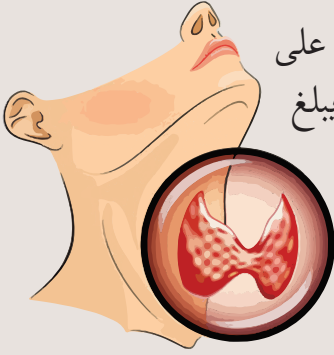


# فرط نبتات الغدة الدرقية





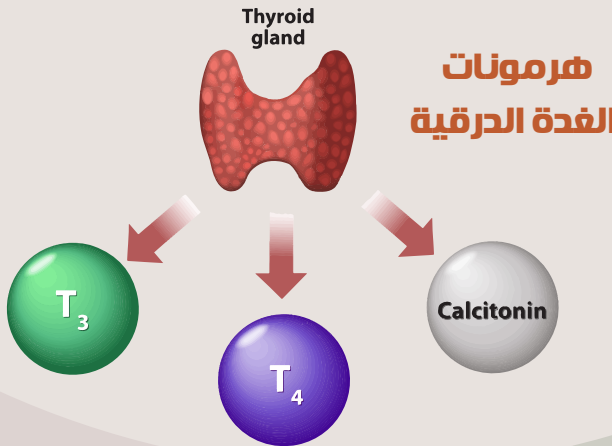
## الغدة الدرقية:



هي نسيج صغير تحت الجلد في شكل فصين متصلين على جانبي وأسفل الغضروف الدرقي في منطقة الرقبة ويبلغ قياسها حوالي 5 سم، وتسمى منطقة اتصال الفصين بالبرزخ، وهو ما يعطيها شكل ربطة العنق أو الفراشة. في العادة لا يمكن ملاحظة شكل الغدة بالرؤية من الخارج وبالكاد يمكن تحسسها، لكنها عندما تتضخم يستطيع الطبيب ملاحظتها وتحسس حجمها.

تُفرز الغُدَّة الدرقيَّة عدة هرمونات تتحكم بمعدل الأيض في الجسم والعديد من الوظائف الحيوية في الجسم، وهي:

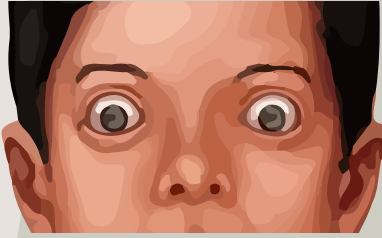
- **هرموني الثيروكسين (T4) وثلاثي يود الثيرونين (T3):** ويلعبان دوراً رئيساً في تنظيم الهضم ومعدل نبضات القلب وعمل العضلات ونمو المخ والمحافظة على صحة العظام.
- **هرمون الكالسيتونين:** ويقوم بدور مهم في عملية تنظيم مستوى الكالسيوم في الجسم.



## أسباب فرط نشاط الغدة الدرقية:

يحدث عندما تبدأ الغدة الدرقية بإفراز كمية كبيرة من هرمون الثيروكسين (T4) وزيادة تأثيره بالجسم.

١ - **داء غريفز (الذراق الجحوظي):** وهو اضطراب مناعي ذاتي يحدث عندما تقوم بعض الأجسام المضادة التي ينتجها جهازك المناعي بتحفيز الغدة الدرقية لتنتج كمية أكبر من هرمون T4 وهذا السبب هو الأكثر شيوعًا.



٢- **فرط نشاط العقيدة الدرقية (الورم الغدي أو الذراق متعدد العقيدات أو داء بلمر):** و يحدث هذا النوع عندما تشكل عقدة واحدة أو أكثر في شكل ورم أو أورام الغدة الدرقية وتبدأ بإنتاج كمية كبيرة من هرمون T4.



٣- **التهاب الغدة الدرقية:** قد تلتهب الغدة الدرقية بسبب اضطراب المناعة الذاتية أو لأسباب غير معروفة. وينتج عنه تسرب هرمون الغدة الدرقية الزائد والمخزن في الغدة ودخوله إلى الدم. وقد تتسبب بعض وليس جميع أنواع التهاب الغدة الدرقية في حدوث الألم.

٤- **زيادة اليود:** حيث إن تناول كميات كبيرة من الأطعمة أو الأدوية التي تحتوي على اليود قد يؤدي إلى زيادة في إنتاج هرمونات الغدة الدرقية.

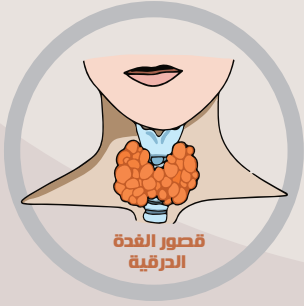
## عوامل الخطورة



١- يصيب المرض النساء أكثر من الرجال.



