

گواتر (goitre) رشد نامنظم غده تیروئید است. تیروئید غده ای پروانه ای شکل است که در قاعده گردن درست زیر سیب آدم قرار دارد.

گواتر ممکن است بزرگ شدن کلی تیروئید باشد یا ممکن است نتیجه رشد نامنظم سلولی باشد که یک یا چند توده (ندول) در تیروئید تشکیل می دهد. گواتر ممکن است با عدم تغییر در عملکرد تیروئید یا با افزایش یا کاهش هورمون های تیروئید همراه باشد.

البته پزشک می تواند از چندین آزمایش (با امکان جوابدهی آنلاین) برای تشخیص و ارزیابی گواتر استفاده کند.

گواتر وضعیتی است که در آن غده تیروئید شما بزرگتر می شود. کل تیروئید شما می تواند بزرگتر شود یا می تواند یک یا چند توده کوچک به نام ندول تیروئید ایجاد کند.

غده تیروئید هورمون های تیروکسین (T_4) و تری یدوتیرونین (T_3) تولید می کند. این هورمون ها در برخی از عملکردهای بدن نقش دارند، از جمله:

- متابولیسم
- دمای بدن
- خلق و خو

- تحریک پذیری
- نبض و ضربان قلب
- هضم

گواتر به چند دسته تقسیم می شود؟

گواتر را می توان به چند روش مختلف طبقه بندی کرد، از جمله نحوه رشد آن و اینکه آیا سطح هورمون تیروئید نامنظم است یا خیر.

طبقه بندی گواتر بر اساس نحوه بزرگ شدن آن عبارتند از:

گواتر ساده (منتشر): این نوع گواتر زمانی اتفاق می افتد که کل غده تیروئید متورم می شود و در لمس نرم حس می شود.

گواتر گره‌ای: این نوع گواتر زمانی اتفاق می افتد که یک توده جامد یا پر از مایع به نام ندول در تیروئید ایجاد می شود و باعث ایجاد احساس برآمدگی می شود.

گواتر ندولار: این نوع گواتر زمانی اتفاق می افتد که توده‌ها (ندول‌ها) زیادی در تیروئید وجود داشته باشد. گره‌ها ممکن است قابل مشاهده باشند یا فقط از طریق معاینه یا اسکن کشف شوند.

طبقه بندی گواتر بر اساس سطح هورمون تیروئید عبارتند از:

گواتر سمی: این گواتر زمانی اتفاق می افتد که تیروئید بزرگ شده و هورمون تیروئید بیش از حد تولید می کند.

گواتر غیر سمی: اگر تیروئید بزرگ شده اما سطوح هورمونهای تیروئید طبیعی (اتیروئید) است، گواتر غیرسمی

است. به عبارت دیگر، فرد پرکاری تیروئید (هیپر تیروئیدی) یا کم کاری تیروئید (هیپو تیروئیدی) ندارد.

علائم گواتر چیست؟

در برخی افراد گواتر هیچ علامتی ایجاد نمی کند.

اندازه گواتر می تواند از خیلی کوچک و به سختی قابل توجه تا خیلی بزرگ باشد. بیشتر گواترها بدون درد هستند،

اما اگر تیروئیدیت (غده تیروئید ملتهب) دارید، می تواند دردناک باشد.

علائم اصلی گواتر عبارتند از:

- یک توده جلوی گردن
- احساس سفتی در ناحیه گلو
- گرفتگی صدا (صدای خش دار)
- تورم ورید گردن
- سرگیجه زمانی که دستان خود را بالای سر خود می برید

یک گواتر بزرگ می تواند بر روی نای یا مری فشار بیاورد که در این صورت باعث بروز علائم زیر می شود:

- سرفه
- ایجاد صدای خشن
- بلعیدن سخت
- مشکلات تنفسی

برخی از افرادی که گواتر دارند ممکن است پرکاری تیروئید نیز داشته باشند. علائم پرکاری تیروئید عبارتند از:

• ضربان قلب سریع (تاکی کاردی)

• کاهش وزن بی دلیل

• اسهال

• عرق کردن بدون ورزش یا افزایش دمای اتاق

• تحریک پذیری

برخی از افراد مبتلا به گواتر ممکن است کم کاری تیروئید نیز داشته باشند. علائم کم کاری تیروئید عبارتند از:

• خستگی

• یبوست

• پوست خشک

- افزایش وزن غیر قابل توضیح

- قاعدگی غیر طبیعی

چه عواملی باعث بروز گواتر می شود؟

علل اصلی گواتر عبارتند از:

- ندول یا توده در غده تیروئید

- تغییرات هورمونی در دوران بلوغ

- بارداری: گنادوتروپین کوریونی انسانی یا HCG، هورمونی که فرد در دوران بارداری تولید می کند، می

تواند باعث رشد تیروئید شود.

