

О здоровье щитовидной железы

Повышенная тревожность, нервозность, раздражительность... Просто характер или внешние обстоятельства? Как понять, что проблемы со здоровьем исходят именно от неполадок в работе щитовидной железы? О факторах риска развития заболеваний щитовидной железы, о диагностике и лечении по полису обязательного медицинского страхования (ОМС) мы поговорим с главным внештатным специалистом-эндокринологом Минздрава Республики Крым, ассистентом кафедры внутренней медицины № 2 Медицинской академии имени С.И. Георгиевского ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского» Ириной Репинской и генеральным директором ООО «СМК «Крыммедстрах», полномочным представителем Всероссийского союза страховщиков по медицинскому страхованию в Республике Крым Еленой Сидоровой.

— Ирина Николаевна, расскажите, какие существуют факторы риска развития заболеваний щитовидной железы?

— Причина 80% заболеваний щитовидной железы — хроническая нехватка йода — природный дефицит этого микроэлемента в той или иной степени существует на всей территории Российской Федерации. Республика Крым и Севастополь относятся к регионам с легкой степенью тяжести йодной недостаточности. Того количества йода, который жители полуострова получают с водой и пищей, недостаточно для насыщения организма, поэтому жителям полуострова в профилактических целях необходимо увеличивать его потребление.

Щитовидная железа считается одним из самых больших органов эндокринной системы, хранящим йод и вырабатывающим йодсодержащие гормоны, которые обеспечивают полноценное развитие и функционирование человеческого организма: регулируют деятельность головного мозга, нервной и сердечно-сосудистой системы, желудочно-кишечного тракта, влияют на репродуктивную функцию, работу молочных и потовых желез.

Основными факторами, приводящими к развитию заболеваний щитовидной железы, являются генетическая предрасположенность, дефицит йода, инфекция, стресс, сердечно-сосудистая недостаточность, большие хирургические вмешательства,

прием ряда лекарственных препаратов, недостаток в окружающей среде и продуктах питания необходимого количества витаминов и минералов.

— Елена Александровна, какая медицинская помощь при заболеваниях щитовидной железы доступна по полису ОМС?

— Лечение болезней эндокринной системы, к которым относятся болезни щитовидной железы, осуществляется в рамках ОМС. Приемы врачей и все назначенные врачом обследования и анализы в медицинских организациях, работающих в системе ОМС, проводятся бесплатно.

— На приеме у врача поликлиники осуществляется пальпация железы и лимфатических узлов, назначаются анализы на гормоны щитовидной железы, гипофиза и ультразвуковое исследование. На первоначальном этапе этих исследований достаточно для постановки диагноза и определения дальнейшей тактики, — дополняет Ирина Николаевна.

— То есть получить консультацию эндокринолога, сдать анализы крови на гормоны

щитовидной железы, пройти УЗИ или биопсию можно бесплатно?

— Конечно, но только по назначению врача. А вот если в медицинской организации не могут провести какие-либо диагностические исследования, пациентов направляют в иную медицинскую организацию, где эти обследования проводятся. При этом лечащий врач выдает направление по форме 057/у-04. Если пациенту требуется дополнительная консультация специалиста с целью определения диагноза и дальнейшего лечения, пациент может быть направлен в медицинскую организацию более высокого уровня, а также могут быть проведены телемедицинские консультации с привлечением врачей-специалистов федеральных научно-медицинских исследовательских центров, — продолжает Елена Александровна.

— На какие симптомы, указывающие на возможные проблемы с щитовидной железой, стоит обратить внимание?

— В зависимости от того, как изменена функция щитовидной железы (снижена в случае гипотиреоза или повышена в случае тиреотоксикоза), могут появиться вялость, апатия, потеря аппетита, снижение массы тела или наоборот — резкая прибавка массы тела, раздражительность, плаксивость, ощущение сердцебиения, сухость кожи, выпадение волос, нарушение менструального цикла у женщин, снижение либидо, потливость, проблемы со сном, отеки, опухание лица, пальцев рук, нижних конечностей, снижение памяти и внимания, охриплость голоса, депрессивное состояние. Это повод насторожиться, чтобы не пропустить имеющуюся проблему, — рассказывает Ирина

Николаевна. — При этом длительное время проблемы щитовидной железы протекают практически бессимптомно.

— Именно поэтому для их выявления важно регулярно проходить профилактические осмотры и диспансеризацию, — подчеркивает Елена Александровна. — Если вас что-то беспокоит, обязательно скажите об этом врачу на приеме. При наличии оснований врач направит пациента на второй этап диспансеризации или на дополнительные обследования вне рамок диспансеризации. А при установленном заболевании щитовидной железы (если вас уже поставили на диспансерное наблюдение) важно соблюдать назначенное врачом лечение и периодически проходить диспансерные осмотры в своей участковой поликлинике. «Крыммедстрах» напоминает своим застрахованным о необходимости диспансерной явки с помощью СМС, телефонным звонком или по почте.

— Какие рекомендации по профилактике заболеваний щитовидной железы можно дать нашим читателям?

— Общие рекомендации включают в себя отказ от курения, налаживание режима сна и бодрствования, избегание психоэмоционального перенапряжения. Также для массовой профилактики йододефицитных состояний рекомендуется потребление йодированной соли, содержащей фиксированное количество йода.

Основными природными источниками йода для человека являются продукты растительного и животного происхождения. Это может быть любая морская рыба: лосось, кета, горбуша, семга, форель; морские водоросли, кальмары, креветки, мидии или устрицы. Также жителям нашего полуострова необходимо избегать длительного пребывания на солнце.

ООО «СМК «КРЫММЕДСТРАХ» (ЛИЦ. ОС «4325-01» ОТ 04.07.2022 Г. ВЫДАНА ЦБ РФ, ЧЛЕН ВСЕРОССИЙСКОГО СОЮЗА СТРАХОВЩИКОВ, РЕГ. № 160).

ОБРАЩАЙТЕСЬ ПО АДРЕСАМ: Г. СИМФЕРОПОЛЬ, УЛ. ЕКАТЕРИНИНСКАЯ, 29, Г. СЕВАСТОПОЛЬ, УЛ. ЛЕНИНА, 17.
ТЕЛЕФОН ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ: 8-800-100-77-03, E-MAIL: OFFICE@KRYM-MS.RU, САЙТ: WWW.OMS-CRIMEA.RU. ЕВПАТОРИЙСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ: Г. ЕВПАТОРИЯ, УЛ. СОВЕТСКАЯ, Д.12.