

«КРЫММЕДСТРАХ» 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 г. Севастополь относятся к регионам с легкой степенью тяжести йодной недостаточности. И то количество 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, хранящая йод и вырабатывающая йодосодержащие 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. Приёмы 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 со щитовидной железой, стоит обратить внимание?

— В зависимости от того, как изменена функция щитовидной железы (снижена в случае гипотиреоза, либо 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, отечность лица, пальцев рук, нижних конечностей, снижение памяти и внимания, охриплость голоса, депрессивное состояние и т.д. И здесь важно проявлять настороженность в случае подобных факторов, 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. — И 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 диспан-

серизации. 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 SMS-сообщений, 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.

По материалам газеты «Комсомольская правда» от 20.12.2023

КРЫМ медстрах

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, по телефону «горячей линии»: 8-800-100-77-03, e-mail: office@krym-ms.ru, сайт: www.oms-crimea.ru.

ПРИЗНАКИ ТОГО, ЧТО У ВАС ЕСТЬ ГИПЕРТИРЕОЗ



НЕОБЪЯСНИМОЕ УВЕЛИЧЕНИЕ ВЕСА



ХРОНИЧЕСКАЯ УСТАЛОСТЬ



МЫШЕЧНАЯ БОЛЬ



СУХАЯ И ШЕРШАВАЯ КОЖА



НЕСПОСОБНОСТЬ ЗАБЕРЕМЕНЕТЬ И ПРОБЛЕМЫ С МЕНСТРУАЦИЯМИ



ПЛОХАЯ КОНЦЕНТРАЦИЯ И ПАМЯТЬ



ВЫСОКИЙ УРОВЕНЬ ХОЛЕСТЕРИНА

№ 2 (1513)

18 января 2024 года