- یائسگی

- غده تیروئید ملتهب (تیروئیدیت)

- بیماری های خود ایمنی مانند **بیماری هاشیموتو**: یک بیماری خود ایمنی است که باعث التهاب غده

تیروئید می شود. برخی از افراد مبتلا به بیماری هاشیموتو دچار افزایش جبرانی در اندازه غده تیروئید

می شوند. این نوع گواتر معمولاً با گذشت زمان خود به خود بهتر می شود. برخی از موارد بیماری

هاشیموتو نیاز به درمان با هورمون تیروئید دارد.

- بیماری گریوز: بیماری گریوز یک بیماری خودایمنی است که در آن سیستم ایمنی بدن به تیروئید حمله می کند و باعث بزرگتر شدن آن می شود. بیماری گریوز همچنین باعث پرکاری تیروئید می شود که نیاز به درمان دارد.

- کمبود ید در رژیم غذایی: تیروئید برای تولید هورمون تیروئید به ید نیاز دارد. اگر در رژیم غذایی خود ید کافی دریافت نکنید، تیروئید سلول های بیشتری می سازد (و رشد می کند) تا سعی کند هورمون تیروئید بیشتری بسازد. این شایع ترین علت گواتر در سراسر جهان است، اما با گنجاندن غذاهای دریایی، لبنیات و نمک یددار در رژیم غذایی خود می توانید مقدار توصیه شده ید را در رژیم غذایی خود دریافت کنید.
- تومور یا سرطان تیروئید

ید یک ماده معدنی است. بدن از ید برای ساخت هورمون های تیروئید استفاده می کند. در ایران، نداشتن ید کافی چندان رایج نیست. این به این دلیل است که ید به عنوان نمک یددار به اکثر نان ها اضافه می شود. اما کمبود ید همچنان ممکن است رخ دهد. افراد شیرده و باردار نیاز بیشتری به ید دارند.

گواتر چه کسانی را بیشتر تحت تاثیر قرار می دهد؟

هر کسی ممکن است به گواتر مبتلا شود، اما احتمال ابتلا به گواتر در زنان، در مقایسه مردان، چهار برابر بیشتر است. خطر ابتلا به گواتر نیز با افزایش سن افزایش می یابد. بعد از ۴۰ سالگی شیوع بیشتری دارند.

افرادی که هر یک از شرایط زیر را دارند نیز ممکن است بیشتر در معرض ابتلا به گواتر باشند:

- چاقی
- مقاومت به انسولین
- سندرم متابولیک
- همچنین اگر سر و گردن شما برای درمان های پزشکی در معرض تشعشع قرار گرفته باشد و/یا اگر سابقه خانوادگی بیماری تیروئید دارید، در معرض خطر بیشتری برای ابتلا به گواتر هستید.

گواتر چگونه تشخیص داده می شود؟

پزشک معمولاً زمانی گواتر را تشخیص می دهد که معاینه فیزیکی انجام می دهد و احساس می کند که تیروئید شما بزرگ شده است. با این حال، وجود گواتر نشان می دهد که مشکلی در غده تیروئید شما وجود دارد. آنها باید بفهمند که موضوع چیست.

پزشک می تواند از چندین آزمایش (با امکان جوابدهی آنلاین) برای تشخیص و ارزیابی گواتر استفاده کند، از

جمله موارد زیر:

معاینه فیزیکی: پزشک ممکن است با احساس کردن ناحیه گردن برای ندول ها و علائم حساسیت، بتواند تشخیص

دهد که غده تیروئید بزرگ شده است یا خیر.

آزمایش خون تیروئید: این آزمایش خون سطح هورمون تیروئید را اندازه گیری می کند که نشان می دهد تیروئید به درستی کار می کند یا خیر.

