

GUOGGOMASRÁVSSÁ GEAHNOHUVVAN



Kilpirauhasliitto

Teaksta:

buohccedivššár (AMK) Heli Selin (beaividuvvon veršuvdna jagis 2017 almmustuvvan

Áššesisdoalu dárkkiseapmi:

LT, sisdávdaoahpu doseanta, sisdávddaid ja endokrinologia spesiáladoavttir Saara Metso

Almmustahtti: Kilpirauhasliitto Ry

Almmustahttinjahki: 2024

Gáldut:

Kilpirauhasliitto

Duodecim. Kilpirauhasen vajaatoiminnan Käypä hoito -suositus (kaypahoito.fi)

Duodecim. Kilpirauhasen vajaatoiminnan Käypä hoito -suositus – Potilaalle (kaypahoito.fi)

Fimlab, Huslab

Mii lea guoggomasráksá?

Guoggomasráksá lea čeahelis guoggoma-sa vuolábealde. Vuoikko dát obbaráksá lea-ge smávis ja deaddá sullii 20 rámma, das lea hui dehálaš bargu váikkuhit ol goruda doaimmaide. Guoggomasráksá ráhkada guoggomasráksáhormonaid, maid dat vurke ja luoitá varrii. Guoggomasráksáhormonat jođálmahttet ávnasmolsašuvvama, leat mielde energijadássedeattu, šaddama, ahtanuššama ja guovddášnearvaid aktiivvalašvuoda muddemis.

Dehálamos guoggomasráksáhormonat leat tyroksiidna (T4) ja trijodetyroniidna (T3). Dearvas guoggomasrávssá buvttadan hormonain sullii 80 proseantta lea T4-hormona ja sullii 20 proseantta T3-hormona. T4-hormona muhttašuvvá mánggain gođđosiin, nugo vuoivasis, manimuččain ja vuoigñašiin, ieš váikkuheaddji T3-hormonan. Guoggomasráksáhormonaid buvttadeami mudde hormona tyreotropiidna (TSH), man vuoigñašhárfi buvttada.



Mii dagaha geahnohuvvama?

Geahnohuvvamis nappo hypothyreosas guoggomasráksá ii nagot buvttadit doarvái guoggomasráksáhormonaid. Dábálamos si-vva geahnohuvvamii lea guoggomasrávssá autoimmunavuolši, mas goruda bealuštan-systema falleha iežas gođđosiid ja dušša-da guoggomasrákságođđosa, man dihtii hormonabuvttadeapmi njiedjá. aktiveret guoggomasrávssá buvttadit guoggomasráksáhormonaid. Geahnohuvvama sivvan sáhtta leat maiddáí rádiojo-

dedikšu, mii lea addon guoggomasrávssá liigedoaimma dikšumii, dahje čeaherii addon suonjardandikšu.

Hárvenaš vuoigñašhárfjis vuolgán geahnohuvvamis vuoigñašhárfi ii buvttat doarvái tyreotropiinna (TSH)

Guoggomasrávssá eretčuohppama maŋŋá dárbašuvvo álo hormonabuhtten-dikšu. Mánggat dálkásat, nugo litium dahje amiodaroni, sáhttet dagahit guoggomasrávssá geahnohuvvama.

Klinihkalaš hypothyreosa

Tyreotropiidna (TSH) lea badjel veardádal-lanárvvu badjeráji ja friija tyroksiidna (T4-V) vuollet veardádallanárvvu vuolleráji.

Periferalaš hypothyreosa

Hui hárvenaš guoggomasrávssá geah-nohuvvan, man sivvan lea guoggomas-ráksáhormonaid lassánan golahus dahje guoggomasráksáhormonaresistánsa nappo genehtalaš čuožahatgodđosa njjedjan reagerennávccas guoggomasrák-sáhemonii.

