



Автор: Отдел общественного здоровья ГУ «Речицкий ЗЦГЭ»

В 2009 году Европейская тироидная ассоциация предложила отмечать 25 мая Всемирный день заболеваний щитовидной железы.

Щитовидная железа – самая большая железа в эндокринной системе человека. Её основной функцией является выработка гормонов, которые стимулируют обмен веществ во всех клетках и регулируют практически каждый процесс в организме – от сердцебиения до работы репродуктивной системы.

В настоящее время заболевания щитовидной железы являются одними из самых распространенных как в мире, так и в Республике Беларусь.

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 могут возникать все проявления заболевания.

Симптомами гипотиреоза являются утомляемость, сонливость, чувство зябкости, ухудшение памяти, прибавка в весе, депрессия, запоры, нарушения менструального цикла, сухая шелушащаяся кожа.

Симптомами гипертиреоза являются снижение массы тела даже при нормальном питании, тревожность, раздражительность, учащенное сердцебиение более 100 ударов/минуту, широко раскрытые «выступающие» вперед глаза, дрожь в руках, слабость, выпадение волос, частый стул, потливость, нарушение менструального цикла.

Для проведения массовой профилактики йододефицитных заболеваний используется йодированная соль. Использование йодированной соли – наиболее эффективный метод, рекомендованный Всемирной организацией здравоохранения.

Особенностью геофизических условий Беларуси является дефицит йода в воде, почве, а поэтому и в продуктах питания. Законодательно установлено, что дополнительное снабжение жителей Республики Беларусь этим важным микроэлементом осуществляется путем йодирования поваренной соли. Такая соль не имеет особого вкуса и запаха. Каждый грамм соли содержит в себе около 40 микрограммов йода. Потребление около 3 граммов йодированной соли в сутки обеспечивает человеку нормальный уровень содержания йода в организме. Соль необходимо добавлять в блюдо перед употреблением, а не во время приготовления, так как при нагревании йод практически полностью испаряется. Препараты йода используются тогда, когда нехватка йода может быть особенно опасной, а потребности выше обычных. В первую очередь это касается беременных женщин, а также детей. Дозировку и курс лечения препаратами йода подбирает врач, заниматься самолечением не следует.

На сегодняшний день подавляющее большинство заболеваний щитовидной железы излечимо, а в части случаев – предотвратимо!

25 мая 2020 года на базе учреждения «Гомельский областной эндокринологический диспансер» с 10.00 до 12.00 будет работать «прямая» телефонная линия. По номеру (80232) 33-74-80 на вопросы ответят врачи-эндокринологи.