

Šta sve treba znati O ŠTITNOJ ŽLEZDI?

Piše: prof. dr
SNEŽANA ĐURICA,
internista endokri-
nolog u ordinaciji
Thyreo medicus,
redovni prof. inter-
ne medicine Medi-
cinskog fakulteta u
Beogradu, u penziji



Sve veći broj ljudi ima problema sa ovom žlezdom, a o tome kako možemo da se lečimo, ali i da eventualno preventivno sprečimo oboljenje, objašnjava naša stručna saradnica

Priredila: KSENIJA KONIĆ | **Foto:** MARKO POPLAŠEN, SHUTTERSTOCK, STORY PRESS

Tireoideja je najveća žlezda sa unutrašnjim lučenjem i nastaje već u četvrtoj nedelji embrionalnog života. Smeštena je na prednjoj strani vrata i pokretna je pri gutanju.

Sastoji se od dva režnja (18 - 22 gr.), spojenih mostom tkiva. Vezivna opna koja je obavija ulazi u žlezdu i deli je na manje celine. Veoma je dobro prokrvljena. Kad mirujemo, kroz gram tkiva protekne 5 ml krvi u minuti, a kada se uzbudimo, prokrvljenost je i tri puta veća. Zato se u stresu oseća gušenje u vratu. U štitastoj žlezdi se stvaraju hormoni: jodoproteini (tiroksin - T4 i trijodotironin - T3), kojima ona utiče na metabolizam gotovo svih ćelija u organizmu. Zato je korisno uzimati 150 - 200 (u trudnoći 250) mikrograma oligoelementa joda na dan, kroz raznovrsnu hranu (morska riba, celer, cvekla, pirinač, spanać, blitva, kopriva) i vodu. Međutim, veći unos joda može da uzrokuje poremećaj lučenja hormona. Zakonska obaveza jodiranja kuhinjske soli od 1954. godine korigovana je 1993. godine na 20 mg po kilogramu soli. Poremećaji tireoidne funkcije nisu retki, a rastućoj incidenciji doprinosi sve bolja dijagnostika.

HIPERTIREOZA

Hipertireoza je povećano lučenje hormona tireoideje i lako se prepoznaje: osoba, a to su češće žene (4:1), postaje nervozna, gubi na telesnoj masi, opada joj kosa,

žali se na brz rad ili nepravilnost rada srca, podrhtava, ima slab san, umorna je, a neretko ima slabost mišića. Po uspostavljanju dijagnoze, uz pomoć lekova koji smanjuju sintezu tireoidnih hormona osoba ponovo uspostavlja normalnu tireoidnu funkciju (remisija), a da bi to stanje što duže potrajalo, savetuje se promena načina života i povećanje praga reakcije na stres.

BAZEDOVljeVA BOLEST

Psihičko stanje, endokrini i imuni sistem (PNEI) u tesnoj su uzajamnoj funkcionalnoj vezi. Kada postoji dispozicija i u uslovima ponavljanog stresa i drugih faktora sredine (na primer: toplota, strah, briga) bolest se ispolji. U reproduktivnom periodu hormoni jajnika - estrogini ispoljavaju funkcionalni sinergizam sa tireoidnim hormonima, zadržava se tečnost, ispoljava glavobolja, štitasta žlezda je uvećana, javlja se smetnje u vratu, suv nadražajni kašalj,

nervoza... Imunski uzrokovana hipertireoza može da se ispolji kao Hashitoxicosis ili kao Graves - Bazedovljeva bolest koju karakteriše, pored povećanja koncentracije tireoidnih hormona u krvi, uvećanje tireoideje i promene na očima - orbitopatija. Često još neko u porodici ima autoimunu bolest.

Primenom lekova postižu se remisije, ali postoji sklonost ka recidivu bolesti zbog hormon-stimulišućih autoantitela (AtTSHR). Posle godinu dana primene lekova, ukoliko se ne postigne stabilna remisija, savetuje se ili operativno uklanjanje tireoideje kod mlade osobe ili primena izotopa joda (131 I), kod starijih osoba. Hipertireoza je faktor rizika za smanjenje mineralne gustine kostiju, to jest za nastanak osteopenije i osteoporoze, pa se savetuje provera kvaliteta kostiju.