٢- ينتشر فرط نشاط الغدة الدرقية الناتج عن داء غريفز - غالبًا - بين أفراد الأسرة الواحدة.



قصور الغدة  
الدرقية

٣- وجود بعض الأمراض المزمنة مثل مرض السكري من النوع الأول أو فقر الدم الوبيل (الناتج عن نقص فيتامين B12) أو قصور الغدة الكظرية.

## الأعراض الجسدية :

يتسبب ارتفاع هرمون الغدة الدرقية في تسريع عمليات الأيض والتمثيل الغذائي وهو ما يجعلك تشعر بعدد من الأعراض مثل :

تساقط الشعر		جحوظ العين	
عدم تحمل الحرارة		كثرة التعرق	
اضطرابات في الدورة الشهرية		تضخم الغدة الدرقية	
العقم		عدم انتظام ضربات القلب	
قلة النوم		التقلبات المزاجية	
رعشة اليدين		هتئالة الأظافر	
زيادة حركة الأمعاء		ضعف العضلات	
خسارة الوزن		التنمور بالتعب والضعف العام	
متنكلات في التنفس		تورم وتصلب الجلد	

وتكون هذه الأعراض أقل ظهورًا عند كبار السن ، في حين أن بعض الأعراض تظهر لديهم أكثر مثل : تسارع ضربات القلب وعدم الإرتياح في الجو معتدل الحرارة والشعور بالتعب بشكل أكبر .

## الأعراض النفسية :

تؤثر الغدة الدرقية على حالة المريض النفسية بشكل كبير، وكلما زاد الخلل في الهرمون، كان التأثير أكبر، ومن أهم أعراض نشاط الغدة الدرقية النفسية :



## إجراءات تشخيص الإصابة:

بعد مقابلة الطبيب للمريض وأخذ تاريخه الطبي وعند وجود شك بالإصابة يستعين الطبيب بعدة فحوصات منها :



التصوير بالموجات فوق الصوتية لتقييم الغدة



التحاليل المخبرية (تحليل الدم)



الفحص السريري



أخذ خزعة من مناطق الغدة التي تظهر بها عقد

## مضاعفات فرط نشاط الدرقية

يمكن أن يؤدي عدم علاج فرط نشاط الغدة الدرقية إلى عدة مضاعفات مثل :

١- **مشاكل القلب**: وتعتبر من بين المضاعفات الأكثر خطورة فهي تؤدي إلى زيادة في معدل ضربات القلب وتجهد عضلته وتسبب في اضطراب خطير في إيقاع نبض القلب .

٢- **هشاشة العظام**: حيث أن فرط إفراز هرمون الغدة الدرقية يُعيق قدرة العظام على امتصاص الكالسيوم داخل الجسم مما يؤدي إلى ضعف وهشاشة العظام .

٣- **مضاعفات العين**: ومنها الجحوظ وتورم العين واحمرارها والحساسية للضوء والزغلة وازدواجية في الرؤية .

٤- **احمرار وتورم الجلد**: خاصة في الساقين والقدمين .

٥- **نوبة التسمم الدرقي**: وهي عبارة عن زيادة مفرطة ومفاجئة في إفراز الهرمون وتشتد فيها الأعراض مؤديةً إلى ظهور الحمى وتزايد النبض والهذيان وهي حالة طارئة تستوجب التوجه إلى المؤسسة الصحية .



### يمكن التخفيف من مضاعفات العين باتباع الخطوات التالية:

- استخدام قطرات الدموع الاصطناعية ومراهم الترطيب الهلامية .
- تجنّب التعرض لتيارات الهواء والأضواء الساطعة من خلال لبس النظارات الشمسية .



- رفع الرأس لتقليل التورم

- وضع ضمادات باردة مع شريط لاصق لإغلاق العين أثناء النوم .



- استخدام أدوية لتخفيف التورم حسب وصف الطبيب .



- ويتم اللجوء للجراحة في الحالات الشديدة .



## العلاج:

هناك العديد من الخيارات العلاجية لفرط نشاط الغدة الدرقية ويتم تفضيل نوع أو آخر بحسب الحالة وأسباب حدوث المشكلة وشدة الإصابة وبما يتناسب مع نمط حياة المريض:

### ● العلاجات الدوائية:

١- **أدوية مضادة للغدة الدرقية:** تمنع الغدة من إنتاج كميات زائدة من الهرمون وبالتالي تقلل الأعراض بالتدرج ويظهر تحسن تدريجي خلال أسابيع أو بضع شهور ولكنها تتطلب من المريض المواظبة على أخذها لمدة سنة أو أكثر.