Primáralaš hypothyreosa

Guoggomasrávssá buozalmasa, vahá-guvvama dahje váiluma geažil šaddan hormonavádjitvuohta. Guoggomasráksá ii buvttat doarvái guoggomasráksáhormo-naid goruda dárbbuid ektui.

Sentrálalaš hypothyreosa

Guoggomasrávssá guovddášnearvafier-pmis vuolgán geahnohuvvan. Guoggo-masráksá ii buvttat doarvái olu guoggo-masráksáhormonaid vuoiŋŋašhárjii dahje hypothalamusa doaibmanváttu dihtii. Vuollet 1 proseanta geahnohuvvandáhpá-

husain leat sentrálalaččat. Diagnostihkka ja dikšu ordnejuvvo spesiálabuohccedivššus.

Subklinihkalaš hypothyreosa

Guoggomasrávssá geahnohuvvan, mas tyreotropiidna (TSH) lea jámma badjel veardádallanárvvu badjeráji ja friija tyroksiidna (T4-V) lea veardádallanárvvuid siskkobealde.

Tyreotropiidna (TSH)

Hormona, man vuoiŋŋašhárji buvttada ja man bargun lea muddet guoggomasrávssá buvttadit gorudii muttát meari tyroksiinna (T4). TSH-dutka-muš dahkko, go hálidit čielggadit leago sáhka guoggomasrávssá doaibmanváttus. TSH-árvu geavahuvvo geahnohuvvama čuovvumis.

Luovos tyroksiidna T4-V

Eanáš oassi tyroksiinnas johtá varas pro-teiidnii čatnašuvvan hámis ja dušše unna oasáš lea luovus. Dušše luovos tyroksiidna sáhtta dikšut hormona bargguid. Luovos tyroksiinna mihtidemiin oažžut diehtit doaibmi hormona meari.

Guoggomasrávssá geahnohuvvama dávdamearkkat

Guoggomasrávssá geahnohuvvama dávdamearkkat sáhttet leat hui mánggaláganat ja persovnnalaččat. Dávdamearkkaid váigatvuoda dássi molsašuddá doaibmanváttu dási mielde.

Dábálaš geahnohuvvama dávdamearkkat leat:

- váibasad
- dehkkiid vuommehisvuohta ja bákčasat
- deahkkekrámpat
- goallun
- goikkis ja roavis liiki
- muitinváttisvuođat
- hiđisvuohta
- vuollegis dahje seadaš jietna
- čalbmeluomaid bohtaneapmi

- čilgekeahtes buoidun
- obbondávda
- olmmoš ii bivastuva
- šlundivuohta
- miellamolsašuddan
- doaimmahisvuohta
- mánnodávdaváttut
- šattohisvuohta
- alla kolesterola
- anemijja

Seammasullasaš dávdamearkkat sáhttet ihtit maid mánggaid earáid buozalmasaid dahje vátnedávddaid oktavuodas. Dan dihtii guoggomasrávssá geahnohuvvama ii sáhte diagnoseret dušše dávdamearkkaid vuodul.

Mo guoggomasrávssá geahnohuvvan dutkojuvvo?

Guoggomasrávssá geahnohuvvama diagnosa álgá álo pasieantta dávdamearkkain ja dárkilis dávdagova kártemis. Jus pasieantta lagaš fuolkkis leat guoggomasrávssá doaibmanváttut, dat lasiha geahnohuvvama vejolašvuođa. Go guoggomasrávssá geahnohuvvan eahpiduvvo, diagnosa sihkkarastojuvvo varraisiksiiguin.

Dábálamos varraisikkusdutkanuš lea tyreotropiinna (TSH) testen. Luovos tyroksiinna (T4-V) testen gánneha jo divššu álgomuttus ja maŋgelis, jus pasieanttas leat dávdamearkkat das fuolakeahhtá, ahte TSH-árvu lea veardádallanárvvu rájáid siskobealde. Divššu álgomuttus TSH soaitá divvašuvvat hihtásit eandalit dalle, jus dat lea leamašan hui badjin. Dán dihtii divššu álgomuttus dárbbášuvvo dávjá T4-V-árvu tyroksiidnárvvu muddemis.

