В настоящее время заболевания щитовидной железы являются одними из самых распространенных как в мире, так и в Республике Беларусь.

Щитовидная железа – орган эндокринной системы, отвечающий за синтез гормонов тироксина (Т3), трийодтиронина (Т4) и кальцитонина, которые, в свою очередь, совместно с нервной и иммунной системами регулируют работу всего организма.

Дефицит йода в почвах и водах, характерный для территории Республики Беларусь, радионуклиды – причины формирования заболеваний щитовидной железы. Йод необходим для продукции гормонов щитовидной железы: тироксина и трийодтиронина. Дефицит йода сопровождается нарушением образования этих гормонов, что приводит к системным нарушениям в организме.

Патологии щитовидной железы можно условно разделить на группы:

- заболевания, возникающие вследствие недостатка гормонов щитовидной железы (гипотиреоз);
- заболевания при повышенном содержании гормонов в крови (гипертиреоз или, по-другому, Базедова болезнь);
- врожденные отклонения (недоразвитая или вовсе отсутствующая щитовидная железа, неправильное ее положение);
- воспалительные заболевания железы (тиреоидит);
- различные формы зоба (эндемический, спорадический, токсический);
- опухоли.

Заболевания щитовидной железы влияют на функционирование всех систем организма, ведь гормоны задействованы в важных биохимических реакциях, регулирующих обменные, метаболические процессы, синтез половых гормонов. Если болезнь не лечить, то опасности подвергаются важнейшие системы – сердечно-сосудистая и центральная нервная.

Нарушения в работе щитовидной железы можно выявить путём определения уровня тиреотропного гормона и тиреоидных гормонов в крови. В рамках оказания медицинской помощи пациентам с эндокринной патологией в Республике Беларусь, регламентируемой клиническими протоколами, предусмотрены проведение оценки функционального состояния щитовидной железы по данным гормонального тестирования, ультразвуковое исследование.

Для проведения массовой профилактики йододефицитных заболеваний используется йодированная соль. Использование йодированной соли – наиболее эффективный метод, рекомендованный Всемирной организацией здравоохранения. При этом неоспоримо доказано, что использование йодированной соли снижает риск развития зоба, предотвращая кретинизм, восстанавливает адекватное обеспечение питания йодом.

Дополнительное снабжение жителей Республики Беларусь этим важным микроэлементом осуществляется путем йодирования поваренной соли. Такая соль не имеет особого вкуса и запаха. Каждый грамм соли содержит в себе около 40 микрограммов йода. Потребление около 3-5 граммов йодированной соли в сутки обеспечивает человеку нормальный уровень содержания йода в организме. Соль необходимо добавлять в блюдо перед употреблением, а не во время приготовления, так как при нагревании йод практически полностью испаряется. Препараты йода используются тогда, когда нехватка йода может быть особенно опасной, а потребности выше обычных. В первую очередь это касается беременных женщин, а также детей. Ведь недостаточное поступление йода в организм приводит к нарушению нормального формирования центральной нервной системы и обеспечению адекватного умственного развития ребенка.

С целью профилактики нарушений функции щитовидной железы, следует избегать отрицательных эмоций и стрессовых ситуаций, вести здоровый образ жизни, больше гулять на свежем воздухе, заниматься физическими упражнениями, использовать в пищу соль, богатой йодом, исключить вредные привычки.