**20 мая –**

**Всемирный день заболеваний щитовидной железы**

В настоящее время заболевания щитовидной железы являются одними из самых распространенных в мире. Практически у каждого есть родственники, друзья, сослуживцы, у которых есть нарушения в работе щитовидной железы. Проблемы со щитовидной железой у женщин возникают гораздо чаще, чем у мужчин.

Биогеохимический дефицит йода в почвах и водах, существовавший тысячелетиями на территории Беларуси – причина формирования зобной эндемии и йододефицитной патологии. Йод необходим для продукции гормонов щитовидной железы: тетрайодтиронина (тироксина) и трийодтиронина. Дефицит йода сопровождается нарушением образования данных гормонов, что приводит к системным нарушениям.

Существует два варианта нарушения функции щитовидной железы: гипотиреоз и гипертиреоз, которые могут сопровождаться увеличением объема щитовидной железы. Симптомы нарушения функции щитовидной железы очень индивидуальны, и далеко не у всех пациентов будут возникать все проявления заболевания.

**Симптомы гипотиреоза:**

- утомляемость;

- сонливость;

- чувство зябкости – все время холодно, когда окружающие чувствуют себя комфортно;

- ухудшение памяти;

- прибавка в весе;

- депрессия;

- запоры;

- нарушения менструального цикла;

- сухая шелушащаяся кожа.

**Симптомы гипертиреоза:**

- снижение массы тела даже при нормальном питании;

- тревожность;

- раздражительность;

- учащенное сердцебиение – более 100 ударов\мин.;

- широко раскрытые «выступающие» вперед глаза;

- дрожь в руках;

- слабость;

- выпадение волос;

- частый стул;

- потливость;

- нарушение менструального цикла.

Нарушения в работе щитовидной железы можно выявить путём определения уровня тиреотропного гормона (ТТГ) и тиреоидных гормонов в крови\*.

Необходимость снабжения организма человека йодом обусловила введение в нашей стране программы всеобщей массовой профилактики. Законодательно установлено, что дополнительное снабже­ние жителей Республики Беларусь этим важным микроэлементом осуществляется путем йодирования поваренной соли. Такая соль не имеет особого вкуса и запаха. Каждый грамм соли содержит в себе около 40 микрограммов йода. Потребление около 3 граммов соли в сутки обеспечивает человеку нормальный уровень содержания йода в организме. Соль необходимо добавлять в блюдо перед употреблением, а не во время приготовления, так как при нагревании йод практически полностью испаряется. Препараты йода используются тогда, когда нехватка йода может быть особенно опасной, а потребности выше обычных. В первую очередь это касается беременных женщин и детей. Ведь, недостаточное поступление йода в организм приводит к нарушению нормального формирования центральной нервной системы и обеспечению адекватного умственного развития ребенка.

**19 мая 2017 года** **на базе У «Гомельский областной эндокринологический диспансер» будут работать «прямые» телефонные линии. На ваши вопросы по профилактике, диагностике и лечению заболеваний щитовидной железы ответят:**

**- врач-эндокринолог: с 10-00 до 12-00 по тел. 8 (0232) 71-02-89;**

**- детский врач-эндокринолог: с 13.00 до 15.00 по тел. 8 (0232) 73-01-42.**

\* по материалам, предоставленным У «Гомельский областной эндокринологический диспансер»