Luovos trijodetyroksiinna (T3-V) teste-

mat dahkkijit erenomášdilis. T3-V-mearri njiedjá maŋimužžan guoggomasráksáárvvuin ja easkka váttes guoggomasrávssá geahnohuvvamis. Klinihkalaš primáralaš geahnohuvvamis TSH-árvu lea badjel veardáđallanárvvu badjeráji ja T4-V-árvu lea vuollegis veardádallanárvvu vuolleráji. Subklinihkalaš guoggomasrávssá geahnohuvvamis TSH-árvu lea mángii (badjel golbma mánotbaji) badjel veardádallanárvvu badjeráji, muhto T4-V-árvu lea vel veardádallanárvvu sikkobealde. Sentrálalaš geahnohuvvamis T4-V-mearri lea uhci ja TSH-mearri lea uhci dahje ráđjeárvvuidda sis- te. Subklinihkalaš guoggomasrávssá geahnohuvvan sáhtá divvašuvvat ieš, ja danin ovdal divššu álggaheami dárbbášuvvojit guoggomasráksáiskosat juohke goalmmat mánotbaji.

Veardádallanárvvu in lea buorre váldit vuhti earuid laboratoriaid gaskkas. Veardáallanárvvut molsašuddet dábálaččat T4-V 11–23 pmol/l ja TSH 0,5–4,5 mU/l gaskkas. Muhtin laboratoriat vuhtiáldet agi váikkuhusaid rádjearvvuide.

Guoggomasrávssáperoksidása (TPO) vuosteávdnasat gávdnojit autoimmunity-reoidhtas (Hashimoto), mii lea dábálamos primáralaš geahnohuvvama siva. Positiivalaš TPO-vuosteávdnasat lasihit guoggomasrávssá geahnohuvvama vejolašvuoda.

Positiivalaš TPO-vuosteávnasmeroštala-

lama ođđasitdahkan ii leat dárbbalaš, iige vejolaš vuosteávnasmeari nuppástusain leat klinihkalaš mearkkašupmi.

Jus guoggomasráksáárvvut láhttejit eahpedábálaččat, de lea buorre dahkat lasseiskosiid. Sivvan sáhtta leat muhtin eará buozalmas, áhpehisvuotta, dálkkas, biebmolassi dahje luonddubuvtta, tyroksiinna njámmasánváddu dahje juoga mii headušta iskosa ja addá boastto laboratoriabohtosa.

Guoggomasrávssá geahnohuvvama dikšun

Geahnohuvvan dikšojuvvo hormona-buhtendivššuin, man ulbmilin lea divvut dávdamearkkaid ja oázžut TSH-árvvu rádjearvvuid siskobeallai. Klinihkalaš guoggomasrávssá geahnohuvvan dikšojuvvo álo dálkasiiguin. Subklinihkalaš geahnohuvvan dikšojuvvo dálkasiiguin dalle, go olbmossat leat dávdamearkkat, son áigu šaddat áhpeheapmin ja dávjá, go TSH-meari lea mángii unnimustá 10 mU/l. Olbmui, guhte buohcá subklinihkalaš geahnohuvvama, sáhtta dahkat guđa mánotbaji tyroksiidna-dikšogeahččaleami, mii jotkojuvvo jus dávdamearkkat jávket.

Tyroksiidna

Geahnohuvvan dikšojuvvo vuosttažettiin tyroksiinnain nappo T4-V -hormonain. Dálkkasdikšu lea dábálaččat bissovaš. Go TSH-meari leat ožžon veardádallanárvvuid siskobeallai, de sáhtta ohcagoahtit persovnnalaš meari, mainna pasieantta veadju livččii buot buoremus. Nuppit vedjet buorebut, go TSH lea veardádallanárvvu vuollegeažis ja nuppit fas dalle, go TSH lea veardádallanárvvu badjegeažis.

