

25 мая отмечается Всемирный день щитовидной железы. О том, какой симптом первым может указывать на гипотиреоз — снижение функции щитовидной железы — aif.ru рассказала эндокринолог, Директор НМИЦ эндокринологии Минздрава России Наталья Мокрышева:

Фактически до 4 из 10 человек с впервые выявленным гипотиреозом — снижением функции щитовидной железы — испытывают тревогу. Это может быть связано с влиянием гормонов щитовидной железы на центральную нервную систему. Иногда бывает трудно отличить психиатрическое заболевание от симптомов гипотиреоза. У многих людей при гипотиреозе есть симптомы клинической депрессии, чувства грусти и раздражительности.

Курение — один из главных факторов риска патологии щитовидной железы. Тиоцианат, который формируется при курении, нарушает функцию щитовидной железы сразу тремя способами! Он препятствует поглощению йода щитовидной железой, снижает интенсивность синтеза гормонов щитовидной железы — тироксина (Т4) и трийодтиронина (Т3), а также увеличивает выведение йода почками. Падение концентраций Т3/Т4, в том числе в результате курения, может усугубить симптомы усталости, увеличения веса и перепадов настроения, отнять положительный эффект лечения. Также курение может повышать риск аутоиммунной патологии щитовидной железы. Совсем не в горле. Врач назвала признаки сбоев щитовидной железы  
Подробнее

Нелеченый гипотиреоз — фактор риска других проблем со здоровьем, в том числе:

- Развития зоба (увеличения размеров щитовидной железы), что в свою очередь может вызвать проблемы с глотанием и дыханием;
- Проблем с сердцем и сосудами. В основном это связано с тем, что у людей с низкой функцией щитовидной железой обычно повышается уровень самого «опасного» холестерина;
- Повреждения функции нервов. Главные симптомы — боль, онемение и покалывание в руках и ногах;
- Бесплодие. Низкий уровень гормонов щитовидной железы может препятствовать овуляции;
- Нарушений внутриутробного развития. Дети, родившиеся у женщин с нелеченым

## Прямое указание. Эндокринолог назвала первый симптом проблем с щитовидкой

гипотиреозом, имеют более высокий риск врожденных патологий. Младенцы с гипотиреозом могут иметь серьезные проблемы с физическим и умственным развитием. Но если заболевание диагностировано в течение первых нескольких месяцев жизни, то шансы на нормальное развитие велики. По шее. Мясников рассказал, как часто узел щитовидной перерождается в рак Подробнее

Для профилактики заболеваний щитовидной железы важно вести здоровый образ жизни и добавлять в пищу йодированную поваренную соль. Она не имеет противопоказаний, а вкус готовых блюд никак не будет отличаться от тех, что были приготовлены с помощью нейодированной соли.