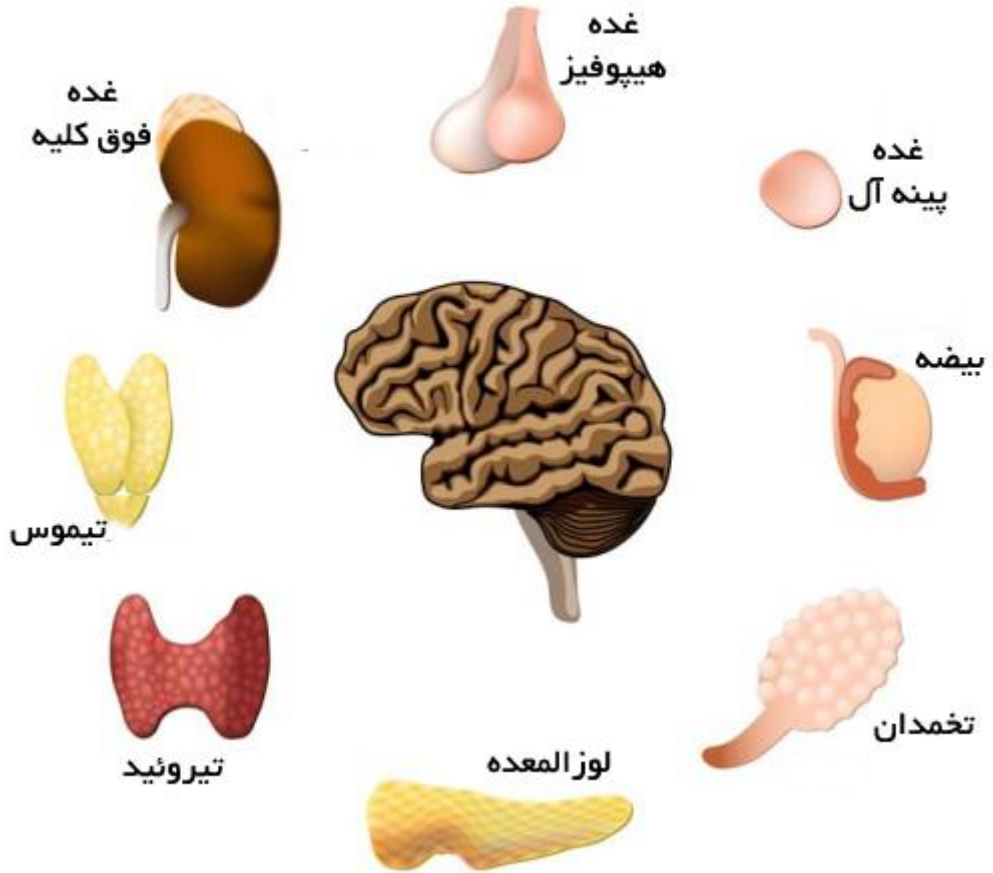


غدد درون ریز بدن



غدد بدن به دو دسته ی برون ریز و درون ریز تقسیم بندی می شوند. غدد برون ریز، بیشتر ترشحات خود را به مجاری بدن می ریزند، ولی غدد درون ریز یا اندوکراین، ترشحات خود را که هورمون ها نام دارند، به خون می ریزند. بیماری های غدد درون ریز مربوط به این هورمون ها هستند.

غدد درون ریز بدن

سیستم غدد درون ریز شبکه ای از غدد است که هورمون هایی را تولید و ترشح می کند و به کنترل بسیاری از عملکردهای مهم بدن کمک می نماید، بویژه توانایی بدن در تبدیل کالری ها به انرژی که سلول ها و اندام ها را تقویت می کند.

سیستم غدد درون ریز بر روی ضربان قلب شما هم اثر دارد، بر روی رشد استخوان ها و بافت های بدن تاثیر می گذارد، حتی بر روی توانایی بچه دار شدن هم تاثیر دارد و نقش مهمی در ایجاد دیابت، بیماری تیروئید، اختلالات رشد و اختلال کارکرد جنسی و سایر اختلالات مرتبط با هورمون ها دارد.

غده اندوکراین (درون ریز) شامل اجزای زیر می باشد:

– غده آدرنال (فوق کلیه) : دو غده که بر روی کلیه های قرار دارند و هورمون کورتیزول آزاد می کنند.

– هیپوتالاموس : بخش میانی تحتانی مغز است که برای آزاد کردن هورمون ها از هیپوفیز پیغام ارسال می کند.