Lea goittotge buorre váruhit menddo dávjá dahkkon ja menddo stuorra nuppástusaid dálkkasmeriin. Láivves TSH-dási nuppástusa gánneha vuossáigu dárkkistit ovdal dálkkasmeari rievdeami. Dikšu muddejuvvo vuosttasajis pasieanttaid dávdamearkkaid ja nuppesajis laboratoriaárvvuid vuodul. Jus dávdagovat joatkašuvvet olahuvvon TSH-dásis fuolakeahtta, de galgá ohcat dávdamearkkaid sivaidda, nugo eará buozalmasat ja eallindábit.

Divššu lihkossuvvama dáfus lea dehálaš, ahte dálkasa váldin šadda árgabeairu-tiinnaid oassin, ja dálkasat váldojit jeavdalaččat addojuvvon rávvagiid mielde. Dálkkas váldojuvvo dábálaččat iđđedis guoros čoavjái unnimustá diibmobeale ovdal iđitbihtta. Tyroksiinna sáhtta váldit maiddái eahkedis ovdal nohkka guoros čoavjái áramusat guokte diimmu boradeami mánná. Ruovde-, magnesium-, kal-siumbuktagiid dahje sivrreastadeaddjiid ii galgga váldit njealji diibmui tyroksiinna váldima mánná. Eará dálkasiid geavaheamis, mat váldojuvvojat guoros čoavjái tyroksiinnain oktanaga,

gánneha háleštít doaktáriin.

Mielkebuktagiid govttolaš geavaheapmi, omd. jogurta iditbihhtán dahje mielkekáffe eai dábálaččat váikkut mearkkašahtti láhkai tyroksiinna njammaseapmái.

Tyroksiinna álggahan ja bajásdoallan dálkkasattus lea juohkehaččas iežaslágan. Dábálaččat álggahanattus lea bajásdoallanaddosa uhcit ja dálkkasmearri lasihuvvo veháziid mielde. Dálkkasdivššu álggus dahje attusmeari loktema maŋŋá sáhtttá dovdot váibmogirddáhat. Dát manná dábálaččat meattá. Tyroksiidnádálkkasdivššu álggaheami maŋŋá dilli sáhtttá buorranit mealgat jo moatte vahkus. Divššuin gánneha goittotge leat gierdevaš. Guoggomasrávssá geahnohuvvan lea sáhtttán ovdánit máŋggaid jagiid áigge, ja sáhtttá bistit mánotbajiid, muhtumin guhkitge, ovdalgo dilli buorrána. Dálkkasaddosa sáhtttá gártat muddet moatte gearddege, ovdalgo rivttes bajásdoallan attusmearri gávdno. Menddo stuorra tyroksiidnaattus oažžu áigái liigedoaimma dávdamearkkaid ja lasiha váibmosparaideami (su. eteivärinä) ja osteoporosa riskka. Menddo unna tyroksiidnaattus fas ii buorit geahnohuvvama dávdamearkkaid ja sáhtttá bajidit fuones LDL-kolesterola ja lasihit áitaga buohccát váibmo- ja varrasuotnadávddaide. Guoggomasrávssá geahnohuvvama diagnoserin ja tyroksiidnadikšu dahkko vuodđodearvvasvuodafuohalusas, bargodearvvasvuodas dahje priváhtasektoris. Divššu dárbbu árvoštallama ja čuovvuma sáhtttá dahkat doaktára dahje divššára oaidnináiggis, videovuostáiváldimis, telefonis dahje elektrovnnalaš kanálaid bokte. Guoggomasrávssá geahnohuvvama divššu várás livččii buorre ráhkadit dikšoplána, masa doavttir meroštallá diag-

nosa, dálkkasdivššu, čuovvuma dávjodaga ja eará guovddáš áššiid. Luohttámuššii vuodđuduvvi guhkes-áigge pasieanta-doa-vttirgaskavuohhta veahkeha geahnohuvvama bissut dássedeattus. Dakkár pasieantaid čuovvun, geain leat dávdamearkkat, ávžžuhuvvo dahkkat báikki alde doaktáris.

