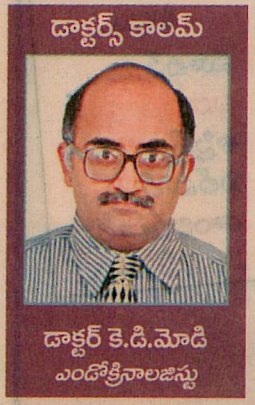


భయం వద్దు! చికిత్స మానద్దు!!

తైరాయిడ్ ఇబ్బందుల గురించి తరచుగా వింటూనే ఉంటాం. కానీ మనలో చాలా మందికి అసలు ఈ థైరాయిడ్ అంటే ఏమిటి? దీనికి సంబంధించిన సమస్యలు ఎలా ఉంటాయి? ఈ సమస్యల ప్రభావం శరీరంపై ఎలా ఉంటుందనే విషయాల గురించి సరైన అవగాహన ఉండదు. కానీ... వీటి గురించి తెలుసుకోవాల్సిన అవసరం చాలా ఉంది. ఎందుకంటే మన దేశంలో పాటు ప్రపంచవ్యాప్తంగా థైరాయిడ్ సమస్యల కారణంగా సతమతమవుతున్న వాళ్ల సంఖ్య తక్కువేం కాదు. థైరాయిడ్ అనేది మన గొంతు ముందు భాగంలో ఉండే ఒక గ్రంథి. దీని నుంచి వెలువడే హార్మోన్లు ఎక్కువ ఉత్పత్తి కావటం, లేదా లోపించటం, దీని సైజు పెరగటం, దీనికి క్యాన్సర్ రావటం వంటి సమస్యలు అనేకం. వీటన్నింటినీ కలిపి చూస్తే... థైరాయిడ్ సంబంధిత సమస్యలు... మధుమేహం కంటే ఏమాత్రం తక్కువగాలేవని స్పష్టమవుతుంది. పైగా ఇవి పురుషుల్లో కంటే స్త్రీలలో ఎక్కువ. అందుకు వారిలో ఉండే ఈస్ట్రోజన్ హార్మోను థైరాయిడ్ గ్రంథిని ప్రభావితం చేయటమే ప్రధాన కారణం. ఈ సమస్యల్లో కూడా 'హైపో థైరాయిడిజం' అనేది చాలా చాలా ఎక్కువగా కనబడుతోంది. థైరాయిడ్ గ్రంథి సరిగా పని చేయకపోవటాన్నే 'హైపో థైరాయిడిజం' అంటారు. దీనికి కారణాలు చాలా ఉన్నాయి. ముఖ్యమైనవి - థైరాయిడ్ గ్రంథిలోనే లోపం ఉండటం. ఈ సమస్య అధికం. రెండోది: మెదడు మధ్యలో ఉండే పిట్యూటరీ గ్రంథి ప్రభావం కారణంగా కూడా దీని పని తీరు దెబ్బతింటుంది. మెదటి దానితో పోలిస్తే ఈ కేసుల సంఖ్య కొంత తక్కువ. కారణమేదైనా థైరాయిడ్ గ్రంథి పనితీరు సరిగా లేకపోవటం (హైపోథైరాయిడిజం) వల్ల చాలా ఇబ్బందులు ఎదురవుతాయి. థైరాయిడ్ గ్రంథి ఉత్పత్తి చేసే టి3, టి4 హార్మోన్లు