– تخمدان ها : اندام های باروری جنس مونث هستند که هورمون های جنسی تولید می کنند.

– سلول های جزایر لانگرهانس در پانکراس : سلول هایی در پانکراس که آزاد شدن هورمون انسولین و گلوکاگن را کنترل می کنند.

– پاراتیروئید : چهار غده کوچک در گردن که در رشد و نمو استخوان نقش دارند.

– غده ی پینه آل : غده ای که در نزدیک بخش مرکزی مغز است و ممکن است با الگوهای خواب در ارتباط باشد.

– غده ی هیپوفیز : غده ای که در قاعده ی مغز قرار دارد و در پشت سینوس ها جا گرفته است. اغلب این غده به نام غده ی مادر نامیده می شود، بر روی بسیاری از هورمون های دیگر هم اثر دارد، بویژه بر روی تیروئید. مشکلات مرتبط با این غده می تواند بر روی رشد، چرخه های قاعدگی زنانه، و آزاد شدن شیر از پستان اثر گذار باشد.

– بیضه ها : غده تولید مثلی جنس مذکر هستند که اسپرم و هورمون جنسی مردانه می سازند.

– تیموس : غده ای در بخش فوقانی قفسه سینه که به سیستم ایمنی بدن در ابتدای زندگی کمک می کند.

– تیروئید : غده ای پروانه ای شکل در بخش جلویی گردن که متابولیسم را در کنترل دارد.

اختلالات غده درون ریز

– دیابت : اشکال متفاوت زیادی از اختلالات غده درون ریز وجود دارد. یکی از شایع ترین اختلالات غده درون ریز ، دیابت می باشد.

– نارسایی غده فوق کلیه: غده ی آدرنال در این حالت مقدار خیلی کمی هورمون کورتیزول و گاهی آلدوسترون می سازد. علائم آن شامل خستگی، ناراحتی معده، کم آبی، و تغییرات پوستی می باشد. بیماری آدیسون نوعی عدم کفایت آدرنال است.

– بیماری کوشینگ : تولید بیش از حد هورمون غده ی هیپوفیز باعث بیش فعالیت غده ی آدرنال می شود. وضعیت مشابه آن به نام سندرم کوشینگ نامیده می شود که ممکن است بویژه در کودکان و افرادی که داروهای کورتیکواستروئیدی با دوز بالا دریافت می کنند، رخ دهد.

– ژیگانتیسم ، آکرومگالی و سایر مشکلات هورمون رشد : اگر غده ی هیپوفیز مقدار بسیار زیادی هورمون رشد بسازد، استخوان های کودک و بخش های بدن وی ممکن است به طور غیر طبیعی فوراً رشد کنند و اگر سطح هورمون رشد بسیار کم باشد، ممکن است رشد قدی کودک متوقف شود.

– پرکاری تیروئید : غده ی تیروئید مقدار بسیار زیادی هورمون می سازد، و باعث کاهش وزن، افزایش ضربان قلب، عرق کردن و عصبی شدن فرد می شود. شایع ترین علت برای بیش فعالیت تیروئید، اختلال خود ایمنی است که بیماری گریوز نامیده می شود.

– کم کاری تیروئید : غده ی تیروئید نمی تواند به حد کافی هورمون تیروئیدی بسازد، و باعث ایجاد خستگی، یبوست، خشکی پوست، و افسردگی می شود. غده ی تیروئیدی که فعالیت کمی داشته باشد، می تواند باعث کند شدن رشد در کودکان شود. برخی انواع کم کاری تیروئید در زمان تولد ایجاد می شوند.

– کم کاری غده ی هیپوفیز : غده ی هیپوفیز مقدار کمی هورمون می سازد و یا اصلا هورمونی نمی سازد. ممکن است بیماری های متفاوتی ایجاد کند. زنان دچار این اختلال ممکن است دچار توقف در عادت ماهیانه شوند.

– سندرم تخمدان پلی کیستیک (کیست تخمدان یا تنبلی تخمدان) : تولید بیش از حد آندروژن با نمو تخمدان ها و هورمون های ترشح شده از تخمدان ها تداخل دارد. این اختلال باعث ایجاد ناباروری می شود.

– بلوغ زودرس : بلوغ زودرس زمانی رخ می دهد که غدد به بدن پیغام دهند تا هورمون های جنسی را زودتر از زمان مقرر ترشح کنند.