Dálkasa addosa ii galgga goassige muhttit hálakeahtttá vuos doaktáriin. Attus ja dikšu leat juohke olbmo buohta iežasláganat ja vejolaš eará buozalmasat, dálkkasdivššut ja ahki sáhttet váikkuhit dillái. Lea dehálaš doaibmat divššus vástideaddji doaktára rávvagiid mielde ja mitalit sutnje, jus iežas dilli, eará dálkkasdikšu dahje veadju nuppástuvvet dahje jus dikšu ii doaimma numo galggašii.

Jode sisttisdoalli suoivvaávdnasiin dahkkon dutkamušat ja dálkasat, main lea jode, omd. amiodaroni, sáhttet váikkuhit guoggomasrávssá doaibmamii ja doaibmaniskosiidda. Lassin litium eastá guoggomasrávssá doaibmamis ja kortisonabuktagat sáhttet muhttit guoggomasráksá-hormonaid ávnasmolsašuvvama. Muhtumin estrogenadivššu álggaheami maŋŋá galgá árvoštallat tyroksiinna dárbbu ja dárbbu mielde tyroksiidnaaddosa galgá lasihit. Nuppe dáfus estrogenadivššu heaitimii sáhtttá laktásit tyroksiidnádárbbu uhccun.

Eará dálkkasbuktagat

Muhtumin tyroksiidnadikšu ii okto reahkká doarvái buori dikšodássedeattu olaheapmái, muhto pasientii báhcet ain dávdamearkkat. Jus dávdamearkkat joatkašuvvet das fuolakeahtttá, ahte TSH-árvu lea persovnnalaš rádjeárvvuid siskkobealde, iige eará sивva dávdamearkkaide gávdno, de sáhtttá dahkat dikšoisikkadeami ovttas-

tahtton divššuin: syntehtalaš T4 + liotyroniidna T3. Divššu áigge TSH-árvu galgá bissut veardádallánrvuvuid siskkobealde. T3-buvtta váldo dábálaččat 2-3 geardde beaivvis. Dát dálkkas lea sierralobi vuolde, ja dasa galgá ohcat mávssuvuloš sierralobi juohke jagi.

Buohtalasdivššu čuovvumis giddejuvvo erenomážit fuomášupmi daidda dávda-mearkkaide, maid divššuin figget divvut, ja vejolaš unohisváikkuhusaide. TSH-mearri čuvvojuvvo 6-8 vahku geažis divššu álggaheamis, ja dálkkasdikšu heivehuvvo dili mielde. Buohtalasdivššu ávkkit ja hehttehusat árvvoštallojuvvojit guđa mánotbaji geažis. Jus dikšu ii leat divvon dávda-mearkkaid, mat ovdal divššu álggaheami leat girjejuvvon, de máhccat ruovttoluotta T4-dikšui.

Vuovdimassii gávdnojit maiddá erenomášlobi vuollásaš ealliin ráhkaduvvon buktagat, mat leat ráhkaduvvon goikaduvvon spiinni guoggomasrávssás. Dát buktagat sisttisdoallet buot guoggomasráksá-hormonaid (T4, T3, T2 ja T1 ja kalsitoniidna). Ealliin ráhkaduvvon buktagat eai ávžžuhuvvo, go dain lea menddo ollu T3 hormona T4 ektui, man geažil pasieanta oázžu menddo ollu guoggomasráksá-hormonaid. Dán dustemin doaktárat dábálaččat geavahit millosepmosit syntehtalaš buktagiid buohtalasdivššus.