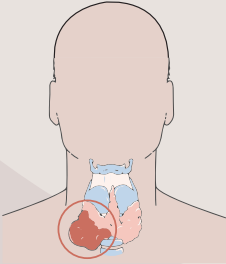
٢- **حاصرات بيتا:** أقراص تؤخذ لخفض نبضات القلب وضغط الدم المرتفعين، ولا يؤثر هذا الدواء على نشاط الغدة نفسها.

٣- **اليود المشع:** هي أقراص تؤخذ عن طريق الفم

وينتقل محتواها لخلايا الغدة الدرقية متسبباً في إنقاص عددها وإنقاص الهرمون المفرز منها وبالتالي تقل تدريجياً الأعراض لدى المريض، ويتخلص الجسم من هذا اليود المشع خلال مدة ما بين عدة أسابيع إلى بضع شهور.

### ● العلاج الجراحي

يهدف لإستئصال جزء من الغدة الدرقية أو جميعها، ولا تستخدم في العادة لعلاج فرط الدرقية وإنما للأورام. لكنها قد تكون خياراً مكمناً للحوامل اللاتي لايناسب وضعهن أخذ العلاج الدوائي. وقد تكون كذلك خياراً مناسباً للمرضى الذين لايمكنهم أخذ الأدوية المضادة للدرقية، ولايرغبون في تلقي العلاج باليود المشع، أو لايمكنهم تلقيه.



من مخاطر العملية وجود احتمالية بسيطة لتضرر الحبال الصوتية والغدد جارات الغدة الدرقية وهي عبارة عن أربع غدد صغيرة موجودة خلف الغدة الدرقية تساعد في التحكم بمستويات عنصر الكالسيوم في الدم .  
 يترتب عن إجراء عملية استئصال الغدة الدرقية أو للذين خضعوا للعلاج باليود المشع الحاجة لتعويض الهرمون بدواء الثيروكسين وأخذ مدى الحياة . المواظبة على العلاج مدى الحياة وفي حال فقدان الغدد جارات الدرقية فيتوجب أيضًا استخدام الدواء للإبقاء على مستوى الكالسيوم في الدم ضمن المستوي الصحي .

### الأثار الجانبية للعلاجات الدوائية والجراحية



• **اليود المشع**: قد يؤدي العلاج بشكل غير متوقع لخفض كبير في إنتاج الغدة الدرقية يترتب عنه الحاجة إلى أخذ الهرمون التعويضي .

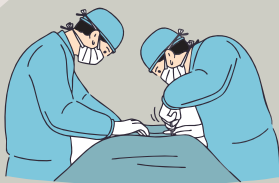


• **الأدوية المضادة للغدة الدرقية**: قد تؤدي لأعراض جانبية متعددة مثل الحمى وآلام المفاصل وقد تؤثر على الكبد أو تحدث طفح جلدي عند المرضى الذين يعانون من حساسية من أحد مكونات الدواء .



• **حاصرات بيتا**: يمكن أن تؤدي للإحساس بالإرهاق العام والوهن الجنسي .

• **العلاج الجراحي**: في بعض الحالات النادرة يلجأ الطبيب



للعلاج الجراحي فيقرر إزالة معظم الغدة الدرقية وخاصة في حالة عدم استجابة المريض للعلاجات الأخرى أو في حالة كون المريضة حامل ويترتب عنها ضرورة أخذ المريض لأدوية تعويضية مدى الحياة .

## فرط نشاط الغدة الدرقية في الحمل و الولادة

تعتبر هرمونات الغدة الدرقية ضرورية للتطور الطبيعي لمخ الجنين وجهازه العصبي خلال الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل . ويحصل الجنين على هذا الهرمون في بداية تكونه من الأم حيث ينتقل له من دم الأم عبر المشيمة ، وفي حوالي الأسبوع ١٢ تبدأ الغدة الدرقية للجنين بالعمل من تلقاء نفسها لكنها لا تنتج ما يكفي من الهرمون حتى يصل الحمل لـ ١٨ إلى ٢٠ أسبوعًا .

### يمكن أن يؤدي عدم علاج فرط نشاط الغدة الدرقية أثناء الحمل إلى:

- الإجهاض .
- الولادة المبكرة .
- انخفاض الوزن عند الولادة .
- تسمم الحمل (ارتفاع خطير في ضغط الدم في أواخر الحمل) .
- تفاقم مفاجئ وشديد لأعراض الغدة الدرقية .
- فشل القلب الاحتقاني .



## يمكن أن يؤدي فرط نشاط الغدة الدرقية عند الطفل إلى:

- سرعة دقات القلب وقد يؤدي إلى قصور القلب.
- الإغلاق المبكر للبقعة اللينة في جمجمة الجنين.
- التهيج.

في بعض الأحيان يمكن للغدة الدرقية المتضخمة أن تضغط على القصبة الهوائية للطفل؛ مما يؤدي إلى صعوبة في التنفس بعد الولادة.

