

Употребление йодистой соли является хорошей профилактикой проблем с щитовидной железой, но употребление таблеток йода или таблеток из бурых водорослей иногда может усугубить эти проблемы. Если вы подозреваете, что у вас что-то не в порядке с щитовидной железой, обратитесь к врачу.

За дополнительной информацией обращайтесь в следующие группы поддержки: Australian Thyroid Foundation, PO Box 186, Westmead NSW 2145, тел. (02) 9890 6962; Thyroid Australia, PO Box 2575, Fitzroy Delivery Centre, VIC 3065, тел. (03) 9561 2483.

Если у вас трудности с английским языком и для того, чтобы позвонить, вам нужна помощь, обращайтесь в Службу устного и письменного перевода (TIS) по телефону 131 450.

Дополнительную информацию на русском языке можно найти в вебсайте Multicultural Communication по адресу <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

Телефонные номера правильны на момент публикации.
Вам может потребоваться проверить эти номера по телефонному справочнику.

КАК ПРОБЛЕМЫ СО ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗОЙ МОГУТ ОТРАЗИТЬСЯ НА ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ

How thyroid problems can affect your health

REVIEWED
May 2001
NSW Multicultural Health Communication Service

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

КАК ПРОБЛЕМЫ СО ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗОЙ МОГУТ ОТРАЗИТЬСЯ НА ВАШЕМ ЗДОРОВЬЕ

How thyroid problems can affect your health

Когда Лана первый раз пожаловалась на усталость, депрессию и прибавку в весе, ее врач посоветовал ей делать больше физических упражнений, но поскольку жалобы продолжались, он направил ее к психиатру. В конце концов Лане поставили диагноз – не депрессия, а проблемы, отражающиеся на щитовидной железе – маленькой железе, похожей по форме на бабочку и расположенной в шее, под адамовым яблоком.

Многие даже не знают, где находится эти железа, а тем более не знают, какова ее функция, и тем не менее она влияет на многие части тела и может вызвать целый ряд симптомов. Как и в случае с Ланой, эти симптомы могут иногда быть приняты за признаки других проблем – таких, как депрессия, работа на износ или последствия старения. Функциональные нарушения работы щитовидной железой встречаются часто – у каждого двадцатого. Особенно часто – у женщин: у каждой четырнадцатой женщины в течение жизни наблюдаются такие расстройства, особенно у женщин в возрасте 20-40 лет и в возрасте за 60 лет.

Как правило, это не смертельно, но проблемы с щитовидной железой серьезно отражаются на здоровье. Они влияют на настроение человека, уровень активности, противостояние жаре и холоду, а у женщин – также и на менструальный цикл и фертильность.

Выяснилось, что у Ланы щитовидная железа производила недостаточно гормонов. Это замедляло функционирование всего организма. Наиболее распространенные симптомы – это усталость, летаргия и необъяснимое увеличение веса на три-четыре килограмма. В число прочих симптомов, однако, могут

входить забывчивость, неспособность концентрироваться, сухие ломкие волосы, выпадение волос, сухая кожа, обильные менструации, хрупкие ногти, запоры и озноб.

У некоторых, наоборот, щитовидная железа производит слишком много гормонов, что ускоряет работу организма. Это может привести к потере веса и учащенному сердцебиению. В число прочих симптомов входят нервозность и раздражительность, бессонница, глаза навывкате и немигающий взгляд, человеку все время жарко и он потеет. Оба этих состояния могут быть диагностированы с помощью простого анализа крови, и в большинстве случаев медикаментозное лечение приводит к нормальному функционированию организма и самочувствию.

Среди прочих изменений щитовидной железы – увеличение ее, но это не обязательно приводит к каким-нибудь проблемам со здоровьем. Иногда на щитовидной железе возникают небольшие опухоли, называемые узелками. Это, как правило, не раковые опухоли. Очень важно для их проверки сделать биопсию (исследование клеток опухоли) для собственного спокойствия. При раннем диагностировании рак щитовидной железы, могущий возникнуть в любом возрасте, успешно лечится. В группу повышенного риска появления рака щитовидной железы могут входить те, кто проходил радиотерапию от угрей (распространенное лечение в 60-х годах).

Проблемы с щитовидной железой могут возникнуть у кого угодно и в любом возрасте. Однако в группу повышенного риска входят те, у кого в семье кто-нибудь когда-нибудь страдал от проблем с щитовидной железой. Некоторые выходцы из Юго-Восточной Азии и стран Среднего Востока тоже входят в группу повышенного риска в связи с недостаточным количеством йода в рационе населения этих стран. Однако при приезде в Австралию этот риск, как правило, снижается.