T3-monoterapiija ii ávžžuhuvvo guoggomasrávssá geahnohuvvama dikšun, go lea várra ahte gorudii šaddet menddo ollu guoggomasráksá-hormonat (tyreotoksikosa), mii sáhtá jođálmahttit ávnasmolsašumi ja hehttet nearvafierpmi.

Buot vearrámus dilli sáhtá gáibidit divššu buohcceviesus.

Ealliin ráhkaduvvon buktagat ja T3-monoterapiija leat gildojuvvon, jus pasieanttas lea eahpedássidis váibmoravkin (su. rytmihäiriö), váibmo- ja varrasuotnadávda dahje son lea áhpeheapmin dahje pláne šaddat áhpeheapmin. Eallilan olbmuid buohta galgá leat erenomáš várrugas.

Čuovvun

Guoggomasrávssá geahnohuvvan gáibida jeavddalaš čuovvuma. Varraiskosiin galgá fitnat jeavddalaččat ja maiddá dalle, go veajus, deattus dahje eará dálkkasdivššus leat nuppástusat.

Laboratoriaárvvut dárkkistuvvojit 6-12 vahku geažes dálkkasdivššu álggaheamis ja álo go attusmearri rievdá. Juvssusárvvuid olaheami maŋŋá árvvut dárkkistuvvojit 4-6 mánotbaji geažes ja dan maŋŋá jahkásaččat. Jus olmmoš veadjá bures, pasieanttas eai leat dávdamearkkat ja guoggomasráksáiskosiid bohtosat leat normálat, de sáhtá čuovvungaskka guhkidit guovtte jahkái.

Varraiskosiid galgá váldit dii 7-14 gaskas, go TSH-meari jándormolsašuddan lea uhci dán áigge beaivvis. Kontrollabeaivve dálkkas váldojuvvo easkka laboratoriaiskosiid maŋŋá. Guoggomasráksáiskosat eai dábálaččat gáibit borakeahtáiivuoda. Bio-tiidna-biebmolassi soaitá dagahit boastto bohtosiid, nuba dan galgá heaitit borramis jándora ovdal go varraiskkus váldo.

Erenomášjoavkkut ja guoggomasrávssá geahnohuvvan

Eallilan olbmui guoggomasrávssá geahnohuvvamis sáhttet leat uhcán dávdamearkkat dahje dat váilot ollásit, ja dan sáhttet gávdnat muhtin eará dáhpháusa, nugo ravgama oktavuodas. Doaibmanávcaid ja muittu hedjoneapmi ja obbadávdda sivaid čielggadeamis livččii buorre me-roštallat guoggomasráksáárvvuid. Eallilan olbmuid buohta geahnohuvvama dikšumis galgá leat erenomáš várrugas.

Dearvas áhpehis nissoniin guoggomasrávssá doaibman vuogáiduvvá áhpehisvuodas šaddan fysiologalaš nuppástusaide váttisvuodaid haga. Guoggomasrávssá doaibmama spiehkastagat sáhttet ihtit dahje vearránit áhpehisvuoda áigge, jus áhpehis eatnis lea čiegus guoggomasráksábuozalmas. Guoggomasrávssá doaibmanvátu eahpidettiin dárkkistuvvo eatni TSH-mearri ja álggahuvvo dárbbu mielde tyroksiidnadikšu. Jus tyroksiidna leamašan eatnis geavahas ovdal áhpehisvuoda,

dálkkasaddosa gártet mángii bajidit áhpehisvuoda áigge. Riegádahttima maŋŋá dálkkasattus vuoliduvvo dássái, mas dat lei ovdal áhpehisvuoda. T4 + T3-buohtalasdivššu dahje ealliin ráhkaduvvon guoggomasráksábuktagiid geavaheapmi ii ávžžuhuvvo áhpehisvuoda áigge, muhto áhpehis eatnit ja dat, geat plánejit áhpehisvuoda, berrejit sirdásit tyroksiidnadikšui.