డాక్టర్ కె.డి.మోది
ఎండోక్రినాలజిస్టు

సరాసరి రక్తంలో కలిసి శరీరంలోని ప్రతి అవయవాన్ని వైతన్యవంతం చేస్తాయి. మన జీవప్రక్రియను క్రమబద్ధంగా ఉంచటం దగ్గరి నుంచీ ప్రతి కణాన్నీ ప్రతి కండరాన్నీ శక్తిమంతంగా తీర్చిదిద్దటం వరకూ అనేక రకాలుగా ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి. కేంద్ర నాడీమండల వ్యవస్థకు చురుకు ఎక్కిస్తాయి. ఈ హార్మోన్ల ఉత్పత్తి తగినంతగా లేకపోతే- పిల్లల్లో ఎదుగుదల ఉండదు. ఈ హార్మోన్లు లేకపోతే స్త్రీలలో అండాశయాలు చురుకుదనం కోల్పోతాయి కాబట్టి వంధ్యత్వం సంభవిస్తుంది. ఈ హార్మోన్ల లోపం కారణంగా మెదడులోని న్యూరాన్స్ ప్రభావితమవుతాయి కాబట్టి మతిమరుపు పెరుగుతుంది. త్వరగా అలసిపోతారు. విపరీతమైన బద్దకం. వృద్ధుల్లో అయితే డిప్రెషన్ వంటి సమస్యలూ తలెత్తుతాయి. జీర్ణవ్యవస్థ చురుకుదనం కోల్పోతుంది కాబట్టి విపరీతమైన మలబద్దకం రావచ్చు. చర్మం కూడా మొద్దుబారిపోతుంది. చివరికి పరిస్థితి తీవ్రస్థాయి గుండె సమస్యలకు కూడా దారి తీయవచ్చు. కాబట్టి దీనిని తొలగడశలోనే గుర్తించి శ్రద్ధగా చికిత్స తీసుకోవాలి.

సమస్య ఎందుకు వస్తుంది?

1. థైరాయిడ్ గ్రంథి పని చేయటానికి అయోడిన్ అవసరం. కాబట్టి మన ఆహారంలో అయోడిన్ లోపిస్తే ఈ గ్రంథి పనితీరు దెబ్బతిని, హార్మోన్ల ఉత్పత్తి తగ్గిపోయి హైపోథైరాయిడిజం వస్తుంది.
2. అయోడిన్ లోపం లేకపోయినా కూడా థైరాయిడ్ గ్రంథి సరిగా పని చేయకపోవచ్చు. అప్పుడూ సమస్య తలెత్తుతుంది. 3. శరీరంలో రోగాలు రాకుండా చూసే వ్యవస్థ- ఆటో ఇమ్యూన్ సిస్టమ్- ఉంటుంది. దీనిని లింఫోసైట్స్ అనే తెల్లరక్తకణాలు నియంత్రిస్తుంటాయి. ఈ వ్యవస్థ సరిగా లేకపోయినా హైపోథైరాయిడిజం సమస్య ఏర్పడుతుంది. అయోడిన్ సమృద్ధిగానే ఉన్నా... జిహ్వా వంటి దేశాల్లో ఈ రకం ఇబ్బంది ఎక్కువగా ఉంటుంది.

వగా కనబడుతోంది. 4. ప్రసవం తర్వాత స్త్రీలలో ఈ సమస్య (ఆటో ఇమ్యూన్) బయటపడొచ్చు. దీనికి చికిత్స తప్పదు. 5. కొంతమంది పిల్లల్లో పుట్టుకతోనే థైరాయిడ్ సరిగా పని చేస్తుండదు. దీనిని కంజెనిటల్ హైపోథైరాయిడిజం అంటారు. ఇది చాలా కీలకమైనది. 6. కొన్ని సందర్భాల్లో చికిత్సల్లో భాగంగా కూడా ఈ సమస్య తలెత్తవచ్చు. ఉదాహరణకు క్యాన్సర్ తదితర కారణాల దృష్ట్యా థైరాయిడ్ గ్రంథిని తొలగించినా, లేకపోతే రేడియో అయోడిన్ థెరపీ కారణంగా అది పనిచేయకుండా పోయినా... అప్పుడు కూడా ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. 7. ఇది వంశపారంపర్యంగా వచ్చేది కాదుగానీ కుటుంబంలో ఒకరికి ఉంటే వారి తర్వాతి తరం వాళ్లకు వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. ఇలా వచ్చేదాన్ని ఫెమిలియల్ హైపోథైరాయిడిజం అంటారు.

చిన్న పిల్లల్లో..

