

20
мая



Информационный бюллетень отдела общественного здоровья
Гродненского областного ЦГЭОЗ

ЕДИННЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ

Всемирный день заболеваний щитовидной железы

Ежегодно 20 мая во всех странах отмечается Всемирный день заболеваний щитовидной железы. Дата вошла в календарь в 2009 году, когда Европейская тиреоидная ассоциация, которая занимается изучением вопросов, связанных со щитовидной железой и ее заболеваниями, предложила отмечать день, посвященный данной теме на международном уровне.

Щитовидная железа – небольшой орган весом 15-20 г, имеет форму бабочки и располагается на передней поверхности шеи спереди от трахеи и снизу от гортани. Основной ее функцией является поддержание нормального метаболизма (обмена веществ) в клетках организма.

В настоящее время изучению заболеваний щитовидной железы уделяется

настолько серьезное внимание, что был выделен особый раздел эндокринологии – тиреологика, т.е. наука о щитовидной железе. Врачей, занимающихся диагностикой и лечением заболеваний щитовидной железы, называют тиреологами.

Причины заболеваний щитовидной железы: недостаток или избыток йода в пище;

воздействие неблагоприятных экологических факторов (радиации, ядовитых веществ и пр.);

неблагоприятная наследственность;

развитие патологии иммунной системы, когда иммунная система начинает проявлять агрес-

сию по отношению к собственной щитовидной железе, что приводит к появлению аутоиммунных заболеваний щитовидной железы;

патология гипоталамуса или гипофиза;

медицинские воздействия (хирургические операции, использование опасных для щитовидной железы медикаментов).



Профилактические мероприятия

На всей территории Республики Беларусь регистрируется йодный дефицит той или иной степени выраженности. В связи с этим, особо важное значение для профилактики заболеваний щитовидной железы имеет использование в пищу йодированной соли. Суточная потребность человека в йоде составляет 180–220 мкг.

Чтобы избежать проблем со здоровьем и самочувствием следует употреблять в пищу продукты с высоким содержанием йода: рыба (камбала, сельдь, треска, скумбрия, макрель) и морепродукты (креветки, мидии, устрицы, кальмары), рыбий жир; молочные продукты; крупы (гречневая крупа, пшено); мор-

ская капуста; черноплодная рябина; мед, лимон, грецкие орехи; йодированная соль.

Подавляющее большинство заболеваний щитовидной железы излечимо, а в части случаев – предотвратимо. Последнее касается заболеваний, связанных с дефицитом йода в питании.

Обратите внимание:

те или иные симптомы заболевания щитовидной железы можно выявить почти у каждого второго жителя Земли;

заболевания щитовидной железы в 50,0 % случаев носят семейный характер, в 60% - наследственный.

К сведению:

в Республике Беларусь:

выстроена четкая система оказания помощи пациентам с патологией щитовидной железы;

- скрининг патологии щитовидной железы проводится на амбулаторном приеме врачом эндокринологом по направлению педиатров и терапевтов, а также согласно плану профилактических осмотров населения;

- обязательно исследованию подлежат группы риска: дети, женщины, планирующие беременность и в период беременности, лица, пострадавшие от аварии на ЧАЭС;

- проводится активная работа по ликвидации дефицита йода с помощью наиболее эффективного метода массовой профилактики – использование йодированной соли.