



СИМПТОМЫ ГИПОТИРЕОЗА

Гипотиреоз – снижение функции щитовидной железы

(недостаточная выработка гормонов)



Ухудшение
памяти и
внимательности

Повышенное
выпадение
волос

Боль в грудной
клетке

Депрессивное
состояние

Набор веса

Отёки на коже

Понижение
температуры
тела

Вялость,
слабость,
утомляемость

Причиной 65% случаев заболеваний щитовидной железы у взрослых и 95% у детей является недостаточное поступление йода с питанием.



65%



95%



Йододефицитные заболевания развиваются из-за дефицита йода в питании и могут быть предотвращены при нормальном потреблении йода.

Чем меньше йода в организме, тем чаще развиваются



У беременных:

выкидыши, врожденные аномалии плода, смерть плода



У детей и подростков:

нарушение умственного и физического развития



У новорожденных:

Множественные пороки развития, в т. ч. умственная отсталость, глухонмота, косоглазие и т. д.



Во всех возрастных категориях:

увеличение щитовидной железы и нарушение ее функции

Норма суточного потребления йода, мкг:

младенцы до года – 80
дети до 12 лет – 120
беременные и кормящие – 250

взрослые – 150
пожилые – 100

Как снизить риск заболевания РАКОМ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

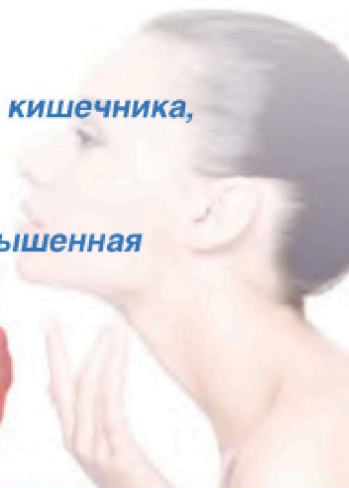
Щитовидная железа чаще других органов страдает от влияния окружающей среды, стрессов, переутомления, не качественной пищи и воды – возникают различные опухоли: доброкачественные – аденомы и кисты и злокачественные – рак.

ФАКТОРЫ РИСКА РАЗВИТИЯ РАКА ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ:

- *Наследственность*
- *Низкое содержание йода в пище*
- *Наличие заболеваний органов половой сферы, молочных желез, кишечника, узлового образования в щитовидной железе.*

ПРИЗНАКИ НАЧАЛА РАЗВИТИЯ РАКА ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ:

- *Повышенная возбудимость, снижение массы тела, слабость, повышенная температура тела, тахикардия*
- *Быстрорастущее уплотнение на шее*
- *Боль в области шеи*
- *Осиплость в голосе*
- *Затрудненное дыхание*
- *Кашель*



ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ЭТИХ СИМПТОМОВ – СРОЧНО ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ!

ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА: СИМПТОМЫ ГИПОТИРЕОЗА И ГИПЕРТИРЕОЗА



Недостаток гормонов щитовидной железы (гипотиреоз)

- пульс менее 60 уд./мин.
- набор лишнего веса
- высокий холестерин
- снижение аппетита
- замедление речи
- отечность лица
- зябкость
- ломкость, выпадение волос



Избыток гормонов щитовидной железы (гипертиреоз)

- пульс более 90 уд./мин.
- резкое снижение веса
- непереносимость жары
- дрожание рук
- повышенный аппетит
- раздражительность, беспокойство
- увеличение щитовидной железы
- светобоязнь

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА У ЗЕРКАЛА

0-я степень

Щитовидная железа не изменена, увеличения нет.

1-я степень

Щитовидная железа увеличена, не деформирует шею, не видна при визуальном осмотре, но пальпируется.

3-я степень

Увеличение щитовидной железы видно при осмотре, четко прослеживается при повороте головы, деформирует изгибы шеи, пальпируется.

Совет

При 1-й и 2-й степенях увеличения щитовидной железы необходимо обратиться к врачу-терапевту или эндокринологу.

Врач назначит необходимые обследования, по результатам которых будет поставлен диагноз, даны соответствующие рекомендации и назначено лечение.

До осмотра врача самостоятельно принимать какие-либо лекарственные препараты, в том числе препараты йода, не рекомендуется.