



Ольга Демичева

врач-эндокринолог с 30-летним стажем

ЧТО СО МНОЙ, ДОКТОР?

ВСЯ ПРАВДА О ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЕ



МОСКВА
2017

УДК 616.441
ББК 54.15
Д30

Демичева, Ольга Юрьевна.
Д30 Что со мной, доктор? Вся правда о щитовидной железе / Ольга Демичева. – Москва : Издательство «Э», 2017. – 160 с. – (Академия доктора Родионова).

ISBN 978-5-699-95209-0

Секреты щитовидной железы – это уже 10-я книга в серии «Академия доктора Родионова». Врач-эндокринолог с 30-летним стажем Ольга Демичева легко и понятно рассказывает о том, что такое щитовидная железа, какова ее функция в организме человека и какой может быть дисфункция. Она убедительно доказывает, что ничего страшного в лечении гормонами нет, а вот отсутствие внимания к проблемам «бабочки» может стать причиной серьезных последствий.

УДК 616.441
ББК 54.15

ISBN 978-5-699-95209-0

© Демичева О. Ю., текст, 2017
© Родионов А., текст, 2017
© Тихонов М., фото, 2016
© ООО «Издательство «Э», 2017

Оглавление

Предисловие	7
От автора	9
Введение	12
Глава 1. Бабочка или щит?	16
Глава 2. Кто управляет полетом бабочки? ...	24
Глава 3. Что такое зоб. Про йодный дефицит, средневековых красавиц и йодированную соль	31
Глава 4. Узелок на память. Опасны ли узлы щитовидной железы	47
Глава 5. Обследование щитовидной железы	57
Глава 6. Антитела к щитовидной железе, безопасные и опасные	73

Глава 7. Можно ли прожить без щитовидной железы? Про гипотиреоз – дефицит гормонов щитовидной железы	78
Глава 8. Сердце под ударом. Про тиреотоксикоз – избыток гормонов щитовидной железы	99
Глава 9. Одно лечим, другое калечим? Какие лекарства влияют на щитовидную железу	116
Глава 10. Колье невесты. Щитовидная железа и беременность	120
Глава 11. Памятка для мамы. Про щитовидную железу у детей	138
Глава 12. Что такое тиреоидит? Какие бывают тиреоидиты и всегда ли их нужно лечить	142
Глава 13. Тирофобия (Глава-фельетон)	145
Глава 14. Про тритонов и йод в молоке. Мифы о щитовидной железе: наиболее частые вопросы	151
Вместо эпилога. Любуясь полётом бабочки... (Акrostих)	156
Алфавитный указатель	158

Предисловие



Основатель серии «Академия доктора Родионова»
Антон Родионов и главный редактор
медицинского направления
Ольга Шестова

Щитовидная железа – один из самых загадочных органов, даже невозможно в двух словах описать, какую же функцию она выполняет в нашем организме. Если говорить очень обобщенно – регулирует обмен веществ. Это значит, что практически все органы и системы в той или иной степени находятся в прямой зависимости от функции этой маленькой, но очень важной железы. Следовательно, нарушение работы щитовид-

ной железы влечет за собой разбалансировку всего организма, появляется множество симптомов, которые заставляют пациента обращаться к кардиологу, гастроэнтерологу, дерматологу... к кому угодно, но только не к эндокринологу – специалисту по заболеванию желез внутренней секреции.

Итак, щитовидная железа – это заЩИТница нашего организма не только по форме, но и по содержанию.

Среди пациентов, да что греха таить, и среди врачей существует множество заблуждений относительно заболеваний щитовидной железы и методов их лечения. Из этой книги вы узнаете множество интересных фактов не только о том, как лечить уже имеющиеся болезни, но и как сохранить здоровье железы как можно дольше.

Ольга Юрьевна Демичева – не только грамотнейший врач-эндокринолог и преподаватель, но и публицист, поэт и, самое главное, замечательный человек с активной гражданской позицией, отстаивающий права пациентов в условиях непростой ситуации в современном здравоохранении.

Как принято в нашей серии, книга написана очень простым языком, но вся изложенная в ней информация соответствует самым современным представлениям и отражает последние рекомендации международных мировых сообществ.