آزمایش آنتی بادی: این آزمایش خون به دنبال آنتی بادی های خاصی است که در برخی از اشکال گواتر تولید می شوند. آنتی بادی پروتئینی است که توسط گلبول های سفید ساخته می شود. آنتی بادی ها به دفاع در برابر مهاجمان (به عنوان مثال، ویروس ها) که باعث بیماری یا عفونت در بدن می شوند، کمک می کند.

سونوگرافی تیروئید: سونوگرافی روشی است که امواج صوتی با فرکانس بالا را از طریق بافت های بدن ارسال می کند. پژواک ها ضبط می شوند و به فیلم یا عکس تبدیل می شوند. پزشک می تواند به کمک سونوگرافی تیروئید را ببیند تا اندازه آن را بررسی کند و اینکه آیا ندول دارد یا خیر.

بیوپسی: بیوپسی برداشتن نمونه ای از بافت یا سلول برای مطالعه در آزمایشگاه است. اگر ندول های بزرگی در غده تیروئید وجود داشته باشد، ممکن است نیاز به بیوپسی تیروئید داشته باشید. بیوپسی برای رد سرطان انجام می شود.

اسکن تیروئید: این تست تصویربرداری اطلاعاتی در مورد اندازه و عملکرد تیروئید ارائه می دهد. در این آزمایش، مقدار کمی ماده رادیواکتیو به داخل سیاهرگ تزریق می شود تا تصویری از تیروئید بر روی صفحه نمایش کامپیوتر ایجاد شود.

سی تی اسکن یا MRI (تصویربرداری رزونانس مغناطیسی) تیروئید: اگر گواتر بسیار بزرگ است یا به قفسه سینه گسترش می یابد، از سی تی اسکن یا MRI برای اندازه گیری اندازه و گسترش گواتر استفاده می شود.

گواتر چگونه درمان می شود؟

درمان گواتر به بزرگی تیروئید، علائم و علت آن بستگی دارد. درمان ها عبارتند از:

بدون درمان: اگر گواتر کوچک است و شما را آزار نمی دهد، ممکن است پزشک تصمیم بگیرد که نیازی به درمان ندارید. با این حال، آنها به دقت تیروئید را برای هرگونه تغییر زیر نظر خواهند داشت.

داروها: لووتیروکسین (**Levothroid®**, **Synthroid®**) یک درمان جایگزین هورمون تیروئید است. اگر علت گواتر کم کاری تیروئید باشد، پزشک شما احتمالاً آن را تجویز خواهد کرد. اگر علت گواتر پرکاری تیروئید باشد، سایر داروها تجویز می شوند. این داروها شامل متی مازول (**Tapazole®**) و پروپیل تیوراسیل است. اگر گواتر ناشی از التهاب باشد، ممکن است پزشک شما آسپرین یا یک داروی کورتیکواستروئیدی را تجویز کند.

درمان با ید رادیواکتیو: این درمان که در موارد پرکاری غده تیروئید استفاده می شود، شامل مصرف خوراکی ید رادیواکتیو است. ید به غده تیروئید شما می رود و سلول های تیروئید را می کشد، که غده را کوچک می کند. پس از درمان با ید رادیواکتیو، احتمالاً تا پایان عمر نیاز به درمان جایگزینی هورمون تیروئید دارید.

جراحی: ممکن است پزشک شما جراحی را برای برداشتن تمام یا بخشی از غده تیروئید (تیروئیدکتومی) توصیه کند. اگر گواتر بزرگ باشد و باعث مشکلات تنفسی و بلع شود، ممکن است نیاز به جراحی داشته باشید. گاهی اوقات از جراحی برای برداشتن گره ها نیز استفاده می شود. در صورت وجود سرطان باید جراحی انجام شود. بسته به مقدار غده تیروئیدی که برداشته شده است، ممکن است نیاز باشد تا پایان عمر از درمان جایگزینی هورمون تیروئید استفاده کنید.



<https://www.nhs.uk/conditions/goitre/#:~:text=A%20goitre%20is%20a%20lump,be%20checked%20by%20a%20GP>

<https://fa.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%DB%AC%D8%B1%D9%88%D8%A6%DB%AC%D8%AF%DB%AC%D8%AA%D9%87%D8%A7%D8%B4%DB%AC%D9%85%D9%88%D8%AA%D9%88>