تشخیص اختلالات غدد درون ریز

اگر شما مبتلا به اختلالات غدد درون ریز باشید، پزشک شما را به متخصص غدد ارجاع می دهد .

علائم اختلال غدد درون ریز بسیار متنوع است و به نوع غده ی درگیر وابسته می باشد. در حالی که، اکثر افراد مبتلا به بیماری غدد درون ریز از خستگی و ضعف شکایت دارند.

آزمایشات خون و ادرار برای بررسی سطح هورمون ها می تواند به پزشکان در تعیین این که آیا اختلال غدد درون ریز وجود دارد یا که خیر کمک کند. آزمون های تصویر برداری ممکن است برای تعیین محل تومور و یا ندول استفاده شود.

درمان اختلالات غدد درون ریز

درمان اختلالات غدد درون ریز می تواند دشوار و پیچیده باشد، به طوری که تغییر در سطح یک هورمون می تواند دیگری را کاهش دهد. پزشک و یا متخصص شما ممکن است آزمون معمولی خون را برای بررسی مشکلات و یا برای تعیین داروها و یا تنظیم روند درمانی شما درخواست کند.

چه کسانی باید آزمایش تیروئید بدهند؟

آیا خستگی، روز به روز بیشتر اذیتان می کند؟ آیا مشکل حافظه، اضافه شدن بی دلیل وزن، لرز یا ریزش مو دارید؟ و یا این موارد در مورد شما برعکس است: اغلب بهم ریخته، عرق کرده و عصبی هستید؟ اگر این نشانه ها را دارید، ممکن است غدد تیروئید مقصر باشند.

آزمایش، تیروئید، ریزش مو، افزایش وزن، کم کاری تیروئید، پرکاری تیروئید، ضربان قلب، ریزش مو، سلامت این تنظیم کننده ی عالی مغز و بدن، گاهی اوقات دچار مشکل می شود. این اتفاق مخصوصا در خانم ها بیشتر اتفاق می افتد. درمان صحیح این عارضه، برای سلامتی و روحیه ضروری است.

غده تیروئید چیست؟



تیروئید یک غده پروانه ای شکل است که در جلوی گردن قرار دارد. این غده، هورمونی تولید می کند که سرعت متابولیسم را کنترل می کند (متابولیسم سیستمی است که توسط آن، بدن از انرژی اش استفاده می

کند). اختلالات تیروئیدی می تواند سرعت متابولیسم را کند و یا سریع کند. وقتی سطح هورمون ها خیلی پایین یا خیلی بالا برود، نشانه های این اختلال را در سطح گسترده ای تجربه خواهید کرد.

علائم: کاهش یا افزایش وزن

تغییر ناگهانی در وزن، یکی از نشانه های شایع اختلال در تیروئید است. اضافه کردن وزن، می تواند نشانه کاهش هورمون های

ریزش مو هم یکی دیگر از نشانه هایی است که عاملش می تواند متعادل نبودن غده تیروئید باشد. کم کاری و پر کاری تیروئید هر دو می توانند باعث ریزش مو شوند.

تیروئید باشد که به آن کم کاری تیروئید می گویند. در مقابل، اگر تیروئید بیش از نیاز بدن هورمون تولید کند ممکن است دچار کاهش وزن ناگهانی شوید که به این حالت، پر کاری تیروئید می گویند. مشکل کم کاری تیروئید شایع تر است.

علائم: التهاب در گردن

تورم و بزرگ شدن گردن، یک نشانه قابل رویت است که به ما می گوید ممکن است تیروئید دچار مشکل شده باشد. عامل ایجاد گواتر، می تواند هم کم کاری تیروئید و هم پر کاری تیروئید باشد. گاهی تورم گردن می تواند به دلیل سرطان تیروئید یا ندول (توده ای که در داخل تیروئید رشد می کند) باشد. همچنین این تورم می تواند به دلایلی غیر از تیروئید باشد.

علائم: تغییر در ضربان قلب

هورمون های تیروئید، تقریباً روی همه ارگان های بدن و حتی روی سرعت ضربان قلب نیز تاثیر دارند. کسانی که کم کاری تیروئید دارند، شاید متوجه شوند که ضربان قلبشان از حد معمول پایین تر است. پر کاری تیروئید نیز ممکن است موجب شود ضربان قلب افزایش پیدا کند. همچنین پر کاری تیروئید، می تواند منجر به فشار خون و تپش قلب نیز شود.