Если вы заботитесь о своем здоровье, обязательно прочтите и другие книги нашей серии.

Будьте здоровы!

Ваш доктор Антон Родионов

От автора

*ПОСВЯЩЕНИЕ
моему дорогому Учителю
Леониду Израилевичу Бененсону
с благодарностью и любовью*

Здравствуйте, уважаемые читатели!
Меня зовут Ольга Юрьевна Демичева. Я врач-эндокринолог.

Это моя вторая книга по эндокринологии, написанная не для врачей, а для пациентов, людей без медицинского образования.

Первая книга называлась «Сахарный диабет» и оказалась по-настоящему востребована пациентами, их близкими и теми, кто хотел бы избежать сахарного диабета. Фактически книга про диабет стала «первой ласточкой» в давно задуманной мною научно-популярной серии «Занимательная эндокринология».

По данным Всемирной организации здравоохранения заболевания щитовидной железы занимают второе после диабета место среди болезней эндокринной системы. Поэтому, продолжая свою

«Занимательную эндокринологию», я решила написать про щитовидную железу. Этот маленький орган окутан большим количеством легенд, мифов и фантазий, живущих и множасьихся среди наших пациентов.

Мне хотелось бы рассказать вам, дорогие читатели, правду о щитовидной железе – о её устройстве, работе, заболеваниях и состояниях. Знания дают нам возможность рассуждать правильно, не поддаваться суевериям, отвергать шарлатанов и своевременно обращаться за помощью к профессионалам.

«Сахарный диабет» и «Загадки щитовидной железы» вошли в популярный медицинский сборник «Энциклопедия доктора Родионова», где собраны публикации врача Антона Владимировича Родионова и его коллег-единомышленников. Книги этой серии давно уже стали домашней медицинской энциклопедией для многих жителей России.

В процессе работы над книгой я использовала серьёзные и авторитетные источники информации: данные Всемирной организации здравоохранения, отечественные, европейские и американские клинические рекомендации по тиреологии, материалы сайта Тиронет, архив Дискуссионного клуба Русского медицинского сервера. Неоценимую помощь оказали публикации моих высокоуважаемых коллег, ведущих отечественных эндокринологов, специалистов в области тиреологии – Г.А. Мельниченко, В.В. Фадеева, Г.А. Герасимова, Н.А. Петуниной, В.Э. Ванушко.

Хочу сердечно поблагодарить за помощь, ценные советы и поддержку отца-основателя нашей «Ака-

демии» – Антона Владимировича Родионова, замечательного врача и педагога; Ольгу Леонидовну Шестову, главного редактора медицинского отдела ЭКСМО; художника Максима Викторовича Латкова; редактора Олесю Ключникову. Без этих замечательных людей книга бы не получилась.

Моя задача – рассказать вам просто о сложном, приподнять завесу тайны, которой окутаны медицинские знания, помочь вам заглянуть в удивительный и загадочный мир эндокринологии. Эта книга поможет вам подготовиться к очной консультации эндокринолога и осознанно выполнять рекомендации вашего врача.

Надеюсь, «Загадки щитовидной железы» вы прочтёте с таким же интересом, как и другие книги «Академии».

Желаю всем доброго здоровья и увлекательного чтения!



Введение

История человеческого ума есть история человеческой глупости.

Вольтер



У меня на приёме молодая женщина. Беременность 8 недель. Повышен уровень ТТГ (тиреотропного гормона гипофиза). Объясняю пациентке, что у неё гипотиреоз – снижение функции щитовидной железы. Назначаю препарат левотироксина в необходимой дозе, объясняю, что это важно для нормального развития плода. Пациентка уходит. Появляется у меня уже в третьем триместре беременности. ТТГ по-прежнему высок. Спрашиваю, пьёт ли назначенные препараты. Опускает глаза – нет, не пьёт, свекровь запретила – это же гормоны! Года через четыре случайно встречаю пациентку на улице, она ведёт за руку маленького сына. Меня узнала сразу: «Здравствуйте, доктор, вот мой Митя!» У Мити отсутствующий взгляд, на мамины обращения реагирует мычанием, всё время пытается вырвать свою руку из маминой ладони. Общаться не может. Моя пациентка подтвердила, что Митя до сих пор не говорит и заметно отстаёт в развитии от сверстников. У неё самой бледное отёчное лицо, голос стал грубоватым, осипшим: похоже, гипотиреоз прогрессирует.

