организма. Гормоны щитовидной железы способствуют урегулированию потребления кислорода тканями организма, они

отвечают за нормальную работу иммунной системы: стимулируют её клетки, с помощью которых организму приходится бороться с инфекциями. Таким образом, щитовидная железа оказывает влияние на все стороны жизни человека, в том числе даже на его настроение и внешний вид.

Существует два варианта нарушения функции щитовидной железы: гипотиреоз и гипертиреоз, которые могут сопровождаться увеличением объема щитовидной железы. Симптомы нарушения функции щитовидной железы очень индивидуальны, и далеко не у всех пациентов будут возникать все проявления заболевания.

Симптомы гипотиреоза:

- утомляемость;
- сонливость;
- чувство зябкости – все время холодно, когда окружающие чувствуют себя комфортно;
- ухудшение памяти;
- прибавка в весе;
- депрессия;
- запоры;
- нарушения менструального цикла;
- сухая шелушащаяся кожа.

Симптомы гипертиреоза:

- снижение массы тела даже при нормальном питании;
- тревожность;
- раздражительность;
- учащенное сердцебиение – более 100 ударов\мин.;
- широко раскрытые «выступающие» вперед глаза;
- дрожь в руках;
- слабость;
- выпадение волос;
- частый стул;
- потливость;
- нарушение менструального цикла.