



دانشگاه علوم پزشکی مشهد



بیمارستان تخصصی زنان ام البنین

تاریخ آخرین بازنگری بعدی: 404/12/23
تاریخ: 402/2/12

کم کاری تیروئید



منبع: <https://medlineplus.gov> 2020

بیمارستان ام البنین (س): نبش بهجت ۱۶
شماره تلفن بیمارستان: ۶۴-۳۲۳۱۰۶۱-۳۲۳۱۰۶۲۰ داخلی

مددجوی گرامی: جهت استفاده از کد فوق (QR) اینترنت تلفن همراه خود را فعال نموده و دوربین گوشی را بر روی تصویر فوق چند ثانیه نگه داشته و سپس برای دیدن محتوای آموزشی، پیام را تایید نمایید.

خانم‌هایی که سابقه ابتلا دارند باید در حاملگی دوباره آزمایش بدهند تا در صورت لزوم میزان دوز دارو مشخص شود.

برای کم کاری تیروئید در بارداری چه بخوریم؟

برای اینکه میزان هورمون‌های تیروئید در خانم‌های مبتلا به این بیماری طبیعی باشد بهتر است غذاهای زیر در رژیم غذایی خانم‌های حامله قرار بگیرد

سبزیجات غیرنشاسته‌ای

روغن‌های سالم و پروتئین‌ها

غلات فری گلوتن

لبنیات پرچرب

حذف غذاهای فرآوری شده

درمان کم کاری تیروئید در بارداری:

در فرایند درمان این بیماری، پزشک متخصص با هدف کنترل میزان هورمون‌های تیروئید در بدن، درمان هورمونی را تجویز می‌کند. هورمون درمانی باید زیر نظر پزشک متخصص غدد و پزشک متخصص زنان انجام شود تا خطرات احتمالی و عوارض خطرناک آن به حداقل برسد. داروی لووتیروکسین (قرص لووکسین ۱۰۰) داروی بی‌خطری در حاملگی است که برای درمان این بیماری در این دوران تجویز می‌شود. رژیم غذایی مناسب که میزان ید کافی داشته باشد، در کنار مصرف ماهی، میگو و سایر آبزیان همراه با نمک یددار از دیگر روش‌های درمان این بیماری در بارداری هستند.

مادر گرامی :

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص نگهداری از فرزند دل‌بندتان و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می‌باشد.

جنین در سه ماه نخست حاملگی به شدت وابسته به هورمون تیروئید مادر است که از طریق جفت دریافت می‌کند. بعد از سه ماه اول حاملگی، غده تیروئید جنین آمادگی ترشح هورمون تیروئید را پیدا کرده و از طریق مادر، یُد مورد نیاز برای تولید این هورمون را تامین می‌کند.

این هورمون نقش کلیدی در سلامت و رشد مغز و سیستم عصبی جنین برعهده دارد، به همین دلیل برای پیشگیری از باید آزمایش تیروئید بدهید. ریسک ابتلا به این اختلال در حاملگی در خانم‌هایی بالاتر خواهد بود که سابقه ابتلا در آنها یا اقوام درجه یک وجود دارد

علت کم کاری تیروئید در بارداری:

یکی از عوارض بارداری کم کاری تیروئید در این دوران است. اختلال خودایمنی تیروئیدیت هاشیموتو رایج‌ترین علت تیروئید کم کار در بارداری است که بدن به اشتباه به سلول‌های غده تیروئید حمله می‌برد. مادرانی که سابقه این بیماری را دارند یا در حاملگی دچار این بیماری شدند باید هر ۶ هفته یک‌بار میزان هورمون تیروئید خود را با آزمایش تیروئید چک کنند و تحت نظر پزشک متخصص غدد باشند.

کم کاری تیروئید در بارداری چه عوارضی دارد؟

مهم‌ترین تاثیر هورمون‌های تیروئیدی روی رشد و سلامت مغز نوزاد در دوران جنینی است. کم کاری این هورمون در حاملگی باعث ایجاد اختلالات عصبی، رشدی و شناختی می‌شود و احتمال ابتلا به

کندذهنی یا ناتوانی ذهنی پیش می‌آید. عدم درمان کم کاری این غده در این دوران حساس عوارض زیر را به دنبال دارد:

تولد زودرس

کمبود وزن

اختلال تنفسی نوزاد

نقص رشد

آی کیو پایین‌تر

خطر دیر فهمیدن کم کاری تیروئید در بارداری چیست؟

ریسک بالاتر سقط و بروز نشانه‌های سقط جنین

کم خونی

خونریزی بعد زایمان

پره اکلامپسی

درد عضلانی و ضعف

نارسایی احتقانی قلب

آیا کم کاری تیروئید در بارداری بعد از زایمان از بین می‌رود؟

این مشکل در بارداری بیماری است که ممکن است لزوماً بعد زایمان برطرف نشود. اما التهاب تیروئید به نام تیروئیدیت که معمولاً بعد زایمان ایجاد می‌شود، در فاصله ۱۲ تا ۱۸ ماه بعد از بروز نشانه‌ها به حالت عادی برمی‌گردد.

علائم کم کاری تیروئید در بارداری

بعد از اقدام به بارداری باید به نشانه‌های مختلف توجه داشته باشید. علائم این بیماری در حاملگی که شباهت زیادی با علائم و نشانه‌های معمول بارداری دارند عبارتند از:

افزایش وزن

خستگی شدید: باید برای اینکه بدانید خستگی بدن نشانه چیست، به متخصص زنان مراجعه کنید.

حساسیت به سرما

گرفتگی عضلات

پیوست

اختلال حافظه و مشکل تمرکز

تورم دست و صورت

تغییرات پوستی مثل خشکی پوست: علت خشکی پوست در بارداری مختلف است و باید پزشک دلیل آن را تشخیص دهد.

ریزش موی ابرو

آهسته شدن ضربان قلب

پیشگیری از کم کاری تیروئید در بارداری:

بهترین روش برای پیشگیری از این اختلال در حاملگی انجام تست‌های غربالگری تیروئید است. برای پیشگیری از ابتلا به تیروئید کم کار در خانم‌های باردار روش‌های زیر را انجام دهید:

انجام آزمایش‌های غربالگری پیش از اقدام برای باردار شدن

شروع درمان در صورتی که نتایج آزمایش کم کاری روی مرز باشد.