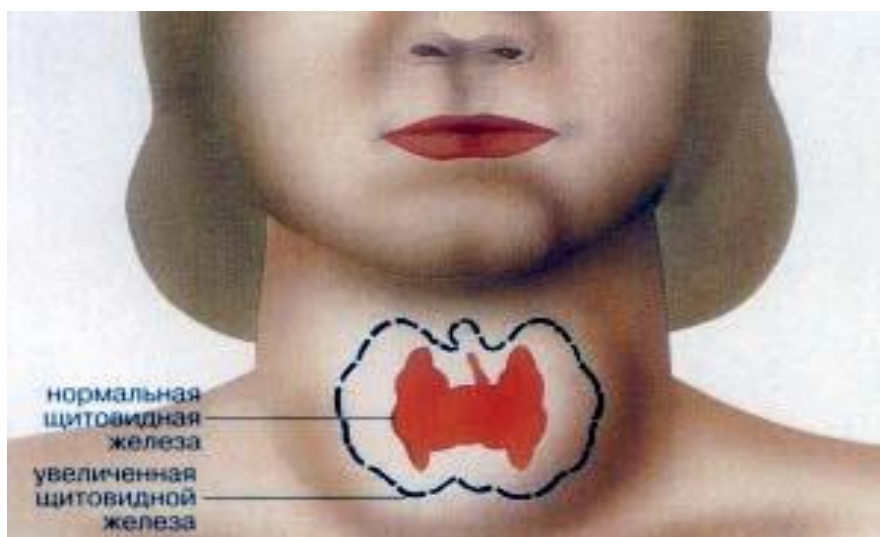


Эндемический зоб



На сегодняшний день подавляющее большинство заболеваний щитовидной железы (ЩЖ) излечимо, а в части случаев – предотвратимо. Последнее касается заболеваний, связанных с дефицитом йода в питании. Йодный дефицит, вопреки популярным представлениям, приводит не только к увеличению размера ЩЖ, но, воздействуя, например, на организм беременной женщины, может привести к необратимым изменениям со стороны нервной системы плода, крайним проявлением которых является кретинизм, сопровождающийся тяжелой умственной отсталостью.

Эндемический зоб – это заболевание ЩЖ, проявляющееся увеличением ее объема и встречающееся в географических районах с недостаточным содержанием йода в пище, воде, воздухе. На всей территории Республики Беларусь регистрируется йодный дефицит той или иной степени выраженности. В связи с этим особо важное значение для профилактики заболеваний ЩЖ имеет использование в пищу йодированной соли. Суточная потребность человека в йоде составляет 180–220 мкг.

Йод необходим для синтеза гормонов ЩЖ (тиреоидных гормонов и тиреотропного гормона) и является их основным компонентом. Гормоны щитовидки влияют на обмен веществ, репродуктивную функцию, умственное и физическое развитие человека.

Йод в организме нужен для регуляции:

- процессов роста и развития организма;
- скорости биохимических реакций;
- обмена энергии и температуры тела;
- белкового, жирового и водно-электролитного обмена.

Чтобы повысить йод в организме, полезнее всего употреблять продукты с его высоким содержанием (морепродукты, йодированную поваренную соль, яйца). Вопреки распространенному мнению, не рекомендуется делать йодные сетки, через которые йод впитывается через кожу. Частое применение таких сеток может стать причиной избытка йода в организме, который приводит к гиперфункции щитовидной железы.

Также возможно применение йодсодержащих препаратов или витаминных комплексов с содержанием йода. Но пить эти препараты можно только по назначению врача и строго в установленных им дозах.

В 2020 году в Гродненской области с различными заболеваниями щитовидной железы наблюдалось 21484 чел., в том числе детей 2890. В течение последних 5 лет регистрируется стойкий рост гипотиреоза, характеризующегося снижением функции щитовидной железы. При этом происходит поражение нервной системы, например, ухудшение памяти, замедленность речи, депрессия, сонливость, головные боли, слабость, кретинизм (при врожденном гипотиреозе). Негативные проявления со стороны сердечно-сосудистой системы - брадикардия, гипотония, и со стороны пищеварительной системы – запоры, желчно-каменная болезнь, снижение аппетита.

Первичная заболеваемость эндемическим зобом имеет тенденцию к снижению и составила по итогам 2020 года 70,38 на 100 тыс. населения. Однако по Вороновскому, Ивьевскому, Лидскому, Новогрудскому, Сморгонскому районам данный показатель превышает уровень среднеобластного в 1,5-2 раза. Достаточно высокий показатель первичной заболеваемости сохраняется и среди детского населения – 147,7 на 100 тыс. детей, а в Мостовском, Свислочском, Сморгонском районах этот показатель выше 200.

Благодаря Государственной программе йодный дефицит ликвидирован в Республике Беларусь, но при прекращении или сокращении использования йодированной соли йодный дефицит возникает вновь, поскольку территория по прежнему остается эндемичной по дефициту йода.

Помните: при проявлении малейших признаков, которые были ранее не свойственны вам, необходимо тщательное медицинское обследование, а в целях профилактики заболеваний щитовидной железы - следует регулярно проходить обследование у врача-эндокринолога. Специалисты рекомендуют делать это не реже одного раза в год.

Будьте здоровы!

Главный внештатный специалист по эндокринологии главного управления здравоохранения Гродненского облисполкома Л.П.Ковшик