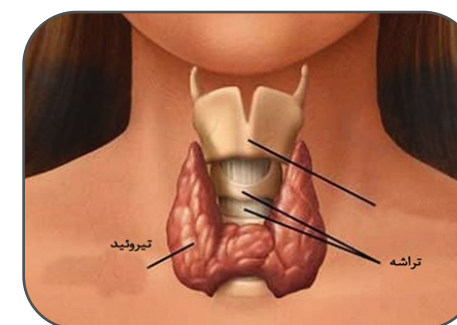




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز
مرکز آموزشی و درمانی سردار سپهید شهید حاج قاسم سلیمانی



مرکز آموزشی و درمانی

سردار سپهید شهید حاج قاسم سلیمانی

پرکاری تیروئید

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴

شماره واحد آموزش به بیمار: ۰۲۶۳۵۷۷۱۱۲۵

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

شرح بیماری

پرکاری تیروئید عبارت است از فعالیت بیش از حد غده تیروئید. هورمون های مترشحه از تیروئید در تنظیم تمام کارهای بدن نقش دارند. در نتیجه زمان ابتلا به این بیماری، تولید هورمون های تیروئید افزایش می یابد. شایع ترین نوع پرکاری تیروئید، بیماری گریوز نامیده می شود. این بیماری بیشتر در بزرگسالان ۲۰-۵۰ ساله و عمدتاً در زنان بروز می کند.

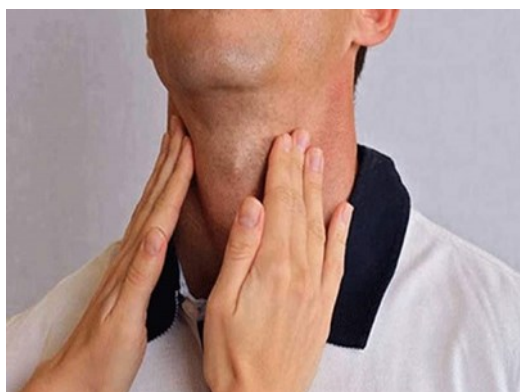
علائم

از شایع ترین علائمی که در این بیماری بروز می نماید به موارد زیر می توان اشاره نمود:

- گرما یا داغی بیش از اندازه
- لرزش
- تعریق
- خارش پوست
- نامنظم و تند بودن قلب
- کاهش وزن علی رغم این که فرد زیاده از حد عادی غذا می خورد. البته در افراد مسن ممکن است افزایش وزن دیده شود.
- اضطراب و بی قراری قابل توجه
- بیرون زدگی چشم ها و دو بینی
- اسهال
- ریزش مو
- گواتر (بزرگ شدن غده تیروئید)

علل شایع

- اختلالات خود ایمنی که طی آن بدن پادتن هایی تولید می کند که باعث تحریک تولید مقادیر بیش از حد طبیعی هورمون های تیروئید می شود.
- وجود توده ها یا تومورهای تیروئید
- التهاب غده تیروئید
- برخی از انواع پرکاری تیروئید ممکن است بدون درمان هم خوب شوند.



عوارض احتمالی

- از عوارضی که به دنبال پرکاری تیروئید در فرد بروز می نماید به موارد زیر می توان اشاره نمود:
- نارسایی احتقانی قلب
- طوفان تیروئید که «عبارت است از بدتر شدن ناگهانی تمام علائم، این یک مورد اورژانسی است».

تشخیص و درمان

- بررسی‌های رادیواکتیو مانند اندازه‌گیری برداشت ید 131 توسط تیروئید
- درمان مناسب به بزرگی گواتر، علل، سن و مدت زمانی که جراحی می‌تواند به تأخیر افتد (در صورتی که کاندید عمل جراحی باشید) بستگی دارد.
- پرکاری تیروئید را در اکثر بیماران می‌توان با دارو کنترل نمود.
- عمل جراحی برای برداشتن قسمتی از تیروئید در بعضی از بیماران توصیه می‌شود.

فعالیت

با مشورت پزشک فعالیت خود را محدود نمایید تا این که بیماری تحت کنترل درآید و فعالیت خود را برحسب شدت بیماری تنظیم کنید.

رژیم غذایی و تغذیه

رژیم غذایی حاوی پروتئین زیاد داشته باشید (مانند گوشت) تا بافت‌های از دست رفته در اثر فعالیت بیش از حد تیروئید در زمان ابتلا به این بیماری بازسازی شوند.



- منابع غنی از ویتامین ب مانند غلات سبوس دار مصرف کنید.
- منابع مناسب ویتامین ث مانند توت فرنگی، آناناس، هندوانه، موز، سیب و هلو مصرف کنید.
- از مصرف غذاهای پرپروتئین و پرچربی نزدیک به زمان خواب خودداری کنید.
- اگر اضافه وزن دارید، یک رژیم لاغری مناسب بگیرید.

دارو

برخی از انواع پرکاری تیروئید ممکن است بدون درمان هم خوب شود. ممکن است پزشک برای شما داروهای مختلف تجویز کند مانند:

- داروهای مهار کننده تیروئید
- داروهایی برای تنظیم ضربان قلب
- ید رادیواکتیو

مراقبت

به علت احساس گرما محیط اطراف خنک نگهداشته شود، از لباس های نازک استفاده کنید. استحمام با آب خنک و نوشیدن مایعات سرد موثر است. عوامل تنش زا را به حداقل برسانید، محیط اطراف شما باید ساکت و بدون سرو صدا باشد.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- اگر علائم به‌طور ناگهانی بدتر شوند، خصوصاً پس از جراحی.
- اگر دچار علائم جدید و غیر قابل توجیه شده‌اید.
- در صورت بروز عوارض شدید دارویی