

#### Tiroid konu başlıkları

1. Tiroid bezi/Testleri/Guatr
2. Tiroid nodülü
3. Tiroid biyopsisi
4. Tiroid kanserleri
5. Tiroid ameliyatı
6. Hipotiroidi/Hashimoto
7. Tiroid hormonu tedavisi
8. Hipertiroidi/Graves
9. Radyoiyot (atom) tedavisi
10. Gebelikte tiroid bezi

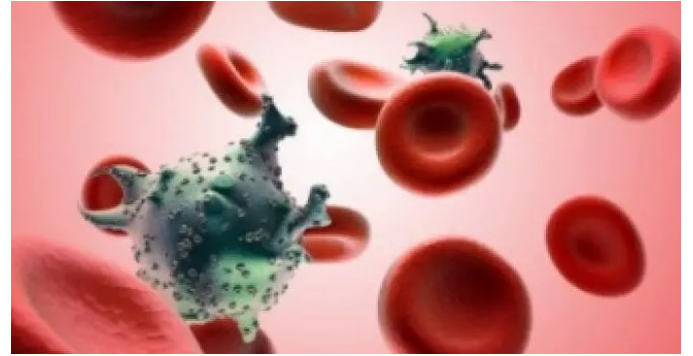
## 6. Hipotiroidi / Hashimoto [www.erdincerturk.com/hipotiroidi](http://www.erdincerturk.com/hipotiroidi)

### Hipotiroidi nasıl bir hastalıktır? Belirtileri nelerdir?

Tiroid bezinin vücut için yeterli tiroid hormonu üretmemesi ile oluşan durumdur. Tiroid hormonu vücudun hemen tüm organlarını etkileyebilen, bir bakıma metabolizmanın hızını sağlayan bir hormondur. Hipotiroidi durumunda metabolizmada genel anlamda bir yavaşlama görülür. Metabolizmanın yavaşlamasına bağlı olarak halsizlik, çabuk yorulma, kilo artışı, vücutta şişlik hissi, konsantrasyon azalması, kabızlık, uyuklama, kalp hızının yavaşlaması, ciltte kuruma, saç tellerinin sertleşmesi görülebilir. Hipotiroidi hastalarında bu belirtiler sıklıkla yavaş geliştiği ve bu belirtiler toplumda çok sık olarak karşılaşılabilen belirtiler olduğundan, hipotiroidi tanısı kolaylıkla gözden kaçabilir. Bunun tersi olarak çok sık karşılaşılan bu belirtilerin her zaman hipotiroidi anlamına gelmeyeceği de unutulmamalıdır.

### Hipotiroidi kişinin yaşamında ne gibi risklere yol açar?

Hipotiroidi metabolizmada yavaşlama dışında dokularda bazı maddelerin birikmesine yol açar. Kalp, akciğer, karın zarlarında sıvı birikmesine, kalp kasında güçsüzlüğe, büyük damarlarda daralmaya, beyin fonksiyonlarında yavaşlamaya, kan hücrelerinde azalmaya sebep olabilir. Tanı konulamamışsa ve tedavide çok gecikilmişse hipotiroidi koması denilen yaşamı tehdit eden durum gelişebilir.



### Kilo verememe sebebi tiroid tembelliği olabilir mi?

Tiroid hormonu yetersizliği kilo artışına yol açabilen bir durumdur. Hipotiroidili hastalar tedavi edildiklerinde kilo kaybı sağlanır. Ancak hipotiroidinin kilo artışı yapabilmesi için hastanın hormon yetmezliğinin derin ve uzun süreli olması gerekir. Operasyon veya atom tedavisi sonrası gelişen hipotiroidi tanısı hemen konduğu için tiroid hormonu eksikliğine bağlı kilo kaybı olmaz. Hashimoto hastalığında ise tiroid tembelliği yavaş gelişir ve hipotiroidi tanısı genellikle hastalık erken dönemde iken konur. Kilo artışına sebep olabilecek derinlikte Hashimoto hastalığı nadirdir. Hipotiroidi hastası uygun dozda tedavi altında ise hipotiroidiye bağlı kilo artışı beklenmez.

### Hangi durumlarda hipotiroidi görülür?

Tiroid bezi ile ilgili çok sayıda hastalık hipotiroidi yapar. En sık olarak 3 neden hipotiroidiye yol açar. Diğer nedenler nadirdir.

- Hashimoto hastalığı,
- Tiroid operasyonu (Bkz. Tiroid ameliyatı)
- Radyoaktif iyod tedavisi (Bkz. Radyoiyod tedavisi)

Hipotiroidi saptanmış bir kişi tiroid ameliyatı olmamışsa, radyoiyod tedavisi almamışsa hemen her zaman hipotiroidi nedeni Hashimoto hastalığıdır. Her 3 durumda kalıcı hipotiroidiye yol açar. Bu hastalarda eksik olan hormonun yerine konması tedavisi yapılır. Bu nedenle tedavileri ömür boyu sürdürülmelidir.

### Hashimoto hastalığı neden oluşur?

Hashimoto hastalığı otoimmün sebeple oluşan bir hastalıktır. Kan hücrelerinde yapılan antitiroid peroksidaz ve antitiroglobulin antikolları tiroid hücreleri ile reaksiyona girer ve bu hücrelerin hormon üretme fonksiyonlarını bozarlar. Böylelikle hipotiroidi gelişir. Kan hücrelerinin bu antikolları neden oluşturduğu günümüzde

bilinmemektedir. Hashimoto hastalığı dışında pek çok hastalık da otoantikorlar nedeni ile oluşmaktadır. Diğer otoimmün hastalıklar daha nadir görülür ancak Hashimoto hastalığı olanlarda biraz daha sık olduğu unutulmamalıdır.

