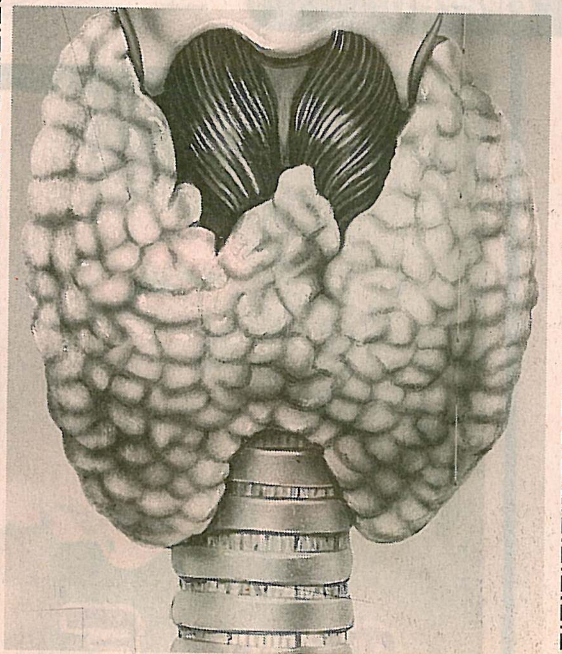
థైరాయిడ్
జుట్టు రాలుతోంది!

డా॥ కె.డి.మోడి
ఎండోక్రినాలజిస్ట్
మెడ్విన్ హాస్పిటల్
హైదరాబాద్

● మా అమ్మాయి వయసు 17 సంవత్సరాలు. మూడునెలలుగా జుత్తు విపరీతంగా ఊడిపోతోంది. డాక్టర్‌కి చూపిస్తే పరీక్ష చేసి, థైరాయిడ్ సమస్య ఉన్నట్లు నిర్ధారించారు. తిన్నతర్వాత పరీక్షిస్తే టీఎస్‌హెచ్ 121 ఉన్నట్లు తేలింది. రోజూ ఒక మాత్ర వేసుకోవాలని చెప్పారు. పెద్దగా ఫలితం కనిపించలేదు. కొద్దిరోజుల తర్వాత తినకుండా పరీక్ష చేయిస్తే టీఎస్‌హెచ్ 9 వచ్చింది. వెంట్రుకలు రాలిపోయే సమస్య మాత్రం తగ్గలేదు. దీనికి పరిష్కారం ఏమిటి?

-హన్మంతరావు, హైదరాబాద్

మీరు రాసిన వివరాల ప్రకారం మీకు చేసిన పరీక్ష 'టీఎస్‌హెచ్' అని అర్థమవుతోంది. దీనినే 'థైరాయిడ్ స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్' అంటారు. పరీక్ష చేసినప్పుడు తొలినాళ్లలో టీఎస్‌హెచ్‌లో ఇలాంటి మార్పులే కనిపిస్తాయి. ఇది ఒకట్రెండు నెలల్లో పూర్తిగా సర్దుకుంటుంది. మీరు మందుల మోతాదు పెంచి 100-125 మైక్రోగ్రాముల వరకూ తీసుకోవాల్సి రావచ్చు మీకు వెంట్రుకలు రాలిపోవటానికి థైరాయిడ్ లోపమే కారణం. అందులో సందేహమేం లేదు. సాధారణంగా.. ఒక వెంట్రుక జీవితకాలం ఆరు నెలలు. ఇప్పటికే పెరుగుతూ, థైరాయిడ్ ప్రభావానికి లోనైన వెంట్రుకలు రాలిపోతాయి. వాటిని మనమేం మార్చలేం. అందుకే మందులు వాడుతున్నా కూడా మీకు వెంట్రుకలు రాలుతున్నాయి. అయితే చికిత్స ఆరంభించిన తర్వాత కొత్తగా పెరుగుతున్న వెంట్రుకలకు ఈ రాలిపోయే సమస్యేం ఉండదు. అవి సాధారణంగా పూర్తికాలం పెరిగే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి మీకు మరో రెండు మూడు నెలల పాటు వెంట్రుకలు రాలిపోయే సమస్య కొనసాగే అవకాశం ఉందని గుర్తించాలి. ఆ తర్వాత కొత్తగా వచ్చే వెంట్రుకలకు ఈ సమస్య ఉండదు. అంతా సర్దుకుంటుంది. ఇక ఏరకమైన హార్మోన్ పరీక్షలైనా సాధారణంగా ఆహారం తీసుకోకుండా పరగడుపున చేయించుకోవటం ఉత్తమం. అయితే.. థైరాయిడ్ విషయంలో పరీక్ష ఆహారం తిన్నాక చేయించుకున్నా, తినక ముందు చేయించుకున్నా పెద్దగా చెప్పుకోదగ్గ తేడా ఏమీ ఉండదు