Guoggomasráksáborasdávda dikšojuvvo dábálaččat guoggomasrávssá eretčuohpamiin, mii dárkkuha eallinagi tyroksiidnadálkasiid. TSH-juvssusárvvut biddjojit juohkehažžii sierra, ja daid sáhtta muhtit divššu ja čuovvuma vuodul. Álggos čuovvun dahkko spesiálabuohccedivššus, muhto dan sáhtta joatkit maŋŋá vuodđobuohccedivššus, jus guoggomasráksáborasdávdda buohcan olbmuid TSH-árvvut dárkkistuvvojit 1-2 jagi gaskkain. TSH-árvu galgá leat veardádallanárvvuid siskkobealde.

Riskadahkkít

Guoggomasrávssá geahnohuvvanriskka lasiht:

- nissonsohkabealli
- badjel 60 jagi ahki
- autoimmunabuožalmasat, nugo keliakia, tiippa 1 diabetes dahje Addison dávda
- Down dahje Turner syndroma
- soja guoggomasrávssá doaibman váttut ja autoimmunabuožalmasat
- guoggomasrávssá čuohpadeapmi
- guoggomasrávssá birrasii dahje oaivái addojuvvon suonjardandikšu
- olmmoš oažžu menddo unnán dahje menddo ollu jode

Dearvvaslaš eallindábit dorjot divššu lihkosmuvvama

Doarvái oadđin, streassa sivaidda geahpe-deapmi, mánggabealat biebmui ja govttolaš ja jeavddalaš valáštallan ávžžuhuvvojit olbmui, guhte buohcá geahnohuvvan-dávddain. Ovttaskas biebmoadvnasiid govttolaš anu buriin dahje funiin váikkuhusain guoggomasrávssá doaibmamii ii dán muttus gávdno čielga ja luohthahtti dutkamušdiehtu.

Guoggomasráksá dárbbáša jode guoggomasráksáhormonaid buvtt-

deapmái. Suomas jotte lasihit biebmogálvuide, man dihtii dábálaš borranmálle čuovodettiin ii dihtto jodevátnivuohta. Mearrastará (su. merilevä) geavaheapmi ii ávžžuhuvvo. Áhpehisvuoda áigge ja vegáborranmálle čuovodettiin dárbbášuvvojit multivitamiidna- ja minerálabuktagat, main lea jode. Apteikka jodetablehtat leat oai-vvilduvvon rádioaktiivvalaš jottes suddjemii ja daid galgá geavahit dušše go eiseválddit dan ávžžuhit.



Maid galgá váldit vuhtii, go buohcá guoggomasrávssá geahnohuvvamiin?

Divššokeahtes guoggomasrávssá geahnohuvvan sáhtttá dagahit omd. giehtaruohtas-kánalasyndroma (su. rannekanavaoireh-tymä), mas nearva čárvašuvvá bohtaneami dihtii ja dávdamearkan leat earret eará gieđa ja suorpmad čukcodeapmi dahje vearkan. Kolesterolamearri sáhtttá badjánit, mii fuonida varrasuonaid doaibmama ja bajida váibmo- ja varrasuotnadávddaid áitaga. Diabetesa dikšodássedeaddu sáhtttá hedjonit guoggomasrávssá geahnohuvvama ovdánettiin, eandalit jus insuliidna-

divššu oktavuodas hearkivuoha vuollegis sohkariidda lassána. Dehkiid doaibman sáhtttá hedjonit ja dehkiin sáhttet gávdnot vaháguvvamat, mii sáhtttá lasihit kolesteroladálkasiid (statiinnat) deahkkeváltuid.

Guoggomasrávssá geahnohuvvamiin sáhtttá gullat guoggomasrávssá stuorrun dahje struma ja eará guoggomasráksá-buozalmasat ja autoimmunamekanisminnain šaddi buozalmasat, nugo B12-vitamiinna váili, keliakia, vitiligo, bevlabálgageapmi (su. pälvikaljuisuus).

