

Do pokarmów warto dodawać sól jodowaną – przekonuje prof. Maria Górską z Kliniki Endokrynologii, Diabetologii i Chorób Wewnętrznych UMB.

Prof. Górską była gościem ostatniej audycji z cyklu „Pytanie do specjalisty” w Radiu Orthodoxia. Pytania dotyczące schorzeń tarczycy w imieniu słuchaczy i naszych Czytelników zadawał doc. Jan Kochanowicz. Oto zapis audycji:

Co to jest tarczyca? Gdzie się znajduje?

– Jest to niewielki gruczoł wydzielający wewnątrz, położony w przedniej części szyi, tuż nad stawami mostkowo-obojczykowymi. To narząd o średniej objętości 20-25 mililitrów. Zdrowa tarczyca na ogół nie jest widoczna. To bardzo potrzebny narząd, produkujący hormon tyroksynę (T4). Hormon ten jest w różnych tkankach zmieniany na aktywny hormon trójiodotyroninę (T3). Ten hormon wywiera wpływ na funkcjonowanie wszystkich tkanek i narządów naszego organizmu. Ma wpływ na pracę układu krążenia, nerwowego, pokarmowego.

Czym jest TSH, które jest oznaczane przy rozpoznawaniu schorzeń tarczycy?

– TSH to hormon tyreotropowy, wydzielany przez przysadkę mózgową, który wpływa na funkcję tarczycy. Jeżeli nasz organizm ma za mało hormonów tarczycy, przysadka to odczuwa i wzrasta wydzielanie TSH. Jak jest sytuacja odwrotna, hormonu jest za dużo, blokuje to wydzielanie TSH przez przysadkę i jest obniżenie jego stężenia. Oznaczanie poziomu TSH pozwala na wstępne rozpoznanie nadczynności czy niedoczynności tarczycy.

Jakie są objawy nadczynności tarczycy?

– To stan, gdy w organizmie mamy nadmiar hormonów T3 i T4. Główne objawy to stałe uczucie gorąca, skóra takiej osoby jest ciepła, wilgotna. Osoba z nadczynnością tarczycy wydzielą bardzo dużo ciepła. Dzięki temu zużywa więcej energii i obniża się masa ciała. Następuje też osłabienie siły mięśniowej, pacjent ma kłopoty z wchodzeniem po schodach, czy też nie jest w stanie utrzymać uniesionych nóg z pozycji leżącej. Do tego dochodzi wzmożona pobudliwość nerwowa lub stany depresyjne. Nadmiar hormonów tarczycy wpływa na przyspieszenie czynności serca i występowanie zaburzeń rytmu. Nadczynność tarczycy może też wpływać na przewód pokarmowy, objawiając się biegunką. Ma też wpływ na narządy rodne i być przyczyną zaburzeń miesiączkowania.

Jak się objawia niedoczynność tarczycy?

– Pacjent ma stałe uczucie chłodu, zazwyczaj bardzo ciepło się ubiera. Jego skóra jest sucha, żółtawa, łuszczy się, często wypadają włosy, brwi, rzęsy. Mogą wystąpić zaparcia, zwolniona czynność serca. Mogą pojawić się też obrzęki: twarzy, okolicy oczu. Często mamy do czynienia z drętwieniem rąk, czy też tzw. zespołem cieśni nadgarstka.

Nadczynność jak i niedoczynność tarczycy są równie groźnymi chorobami. Do prawidłowego funkcjonowania organizmu potrzebna jest bowiem odpowiednia ilość hormonów tarczycy.

Nadczynność lub niedoczynność tarczycy może wystąpić w przebiegu chorób autoimmunologicznych. Choroba Gravesa-Basedowa, to schorzenie autoimmunologiczne przebiegające z nadczynnością tarczycy. Istotą choroby jest powstawanie autoprzeciwciał, pobudzających komórkę tarczycy do produkcji hormonów w nadmiarze. Z kolei choroba Hashimoto to niedoczynność tarczycy o podłożu autoimmunologicznym. Ta choroba dotyka głównie kobiety w starszym wieku. Organizm zaczyna wytwarzać przeciwciała przeciwko własnej tarczycy. Mamy różne postaci tej choroby, w niektórych zablokowana jest funkcja tarczycy, nie są wydzielane hormony, w innych dochodzi do niszczenia komórek narządu, gdzie tarczyca staje się coraz mniejsza. Obecnie w klinice prowadzimy badania dotyczące mechanizmów powstawania różnych postaci choroby Hashimoto. Przez najbliższe 2-3 tygodnie pacjenci z rozpoznaną chorobą, lub jej podejrzeniem, mogą się do nas zgłaszać na poszerzone spektrum badań, dzwoniąc na nr 85 7468607 lub 85 7468239.

Czy są choroby tarczycy, w których występują prawidłowe stężenia hormonów?

– Tak. Np. powiększenie tarczycy, nazywane wolem. Nieraz to wole można wykryć tylko w badaniu USG, bo nie jest widoczne gołym okiem. Bardzo ważne jest też, aby przy takim badaniu był wykonywany pomiar wielkości tarczycy.

Kiedyś często mieliśmy do czynienia z wolem młodzieńczym, mięsaczowym, które pojawiała się w okresie pokwitania. Ale od chwili wprowadzenia soli jodowanej, u dzieci praktycznie nie widzi się powiększonej tarczycy. Obecnie najczęściej rozpoznajemy wole guzowate u osób dorosłych.

Jakie badania należy wykonać, aby zdiagnozować chorobę tarczycy?

– Przede wszystkim stężenie TSH oraz badanie USG tarczycy. Warto, aby każdy przynajmniej raz w życiu je zrobił, nawet gdy nie ma żadnych objawów. W przypadku stwierdzenia obecności guzków konieczne jest wykonanie biopsji cienkoigłowej celem określenia rodzaju guzka.

Czy warto spożywać sól jodowaną lub zawierające jod suplementy diety? Czy jest ryzyko przedawkowania jodu?

– Oczywiście, że warto dodawać jodowaną sól do pokarmów. Także suplementy diety są bezpieczne, zazwyczaj jest w nich niewielka dawka jodu, i jeśli ktoś nie używa soli powinien zażywać takie suplementy. Ich spożycie jest też niezbędne u kobiet w ciąży, bo wtedy występuje zwiększone zapotrzebowanie na jod – 200 mikrogramów dziennie.

Jak wygląda leczenie?

– Przy nadczynności tarczycy może być farmakologiczne, jeśli to choroba autoimmunologiczna Gravesa-
Basedova. Leczenie trwa długo, około półtora roku. Ale coraz częściej stosowane jest radykalne leczenie przez
podanie radiojodu i zniszczenie tarczycy. Jest to leczenie tańsze i dające szybszy efekt.
Przy niedoczynności tarczycy uzupełnia się ilość hormonów podając je w tabletkach, jeden raz dziennie, rano, na
czczo.
Nowotwory tarczycy w większości przypadków są leczone z bardzo dobrym skutkiem operacyjnie i radiojodem.

Jakie skutki niesie całkowicie usunięcie tarczycy?

– Tarczycę usuwa się całkowicie przy leczeniu raków tarczycy. Można bez niej normalnie żyć, chociaż do końca
życia trzeba już przyjmować niezbędne hormony, w dawce odpowiednio dobranej przez lekarza.