## علاج مرض الغدة الدرقية أثناء الحمل:

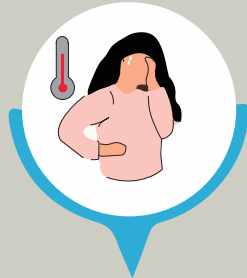
من المهم أخذ العلاج أثناء الحمل، حيث يمكن أن يسبب عدم أخذه إلى مخاطر للحامل وجنينها، كما يمكن لمعظم الحوامل المصابات بمرض الغدة الدرقية إنجاب أطفال أصحاء. ويجب التوقف عن تناول مضادات الغدة الدرقية والذهاب إلى الطبيب فوراً عند ملاحظة:



التهاب الحلق المستمر.



ألم خفيف بالبطن.



## التهاب الغدة الدرقية بعد الولادة

قد لا تعاني المرأة من مشاكل في الغدة الدرقية أثناء الحمل، لكن يمكن أن تصاب بمشاكل بها بعد الولادة، وتسمى هذه الحالة «التهاب الغدة الدرقية» وغالبًا ما تكون مشكلة مؤقتة وتعود مستويات الهرمون إلى طبيعتها بسرعة. ينبغي على المصابات بأمراض الغدة الدرقية البدء بالعلاج قبل التخطيط للحمل، وفي حال الحمل يلزم المتابعة مع الطبيب في مراكز الرعاية الصحية الأولية لتعديل الجرعات باستمرار على حسب نتائج التحاليل خلال فترات الحمل.

## الوقاية

لا توجد طريقة لمنع الإصابة بالمرض، لكن يمكن التحكم به باستخدام الأدوية فبمجرد بدء العلاج تتحسن أعراض فرط الدرقية. وإلى جانب العلاج، قد ينصحك الطبيب بتقليل تناول اليود في نظامك الغذائي. لأنه قد يتسبب في تفاقم



أعراض فرط الدرقية. وتحتوي بعض الأدوية كأدوية السعال والفيتامينات المتعددة على اليود لذا يتوجب الإنتباه. كما يمكن المساهمة في التحكم بالحالة من خلال :

• ممارسة التمارين الرياضية بانتظام . تساعدك التمارين الرياضية على الشعور بالتحسن فهي تخفف التوتر العضلي وتساعد على الحفاظ على صحة القلب والرئتين . ويمكن للتمارين الرياضية أيضاً أن تساعدك على الشعور بمزيد من النشاط .



• تعلم أساليب الاسترخاء . يمكن أن يساعدك العديد من أساليب الاسترخاء على النظر بإيجابية للواقع ، خاصةً عند التعامل مع المرض . تشير الأبحاث إلى أن التوتر يندرج ضمن عوامل الخطورة بالنسبة إلى داء غريفز بالتحديد . لهذا فتعلم الاسترخاء والوصول إلى درجة ما من الإحساس بالهدوء يساعدك على الحفاظ على صحتك الجسدية والعقلية .

## الأسئلة الشائعة و المفاهيم الخاطئة:

- هل يمكن الاستغناء عن الغدة الدرقية، أو استئصالها؟  
نعم ولكن هذا الخيار يقرره الطبيب بحسب شدة الأعراض ، ونشاط الغدة، وبدء حدوث المضاعفات .
- هل تؤثر البيئة في الغدة الدرقية؟  
نعم، فتناول بعض الأطعمة التي تحتوي على كمية كبيرة من اليود قد يؤدي إلى زيادة نشاط الغدة الدرقية .
- هل تستخدم الأدوية مدى الحياة؟  
في حالة إزالة الغدة الدرقية جراحياً، يجب تعويض هرموناتها بالأدوية مدى الحياة .
- هل يصاحب أمراض الغدة الدرقية تضخم في حجم الغدة؟  
الحقيقة: ليس ضرورياً أن يؤدي زيادة نشاط الغدة الدرقية إلى تضخم في حجمها .
- هل يعاني مرضى الغدة الدرقية - دائماً - جحوظاً في العينين؟  
الحقيقة: يعاني مرضى الغدة الدرقية جحوظاً في العينين في حالة ازدياد نشاط الغدة بصورة كبيرة، وعدم السيطرة عليها بالأدوية .
- هل أمراض الغدة الدرقية معدية؟  
بالطبع لا، ليست معدية؛ ولكن يرجح أن يصاب أحد أفراد أسرة المريض بالغدة أكثر من أي شخص آخر، إما بسبب العامل الوراثي، وإما بسبب طبيعة نمط الغذاء المشترك .

**الإكتشاف المبكر  
لفرط نشاط الغدة الدرقية  
يقي من المضاعفات**