Guoggomasráksálihtu bálvalusat

Guoggomasráksálihttu (Kilpirauhasliitto ry) lea riikkadási álbmotdearvvastvuoda-, pasieanta- ja ovdduidgohcinsearvi, mii ovddida guoggomasráksá- ja lasseguoggomasráksá-buozalmasaid dovddustvuoda, divššu ja dutkamuša ja guoggomasráksá- ja lasseguoggomasráksábuohcciid fysalaš, psyhkalaš ja sosiála buresveadjima.

Guoggomasráksálihtu lahttun (gč. maŋgesiiddu) oaččot Guoggomasráksálihtu ja dan ovttasbargoguimmiid lahttoovdduid, nugo Kilpi-bládi. Lahttoovdduid gávnnat čujuhusas kilpirauhasliitto.fi/jasenys, gos sáhtát maiddá deavdit lahttoohcamuša.



*”Bládi vehkiin lean ožžon hui
olu odda dieduid ja maiddá
nannehusa iežan jurdagiidán
iežan buohcuvuoda birra.”*

*”Dárbašlaš, buorre bládi.
Logan pearpmas perbmii.”*

Buohccedivššár rávve maŋgebárggaid ja gaskavahkuid

dii 17–19 nummáris 044 788 8899. Sáhtát sáddet gažaldagaid maiddá šleadgapoastta bokte čujuhussii i neuvonta@kilpirauhasliitto.fi

Veardásašdoarjja telefona bokte gávdno árgaduorastagaid dii 18–21 nummáris 050 400 6800.

Resursakurssat leat veajuiduhtinkurssat, maid lihttu ordne lagašperiodan ja rabas- ja gáidduskursan. Kurssat sisttisdoallet áššedovdiid logaldallamiid, veardásašdoarjaga ja virkkosmahttima.

Dorjojuvvon luomut fáallet virkkosmuvvama ja luomu árgabeaieallimis.

Lassiedieđut čujuhusas www.kilpirauhasliitto.fi/kurssit-ja-lomat

Lahttun attát mearkkašumi lihtu ovdduidgohcin- ja váikkuhanbargui.

Mađi stuorát joavkku mii ovddastit, dađi buorebut mii bastit váikkuhit.

Loga lasi: www.kilpirauhasliitto.fi

Searvva lahttun – fidnet mánggabealagit dieđu ja doarjaga

Go searvvat lagamuš guoggomasráksásearvvi lahttun, beasat mielde mánggalágan doaimmaide. Suoma iešguđet guovlluid guoggomasráksásearvvit ordnejit earret eará doavtterlogaldallamiid, lahttoeahkediid, tuvrraid ja dáhpusaid ja maiddái veardásađoarjjajoavkkuid, main sáhtát juohkit iežat vásáhusaid veardásaččaiguin, oaččot dieđu, mii lea áiggi dásis ja beasat návddašit ovttas earáiguin.

Etelä-Karjalan Kilpi Ry

Etelä-Pohjanmaan Kilpirauhasyhdistys Ry

Keski-Suomen Kilpi Ry

Kymen Kilpi Ry

Lapin Kilpi Ry

Lounais-Suomen Kilpirauhasyhdistys Ry

Oulun Seudun KILPI ry

Pirkanmaan Kilpi Ry

Pohjois-Karjalan Kilpirauhasyhdistys Ry

Pohjois-Savon Kilpirauhasyhdistys Ry

Päijät Kilpi Ry

Satakunnan Kilpi Ry

Uudenmaan Kilpi Ry

Vaasan Seudun Kilpirauhasyhdistys ry –

Vasanejdens Sköldkörtelförening Rf



Kilpirauhasliitto

www.kilpirauhasliitto.fi