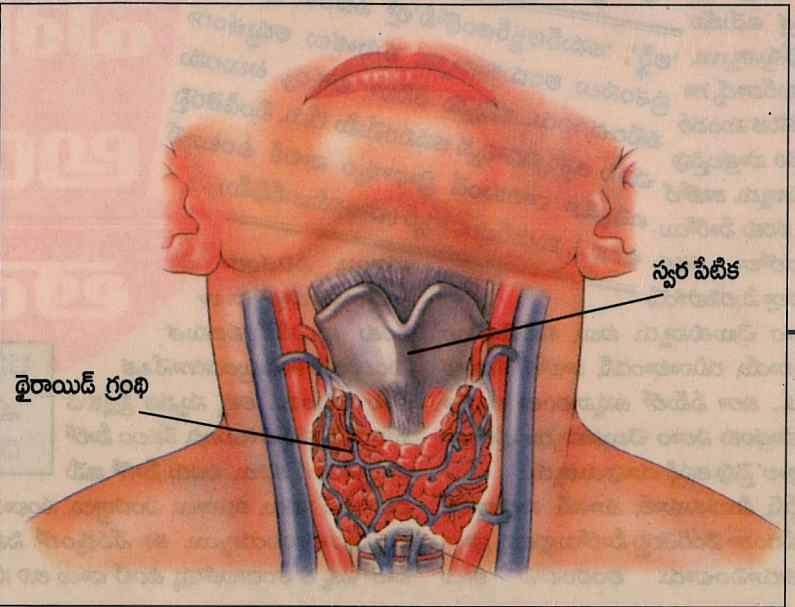
శారీరక ఎదుగుదలకు, మానసిక వికాసానికి థైరాయిడ్ హార్మోన్ల అవసరం చాలా ఎక్కువ. చిన్నపిల్లల్లో పుట్టుకతోనే ఈ హైపోథైరాయిడిజం సమస్య తలెత్తే వెంటనే చికిత్స చేయించాలి. లేకపోతే పరిణామాలు తీవ్రంగా ఉంటాయి. ఇప్పుడు ప్రతి 5000 మంది పిల్లల్లో కనీసం ఒకరు ఇటువంటి సమస్యతో పుడుతున్నారని అంచనా. బిడ్డ పుట్టిన తర్వాత 3 నెలల వరకూ దీనిని గుర్తించకపోతే పిల్లల్లో మానసిక ఎదుగుల లోపిస్తుంది. దీన్నే వైద్యపరిభాషలో 'క్రెటినిజం' అంటారు. అయోడిన్ లోపం ఎక్కువగా ఉన్న ప్రాంతాల్లో ఇది మరి ఎక్కువగా కనిపిస్తోంది. అభివృద్ధి చెందిన దేశాల్లో పుట్టిన ప్రతి బిడ్డకూ థైరాయిడ్ సమస్య ఉండేమోనని తప్పనిసరిగా పరీక్షిస్తారు. కానీ మన దేశంలో అటువంటి పరిస్థితి లేదు. కాబట్టి తల్లిదండ్రులే జాగ్రత్త తీసుకోవాలి. రెండోది- ఈ హైపోథైరాయిడిజం సమస్య తల్లికి ఉంటే బిడ్డకు కూడా వస్తుందన్న అపోహలు ఎక్కువగా ఉన్నాయి. కానీ అది నిజం కాదు. గర్భిణిగా ఉన్నంత కాలం తల్లి థైరాయిడ్ మందులు క్రమం తప్పకుండా వాడుకుంటే బిడ్డకు ఎటువంటి సమస్య ఉండదు. హైపోథైరాయిడిజం వచ్చినప్పుడు గొంతు ఉబ్బు, వాపు (గోయిటర్) లేకపోవచ్చు. దీన్ని 'మిక్స్డెమా' అంటారు.

గుర్తించటం ఎలా?

సాధారణంగా తొలి నాళ్లలో ఈ సమస్యను శారీరక బలహీనానికి సంబంధించిన ఇబ్బంది అనుకుని పొరబడతారు. దీని లక్షణాలన్నీ 'జనరల్ వీక్ నెస్' ఇబ్బందుల్లా కనిపిస్తుండటం వల్ల నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటారు. ఇది మంచిపద్ధతి కాదు. కొద్దిరోజుల పాటు ఈ లక్షణాలు ఇలాగే కనబడుతుంటే డాక్టర్ని కలవటం మంచిది. ఈ సమస్యను డ్రవీ కరించేందుకు రక్తపరీక్ష చేస్తారు. రక్తంలో టి3, టి4, టిఎస్ హెచ్ హార్మోన్లు ఏ స్థాయిలో ఉన్నాయో చూస్తారు. థైరాయిడ్ గ్రంథిలోనే లోపం ఉంటే- రక్తంలో టి3, టి4లు తక్కువగా ఉంటాయి, టిఎస్ హెచ్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. మొదటి సారి రక్తపరీక్ష చేయించినప్పుడు ఈ మూడింటినీ చూస్తారు. ఆ తర్వాత టిఎస్ హెచ్ పరీక్ష ఒక్కటే సరిపోతుంది. 'ఆటో ఇమ్యూన్ థైరాయిడైటిస్' ఉండేమో తెలుసుకునేందుకు 'యాంటీ థైరాయిడ్, యాంటీ బోడి' అనే మరో పరీక్ష చేయిస్తారు.

