

تمت المراجعة في 2015

ما المقصود بقصور الغدة الدرقية؟

قصور الغدة الدرقية هو اسم يطلق على الحالة التي تنجم عن نقص نشاط الغدة الدرقية. ويعني هذا أنها لا تنتج هرمون الغدة الدرقية بما يكفي لاحتياجات الجسم.

ما أسباب قصور الغدة الدرقية؟

يمكن أن ينتج قصور الغدة الدرقية عن:

- مرض التهاب الغدة الدرقية الناجم عن المناعة الذاتية - وهو السبب الأكثر شيوعاً. تلك عملية تدمير ذاتي يقوم فيها جهاز المناعة بالجسم بمهاجمة خلايا الغدة الدرقية كما لو كانت خلايا غريبة عن الجسم. الشكل الأكثر شيوعاً معروف باسم "التهاب درقية هاشيموتو"
- العلاج باليود المشع أو الجراحة لتصحيح فرط الغدة الدرقية أو لعلاج سرطان الغدة الدرقية
- الأدوية المضادة للغدة الدرقية في حالة تعاطيها بجرعة كبيرة لعلاج اضطرابات فرط نشاط الغدة الدرقية
- الأدوية مثل الليثيوم (المستخدم لعلاج بعض الاضطرابات العقلية) والأميودارون (المستخدم في السيطرة على مشكلات معينة في القلب).
- يمكن أن تتعارض بعض أدوية السعال المحتوية على كميات كبيرة من اليود مع وظائف الغدة الدرقية أيضاً
- بعض الأغذية الصحية التي يتم تناولها بإفراط، مثلًا عشب البحر (طُلب بحري)
- خلل في الغدة النخامية (غدة موجودة في المخ تقوم بتنظيم هرمونات الغدة الدرقية)
- العلاج الإشعاعي لسرطان الرأس والعنق (غير شائع في المملكة المتحدة)

في بعض الأحيان، يكون قصور الغدة الدرقية موجوداً منذ الولادة. في بعض الأطفال الرضع، لا تنمو الغدة الدرقية أو لا تنتج الهرمونات الدرقية بشكل سليم. وهذا ما يعرف باسم قصور الغدة الدرقية الخلفي.

ما أعراض قصور الغدة الدرقية؟

تبدأ الأعراض بشكل تدريجي لدرجة أنك قد لا تستطيع أنت ولا طبيبك ملاحظتها حتى تتفاقم الحالة. يؤدي انخفاض مستوى هرمون الغدة الدرقية إلى إبطاء العمليات العقلية والبدنية بالجسم كله. حالما يتم البدء في العلاج، سوف تتحسن هذه الأعراض بمرور الوقت، ولكن في حالة عدم تحسنها، يجب أن تقوم باستشارة طبيبك. فيما يلي الأعراض الأكثر شيوعاً:

- التعب والإجهاد
- زيادة الشعور بالبرد
- جفاف الجلد وخشونته
- جفاف الشعر وترققه
- الصوت الأجهش أو المبحوح
- الإمساك
- ضعف وتشنج وآلام العضلات
- وخز في الأصابع واليدين (متلازمة النفق الرسغي)
- غزارة الدورة الشهرية وطول مدتها
- مشكلات الخصوبة
- انخفاض الرغبة الجنسية
- زيادة الوزن
- انتفاخ الوجه والانتفاخات تحت العينين
- بطء النطق والحركة والتفكير
- تدنى الحالة المزاجية أو الاكتئاب
- مشكلات الذاكرة
- صعوبة في التركيز
- بطء ضربات القلب

- ارتفاع ضغط الدم قليلاً
- زيادة الكوليسترول
- بطء النمو (في الأطفال)

كيف يتم تشخيص قصور الغدة الدرقية؟

بواسطة الفحص البدني واختبارات الدم. اختبار الدم لوظائف الغدة الدرقية هو طريقة بسيطة ودقيقة للتحقق من سلامة عمل الغدة الدرقية. في حالة نقص نشاط الغدة الدرقية، يكون مستوى الهرمون المنشط للدرقية (TSH) نموذجياً أعلى من المدى المرجعي ويكون مستوى الثيروكسين (FT4) أقل من المدى المرجعي. من المعقول إجراء اختبار للأجسام المضادة للغدة الدرقية للتأكد أن السبب هو المناعة الذاتية. سوف يلزم استبعاد العوامل الأخرى مثل الأمراض الشائعة التي قد تغير قراءات اختبار الدم بصورة مؤقتة. قد تؤثر بعض الأدوية - بوصفة طبية أو بدون وصفة طبية - على نتائج الاختبار، لذلك من المهم إطلاع الطبيب على أي أدوية تتناولها.

