



«В порядке ли ваша щитовидка?!»

Выполнила: студентка 391 группы Орлова Екатерина
Нижнетагильский филиал
ГБПОУ СПО Свердловский областной медицинский
колледж

Ирбитский центр медицинского образования

Руководитель: Распутина Наталья Эдуардовна

Содержание:

1. Цель и задачи
2. Щитовидная железа
3. Наиболее часто встречаемые заболевания щитовидной железы
4. Синдром врожденной йодной недостаточности
5. К чему приводит нехватка йода в организме?
6. Причины йододефицита
7. Диагностика
8. Общие при йододефиците симптомы
9. Лечение и профилактика заболевания
10. Где живет йод?
11. Заключение
12. Источники информации

Цель и задачи

Цель:

Изучить и представить материал по заболеваниям щитовидной железы.

Задачи:

- ▶ Дать объективное понимание заболевания щитовидной железы.
- ▶ Изучить заболевания щитовидной железы.
- ▶ Дать полную характеристику одному заболеванию, включая диагностику, лечение и профилактику.

Щитовидная железа

Щитовидная железа (ЩЖ)-
эндокринный орган, расположенный в
переднем отделе шеи чуть выше
грудины. По своей форме щитовидка
напоминает **щит или бабочку**, причем
нижние части ее долей широкие и
короткие, а верхние, напротив, узкие,
высокие и несколько расходящиеся.

Размер и вес щитовидной железы
индивидуальный. *Её функция
заключается в хранении йода и
выработке йодсодержащих гормонов
(йодтиронинов)*, принимающих
активное участие в регулировке
множества обменных процессов
веществ, проходящих как в отдельных
клетках, так и в организме в целом.



Наиболее часто встречаемые заболевания щитовидной железы:

- ▶ Синдром врожденной йодной недостаточности
- ▶ Гипотиреоз
- ▶ Атрофия щитовидной железы приобретенная
- ▶ Тиреоидит
- ▶ Эндемический (диффузный эутиреоидный) зоб
- ▶ Диффузный токсический зоб
- ▶ Тиреотоксикоз
- ▶ Аденома щитовидной железы



Синдром врожденной йодной недостаточности (йододефицит)

Йододефицитом называется заболевание неинфекционного характера, при котором в организме не хватает йода. Йододефицит наступает, если организм длительное время с пищей недополучает йод. В этом случае у человека развивается эндемический зоб. Увеличивается щитовидная железа, отчего на шее появляется выпуклость.



Чем меньше йода в организме, тем чаще развиваются



у беременных:

выкидыши, врожденные аномалии плода, смерть плода



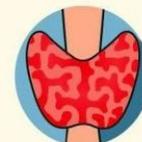
у детей и подростков:

нарушение умственного и физического развития



у новорожденных:

множественные пороки развития, в т.ч. умственная отсталость, глухонмота, косоглазие и др.



во всех возрастах:

увеличение щитовидной железы и нарушение её функции



Доказано **снижение уровня интеллектуального развития (IQ)** у детей, рожденных и развивающихся в условиях йодного дефицита.

К чему приводит нехватка йода в организме?

Нехватка йода приводит к нарушениям в работе щитовидной железы. У человека происходит нарушение гормонального фона, а от этого страдает весь организм.

Болезнь затрагивает ткани и самой щитовидной железы.

У больного развиваются узловые образования на шее (зоб).



Причины йододефицита:

- ▶ дефицит в рационе морепродуктов;
- ▶ неиспользование для приготовления пищи йодированной соли;
- ▶ удалённость от моря;
- ▶ злоупотребление спиртным;
- ▶ курение;
- ▶ неконтролируемый приём гормональных препаратов;
- ▶ наследственная предрасположенность к болезням щитовидки и др.



Диагностика

Больному нужно пройти **УЗИ щитовидной железы**. Врач проводит пальпацию шеи, чтобы выявить степень развития зоба. Если есть большие узлы, дополнительно **назначает биопсию, анализ крови на уровень гормонов ТТГ, Т3, Т4.**

Обследование необходимо пройти тем людям, у которых наблюдаются тревожные симптомы: *например, проблемы с запоминанием небольшого объёма информации, постоянная раздражительность, апатия, негативные мысли, сонливость, припухлость на горле.*



Общие симптомы при йододефиците

- ❑ раздражённость;
- ❑ депрессивное состояние;
- ❑ заторможенность;
- ❑ гипотония;
- ❑ нарушение метаболизма;



Если у человека в организме не хватает йода, он часто болеет. *Иммунитет его ослабевает.* Человека постоянно одолевают *инфекционные, вирусные и грибковые заболевания.*

Помимо нехватки йода у больного *развивается анемия.*

Лечение и профилактика заболевания

Лечить йододефицит – значит восполнить запасы организма нужным микроэлементом. Это делается двумя способами: 1. Употребляя медикаменты (для этого нужно обратиться к врачу)

2. Обратит внимание на продукты питания с повышенным содержанием йода.