### **Hashimoto hastalığı kimlerde daha sık görülür?**

Kadınlarda erkeklere göre 3-5 kat daha sıktır. Genellikle orta yaş sonrası dönemde görülmekle birlikte her yaşta görülebilir. Ailesinde olanlarda daha sıktır. Anne/kız ortak hastalığı olarak adlandırılır. Hipotiroidi belirtileri olanlar dışında tiroid bezi büyük (Bkz. Guatr) olanlar, depresyon tedavisi görenler ve 50 yaşından sonra özellikle kadınlar olmak üzere tüm ileri yaşlılarda hipotiroidi araştırması yapılmalıdır.

### **Tiroid otoantikor varlığında ne yapılması gerekir?**

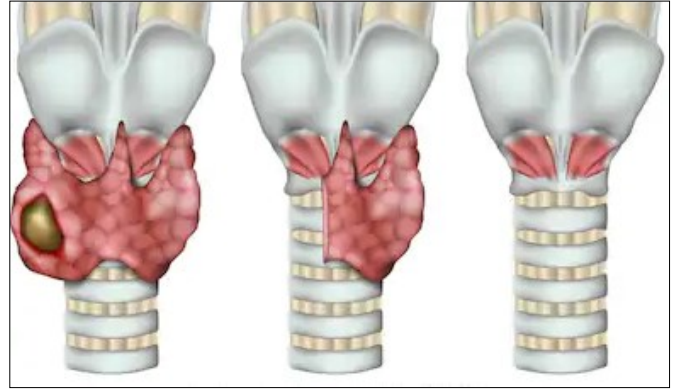
Antikorların kandan temizlenmesini sağlayacak bir tedavi şekli yoktur. Aslında tiroid antikorları toplumda çok sık bulunur ve bu kişilerin çoğunda ömürleri boyunca Hashimoto hastalığı gelişmez. Sadece potansiyel hipotiroidi hastalarıdır. Bu kişilerde hipotiroidi çok yavaş gelişeceğinden ve çok erken dönemde kan tetkiki ile tanısı konabildiğinden, seyrek aralıklarla tiroid hormonlarının kontrolü yeterlidir. Otoantikor kan seviyesinin çok yüksek olması veya izlem sırasında giderek artıyor olması hipotiroidi gelişeceğini göstermesi bakımından anlamlı değildir. Bu nedenle sürekli kanda antikor ölçümü ile izlem yapılmasına gerek yoktur.

### **Hashimoto hastalığı tedavi edilebilir mi?**

Hashimoto hastalığı tedavisinde hastalığın oluş mekanizmasına veya hastalığın ilerlemesine yönelik bir tedavi yaklaşımı yoktur. Hastalığın oluşturduğu tek olumsuzluk tiroid bezinin yeterli hormon üretimi yapamamasıdır ve eksik olan hormonun yerine konması ile Hashimoto hastalığının vücuda yapabileceği olumsuzluklar tamamen ortadan kaldırılabilir. Tedavi için kullanılan ilaç tiroid bezinin hormonudur ve vücudun yaptığı hormon ile birebir aynıdır (Bkz. Tiroid hormonu tedavisi). Bu nedenle yan etki riski çok azdır. Uygun dozlarda tiroid hormonu yerine koyma tedavisi ile uzun vadede hiçbir ek olumsuzluk görülmez. Hasta sağlıklı bir ömür sürer.

### **Cerrahi veya atom tedavisi sonrası hipotiroidi tedavisi farklı mıdır?**

Genel özellikleri aynıdır (Bkz. Tiroid hormonu tedavisi). Amaç vücudun gereksinimi kadar tiroid hormonu vermektir. Fazla veya yetersiz dozlar kişide olumsuzluk yaratır. Hashimoto hastalığı çok yavaş gelişen bir tiroid fonksiyon bozukluğu olduğu için genellikle başlangıçta düşük dozlar yeterli iken yıllar içerisinde doz gereksinimi artar. Gereksinime göre uygun doz değişikliği yapılmalıdır. Tiroid bezinin tamamının çıkarıldığı cerrahi sonrası tiroid hormonu eksikliğinde ise tiroid hormonu gereksinimi başlangıçtan itibaren yüksektir. Atom tedavisi sonrası hipotiroidi haftalar/aylar içerisinde gelişir. Bu durumda genellikle başlangıçta yüksek doz gereksinim olsa da düşük doz ile başlayıp aylar içerisinde gereksinim artabilir.



### **Hipotiroidi tedavisinde neler bilinmelidir?**

Hipotiroidi durumu genellikle kalıcı olduğundan ve yapılan tedavi esas olarak eksik olanı tamamlama tedavisi olduğundan tedavinin ömür boyu olduğu unutulmamalıdır (Bkz. Tiroid hormon tedavisi). İlaç dozunun fazla geldiği hissedilse hatta laboratuvar olarak saptansa bile doktor önerisi olmadan ilaç tamamen kesilmemelidir. Bu durumlarda genellikle yapılması gerekenin uygun doz azaltılması ile tedaviye devam edilmesidir. Ameliyat durumları, hastane yatışları, kazalar, kalp krizi durumları gibi yaşanabilecek sağlık sorunlarında da ilaç kesilmemeli, gerekiyorsa doz değişikliği için ilaç kullanımı konusunda doktor bilgilendirilmelidir. İlacın kesilmemesi gereken diğer önemli dönem gebeliklerdir. Gebelik durumunda ilaç kesilmemeli hatta genellikle gereksinim arttığı için doktorunuz tarafından uygun doz değişimi yapılmalıdır (Bkz. Gebelikte tiroid bezi).