علائم: تغییر در روحیه و انرژی بدن

اختلال در تیروئید می تواند باعث تغییرات اساسی در انرژی بدن و روحیه شود. کم کاری تیروئید باعث می شود فرد احساس خستگی، تنبلی و یا دپرس بودن کند. پر کاری تیروئید هم می تواند مشکلاتی نظیر اضطراب، مشکلات خواب، بی قراری و تحریک پذیری ایجاد کند.

علائم: ریزش مو

ریزش مو هم یکی دیگر از نشانه هایی است که عاملش می تواند متعادل نبودن غده تیروئید باشد. کم کاری و پر کاری تیروئید هر دو می توانند باعث ریزش مو شوند. در بسیاری از موارد موهای ریخته شده پس از درمان تیروئید، مجدد رشد کرده اند.

علائم: احساس گرما یا سرمای شدید

مشکل تیروئید، می تواند بدن را در تنظیم دمای خود دچار اختلال کند. افرادی که کم کاری تیروئید دارند، بیش از حد معمول احساس سرما می کنند. پر کاری تیروئید تاثیری برعکس دارد و باعث تعریق شدید و بیزاری از گرما می شود.

علائم کم کاری تیروئید می تواند باعث بسیاری از علائم دیگر شود مانند:

خشکی پوست و شکننده شدن ناخن ها

بی حسی یا سوزن سوزن شدن دست

یبوست

دوره های قاعدگی غیر طبیعی

پر کاری تیروئید هم می تواند باعث علائم دیگری شود مانند:

ضعف عضلانی و لرزش دستان

مشکل در دید

اسهال

دوره های قاعدگی نامنظم

اختلال در تیروئید یا یائسگی؟

چون تیروئید باعث تغییر در چرخه ی قاعدگی و خلق و خو می شود، گاهی اوقات نشانه های آن با یائسگی اشتباه گرفته می شود. اگر چنین نشانه هایی دارید، با یک تست خون ساده می توانید بفهمید مشکل از تیروئید است یا یائسگی، و یا شاید هم ترکیبی از هر دو باشد.

چه کسانی باید آزمایش تیروئید بدهند؟

هر فرد باید پنج سال یک بار، این آزمایش را بدهد. افرادی که نشانه هایی از مشکلات تیروئیدی دارند و یا بیشتر در خطر هستند، باید در فاصله های زمانی کمتری تست بدهند. کم کاری تیروئید، بیشتر زنان بالای 60 سال را تحت تاثیر قرار می دهد. پرکاری تیروئید هم بیشتر زنان و افراد بالای 60 سال را در بر می گیرد. عوامل ارثی نیز خطر بروز این مشکل را افزایش می دهند.

چک کردن تیروئید از روی گردن

با یک بررسی دقیق در آینده، می توان بزرگ شدن تیروئید را تشخیص داد. سپس برای معاینه و اطمینان باید نزد پزشک بروید. برای انجام این تست، سر خود را عقب بگیرید، یک لیوان آب بنوشید و همین که آب را می نوشید و قورت می دهید، قسمت پایین خرخره و بالای ترقوه گردن خود را بررسی کنید. به دنبال برآمدگی یا بیرون زدگی باشید. سپس چندین بار این عمل را تکرار کنید. اگر چنین علائمی دیدید، حتما با یک پزشک متخصص صحبت کنید.

تشخیص اختلالات تیروئید

اگر پزشکتان مشکوک به اختلال تیروئید در شما باشد، با یک تست خون ساده می تواند به جواب برسد. این تست میزان هورمون محرک تیروئید را می سنجد (TSH)؛ یک نوع هورمون اصلی که کار تیروئید را تنظیم می کند.

اگر میزان TSH بالا باشد، نشان دهنده ی این است که کارکرد تیروئید بسیار پایین است (کم کاری تیروئید)، اما اگر TSH پایین باشد نشان دهنده ی این است که تیروئید بیش از اندازه کار می کند (پرکاری تیروئید). پزشکان گاهی سطح دیگر هورمون های خون را هم چک می کنند. در برخی موارد برای تشخیص مشکل تیروئید نیاز به عکس برداری است.

بیماری هاشیموتو

شایع ترین دلیل کم کاری تیروئید، بیماری هاشیموتو است. این بیماری یک اختلال خود ایمنی است که در آن، بدن به غده ی تیروئید حمله می کند. نتیجه این حمله، آسیب دیدن تیروئید و کاهش تولید هورمون است. بیماری هاشیموتو، بیشتر جنبه ی ارثی دارد.

