

## تیروئید

غده تیروئید غده مهمی است که عملکرد بدن را تنظیم می کند. بیماریهای مهمی می توانند روی تیروئید اثر بگذارند. این بیماریها رایج هستند و روی بسیاری افراد اثر می گذارند. بسیاری از این بیماریها براحتی قابل درمان هستند.



- ✓ غده تیروئید پروانه ای شکل است و جلوی گردن دقیقاً زیر برجستگی گلو قرار دارد.
- ✓ کار اصلی تیروئید ترشح هورمون تیروئید است که تنظیم کننده سوخت و ساز بدن (متابولیسم) است.
- ✓ غده تیروئید برای ترشح هورمون تیروئید از ید خون استفاده می کند.
- ✓ غده کوچکی در قاعده جمجمه زیر مغز بنام هیپوفیز سطح تیروئید خون را تنظیم میکند.
- ✓ هیپوفیز هورمون تی اس ایج TSH ترشح میکند که این هورمون باعث می شود تیروئید هورمونش را ترشح کند.
- ✓ غده پاراتیروئید هورمون پی تی ایج PTH را تولید می کند که کارش نگهداری سطح کلسیم خون در حد طبیعی می باشد.

## کم کاری تیروئید (هایپوتیروئیدی)

- ✓ وقتی غده تیروئید هورمون به حد کافی تولید نکند کم کاری تیروئید ایجاد میشود.
- ✓ کاهش سطح هورمونهای تیروئید سوخت و ساز را کند می کند
- ✓ احساس خستگی، یبوست و حتی افسردگی است.
- ✓ بیماران براحتی افزایش وزن پیدا می کنند چون بدن انرژی زیادی استفاده نمی کند.

- ✓ اختلال در قاعدگی هم از عوارض هیپوتیروئیدی است.
- ✓ پوست، مو و ناخن هم شکننده میشود.
- ✓ کم کاری تیروئید از کاهش ید می تواند ایجاد گردد.
- ✓ غده تیروئید برای تولید بیشتر هورمون، بزرگتر میشود که این حالت **گواتر** نام دارد.



- ✓ بیماری **هاشیموتونیز** از کم کاری تیروئیدی عارض می گردد که در این بیماری سیستم ایمنی بدن اشتباه بافت تیروئید را برای یک جسم خارجی و حمله به آن آماده می کند.
- ✓ این حمله باعث تخریب بافت تیروئید گشته و ممکن است کم کاری تیروئیدی ایجاد گردد.
- ✓ غده های هیپوفیز می تواند ترشح تی اس ایج TSH را آسیب بزند. بدون تی اس ایج TSH غده تیروئید نمی تواند هورمون ترشح کند و بیماری کم کاری تیروئید عارض می شود.

## پر کاری تیروئید (هایپر تیروئیدی)

- ✓ وقتی تیروئید بیش از حد هورمون ترشح کند پر کاری تیروئید ایجاد می شود.
- ✓ پر کاری تیروئید باعث می شود بیماران وحشت زده و عصبانی شوند.
- ✓ ضربان قلبشان افزایش یافته و می تواند نامنظم شود.
- ✓ فشارخون هم از حد نرمال بالاتر می رود.
- ✓ بیماران کاهش وزن پیدا می کنند حتی اگر زیاد بخورند.

- ✓ این بیماران از بیش فعالی و افزایش فعالیت عصبی احساس خستگی پیدا می کنند در محیط های سرد هم احساس گرما می کنند.

## علائم دیگر پر کاری تیروئید

- ✓ اختلال در قاعدگی
- ✓ افزایش حرکات روده
- ✓ ریزش مو
- ✓ مرحله شدید پر کاری تیروئید حالتی است که غده تیروئید بیش از حد هورمون ترشح می کند و تیروئید پرکار می شود
- ✓ برآمدگی چشم نیز ممکن است رخ دهد.

## گره در تیروئید

- ✓ تورم غده تیروئید ممکن است باعث توده های کوچک مثل تومورها، کیست ها و سرطان ها شود.
- ✓ این توده ها ندول (گره) نام دارند.
- ✓ بسیاری از ندول های تیروئید غیر سرطانی یا خوش خیم هستند.
- ✓ بیشتر اوقات آنها سطح هورمون های تولید شده در تیروئید را تحت تأثیر قرار میدهند.