తేడాలు.. సహజమే

● నేను థైరాయిడ్ సమస్యతో బాధపడుతున్నాను. టీ3, టీ4లలో పెద్దగా మార్పులేమీ లేవు. టీఎస్‌హెచ్‌లో మాత్రమే తేడా కనిపిస్తోంది. ఇది కొద్దిగా పెరిగింది. రోజూ 100 ఎంజీ థైరాక్సిన్ మాత్ర వాడుతున్నాను.ఇది ఒకరోజు 30 ఉంటే, మరోరోజు 20 ఉంటోంది. ఒకే ల్యాబొరేటరీలో, ఒకే పద్ధతిలో చేయిస్తున్నా ఇలా తేడాలు ఎందుకు వస్తున్నాయి? ఎన్ని రోజులకోసారి పరీక్షలు చేయించాలి?

- శరత్‌బాబు, ఒంగోలు

టీఎస్‌హెచ్ ఒకరోజు 20, మరోరోజు 30 రావటం మామూలే. దీనికి ల్యాబొరేటరీని కూడా అనుమానించాల్సిన అవసరం లేదు. ఎందుకిలా అంటే.. మన శరీరంలో హార్మోన్లు ఎప్పుడూ ఒకే స్థితిలో ఉండవు. వాటి స్రావాలు ఎప్పటికప్పుడు మారుతూంటాయి. ఒక వ్యక్తిలో థైరాయిడ్ మామూలుగా ఉంటే, టీఎస్‌హెచ్ స్రావాలు నార్మల్ రేంజ్‌లోనే ఉంటాయి. ఒకవేళ హైపోథైరాయిడ్‌తో బాధపడుతున్నట్లయితే టీఎస్‌హెచ్ స్థాయుల్లో తేడా ఉంటుంది. నార్మల్ రేంజ్ 0.5 నుంచి 5.5 వరకు ఉండాలి. టీఎస్‌హెచ్ ఎప్పుడూ ఒకే స్థాయిలో ఉండదు కాబట్టి, మనం పరీక్ష చేసినప్పుడు ఏ స్థాయిలో ఉంటే అదే బయటపడుతుంటుంది. అందుకని మళ్లీమళ్లీ పరీక్షలు చేయిస్తూ సమయం, డబ్బులు వృథా చేసుకోవద్దు. టీ3, టీ4 పరీక్షలు చేయించాల్సిన అవసరం లేదు. టీఎస్‌హెచ్ పరీక్షలొక్కటే చేయిస్తే సరిపోతుంది. దానికి తగినట్లుగా మాత్రల మోతాదుల్ని తీసుకుంటే సమస్య తగ్గుతుంది.

ఎక్కువ-తక్కువ మాత్రలెందుకు?

● నా వయసు 26 సంవత్సరాలు. అయిదేళ్లుగా హైపోథైరాయిడిజంతో బాధపడుతున్నాను. ఎల్ట్రాక్సిన్ మాత్రలు వాడుతున్నాను. ఏడాదిగా ఈ మాత్రల్ని ఒకరోజు 100 మై.గ్రా., మరుసటి రోజు 50 మై.గ్రా. చొప్పున తీసుకుంటున్నాను. ప్రస్తుతం నార్మల్‌గానే ఉంది. ఇలా ఒకరోజు ఎక్కువ, మరో రోజు తక్కువ మోతాదుల్లో మాత్రల్ని ఎందుకు తీసుకోవాలి?

-పవిత్రాదేవి, హన్మకొండ

మనదేశంలో గతంలో 75 మైక్రోగ్రాముల మోతాదులో థైరాయిడ్ మాత్రలు అందుబాటులో ఉండేవి కావు. దీంతో మోతాదులు నిర్దుష్టంగా సరిపోయేందుకు వైద్యులు ఒకరోజు పూర్తి మాత్ర, మరుసటి రోజు సగం మాత్ర వేసుకోమని చెప్పేవాళ్లు. అయితే.. ఇప్పుడు 75 మైక్రోగ్రాముల మాత్రలు అందుబాటులోకి వచ్చాయి. వాటిని రోజూ ఒకే మోతాదులో వాడుకోవచ్చు థైరోనామ్-75, థైరోనామ్-125 ఇలాంటి మాత్రలే. రోజూ ఒకటే మాత్ర వేసుకోవాల్సి ఉంటే.. వీటికి మారిపోవచ్చు. లేనిపక్షంలో మీరు ప్రస్తుతం వాడుతున్న పద్ధతి కూడా సరైనదే. దానితో ఎలాంటి ఇబ్బందీ లేదు.