

Щитоподібна залоза: найпоширеніші захворювання та їх сучасна діагностика

Щитоподібна залоза – маленький орган з великим впливом. Вона регулює обмін речовин, рівень енергії, терморегуляцію, впливає на серце, мозок, м'язи та навіть настрій. І хоча розташована ця залоза непомітно – в передній частині ший – порушення в її роботі можуть призвести до серйозних проблем зі здоров'ям.

У 2025 році лікарі по всьому світу відзначають зростання захворювань щитоподібної залози, особливо серед жінок, людей старше 40 років, а також тих, хто живе в регіонах із дефіцитом йоду.

У цій публікації ми розглянемо:

- найактуальніші захворювання щитоподібної залози;
- симптоми, які не можна ігнорувати;
- сучасні методи діагностики;
- профілактику та лікування.

Що кажуть статистичні дані?

- За оцінками ендокринологів, до 15% населення України мають порушення функції щитоподібної залози.
- У жінок такі порушення зустрічаються у 5-7 разів частіше, ніж у чоловіків.
- У регіонах з недостатнім споживанням йоду (особливо в західних і північних областях) частота захворювань щитоподібної залози може сягати до 30% у дорослого населення.

Найпоширеніші захворювання щитоподібної залози

1. Гіпотиреоз (знижена функція щитоподібної залози)

Причина: найчастіше – аутоімунний тиреоїдит (хвороба Хашимото).

Симптоми:

- постійна втома;
- набір ваги;
- суха шкіра;
- мерзлякуватість;
- депресивний настрій;
- порушення менструального циклу.

Без лікування гіпотиреоз може призвести до ускладнень з боку серця, репродуктивної системи та мозку.

2. Гіпертиреоз (підвищена активність щитоподібної залози)

Причини: хвороба Грейвса (дифузний токсичний зоб), вузловий токсичний зоб.

Симптоми:

- прискорене серцебиття;
- схуднення;
- дратівливість;
- пітливість;

- тремтіння рук;
- порушення сну;
- випуклі очі (екзофтальм) — у разі хвороби Грейвса.

У нелікованому випадку може призвести до тиреотоксичного кризу – потенційно загрозливого для життя стану.

3. Аутоімунний тиреоїдит (АІТ)

Це хронічне запалення залози, при якому власна імунна система атакує клітини щитоподібної залози.

Може протікати безсимптомно роками, а потім переходити в гіпотиреоз.

Часто виявляється випадково – під час обстеження рівня ТТГ або УЗД.

4. Вузловий зоб

Утворення ущільнень (вузлів) у щитоподібній залозі.

Більшість вузлів – доброякісні, але до 5-10% можуть мати злоякісний потенціал.

Важливо проводити тонкоголкову аспіраційну біопсію (ТГАБ) при вузлах понад 1 см або з підозрілими ознаками на УЗД.

5. Рак щитоподібної залози

Зустрічається рідше – приблизно у 1-2% випадків усіх вузлових утворень.

Найчастіше – папілярна та фолікулярна форми, що мають високий відсоток успішного лікування при ранній діагностиці.

Симптоми:

- щільний вузол, який не зменшується;
- зміна голосу;
- збільшення шийних лімфовузлів;
- дискомфорт або біль у шиї.

Діагностика

Сучасні методи обстеження дозволяють виявити захворювання щитоподібної залози на ранніх етапах, навіть до появи симптомів.

Основні діагностичні методи:

- Аналіз крові на гормони (ТТГ, Т4, Т3, антитіла до ТПО і ТГ);
- УЗД щитоподібної залози;
- Тонкоголкова біопсія вузлів (за потреби);
- Сцинтиграфія – для оцінки функціональної активності вузлів;
- Магнітно-резонансна томографія (МРТ) або КТ – у складних випадках.

Для профілактики та раннього виявлення рекомендується перевіряти функцію щитоподібної залози щонайменше раз на 1-2 роки.

Профілактика

Достатнє споживання йоду

- Уникайте нестачі йоду: споживайте йодовану сіль, морепродукти, морську капусту.
- У регіонах з дефіцитом йоду дітям, вагітним і жінкам репродуктивного віку можуть бути рекомендовані спеціальні препарати.

Здоровий спосіб життя

- Контроль маси тіла;
- Уникнення хронічного стресу;
- Повноцінний сон;
- Відмова від тютюну.

Лікування

Лікування залежить від типу захворювання:

- Гіпотиреоз – замісна гормональна терапія (левотироксин);
- Гіпертиреоз – тиреостатики, радіойодтерапія, хірургія (за показаннями);
- Вузли – спостереження або хірургічне видалення;
- Рак – комбіноване лікування: операція, радіойод, супресивна терапія, іноді хіміотерапія.

Самолікування гормональними препаратами категорично заборонене – усі рішення має приймати лікар-ендокринолог після повного обстеження.

Коли звернутися до ендокринолога?

Якщо ви помітили:

- Постійну втому;
- Підвищену дратівливість;
- Порушення серцевого ритму;
- Набір або втрату ваги без причин;
- Зниження температури тіла;
- Збільшення передньої частини шиї;
- Зміни в голосі або ковтанні.

Не зволікайте – зверніться до лікаря. Рання діагностика – ключ до здоров'я.

Висновок

Щитоподібна залоза – це важливий регулятор усіх систем організму. Її захворювання можуть тривалий час протікати безсимптомно, але при цьому негативно впливати на якість життя. Вчасна діагностика, грамотне лікування та регулярні обстеження дозволяють уникнути ускладнень і зберегти повноцінне здоров'я на довгі роки.

Джерела:

- МОЗ України
- ЦГЗ України
- UNN.ua