జీవితాంతం చికిత్స

- సమస్యను సరిగ్గా గుర్తించి, క్రమం తప్పకుండా మందులు తీసుకుంటుంటే ఇదొక సమస్యే కాదు. దీని



థైరాయిడ్ ఏం చేస్తుంది?

థైరాయిడ్ (అవట గ్రంథి) అనేది గొంతు ముందు భాగంలో ఉండే గ్రంథి. స్వరవేటిక కింది భాగంలో రెండు తమ్మెలు కలిసినట్టుగా ఉండే ఈ గ్రంథి- త్రియో-అయోడో-థైరోస్టెన్(టి3), థైరాక్సిన్(టి4) అనే రెండు హార్మోన్లను స్రవిస్తుంది. ఈ హార్మోన్లు శరీరంలోని ప్రతి అవయవాన్నీ చురుకుగా ఉంచుతూ, ఎదుగుదల సక్రమంగా ఉండేలా చేస్తాయి. అయితే... శరీరంలోని అవయవాలన్నింటినీ చురుకుగా ఉంచే ఈ గ్రంథిని ప్రేరేపించేందుకు... మరో గ్రంథి పని చేస్తుంటుంది. మెదడు కింది భాగంలో ఉండే పిట్యూటరీ (పీయూష) గ్రంథి.. 'థైరాయిడ్ స్టిమ్యులేటింగ్ హార్మోన్(టిఎస్ హెచ్)'ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఈ హార్మోన్ థైరాయిడ్ను ప్రేరేపిస్తూ ఎప్పటికప్పుడు తగినంత టి3, టి4 హార్మోన్లను ఉత్పత్తి చేసేలా నియంత్రిస్తుంది. కాబట్టి- హైపోథైరాయిడిజం సమస్య వచ్చినప్పుడు థైరాయిడ్ నుంచి వచ్చే టి3, టి4లు తగ్గిపోతాయి కాబట్టి, వాటి ఉత్పత్తిని మరింతగా పెంచేలా థైరాయిడ్కు చురుకు ఎక్కించేందుకు పిట్యూటరీ గ్రంథి ఇంకా ఎక్కువగా టిఎస్ హెచ్ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది. ఫలితంగానే.. హైపోథైరాయిడ్ సమస్య ఉన్నప్పుడు రక్తంలో టి3, టి4లు తక్కువగానూ, టిఎస్ హెచ్ ఎక్కువగానూ కనబడతాయి.

గురించి ఏ భయాలూ పెట్టుకోవాల్సిన పని లేదు.

- ఒకసారి ఈ సమస్య వచ్చిందంటే (ఎవరో కొద్ది మందికి తప్పించి) జీవితాంతం మందులు తీసుకుంటూ ఉండాలి. ఈ విషయంలో ఎటువంటి నిర్లక్ష్యం పనికి రాదు.
- సరైన చికిత్స తీసుకుంటుంటే- హైపోథైరాయిడిజం వల్ల గుండెకుగానీ, మాత్రసిండ్రోమ్కుగానీ, ఇంకే ఇతర అవయవానికి గానీ ఎటువంటి సమస్యాలూ ఉండవు.
- అయోడిన్ లోపం లేనివారిలో ఈ సమస్య వస్తే వారికి థైరాక్సిన్ థెరపీ ఇవ్వాలిగానీ అయోడిన్ థెరపీ కాదు. అప్పటికే సరిగా పని చేయని థైరాయిడ్ పై అయోడిన్ చుక్కలు వేస్తే అది ఇంకా ఉబ్బుతుంటే గానీ తగ్గదు.
- హైపోథైరాయిడిజానికి 25, 50, 100 మైక్రోగ్రాముల్లో బిళ్లలు(ఎల్టాక్సిన్, థైరాక్స్) ఉంటాయి. అవసరాన్ని బట్టి డాక్టర్లు వీటిని సిఫార్సు చేస్తారు.
- ఈ మందులను ఎప్పుడూ కూడా ఉదయంపూట, పరగడుపునే తీసుకోవాలి. ఈ చికిత్స తీసుకుంటున్నప్పుడు ఎలాంటి పథ్యాలూ అవసరంలేదు. కొందరు క్యాబేజీ తినకూడదంటారుగానీ అది నిజం కాదు.
- ఇతర వ్యాధులకు వేసుకునే మాత్రలను కూడా యధా ప్రకారం వేసుకోవచ్చు. ఐదో బిళ్లలను, ఎసిడిటీ తగ్గ

