



# «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.

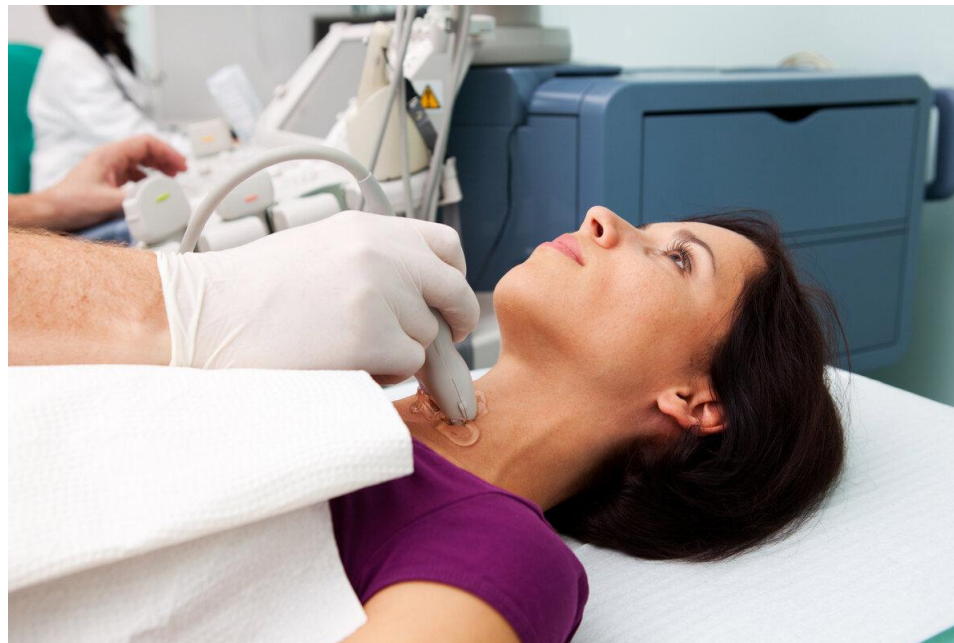




# Диагностика

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



Йод  
53  
|  
126.90

## Мясо

- Свинина - 17
- Говядина - 12



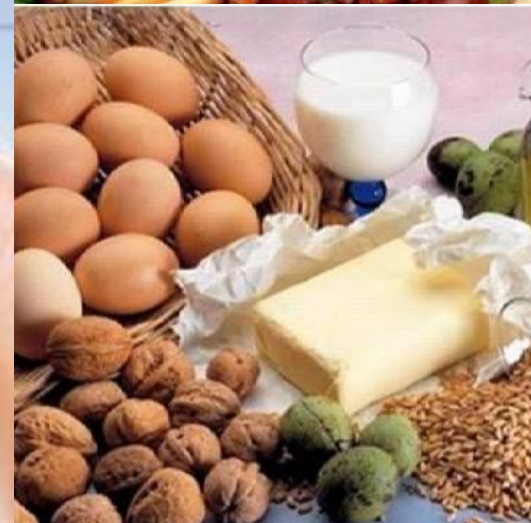
## Морепродукты

- Креветки - 190
- Устрицы - 60



## Молочные продукты

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

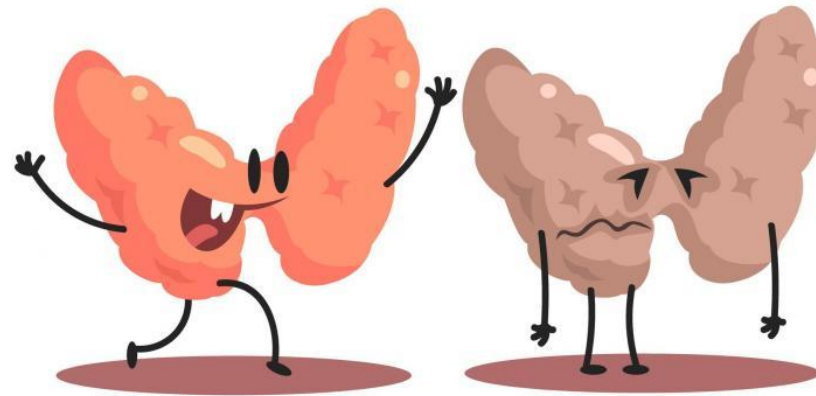


# Заключение

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