HIPOTIREOZA

Hipotireoza je smanjeno lučenje hormona tireoideje. Obolela osoba budi se sa otocima gornjih kapaka i prstiju šaka, umorna je, pospana, oseća se teško, dobija u telesnoj masi, koža postaje hladna, suva, perutava, gruba, trbuh nadut, javlja se zatvor, slabost skeletnih mišića, a usled zadržavanja vode u organizmu povećan je krvni pritisak. Kod velikog broja obolelih od depresije, ispitivanjem se dokaže da boluju od hipotireoze. Dijagnostika ovog oboljenja uspešna je i pouzdana. Subkliničku hipotireozu potvrđujemo primenom hipotalamusnog hormona (TRH).

Nadoknadom hormona, sintetičkog tiroksina, (pristup je uvek individu-



alan) znatno se popravlja kvaliteta života osobe.

ŠTA JE HAŠIMOTO?

Doktor Hakaru Hašimoto je davne 1912. godine ukazao da postoji hronično zapaljenje tireoideje, autoimuna bolest (AIBT), i da se ona javlja u svim starosnim dobima te je čest uzrok hipotireoze. Za ovo multifaktorijsno oboljenje nije moguće odrediti štetan, kumulativni doprinos prethodnih virusnih infekcija, fizičkih agenasa (zračenje iz spoljašnje sredine, radioaktivni otpad) i hemijskih grupa (rušenje rafinerija, pesticidi, aditivi, lekovi - na primer, litijum i drugo). Treba naglasiti da se javlja i komorbidnost - istovremeno ispoljavanje i drugih autoimunih bolesti. Autoantitela ne mogu da iščeznu, ali njihov porast upućuje na radikalno rešenje zbog rizika od nastanka dobro diferenciranog karcinoma tireoideje. Pored pomenutih poremećaja tireoidne funkcije mogu da nastanu i morfološke promene tireoideje. Difuzno uvećanje ili struma difusa, ukoliko traju činioци koji su je uzrokovali (na primer, hronični nedostatak joda), može da pređu u nodusnu strumu. Proverom hormonskog statusa i metodama vizualizacije (ultrazvuk, scintigrafija) postavlja se dijagnoza i bira najpovoljniji oblik lečenja. ■

Pitajte prof. dr Snežanu Đuricu ono što vas zanima na www.story.rs



Hašimoto kao posledica stresa

Otkako se pre skoro dve decenije susrela sa oboljenjem štitne žlezde, kreatorka **VERICA RAKOČEVIĆ** prepoznala je simptome i uz konsultacije sa lekarima ovu bolest drži pod kontrolom. Za *Story* otkriva svoja razmišljanja na ovu temu.

Story: Kako ste saznali da imate problem sa štitnom žlezdom?

- Slučajno, pri običnoj lekarskoj analizi otkriven mi je veliki broj antitela, a hormoni su bili stabilni. Objasnjeno mi je da se bolest zove Hašimoto, i da je posledica stresa i brzog načina života. Bolest se manifestovala kroz promenu srčanog ritma, a aritmije i ubrzano lupanje srca obično su bile pojačane noću kada se organizam opušta.

Story: Jeste li tada bili uplašeni?

- Nisam paničar i sve što mi se događa prihvatam kao deo života.

Ljudi znaju da upadnu u stanje panike, koja samo pojačava manifestovanje ove bolesti.

Story: Za koji način lečenja ste se odlučili?

- Kada je došlo do smanjenja hormona T-3, doktorkom Drezgić, vrhunski stručnjak iz ove oblasti, dozirala mi je eurotiroks i moje tegobe su prestale. Od prirodnih stvari orahovača mi, ako ništa drugo, doprinosi dobrom raspoloženju. Sa ovom bolešću ne treba se igrati i izbegavati lekove jer su oni najsigurniji put do stabilnog zdravlja.

Story: Koji je vaš savet osobama koje se sada susreću sa takvim zdravstvenim problemom?

- Obavezno potražiti savet dobrog stručnjaka jer pogrešno doziranje lekova može da bude fatalno, a treba povećati i računati o ishrani, šetati na čistom vazduhu i voditi uredan način života. Bitni su optimizam i pozitivan stav prema životu, okretanje sebi i širenje ljubavi.