

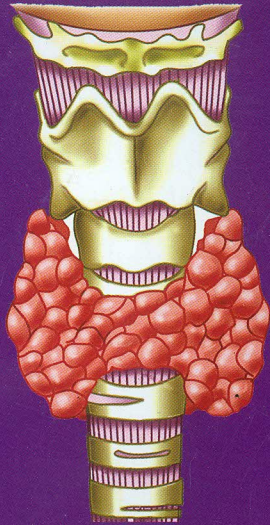


مجموعه پمفلت‌های آموزش بیماری‌های تیروئید برای بیماران

۲

کم کاری تیروئید

Hypothyroidism



تهیه و تنظیم:

گروه تیروئید

مرکز تحقیقات غدد

پژوهشگاه علوم غدد و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی تهران

تهران - خیابان کارگر شمالی، بیمارستان دکتر شریعتی، طبقه پنجم
تلفن: ۸ - ۸۸۲۲۰۰۳۷ ، ۸۸۲۲۰۰۷۷

http://emri.tums.ac.ir , Email: emrc@tums.ac.ir

مصرف شود علایم پرکاری تیروئید پدیدار می‌گردد. شایع‌ترین علایم ناشی از مصرف بیش از حد دارو خستگی، بی‌خوابی، افزایش اشتها، لرزش، احساس گرما در زمانی که سایر افراد احساس سرما می‌کنند، عصبی بودن، عدم توانایی در انجام ورزش به خاطر ضعف ماهیچه‌ها، تنگی نفس و پیش قلب می‌باشد. بیماری که دچار این علایم می‌شوند نیاز است آزمایش TSH انجام دهند اگر میزان TSH بسیار پایین باشد نشان‌دهنده مصرف بیش از نیاز هورمون تیروئید است و ممکن است نیاز به کاهش میزان دارو باشد.

■ **پیگیری:** بیمار نیاز دارد به طور متوسط ۶ تا ۱۰ هفته پس از تغییر میزان داروی لووتیروکسین آزمایش TSH انجام دهد. چنانچه بیمار باردار باشد یا داروهایی مصرف می‌کند که در جذب لووتیروکسین تأثیر دارند ممکن است نیاز باشد آزمایش TSH به دفعات بیشتر انجام شود. TSH باید در حد طبیعی نگه داشته شود. کودکانی که مبتلا به کم‌کاری تیروئید هستند لازم است درمان دارویی مورد نیاز خود را روزانه دریافت نموده و میزان TSH آنها به فواصل منظم بررسی گردد که سطح خونی آن در حد طبیعی بماند تا کودک از رشد مناسب ذهنی و جسمی برخوردار شود. با طبیعی شدن میزان TSH و تنظیم میزان دارو بیمار می‌تواند آزمایش TSH را به طور سالانه انجام دهد.

نکته:

- در موارد زیر لازم است بیمار هر چه زودتر به پزشک مراجعه کند:
- علایم بالینی شما برگشت نماید یا بدتر شود.
- هنگامی که می‌خواهید میزان داروی لووتیروکسین را تغییر دهید.
- هنگامی که به میزان زیاد دچار تغییر وزن شده‌اید (افزایش یا کاهش).
- وقتی قصد دارید مصرف دارویی را شروع کنید که با جذب لووتیروکسین تداخل دارد، یا می‌خواهید میزان داروی مورد نظر را تغییر دهید.
- هنگامی که داروی لووتیروکسین را به میزان کافی مصرف نکرده‌اید و می‌خواهید این مسئله را با پزشکتان در میان بگذارید.
- زمانی که قصد دارید مصرف داروی لووتیروکسین را قطع نمایید با فرض اینکه احساس می‌کنید علایم شما بهبود یافته است. فراموش نکنید که هر زمان تصمیم به انجام این کار گرفتید بهتر است با نظارت دقیق پزشکتان این کار صورت گیرد.

«تنها راه دقیق برای اطمینان از تشخیص کم کاری تیروئید انجام آزمایش خون است»

۶

■ **آزمایش TSH:** مهم‌ترین و حساس‌ترین آزمایش برای تشخیص کم‌کاری تیروئید آزمایش TSH یا «هورمون محرک تیروئید» می‌باشد. TSH از غده هیپوفیز ترشح می‌شود، و به غده تیروئید دستور فعالیت می‌دهد. وقتی میزان TSH در خون به طور غیرطبیعی بالا باشد یعنی تیروئید کم‌کار است به عبارت دیگر بدن از غده تیروئید درخواست ساخت هورمون تیروئید بیشتری می‌کند زیرا میزان هورمون تیروئید در خون کافی نیست.

■ **آزمایش T4:** یکی از هورمون‌هایی که غده تیروئید تولید می‌کند، هورمون T4 یا «تیروکسین» نام دارد. بیشترین میزان T4 موجود در خون به پروتئین متصل است و تنها ۲ - ۱ درصد آن به صورت آزاد وجود دارد و می‌تواند وارد سلول‌های بدن شود. هنگامی که میزان این هورمون در خون کاهش می‌یابد به این معنی است که تیروئید کم‌کار شده است.