Грустная и нередкая история. Поводом не выполнить назначение врача становится «железный» аргумент – «Я не стану пить гормоны!» Когда пытаюсь выяснить почему, слышу невразумительные ответы типа «вдруг растолстею?» или просто «я знаю, что это вредно».

Что же такое «гормоны»? Это название образовалось от греческого слова ὄρμαω [hormáo] – привожу в движение, возбуждаю, побуждаю. **Гормоны** – специфические биологические стимуляторы. Они вырабатываются особыми железами, получившими название эндокринных или желез внутренней секреции. Образовавшись в той или иной эндокринной железе, гормоны поступают в кровоток и добираются до каждого органа, до каждой клетки нашего организма. Там они выполняют свою работу – регулируют обмен веществ в каждой клетке, руководят синтезом белка, энергообменом и другими жизненно важными процессами. Эффекты гормонов разнообразны, уникальны и совершенно необходимы для гармоничной работы организма. Вероятно, смутно догадываясь, что именно гормоны обеспечивают гармонию процесса обмена веществ, некоторые пациенты делают в написании этого слова типичную ошибку: вместо «гОрмон» пишут «гАрмон».

В нашем организме вырабатывается множество разных гормонов. При некоторых заболеваниях случается так, что выработка одних гормонов снижается, а других повышается, и тогда работа организма разлаживается.



**Все процессы нашего организма
напрямую или косвенно связаны
с деятельностью гормонов.**

Иногда одна или несколько эндокринных желёз полностью утрачивают свою функцию. При этом развиваются весьма грозные симптомы, часто завершающиеся смертельным исходом, если не начать правильное лечение. А что такое правильное лечение при недостатке определённого гормона? Конечно же, его возмещение (замещение) в нужных для человека количествах.

Бывает и наоборот: эндокринная железа внезапно выходит из-под контроля и начинает производить слишком много гормонов. Причиной может быть образование аденомы (доброкачественной опухоли железы) или поломка иммунной системы, приведшая к образованию стимулирующих антител, заставляющих эндокринную железу работать в режиме «горшочек, вари!».



**Избыток гормонов так же опасен, как
и недостаток. «Наводнение не лучше
засухи».**

Для лечения «разбушевавшейся» железы либо назначают препараты, блокирующие её работу, либо «непослушную» железу удаляют.

Лечением болезней эндокринной системы занимаемся мы – врачи-эндокринологи. Всё в эндокринологии логично: замещаем то, чего недостаёт; убираем то, что в избытке.

Пример, приведённый в начале, демонстрирует, как влияет снижение функции щитовидной железы матери в период беременности на здоровье ребёнка.

Гипотиреоз – снижение функции щитовидной железы – требует постоянного возмещения дефицита левотироксина, основного гормона щитовидной железы. Позже мы подробно поговорим об этом.

По-латыни название щитовидной железы – *glandula thy(r)oidea*. Из-за беглой буквы «е» в русскоязычной терминологии до сих пор нет единства написания терминов. Где-то прочтём «тиреоидные гормоны», а где-то «тироидные». Где-то напишут «тироидология», а где-то «тиреоидология». В принципе приемлемы оба варианта.



Запомните: для описания щитовидной железы в медицине используют термины с корнем «тиро-» или «тирео-».

Эта книга расскажет вам о здоровье и болезнях щитовидной железы, о её гормонах, о нарушениях её функции, о том, что такое зоб и какими бывают узлы щитовидной железы. Вы научитесь правильно заботиться о щитовидной железе, узнавать симптомы её заболеваний и даже разбираться в результатах некоторых анализов.

Если будете внимательными читателями, то щитовидная железа раскроет перед вами свои тайны, и для вас не останется загадок, связанных с этим замечательным органом эндокринной системы.