

در حدود ۱۰۰ میلیون نفر در سراسر جهان ید کافی دریافت نمی‌کنند. ید یک ماده شیمیایی است که تیروئید از آن برای تولید هورمون استفاده می‌کند و کمبود شدید آن با کم کاری تیروئید همراه است. این مشکل با استفاده از نمک‌های یددار در ایران برطرف شده است.

### کم کاری تیروئید چه علایمی ایجاد می‌کند؟

شکایات و نشانه‌های کم کاری تیروئید، درست عکس پرکاری تیروئید هستند. یعنی چون کمبود ترشح هورمون تیروئید وجود دارد همه واکنش‌های مربوط به سوخت و ساز بدن آهسته می‌شوند.

اشتهای بیمار کم می‌شود، عدم تحمل به سرما، آهسته شدن حرکات، خشکی و خشونت پوست، موهای شکننده، ضعف و خستگی، صدای خشن، یبوست و گرفتگی عضلاتی دیده می‌شود. همچنین بیمار ممکن است از موارد زیر شکایت کند: کم شدن حافظه، خواب آلودگی در طی روز، مشکل تمرکز،

### کم کاری تیروئید چیست؟

در این حالت غده تیروئید بی‌کفایت می‌شود، یعنی دیگر قادر نیست به اندازه کافی هورمون‌های تیروئیدی تولید نماید. از هر ۱۰۰ نفر حدود ۲ نفر مبتلا به کم کاری تیروئید هستند. البته درجات خفیف‌تر کم کاری تیروئید شیوع بیشتری دارد. اگر کم کاری تیروئید درمان نشود معمولاً شدیدتر شده و شکایات ناشی از آن بیشتر می‌شود. در اندکی از موارد عوارض تهدید کننده حیات مانند نارسایی قلبی و اغما دیده می‌شود. کم کاری تیروئید با انجام آزمایش خون شناسایی و به راحتی قابل درمان است.

### به چه علت تیروئید کم کار می‌شود؟

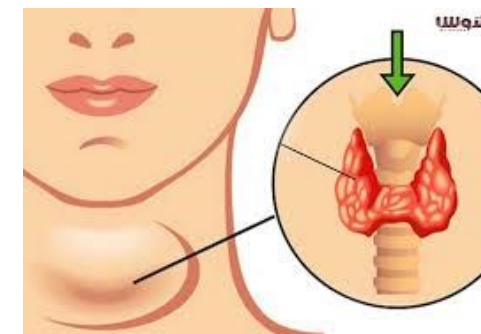
شایع‌ترین علت بی‌کفایتی (نارسایی) غده تیروئید، التهاب آن به علت اشکال در سیستم ایمنی خود فرد است که بیماری هاشیموتو نامیده می‌شود.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

بیمارستان حضرت ولیعصر ارسنجان

### کم کاری تیروئید



نویسنده مدرک	معصومه خادمیان / کارشناس پرستاری
تایید کننده علمی	دکتر پناهی / متخصص داخلی
تاریخ تهیه	بهار ۱۴۰۲
منبع	کتاب پرستاری برونر سوارث
کد سند	Pa-B1-66/01

بی‌حسی دست‌ها و پاها، افزایش وزن خفیف، صورت پف‌آلوده به ویژه چشم‌ها، خونریزی ماهیانه شدید و نامنظم، ترشح شیر از پستان‌ها، نازایی، گواتر (تورم غیرطبیعی در ناحیه جلوی گردن به علت بزرگ شدن غده تیروئید).

ممکن است در هر بیمار یکی از علائم فوق برجسته باشد در حالی که در بیمار دیگر چنین علامتی شدت کمتر داشته یا اصلاً دیده نشد. در واقع تعدادی از افراد مبتلا به کم کاری تیروئید هیچ شکایتی را عنوان نمی‌کنند. اگر علائم فوق را داشتید و پزشک پس از انجام آزمایش به شما گفت که مشکلی در تیروئیدتان وجود ندارد تعجب نکنید، چون بسیاری از شکایات فوق غیراختصاصی بوده و علل متعددی دارند.

### پزشک برای تشخیص کم کاری تیروئید چه می‌کند؟

مانند هر بیماری دیگر، مهم است که شما مراقب علائم اولیه هشدار دهنده کم کاری تیروئید باشید. به هر حال پزشک شما

تنها پس از انجام آزمایش خون می‌تواند با اطمینان بگوید که شما بیمار هستید یا نه؟ البته قبل از انجام آزمایش پزشک شرح حال شما را اخذ کرده و سپس شما را معاینه می‌کند و در نهایت در صورت شک به کم کاری تیروئید درخواست آزمایش خون: شامل TSH (و اگر لازم باشد T4 و ...) می‌کند.

### کم کاری تیروئید چگونه درمان می‌شود؟

با توجه به این که در این بیماری غده تیروئید قادر به تولید هورمون به اندازه لازم نمی‌باشد، درمان استاندارد، قرص‌های حاوی هورمون تیروئید هستند. این قرص‌ها هورمون مورد نیاز بدن را تامین می‌کنند. در اکثر موارد از لووتیروکسین استفاده می‌شود.

بیمار ممکن است ظرف ۱-۲ هفته پس از شروع درمان پاسخ اندکی را حس کند، اما پاسخ کامل به درمان با هورمون

تیروئید اغلب تاخیر دارد و ممکن است چندین هفته طول بکشد.

معمولاً ۲-۳ ماه پس از شروع درمان آزمایش خون برای اندازه‌گیری هورمون‌ها تکرار می‌شود تا مقدار لووتیروکسین براساس آن تعدیل شود. این روند ممکن است چندین بار تا رسیدن به سطح طبیعی هورمون در خون تکرار شود. پس از این که مقدار مناسب دارو برای هر فرد مشخص شد پزشک شما ممکن است آزمایش‌های هورمونی را سالی یک بار درخواست نماید.

لووتیروکسین روزانه یک بار مصرف می‌شود که ترجیحاً به هنگام صبح است. خیلی مهم است که بیمار مقدار صحیح دارو را دریافت کند.