## تشخیص

- ✓ تشخیص اختلالات تیروئید شامل بررسی تاریخچه پزشکی و بررسی سابقه خانوادگی بیمار می باشد.
- ✓ معاینات فیزیکی برای بررسی تیروئید مثل ضربان قلب و فشارخون مهم هستند.
- ✓ آزمایش خون برای تعیین سطح هورمون تیروئید و تی اس ایج کمک کننده است.
- ✓ بالا بودن سطح تی اس ایج TSH علامت کم کاری تیروئید می باشد
- ✓ پایین بودن سطح تی اس ایج TSH علامت پر کاری تیروئید می باشد



## یاسن اسمہ دواء و ذکرہ شفاء

### راهنمای بیمار

# خود مراقبتی اختلالاتی غده تیروئید

کد محتوا : ۲۲۰

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱۱-۶۲۹۲۹۱۱

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

- ✓ یک دوره زمانی طول می کشد تا لووتیروکسین اثر خود را نشان دهد. پس، هیچگاه به طور ناگهانی داروی خود را قطع نکنید
- ✓ برای اطمینان از تاثیر دارو، باید مرتباً با مراجعه به پزشک غده، آزمایش خون و ادرار بدهید.
- ✓ هنگام مراجعه به دندانپزشک و یا پزشک دیگر، به آنها بگویید که لووتیروکسین مصرف می کنید.
- ✓ برخی داروها اگر همزمان با لووتیروکسین مصرف شوند، باعث کاهش اثر آن می شوند .
- ✓ داروهای زیر را حداقل ۴ ساعت قبل از مصرف لووتیروکسین و یا ۴ ساعت بعد از مصرف لووتیروکسین مصرف کنید تا اثر آن را کم نکنند:
- ✓ کرینات کلسیم
- ✓ قرص آهن (فرو سولفات)
- ✓ داروهای زخم معده و روده
- ✓ داروهای پایین آورنده پتاسیم
- ✓ آنتی اسیدهای حاوی آلومینوم
- ✓ داروهای پایین آورنده کلسترول
- ✓ داروهای دیابت و انسولین
- ✓ داروهای گشاد کننده عروق مانند وارفارین
- ✓ داروی داخل وریدی برای بیماران عروقی

### اگر مصرف قرص شما بیش از میزان لازم باشد علائمی مانند

اسهال، تعریق، افتادگی پلک، افزایش ضربان قلب، لرزش دست، افزایش اشتها، عصبانیت، عدم تحمل گرما و کاهش وزن خواهید داشت.

تهیه و ترجمه: همایون عباسی کارشناس پرستاری  
مشاور علمی: دکتر علی کچویبی فوق تخصص غده  
منبع: TAT guideline.2015.2017  
طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش سلامت"  
بروزرسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) شهریور ۱۳۹۹

- ✓ اگر پزشک احتمال میدهد غده هیپوفیز، باعث اختلالات تیروئید شده است، ممکن است سایر آزمایشات هورمونی را درخواست نماید.
- ✓ تست ویژه ید رادیواکتیو بی خطر ممکن است برای تعیین این که آیا بخش هایی از تیروئید کم کار یا پرکار هستند انجام می شود. که بنام آزمون جذب ید رادیواکتیو شناخته می شوند.
- ✓ نمونه برداری هم در تشخیص کمک کننده است.
- ✓ سونوگرافی هم برای تشخیص اندازه تیروئید (و جامد یا مایع بودن آن) کمک می کند .

### درمان

- ✓ هورمون درمانی باقرص تیروئید.
- ✓ داروهای کند کننده ضربان قلب
- ✓ در دوران بیش فعالی، استفاده از ید رادیواکتیو نهایتاً جراحی که تمام یا قسمتی از تیروئید برداشته می شود.

### نکاتی در مصرف قرص لووتیروکسین

- ✓ دارو را به همان مقداری که پزشک تجویز کرده، مصرف کنید، نه زیاد و نه کم. در صورتی که پزشک تشخیص دهد مقدار دارو را تغییر می دهد. شما خودتان این کار را نکنید.
- ✓ اگر از انسولین و یا داروهای خوراکی دیابت مصرف می کنید، از پزشک خود درباره مقدار مصرفی داروهای دیابت با لووتیروکسین سؤال کنید.
- ✓ حتما قرص را با یک لیوان پر از آب مصرف کنید.
- ✓ لووتیروکسین را با **معده خالی** و نیم ساعت قبل از غذا خوردن مصرف کنید.
- ✓ لووتیروکسین را صبح مصرف کنید. دستورات عملی های پزشک را رعایت کنید و دارو را هر روز در یک ساعت مشخص مصرف کنید.