ما هو قصور الغدة الدرقية الخفيفة أو قصور الغدة الدرقية دون أعراض؟

أحياناً ما تكون درجة قصور الغدة الدرقية ضئيلة للغاية بحيث لا تظهر أعراض واضحة ولا يمكن اكتشافها إلا باختبارات الدم. وقد يتم اكتشافها من خلال اختبارات الدم التي أجريت بسبب اضطراب آخر خاص بمرض مناعة ذاتية أو بسبب وجود تاريخ مرضي في الأسرة خاص باضطرابات الغدة الدرقية.

تشير نتيجة اختبار الدم التي تبين ارتفاعاً طفيفاً في مستوى هرمون TSH ومستوى FT4 عادي إلى أنك قد تكون مصاباً بقصور بسيط في الغدة الدرقية أو قصور الغدة الدرقية دون أعراض، وأنه ثمة خطورة مرتفعة لإصابتك بقصور الغدة الدرقية في النهاية. يجدر بك إجراء اختبار وظائف الغدة الدرقية بانتظام واستشارة طبيبك في حالة ملاحظتك أية أعراض، حيث أنك قد تكون بحاجة للعلاج.

ما هو علاج قصور الغدة الدرقية؟

سوف يصف لك الطبيب دواء ليفوثايروكسين، وهو نسخة تصنيعية من هرمون الثيروكسين الذي تنتجه الغدة الدرقية. ليفوثايروكسين دواء نقي للغاية وله آثار جانبية طفيفة عند تعاطيه بالجرعة الصحيحة.

تعتمد جرعات ليفوثايروكسين على وزن جسم المريض. يتطلب أغلب المرضى جرعة تتراوح بين 100 و 150 ميكروجرام في اليوم، ولكن يمكن أن تكون الجرعة أقل من 75 ميكروجرام أو تصل إلى 300 ميكروجرام في اليوم على حسب احتياجاتك. إذا كانت حالة قصور الغدة الدرقية لديك شديدة أو كنت معرضاً لمشكلات في القلب، يمكن توقع أن يبدأ طبيبك بحرص ويزيد الجرعة تدريجياً. يلزم التحلي بالصبر حيث قد يستغرق الأمر عدة أشهر للشعور بتحسّن ولكي تعود اختبارات وظائف الغدة الدرقية إلى مستواها الطبيعي أو تصل إلى مستوى مرضٍ للطبيب. أثناء فترة العلاج، سوف تجري اختبارات وظائف الغدة الدرقية بصورة منتظمة كل ستة إلى ثمانية أسابيع في العادة.

يفضل تناول ليفوثايروكسين في الصباح مع الماء أو على معدة خاوية قبل تناول الطعام والشراب بنصف ساعة على الأقل. يفضل أيضاً أن يكون هناك فاصل زمني يبلغ أربع ساعات على الأقل قبل تناول أدوية الكالسيوم والحديد وتقليل الكوليسترول (كوليستيرامين، كوليستيبيول) والأقراص متعددة الفيتامينات لأن هذه الأدوية أيضاً قد تقلل امتصاصه. وعلى الجانب الآخر، من المعروف أن فاكهة الجريب فروت تزيد من امتصاص ليفوثايروكسين بسبب زيادة الأحماض في المعدة. يوجد عدد من العقاقير الأخرى التي تتفاعل مع ليفوثايروكسين. فاحرص دوماً على مراجعة الطبيب أو الصيدلية الخاصة بك إذا كنت تتعاطى أي أدوية أخرى بوصفة طبية أو دون وصفة طبية.

من السهل نسيان تناول قرص ليفوثايروكسين، لكن نظراً لوجود مخزون كبير من ليفوثايروكسين في الدم، فلن تلاحظ الفرق. مع ذلك، من المهم تناول الأقراص بانتظام كل يوم لأن ذلك قد يؤثر على نتائج اختبار الدم وعلى صحتك. جرب وابكر نظاماً من شأنه مساعدتك على تناول الأقراص كل يوم.

قد تتلف أقراص ليفوثايروكسين إذا تعرضت لدرجات حرارة عالية.

حالما يتم تقرير الجرعة الصحيحة فمن غير المحتمل أن تتغير، ورغم ذلك يظل من المهم إجراء اختبار دم كل عام على سبيل التأكد فقط. سوف تسبب زيادة جرعة ليفوثايروكسين أعراض فرط نشاط الغدة الدرقية ولن تعالج جرعة ليفوثايروكسين القليلة أعراض نقص نشاط الغدة الدرقية تماماً.