టానికి ఇచ్చే బిళ్లలను మాత్రం ఈ మందులు వేసుకున్న 4-6 గంటల తర్వాతే వేసుకోవాలి.

- హైపోథైరాయిడిజం సమస్య ఉన్న స్త్రీకి గర్భం వస్తే.. తొలిరోజుల నుంచీ (మొదటి మూడు నెలలూ కూడా) ప్రసవం వరకూ, బిడ్డకు పాలిచ్చే సమయంలో కూడా మందులను వాడుతూనే ఉండాలి.
- ఈ మందులు వాడుతున్నప్పుడు కొందరు బరువు తగ్గామంటారు గానీ అది నిజం కాదు. తొలి రోజుల్లో ఒకటి రెండు కేజీలు తగ్గవచ్చేమోగానీ ఆ తర్వాత ఈ సమస్య కారణంగా బరువు తగ్గటమనేది ఉండదు. అలాగే- కేవలం బరువు తగ్గటానికే ఈ చికిత్స చేయటం కూడా తప్పి.
- థైరాక్సిన్ మందులను మోతాదుకు మించి, ఎక్కువ డోసుల్లో తీసుకుంటే గుండె దడ, చమట పట్టటం, చేతులు వణకటం, చికాకు వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. దీర్ఘకాలం తీసుకున్నప్పుడు ఆస్టియోపొరోసిస్ వంటి ఇబ్బందులు రావచ్చు.
- థైరాక్సిన్ ట్రీట్ మెంట్ తీసుకుంటున్నవాళ్లు ప్రతి 3 నుంచి 6 నెలలకు ఒకసారి రక్తపరీక్ష చేయించుకుని, టిఎస్ హెచ్ స్థాయి ఎలా ఉందో తెలుసుకుంటూ ఉండాలి. దానిని బట్టి డాక్టరు సలహాతో డోసులను మార్చుకోవాలి.

సాధారణ లక్షణాలు:

- * విపరీతమైన బద్దకం. డలీగా ఉండటం.
- * అధిక నిద్ర. ఒళ్లంతా వాపు
- * అకారణంగా బరువు పెరుగుతుండటం
- * మలబద్దకం. కాళ్ల నొప్పులు
- * జుట్టు ఎక్కువగా ఊడిపోవటం.
- * చర్మం పొడిగా, మొద్దుగా తయారవటం
- * చమట తక్కువ, చలి ఎక్కువ
- * జ్ఞాపకశక్తి మందగించటం

స్త్రీలలో

- * నెలసరి సరిగా రాకపోవటం
- * రుతుస్రావం ఎక్కువ కావటం
- * వంధ్యత్వం



బద్దక లోపు పిల్లల్లో

- * మందకొడితనం
- * ఎదుగుదల లోపించటం
- * మలబద్దకం, బుద్ధిమంద్యం
- * బొడ్డు దగ్గర లోపలి భాగాలు బయటకు పొడుచుకుని వచ్చి, ఉబ్బుగా కనబడటం (అంటెలికల్ హెర్మియా. కింది ఫోటోలో పాపసు చూడండి)
- * పెద్ద పిల్లల్లో వయసుతో పాటు రావాల్సిన మార్పులు (మగపిల్లల్లో మీసాలు గడ్డాలు రావటం, అడపిల్లలు రజస్యల కావటం వంటివి) ముందుగా రావటం లేదా చాలా లేటుగా రావటం.

పిల్ల వయసు వారిలో

- * తేలిగ్గా మర్చిపోతుండటం
- * ఆలోచన మందగించటం
- * బలహీనంగా ఉండటం
- * విపరీతమైన డిప్రెషన్
- * ముదిరిపోతే కొన్ని మానసిక వ్యాధులతో పాటు
- * అరుదుగా కోమాలోకి కూడా వెళ్లిపోవచ్చు.

లక్షణాలు