درمان کم‌کاری تیروئید

انتظار شما در دراز مدت چیست؟

درمان قطعی برای کم‌کاری تیروئید وجود ندارد و اکثر بیماران تا پایان عمر این بیماری را همراه دارند. البته در مورد برخی از بیماران مانند افرادی که به علت حمله ویروس دچار التهاب تیروئید می‌شوند و بیماران مبتلا به التهاب تیروئید پس از حاملگی کم‌کاری تیروئید درمان خواهد شد. کم‌کاری تیروئید ممکن است شدید یا خفیف باشد. اگر فعالیت تیروئید کاملاً کنترل شود علایم کم‌کاری تیروئید به خوبی متوقف شده و بهبود می‌یابد.

در اکثر بیمارانی که کم‌کاری تیروئید آنها برگشت پذیر نیست می‌توان علایم آنها را به طور کامل کنترل کرد. درمان با جایگزینی هورمون تیروئید (تیروکسین) با میلی‌گرمی که تیروئید بیمار قادر به ساخت آن نیست امکان‌پذیر است. با این کار سطح T4 و TSH به میزان طبیعی برمی‌گردد. بنابراین اگر غده تیروئید شما به درستی کار نمی‌کند جایگزینی T4 می‌تواند میزان هورمون تیروئید و فعالیت بدن شما را طبیعی نماید. لذا قرص‌های لووتیروکسین صنایعی حاوی هورمون T4 دقیقاً مشابه با آنچه که غده تیروئید می‌سازد می‌باشند. همه بیماران مبتلا به کم‌کاری تیروئید به جز آنهایی که دچار میگزدم شدید (کم‌کاری شدید تیروئید توأم با اختلال هوشیاری) هستند می‌توانند به طور سرپایی تحت درمان قرار گیرند.

■ **عوارض جانبی دارو:** تنها خطرات دارو ناشی از مصرف بسیار کم یا بسیار زیاد دارو می‌باشد. چنانچه دارو خیلی کم مصرف شود علایم کم‌کاری تیروئید در بیمار ادامه می‌یابد و چنانچه بسیار زیاد

۵

کم‌کاری تیروئید چیست؟

کم‌کاری تیروئید یعنی غده تیروئید قادر نیست به میزان کافی هورمون تیروئید برای فعالیت نرمال بدن تولید کند. بنابراین زمانی که میزان هورمون تیروئید در خون فردی کاهش یابد آن فرد دچار کم‌کاری تیروئید شده است.

چه عواملی باعث کم‌کاری تیروئید می‌شوند؟

دلایل زیادی برای عدم توانایی سلول‌های تیروئید در ترشح هورمون تیروئید وجود دارد. علت‌های عمده از شایع‌ترین تا نادرترین موارد عبارتند از:

❖ **بیماری‌های اتوایمیون:** در بدن بعضی از افراد سیستم ایمنی که در واقع بدن را از تهاجم عفونت محافظت می‌کند، سلول‌ها و آنزیم‌های مربوط به غده تیروئید را به عنوان مهاجم تلقی نموده و به آنها حمله می‌کند. به دنبال این مسئله سلول‌ها و آنزیم‌های کافی برای تهیه هورمون تیروئید به میزان کافی وجود نخواهد داشت. شیوع این موضوع در خانم‌ها بیشتر است. التهاب تیروئید به دلیل بیماری‌های اتوایمیون (خود ایمنی) می‌تواند به طور ناگهانی یا در طول سال‌ها به آهستگی اتفاق بیفتد.

❖ برداشتن قسمتی یا تمام نسج تیروئید (جراحی):

در بعضی از بیماری‌های تیروئید مثل وجود گره یا سرطان یا پُرکاری تیروئید نیاز به انجام جراحی برای برداشتن قسمتی یا تمام تیروئید می‌باشد. چنانچه تمام نسج تیروئید خارج شود بیمار قطعاً دچار کم‌کاری تیروئید خواهد شد و چنانچه بخشی از تیروئید برداشته شود در آن صورت امکان ساخت هورمون تیروئید به میزان کافی وجود دارد.

❖ درمان با مواد رادیواکتیو (پرتو درمانی):

تعدادی از بیماران با شرح‌حال پُرکاری تیروئید، گوآتر گره‌ای یا سرطان تیروئید با هدف تخریب تیروئید با یُد رادیواکتیو درمان می‌شوند به علاوه افراد مبتلا به بیماری هوچکین، لنفوم یا سرطان‌های سر و گردن نیز با پرتوهای رادیواکتیو درمان می‌شوند. همه این بیماران بواسطه درمان می‌توانند بخشی یا تمام فعالیت تیروئید خود را از دست بدهند:

❖ کم‌کاری تیروئید مادرزادی:

تعدادی از نوزادان به هنگام تولد یا فاقد تیروئید یا تنها دارای بخشی از آن می‌باشند و یا اینکه تمام

تیروئید یا بخشی از آن در جای دیگری از بدن غیر از جای طبیعی خود قرار دارد. در بعضی از نوزادان نیز سلول‌های تیروئید یا آنزیم‌های آن به صورت طبیعی کار نمی‌کنند.