В период лечения нужно соблюдать специальную диету и отказаться от пищи, блокирующей недостающий микроэлемент

(редис, соя, кукуруза, репа).



ИСТОЧНИКИ ЙОДА

- морепродукты
- йодированная соль
- фрукты и овощи
- молочные продукты
- крупы



Для профилактики йододефицита следует употреблять продукты, которые богаты этим микроэлементом.



ГДЕ ЖИВЁТ ЙОД?

Содержание микроэлемента в 100 г продукта



Морская рыба

- Печень трески - 350
- Пикша - 240
- Лосось, камбала - 200
- Морской окунь - 145
- Треска - 130
- Сельдь - 90
- Горбуша, кета - 50



Овощи, зелень

- Шпинат - 20
- Свёкла - 7
- Картофель - 7
- Морковь - 5
- Щавель - 3



Фрукты

- Яблоки с семечками - 70
- Фейхоа - 70
- Хурма - 30



Прочее

- Рыбий жир - 700
- Морская капуста - 150-200
- Куриный желток - 12-25



Мясо

- Свинина - 17
- Говядина - 12



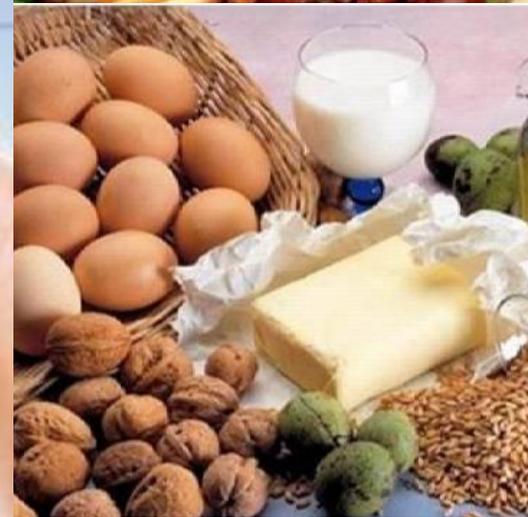
Морепродукты

- Креветки - 190
- Устрицы - 60



Молочные продукты

- Молоко - 15-20
- Сыры - 11
- Сливочное масло - 10

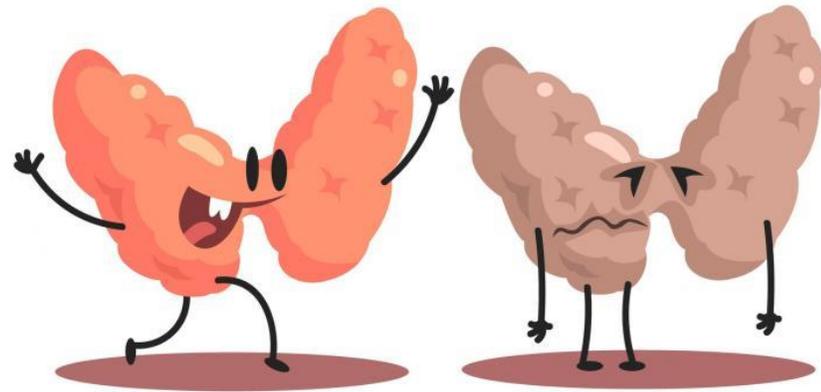


Заключение

Подводя итог хочется отметить, что щитовидная железа имеет в нашем организме немаловажную роль.

Выход её из строя может привести к серьезным последствиям, которые могут изменить образ жизни человека. Все те заболевания что были описаны выше не все, которыми может страдать пациент, их множество.

Каждое заболевание имеет свое течение и диагностику, лечение и профилактику. Общая профилактика заболеваний щитовидной железы довольно таки проста: по возможности вместо обычной поваренной употребляйте йодированную соль, через день употребляйте в пищу продукты питания, содержащие большое количество йода, не будут лишними зеленый чай и отвар шиповника.



**Как видите профилактика очень простая.
Берегите себя и будьте здоровы!**

Источники информации:

1. <https://www.colady.ru/bolezni-shhitovidnoj-zhelezy-21-veka-7-samyx-rasprostranennyx-zabolevanij-shhitovidki.html>- Болезни щитовидной железы 21 века — 7 самых распространенных заболеваний щитовидки
2. <https://gormoon.ru/nedostatok-joda-v-organizme-jododefitsit-simptomy-lechenie-profilaktika/>- НЕДОСТАТОК ЙОДА В ОРГАНИЗМЕ (ЙОДОДЕФИЦИТ): СИМПТОМЫ, ЛЕЧЕНИЕ, ПРОФИЛАКТИКА



«В порядке ли ваша щитовидка?!»

Выполнила: студентка 391 группы Орлова Екатерина
Нижнетагильский филиал
ГБПОУ СПО Свердловский областной медицинский
колледж

Ирбитский центр медицинского образования

Руководитель: Распутина Наталья Эдуардовна