

למה אני כל הזמן עייפה, איבדתי שליטה על המשקל וכלום לא עוזר?

אבחון וטיפול בתת-פעילות בלוטת התריס

ד"ר מירי בן-עמי

15.5.19

בלוטת התריס הינה בלוטה הנמצאת בצוואר והמפרישה הורמוניים קריטיים לאנרגיה ולתפקוד תקין של גופנו, תת-תפקוד של בלוטת התריס, היא אחת האבחנות השכיחות אך המוחמצות ביותר בקרב נשים, גברים וילדים. נשים סובלות מהפרעות בבלוטת התריס יותר מאשר גברים וילדים עקב הקשר של הורמוני המין הנשי לפעילות הבלוטה. כ-10% מהנשים סובלות מבעיה זו אך רק כ-2-1% מהן מאובחנות. הקשיים באבחון עצמו הם כתוצאה מזה שהפרוטוקול הזמין והנפוץ ביותר כיום לאבחון בעיה בבלוטת התריס הוא לבדוק רק הורמון אחד ה-TSH, שאינו ההורמון הפעיל בתאים ואינו מופרש בכלל מבלוטת התריס. במקרים רבים הרמה של ה-TSH, תקינה בעוד אתם סובלים מתת-פעילות בלוטת התריס. גם כאשר בדיקת הדם אומרת, "הכל בראש שלך", למעשה, זה כמעט נכון... "הכל בצוואר שלך!"

הבעיה השניה היא שהטיפול לא עובד מספיק טוב והסיבה לכך היא שהטיפול שניתן לכמעט כל הסובלים מתת-פעילות בלוטת התריס הוא זהה לחלוטין. כולם מקבלים T4 שנקרא אלטרוקסין או סינטרויד או יוטירוקס, השמות שונים אבל כולם מכילים את T4 ההורמון הלא פעיל של בלוטת התריס. הרבה אנשים למשל אינם יכולים להמיר הורמון זה להורמון הפעיל T3 במידה מספקת ולכן גם אחרי העלאה במינון של האלטרוקסין ותרופות זהות לא יצליחו להרגיש מצוין, להיות בשליטה על המשקל, להוריד את הכולסטרול הגבוה ולא יצליחו לחזור להיות מלאי אנרגיה בגלל רמות נמוכות של ההורמון הפעיל החיוני כל-כך לתפקודינו.

הורמוני בלוטת התריס T3 ו-thyroxine פועלים כמעט בכל תא בגוף ופעילותם העיקרית היא לווסת את חילוף החומרים ואת רמות האנרגיה בגופנו. מאחר שתפקוד כל תא בגוף דורש אנרגיה, תת תיפקוד של בלוטת התריס עלול להוביל לתסמינים רבים וקשים ומחלות. תסמינים של הפרעות בתיפקוד בלוטת התריס, כוללים בין היתר:

- רגישות לקור
- עייפות שאינה משתפרת עם מנוחה
- קושי לרדת במשקל

- ירידה בזיכרון ובריכוז
- דיכאון
- דפיקות לב מואצות
- יובש בעור ובשיער
- נשירת שיער
- ציפרניים חלשות
- דלדול או אובדן גבות, במיוחד בשליש החיצוני
- בעיות וסת
- חולשת שרירים וכאב פרקים
- בעיות פוריות
- התנגדות נמוכה למתחים
- זיהומים חוזרים ונשנים

על מנת לטפל בבעיה בצורה היעילה והבטוחה ביותר צריך להגיע לאבחון מדויק של הבעיה והגורם שלה. לשם כך נדרשת בדיקה רפואית מקיפה של המטופלת כולל לקיחת בדיקות דם לתפקודי בלוטת התריס מורחבים כולל T3, T4 ונוגדנים לבלוטת התריס.

איבחון נכון וטיפול מותאם מסייעים לצאת מהתשישות ומערפל מוחי למצב של פוקוס והחזרת הזיכרון והאנרגיות, חזרה לשמחת החיים שאבדה, ירידה במשקל, הפסקת כאבים כלליים בגוף, ושיפור ניכר עד להיעלמות כלל התסמינים.

מקורות מידע:

Ventura M, Melo M, Carrilho F. 2017; 2017: 1297658. Int J Endocrinol. 2017; 2017: 1297658.

Gharib H, Gastineau CF, Hodgson SF, et al. Lancet, 1972;2;734-735.

S. Cohen. Thyroid Healthy. 2014 by DPI. (תורגם לעברית: האמת על בלוטת התריס)