دیگر دلایل کم کاری تیروئید

در بعضی موارد، کم کاری تیروئید ناشی از مشکلی در غده هیپوفیز است که در مرکز مغز قرار دارد. این غده، هورمون محرک تیروئید را تولید می کند (TSH) که باعث می شود تیروئید کارش را انجام دهد. اگر هیپوفیز کارش را درست انجام ندهد و به اندازه ی کافی TSH تولید نکند، فعالیت تیروئید نیز کاهش می یابد. سایر دلایل کم کاری تیروئید، التهاب موقت تیروئید و داروهایی است که بر کارکرد این غده تاثیر می گذارد.

بیماری گریوز

از شایع ترین دلایل پرکاری تیروئید، بیماری گریوز است. گریوز یک نوع اختلال در خود ایمنی بدن است که به غده ی تیروئید حمله می کند و باعث انتشار سطوح بالایی از هورمون تیروئید می شود. یکی از نشانه های گریوز تورم قابل مشاهده و ناراحت کننده در پشت چشم است.

دیگر دلایل پرکاری تیروئید

پرکاری تیروئید می تواند به دلیل گره در غده تیروئید ایجاد شود. این توده ها در تیروئید به وجود می آیند و گاهی شروع به تولید

اختلال در تیروئید می تواند باعث تغییرات اساسی در انرژی بدن و روحیه شود.

هورمون تیروئید می کنند. توده های بزرگ، باعث ایجاد گواتر می شوند و مشهود هستند. توده های کوچک تر با سونوگرافی قابل تشخیص هستند.

عوارض اختلالات تیروئید

اگر این اختلال درمان نشده رها شود، کم کاری تیروئید باعث بالا رفتن کلسترول می شود و خطر ایجاد سکتة مغزی و حمله ی قلبی را بالا می برد. در موارد شدید، سطح بسیار پایین هورمون تیروئید باعث کاهش هوشیاری فرد و افت شدید دمای بدن می شود. پرکاری تیروئید هم در صورت عدم درمان، باعث مشکلات قلبی و شکننده شدن استخوان ها می شود.

درمان کم کاری تیروئید

اگر تشخیص داده شده باشد که کم کاری تیروئید دارید، اولین کاری که پزشک انجام می دهد تجویز هورمون های تیروئید است که به شکل قرص، آن را دریافت می کنید. استفاده از این قرص ها تاثیرات قابل مشاهده ای را در طول چند هفته ایجاد می کند. این درمان در طولانی مدت، باعث می شود فرد انرژی بیشتری داشته باشد، کلسترولتان پایین بیاید و به تدریج کاهش وزن داشته باشید. بیشتر افرادی که کم کاری تیروئید دارند، باید این قرص ها را تا پایان عمر استفاده کنند.

درمان پرکاری تیروئید

شایع ترین درمان برای پرکاری تیروئید، داروهای ضد تیروئید است که باعث کاهش هورمون های تولید شده توسط تیروئید می شود. پرکاری تیروئید، ممکن است سرانجام به پایان برسد اما بیشتر کسانی که این مشکل را دارند باید برای مدت زمان طولانی دارو استفاده کنند. دیگر داروها ممکن است باعث کاهش نبض و لرزش شوند. یکی دیگر از گزینه ها، رادیواکتیو است که در طی 6 تا 18 هفته، غده تیروئید را نابود می کند. بعد از اینکه غده تیروئید از بین رفت یا توسط جراحی برداشته شد، بیمار باید قرص هورمون های تیروئید را استفاده کند.

جراحی اختلالات تیروئید

برداشتن غده تیروئید، مشکل پرکاری تیروئید را حل می کند اما این روش تنها زمانی توصیه می شود که داروها تاثیر نداشته باشند یا این مشکل باعث ایجاد گواتر بزرگ شده باشد. جراحی برای بعضی از بیمارانی که در تیروئید خود، توده دارند هم توصیه می شود. واضح است که بعد از برداشتن تیروئید، بیمار نیاز به هورمون های تیروئید پیدا میکند تا دچار علائم کم کاری تیروئید نشود.

سرطان تیروئید چیست؟

سرطان تیروئید بسیار نادر است و از سرطان های کشنده به حساب می آید. نشانه ی اصلی آن، ایجاد شدن توده یا التهاب در گردن است. تنها 5٪ از توده های تیروئید، تبدیل به سرطان می شوند. اگر سرطان تیروئید تشخیص داده شود، معمولا با جراحی، رادیواکتیو و یا پرتو درمانی خارجی شروع به درمانش می کنند.