

# Фитотерапия гипотиреоза. Современный подход.

По данным ВОЗ — Всемирной Организации Здравоохранения заболевания щитовидной железы, среди эндокринных нарушений, занимают 2 место после сахарного диабета. Более 665 млн. человек в мире имеют эндемический зоб или страдают другими тироидными патологиями; полтора миллиарда человек сталкиваются с риском развития йоддефицитных заболеваний. При этом согласно все той же статистике прирост числа заболеваний щитовидной железы в мире составляет 5% в год.

- Гипотиреоз - дефицит тиреоидных гормонов в организме.
- По патогенезу гипотиреоз может быть первичным (*вследствие патологии самой ЩЖ*) и вторичным (*вследствие дефицита ТТГ*), при этом 99,9% случаев приходится на первичный приобретенный гипотиреоз. Распространенность гипотиреоза в общей популяции - около 2%, а в отдельных возрастных группах (*женщины пожилого возраста*) может достигать 6-8%.

# Этиология гипотиреоза

Гипотиреоз	Основные заболевания
<b>Первичный</b> (заболевания щитовидной железы)	Аутоиммунный тиреоидит Хирургическое удаление щитовидной железы Терапия радиоактивным $^{131}\text{I}$ Тяжелый йодный дефицит Аномалии развития щитовидной железы (дисгенезия и эктопия)
<b>Вторичный</b> (гипоталамо- гипофизарная патология)	Гипофизарная недостаточность (синдром Шиена–Симмондса) Крупные опухоли гипоталамо-гипофизарной области Облучение гипофиза Изолированный дефицит ТТГ

Одна из причин первичного гипотиреоза - *тяжелый йодный дефицит*. Легкий и умеренный йодный дефицит у взрослых в обычных условиях к гипотиреозу привести *не может*, в связи с чем проблема йододефицитного гипотиреоза у взрослых для РФ практически не актуальна.

- Причиной вторичного гипотиреоза, бывают различные деструктивные процессы в гипоталамо-гипофизарной области. Чаще всего речь идет о макроаденомах гипофиза, а также об оперативных вмешательствах по поводу этих заболеваний.

# Внешний вид пациенток с гипотиреозом



# Диагностика

Диагностика гипотиреоза подразумевает определение уровня ТТГ и  $T_4$ , при этом обнаружение изолированного повышения ТТГ свидетельствует о субклиническом гипотиреозе, а одновременное повышение уровня ТТГ и снижение уровня  $T_4$  - о явном, или манифестном, гипотиреозе.

# Лечение

Манифестный гипотиреоз ( $\text{TТГ} \uparrow$ ,  $\text{T}_4 \downarrow$ ) служит абсолютным показанием для назначения заместительной терапии левотироксином ( $\text{L-T}_4$ ).

Вопрос о целесообразности лечения субклинического гипотиреоза ( $\text{TТГ} \uparrow$ ,  $\text{T}_4$  - в норме) остается спорным. Абсолютное показание для заместительной терапии при субклиническом гипотиреозе - выявление заболевания у беременной, либо планирование беременности в ближайшем будущем.



- Фитотерапия – метод лечения заболеваний с помощью лекарственных средств растительного происхождения, содержащих комплексы биологически активных веществ, максимально полно извлеченных из целого растения или отдельных его частей.

# Фитотерапия

Фитотерапия является дополнительным средством лечения ГТ. Использование фитотерапии позволяет улучшить самочувствие пациента, добиваться стабильности уровня гормонов и постепенно снижать гормональную терапию.

Ламинария. Съедобная гигантская водоросль, более известная как морская капуста. Благодаря высокому содержанию йода применяется при лечении некоторых заболеваний, обусловленных дисфункцией щитовидной железы. Многие специалисты считают ламинарию достойной заменой аптечным препаратам, особенно на начальных стадиях гипотиреоза. К сожалению, далеко не все водоросли этого вида можно использовать без риска для здоровья. Ламинария активно накапливает в своих листьях токсичные вещества (особенно соединения тяжелых металлов), а некоторые районы Мирового океана, в которых она обитает, загрязнены.



Лимонник китайский. Плодоносящая лиана, произрастающая преимущественно в Приморском крае и на Дальнем Востоке. Все части растения содержат флавоноиды, антоцианы, катехины, лигнаны и эфирные масла. Мякоть плодов (ягод) чрезвычайно богата аскорбиновой кислотой и другими витаминами. Они очень эффективны при слабости, гипотонии, которые часто являются признаками патологий щитовидной железы. В состав ягод входит умеренное количество йода. Настойки и отвары растительного сырья рекомендуется принимать при гипотиреозе. Прием препаратов из него противопоказан при повышенной нервной возбудимости, артериальной гипертензии и острой сердечной недостаточности. Кроме того, их не стоит использовать при лечении детей до 12 лет, а также беременных и кормящих женщин.



Родиола розовая (золотой корень). Травянистый многолетник, корневища и корни которого содержат йод и биологически активные вещества. Является мощным адаптогеном, обладает противовоспалительным и противоопухолевым действием. Применяется (как правило, в виде экстракта или спиртовой настойки) для облегчения симптомов гипотиреоза и активизации работы щитовидной железы. Список противопоказаний аналогичен тому, который необходимо учитывать при лечении лимонником.



Колеус. Декоративное растение, активно используемое в комнатном цветоводстве, а также в оформлении городских и дачных ландшафтов. Листья колеуса чрезвычайно богаты флавоноидами, оказывающими стимулирующее действие на щитовидную железу. Препараты травы применяют при гипотиреозе.



Боярышник. Настои и отвары плодов этого кустарника широко употребляются в качестве средства для лечения нарушений сердечной деятельности и снижения артериального давления. Совсем недавно ученые выяснили, что препараты боярышника обладают уникальными свойствами, позволяющими применять их для коррекции гормонального фона. Они могут использоваться в лечении как гипо-, так и гипертиреоза и в ряде случаев служат удачной заменой медикаментозным средствам.



Применение растительного сырья требует осторожности, так как лекарственные травы могут вызывать аллергические реакции или специфически взаимодействовать с медикаментами. Кроме того, у каждого подобного препарата имеются свои противопоказания, поэтому перед началом лечения необходимо проконсультироваться с врачом.



- Электронное издание на основе:  
Эндокринология : учебник. - 3-е изд.,  
перераб. и доп. / И. И. Дедов, Г. А.  
Мельниченко, В. В. Фадеев. - М. : Литтерра,  
2015. - 416 с. - ISBN 978-5-4235-0159-4.
- <http://www.neboleem.net/stati-o-zdorove/10603-15-rastenij-pomogajushhih-normalizovat-rabotu-shhitovidnoj-zhelezy.php>
- <http://wellew.ru/thyroid/rasprostranennost-zabol-evanij-shhitovidnoj-zhelezy.html>