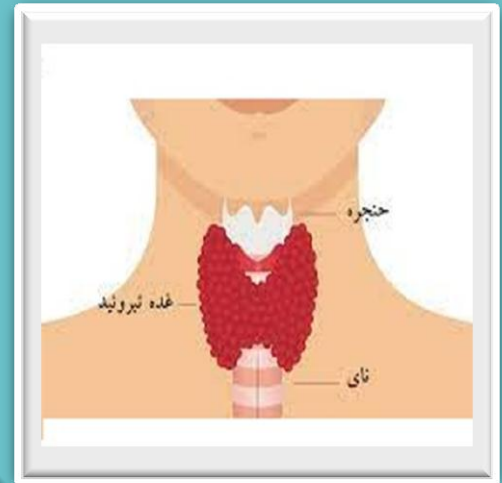


بیمارستان تخصصی شهید رجایی

تیروئید چیست ???



تهیه و تنظیم : فرزانه بهرامی
(مسئول آموزش سلامت همگانی)

بهار ۱۴۰۲

کد پمفلت : RH.PM۱.P۱۳

تعاریف

غده : تعدادی سلول که تولید یکسری مواد را برعهده دارند.

تیروئید: یکی از غده های اصلی تولیدکننده هورمون در بدن است . که برای سلامتی ضروری است و هرگونه تغییر در میزان تولید هورمونهای تیروئیدی (کم بشود یا زیاد بشود) باعث ایجاد مشکل در کار غده تیروئید میشود .

تیروئید یک غده کوچک پروانه ایی شکل جلوی گردن ، دقیقا پایین (محلی که با فرو دادن بزاق به صورت برآمدگی مشخص می شود) قرار دارد.

هورمون های تیروئید روی بسیاری از فعالیت های بدن مثل ضربان قلب، بارداری ، رشد ، چربی سوزی موثر هستند.



غده تیروئید برای بهتر کار کردن نیاز به ید دارد و بدن توانایی تولید ید را ندارد به همین دلیل ید مورد نیاز باید از طریق رژیم غذایی تامین شود.

انواع بیماری تیروئید

۱- پرکاری تیروئید:

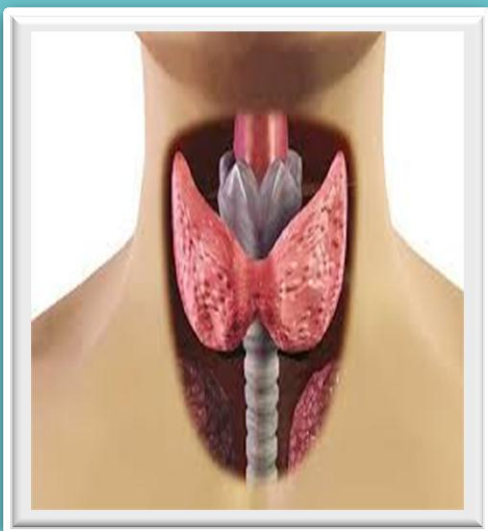
در پرکاری تیروئید ، فعالیت غده تیروئید زیاد میشود .

علائم آن شامل : عصبی بودن ، زیاد شدن ضربان قلب ، تعریق زیاد، زود رنجی ، نازک شدن پوست ، پف زیر چشم ، بی قراری ، لرزش بدن میباشد .

برای درمان این مشکل از داروهای ضد تیروئیدی استفاده میشود که این داروها تولید هورمونهای تیروئیدی را کاهش میدهند .

پیشگیری از بیماریهای تیروئید:

- ۱- مصرف روزانه ید به میزان کافی
- ۲- قطع مصرف دخانیات
- ۳- قطع مصرف الکل



اگر پرکاری تیروئید درمان نشود باعث مشکلات زیر میشود:

- ✓ مشکلات بینایی مثل تاری دید
- ✓ مشکلات قلبی مثل تپش قلب
- ✓ پوکی استخوان
- ✓ قرمز و تورم پوست بویژه پوست پا

غذای های ممنوع در پرکاری تیروئید:

بادام ز مینی / شلغم / کلم ییچ / کلم قمری / قهوه / هلو / اسفناج

۲- کم کاری تیروئید:

در کم کاری تیروئید فعالیت غده تیروئید کم میشود. علائم آن شامل: احساس خستگی ، افسردگی ، اضافه وزن ناگهانی ، یبوست ، خشک شدن پوست ، ایجاد مشکلات حافظه ، ریزش مو ، کاهش میل جنسی میباشد.

اگر کم کاری تیروئید درمان نشود با مشکلات زیر میشود :

- ✓ بزرگ شدن تیروئید که به آن گواتر میگویند ، که باعث ایجاد مشکل در قورت دادن غذا و مایعات همچنین مشکل در تنفس کردن میشود .
- ✓ ناباروری - سقط جنین
- ✓ مشکلات روانی مانند افسردگی

۳- سرطان تیروئید :

نوعی سرطان که بدلیل رشد بیش از حد سلولهای غده تیروئید ایجاد میشود .

علائم آن شامل : یک توده بدون درد جلوی گردن. گرفتگی صدا بدون دلیل که بعد از چند هفته خوب نمیشود. گلودردی که با گذشت زمان خوب نمیشود . مشکل در قورت دادن غذا و مایعات .