❖ **التهاب تیروئید:** التهاب غده تیروئید معمولاً به علت حمله سیستم ایمنی بدن یا عفونت‌های ویروسی اتفاق می‌افتد به دنبال این اتفاق ذخایر هورمونی تیروئید به داخل جریان خون تخلیه می‌شود و لذا می‌تواند باعث ایجاد علائم پُرکاری تیروئید شود بعد از آن فعالیت تیروئید به تدریج کاهش می‌یابد.

❖ **داروها:** داروهایی مانند آمیودارون، لیتیم، ایترتروفون آلفا، ایترلوکین ۲ می‌توانند باعث جلوگیری از ساخت هورمون تیروئید در غده تیروئید شوند. این داروها در بیماران که یک زمینه ژنتیکی برای بیماری‌های خودایمنی تیروئید دارند بیشتر باعث کم‌کاری تیروئید می‌شوند.

❖ **کمبود یا افزایش یُد دریافتی:** غده تیروئید برای ساخت هورمون نیاز به یُد دارد. این یُد از طریق غذا وارد بدن شده و از راه جریان خون وارد تیروئید می‌شود. تولید کافی هورمون تیروئید منوط به میزان کافی یُد در بدن می‌باشد. مصرف یُد به میزان زیاد می‌تواند باعث کم‌کاری تیروئید یا بدتر شدن آن شود.

❖ **آسیب به غده هیپوفیز:** غده هیپوفیز که در مغز قرار دارد به غده تیروئید فرمان می‌دهد که چه میزان هورمون بسازد. چنانچه غده هیپوفیز به هر علتی مانند صدمه ناشی از تومور مغزی، اشعه یا جراحی دچار آسیب شود، دیگر قادر نیست به تیروئید فرمان دهد، در نتیجه تیروئید قادر به ساخت هورمون به میزان کافی نخواهد بود.

❖ اختلالات نادر:

بعضی از بیماری‌ها به طور متشتر تیروئید را اشغال نموده و باعث اختلال در کارکرد تیروئید می‌شوند. به عنوان مثال بیماری‌های آمیلوئیدوز با رسوب پروتئین آمیلوئید، سارکوئیدوز با رسوب گرانولوم و هموکروماتوز با رسوب آهن در تیروئید باعث اختلال در فعالیت آن می‌شوند.

علائم کم‌کاری تیروئید چیست؟

زمانی که سطح هورمون‌های تیروئید در خون بسیار پایین باشد و سلول‌های بدن در معرض میزان کافی هورمون تیروئید قرار نگیرند، متابولیسم (سوخت و ساز) بدن کند می‌شود در این شرایط شما احساس سرمای بیشتری می‌کنید، به راحتی خسته می‌شوید،

در پوست خود احساس خشکی بیشتری می‌کنید، احساس افسردگی و فراموشی نسبت به مسائل دارید و از لحاظ مزاجی ممکن است دچار یبوست شوید. به دلیل تنوع علائم، تنها راه دقیق برای اطمینان از تشخیص کم‌کاری تیروئید انجام آزمایش خون است.

کم‌کاری تیروئید چگونه تشخیص داده می‌شود؟

تشخیص صحیح کم‌کاری تیروئید وابسته به یافته‌های زیر است:

❖ علائم

علائم کم‌کاری تیروئید به طور خاص تنها در این بیماری مشاهده نمی‌شود و بسیاری از علائم کم‌کاری تیروئید در افرادی با بیماری‌های دیگر نیز دیده می‌شود. یکی از راه‌هایی که می‌تواند کمک کننده باشد این است که آیا این علامت همیشه با شما بوده است (که در این صورت احتمال کم‌کاری تیروئید کمتر می‌شود) یا احساس تغییری است که مدتی در شما بوجود آمده است (در این مورد احتمال کم‌کاری تیروئید بیشتر است). علاوه بر معاینه غده تیروئید، پزشک به دنبال علائمی مانند پوست خشک، تورم، کند شدن رفلکس‌ها و کاهش ضربان قلب می‌گردد.

❖ تاریخچه پزشکی و فامیلی

شما باید موارد زیر را با پزشک خود در میان بگذارید:

- تغییراتی در سلامت شما با احساس کاهش در میزان فعالیت.
- سابقه جراحی تیروئید.
- سابقه تابش اشعه رادیواکتیو به گردن برای درمان سرطان.
- سابقه دریافت داروهایی که باعث کم‌کاری تیروئید می‌شوند مانند: آمیودارون، لیتیم، ایترتروفون آلفا، ایترلوکین ۲ و احتمالاً تالیدومید.
- سابقه ابتلای افراد خانواده تان به بیماری‌های تیروئید مانند کم‌کاری تیروئید.

« علاوه بر معاینه غده تیروئید، پزشک به دنبال علائمی مانند پوست خشک، تورم، کند شدن رفلکس‌ها و کاهش ضربان قلب می‌گردد»

❖ آزمایش خون

در تشخیص کم‌کاری تیروئید دو آزمایش مورد استفاده قرار می‌گیرد: