



# Эндемический зоб

# Эндемический зоб – это...

... - Это увеличение размеров щитовидной железы, вызванное дефицитом йода в организме.



# Причины

- Несбалансированное питание – недостаточное употребление в пищу рыбы, мяса, морской капусты, креветок, молочных продуктов, овсяной и гречневой круп и т.д.
- Заболевания ЖКТ, приводящие к плохому всасыванию микроэлементов йода
- Приём лекарственных препаратов, блокирующих усвоение йода
- Наследственность



# Симптомы

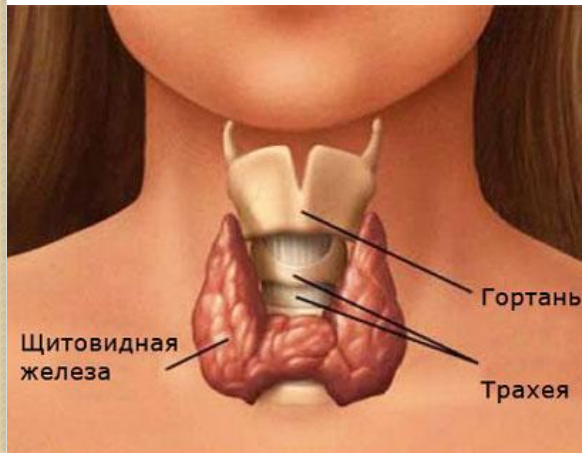
- Слабость
- Малая физическая выносливость
- Дискомфорт в области сердца
- Головная боль
- Ощущение сдавливания в области шеи
- Затруднённое глотание и дыхание
- Сухой кашель
- Приступы удушья





# Диагностика

- Анализ крови
- Анализ мочи
- УЗИ
- При узловой форме применяется биопсия



# Лечение

- Курс Йодида Калия
- Диетотерапия продуктами, богатыми йодом
- Заместительная гормональная терапия (левотироксин)
- Хирургическое вмешательство



# Профилактика



- Регулярное употребление в пищу поваренной йодированной соли
- Регулярное употребление в пищу морепродуктов, грецких орехов, хурмы.

В рационе обязательно должны присутствовать блюда из рыбы и других продуктов, богатых йодом.