

## Гипотиреоз Информация для пациента

### Лечение гипотиреоза

Врач обнаружил у вас гипотиреоз и назначил вам лекарство, которое замещает недостаточное производство тироксина щитовидной железой. Ознакомьтесь, пожалуйста, внимательно с описанием лекарства, имеющимся в упаковке.

Лекарство принимается утром за 15 минут до завтрака на голодный желудок. В течение четырех часов от приема лекарства не следует принимать препараты железа или кальция. Об одновременном употреблении тироксина с лекарствами, влияющих на выделение желудочных кислот, и других препаратов, которые принимаются натощак, нужно поговорить с врачом. Умеренное употребление молочных продуктов, например йогурт или кофе с молоком на завтрак, как правило, оказывает незначительное влияние на впитывание тироксина.

Когда вы идете сдать кровь для проверки показаний щитовидной железы, примите лекарство только после лабораторных анализов и так же натощак. Это нужно, несмотря на то, что для самих анализов воздержание от пищи не требуется.

Начальная и поддерживающая дозы тироксина, назначенные вашим врачом, индивидуальны. Обычно начальная доза больше, чем поддерживающая. Дозировка будет постепенно увеличена, пока не будет найдена подходящая вам поддерживающая доза. Гормональный баланс контролируется через 2–3 месяца от начала лечения, а также всегда в связи с изменениями дозировки. Тогда по анализу крови проверяются показатели TSH и T4V. Производство гормонов щитовидной железы регулируется гипофизом. Как правило, выработка гипофизом гормона TSH усиливается в случае, если щитовидная железа вырабатывает гормонов в недостаточной мере. Показатель T4V, который при гипотиреозе снижается, свидетельствует о количестве свободного тироксина в крови. Лечение направлено на снижение показателя TSH и повышение показателя T4V в пределах нормы, до хорошего для вас уровня. Когда будет достигнут уровень показателей, позволяющий вам хорошее самочувствие без симптомов гипотиреоза, и показания щитовидной железы будут в норме, контрольные анализы на гормоны щитовидной железы делаются по одному разу в год.

Возможно, ваше самочувствие улучшится уже через несколько недель от начала приема тироксина. Однако будьте терпеливы. Возможно, гипотиреоз развивался у вас в течение нескольких лет. Поэтому могут потребоваться месяцы, иногда даже более длительное время, пока вы не будете чувствовать себя хорошо. Чаще всего лекарство будет необходимо принимать постоянно.

В начале приема лекарства и после повышения дозировки вы можете чувствовать сердцебиение. Это, как правило, преходящее явление. Никогда не вносите изменения в дозировку, не обсуждая их с вашим врачом. Всегда дозировка и лечение индивидуальны, и ваши возможные другие заболевания и лекарства могут повлиять на вашу ситуацию. Поэтому вам важно поступать по инструктажу лечащего врача и рассказывать ему об изменениях в вашей ситуации и самочувствии. Также следует сообщать врачу, если лечение не приводит к желательному результату.

### Что такое щитовидная железа? Чем вызван гипотиреоз?

Щитовидная железа находится на шее ниже от гортани. Это железа весом 20 граммов. Несмотря на небольшой размер, она выполняет жизненно важную функцию, оказывающую влияние на обмен веществ и организм человека в целом. В частности, она влияет на терморегуляцию, общую активность, работу кишечника, настроение, метаболизм жиров. Щитовидная железа вырабатывает, накапливает и высвобождает в кровообращение гормоны. Самые важные из них – тироксин (T4) и трийодтиронин (T3). Здоровая щитовидная железа производит эти гормоны в соотношении 4:1, то есть, около 80 % гормона T4 и 20 % гормона T3. T4 – это начальная стадия гормона, которая превращается в тканях, в таких как печень и почки, в настоящий активный гормон T3.

Самой распространенной причиной гипотиреоза является аутоиммунное воспаление щитовидной железы. При нем ткани организма подвергаются его собственным нападкам, что мешает производству гормонов щитовидной железой. Реже причина гипотиреоза может заключаться в функции гипофиза. Тогда гипофиз производит гормон TSH в количестве, недостаточном для активации щитовидной железы на выработку гормонов.

Дополнительную информацию о гипотиреозе вы получите от вашего лечащего врача, а также из организации Kilpirauhasliitto (Ассоциация «Щитовидная железа»). Сайт ассоциации: [www.kilpirauhasliitto.fi](http://www.kilpirauhasliitto.fi). Номер телефонной консультации: 044 7888 899. По данному номеру вы услышите график дежурства.

Содержание оригинального текста на финском языке проверено врачом-специалистом по внутренним заболеваниям и эндокринологии Лео Нисканеном, Округ здравоохранения Хельсинки и Уусимаа.