جرعة ليفوثايروكسين الصحيحة هي الجرعة التي تستعيد الصحة الجيدة. عند معظم المرضى، سيكون هذا مقترناً بقراءة للهرمون المنشط للدرقية (TSH) في الجزء السفلي من المدى المرجعي ومستوى الثيروكسين (T4) في الدم صوب الجزء العلوي أو حتى أعلى قليلاً من المدى المرجعي.

يعاني بعض المرضى الذين يتم علاجهم بليفوثايروكسين من استمرار مشكلات رغم كون قراءات TSH في الدم في المدى المرجعي. يمكن التفكير في الجمع بين علاج ليفوثايروكسين وثلاثي اليودوثيرونين (LT4 وLT3) باعتباره نهجا تجريبيا تحت إشراف طبيب غدد صماء معتمد.

إذا كنت تخططين للحمل، فيجب أن تطلعي طبيبك على هذا الأمر وأن تقومي بشكل مثالي بإجراء اختبار دم قبل حدوث الحمل. حال معرفتك بالحمل وإذا كنت تتناولين ليفوثايروكسين بالفعل، يوصى بزيادة الجرعة على الفور بواقع 25-50 ميكروجرام يوميا. بعد ذلك، يجب أن تقومي بترتيب إجراء اختبار وظائف الغدة الدرقية في أقرب وقت ممكن. وحتى إذا كانت نتيجة اختبار وظائف الغدة الدرقية غير مثالية في بداية الحمل، فإن خطورة التعرض لمضاعفات الحمل تكون أعلى من العادي قليلاً فقط وستظل لديك فرصة جيدة لنجاح الحمل. مع ذلك، يجب تعديل علاجك بليفوثايروكسين لتنظيم وظائف الغدة الدرقية في أقرب وقت ممكن. (راجع: طبيب الحمل والخصوبة في حالات اضطرابات الغدة الدرقية).

بعض النقاط الهامة....

- عادةً سيقوم طبيبك العام بالاعتناء بك ولكن في حالة التعرض لمشكلات سوف تتم إحالتك إلى طبيب غدد صماء - وهو طبيب متخصص في اضطرابات الغدة الدرقية والغدد الأخرى.
- حال استقرار الحالة، يجب إجراء اختبار دم مرة كل عام لفحص مستويات هرمونات الغدة الدرقية لديك.
- من المهم تناول الأقراص بصورة منتظمة كل يوم لأن عدم القيام بذلك قد يؤثر على نتائج اختبار الدم وعلى صحتك.
- ستحتاج إلى تناول ليفوثايروكسين مدى الحياة. استمر في تناول الأقراص ما لم ينصحك الطبيب بخلاف ذلك، حتى في حالة إصابتك بمرض آخر.
- حال معرفتك بالحمل، يوصى بزيادة الجرعة بواقع 25-50 ميكروجرام يوميا.
- استشر طبيبك عما إذا كانت الأدوية الموصوفة لك معفاة من الرسوم أم لا.

من المعروف أن مشكلات الغدة الدرقية غالبا ما تصيب العائلات وإذا كانت صحة أفراد الأسرة ليست على ما يرام، يجب تشجيعهم على التحدث مع الطبيب العام التابعين له عما إذا كانت اختبارات الغدة الدرقية مكفولة.

إذا كان لديك أية استفسارات أو مخاوف بشأن اضطراب الغدة الدرقية الذي تعانيه، يجب التحدث مع الطبيب أو الأخصائي الخاص بك لأنه أفضل من تلجأ إليه للحصول على استشارة. يمكنك أيضًا الاتصال بمؤسسة الغدة الدرقية البريطانية للحصول على مزيد من المعلومات والدعم أو إذا كان لديك أي تعليقات بشأن المعلومات الواردة في هذه النشرة.

مؤسسة الغدة الدرقية البريطانية

org.thyroid-btf.www

مؤسسة الغدة الدرقية البريطانية هي مؤسسة خيرية مسجلة في: إنجلترا وويلز رقم 1006391, اسكتلندا SC046037

معتمدة من:

اتحاد الغدة الدرقية البريطاني - مجموعة من المهنيين الطبيين الداعمين لأعلى المعايير في رعاية المرضى والأبحاث

org.association-thyroid-ritishb.www

الرابطة البريطانية لجراحي الغدد الصماء والغدة الدرقية - الهيئة الممثلة للجراحين البريطانيين المتخصصين في جراحة الغدد الصماء (الدرقية والدرقية والكظرية)

uk.org.baets.www

صدر لأول مرة في: 2008

تمت المراجعة في: 2011, 2015

تمت مراجعة منشوراتنا كل عامين ويتم تنقيحها إذا لزم الأمر.

© حقوق الطبع لعام 2017 لصالح مؤسسة الغدة الدرقية البريطانية