

## ندول های تیروئید

شایع ترین تظاهرات آنها یک توده در گردن و در نمونه های کمتر مشکل در بلع است. علاوه بر این، ندول های بزرگ تر ممکن است باعث مشکل در تنفس، گرفتگی صدا و درد گردن شود.

در موارد نادر، بافت ندول تیروئید مقدار زیادی از هورمون های تیروئید تری یدوتیرونین (T3) و تیروکسین (T4) را تولید می کند که می تواند منجر به علائم پرکاری تیروئید (تیروئید پرکار) شود. این شامل:

- اضطراب
- تحریک پذیری یا بدخلقی
- عصبی بودن، بیش فعالی
- عرق کردن و یا حساسیت به دمای بالا
- تند شدن ضربان قلب
- لرزش دست
- ریزش مو
- افزایش حرکات روده یا اسهال
- کاهش وزن
- آمنوره و اولیگومنوره

### چه چیزی باعث ندول تیروئید می شود؟

علت ندول های تیروئید بیشتر ناشناخته است. گاهی در یک خانواده روی می دهد که می تواند اشاره ای برداشتن زمینه ژنتیکی در ایجاد ندول باشد. کمبود ید نیز می تواند زمینه ساز باشد. سرطان با رشد بیش از حد بافت، در کمتر از ۵٪ از مبتلایان باعث ندول تیروئید است. بدین روی در این مورد مراجعه به پزشک بسیار مهم است. چندین عامل خطر شناخته شده برای گره های تیروئید وجود دارد. شیوع آن در زنان بیشتر از مردان است و با افزایش سن بروز آن افزایش می یابد. همچنین در معرض

چکیده ی علت، نشانگان، تشخیص و درمان ندول تیروئید تقدیم خوانندگان می شود.

ندول های تیروئید، رشد بیش از اندازه وناهنجار بافت غده تیروئیدی هستند که اغلب خوش خیم می باشند. در برخی موارد (کمتر از یک در ۲۰) می توانند سرطانی باشند. برخی افراد دارای یک ندول، ولی برخی دیگر شمار زیادی ندول دارند. ندول های تیروئید از بافت جامد یا پر از خون یا مایعات هستند. ندول های تیروئید بسیار رایج هستند، به طوری که نزدیک به نیمی از افراد تا سن ۶۰ سالگی حداقل یک ندول دارند. این ندول ها به ویژه در زنان شایع هستند، اگرچه مردان نیز می توانند به آن مبتلا شوند، به خصوص با افزایش سن.

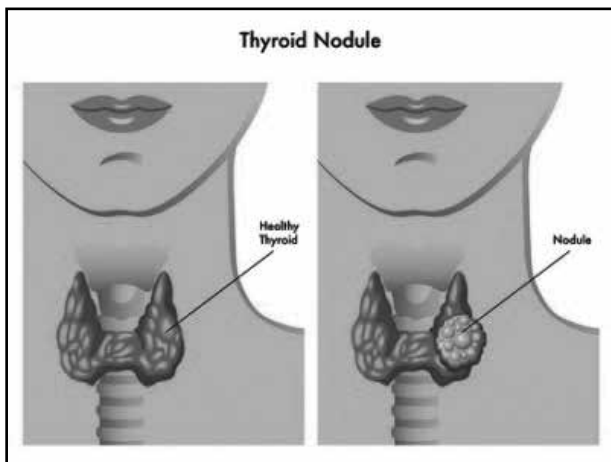
### بررسی سریع غده تیروئید

تیروئید غده ای پروانه ای شکل است که به دارازای حدود دو اینچ در پایه ی گردن قرار دارد. این غده نقش بزرگی در بدن انجام می دهد، زیرا مسئول ترشح هورمون های تنظیم کننده ی سوخت و ساز بدن است. هورمون های ترشح شده توسط تیروئید تعداد زیادی از کارکردهای بدن از جمله ضربان قلب، تنفس، دمای بدن، عملکرد سیستم عصبی و موارد دیگر را تنظیم می کنند.

هرگونه کاستی تیروئید، کما بیش می تواند همه سیستم بدن را تحت تاثیر قرار می دهد. خوشبختانه، ندول های تیروئید، بیشتر خوش خیم و بی ضرر هستند و در این باره هیچ تغییری در کارایی غده ایجاد نمی کنند. هرگاه مشکل زا شوند، امروزه درمان های موثری در دسترس است.

### علائم ندول تیروئید

پیدایش ندول های تیروئید بیشتر بی نشانه است. بدینروی بیشتر در هنگام معاینه و یا پرتونگاری و یا به علت های دیگر (مانند بیماری پاراتیروئید، ضربه، بیماری شریان کاروتید یا درد ستون فقرات گردنی) تشخیص داده می شود.



تشعشع قرار گرفتن و یا ابتلا به بیماری هاشیموتو، احتمال ابتلا را بیشتر می کند. خود هاشیموتو شایع ترین علت کم کاری تیروئید است.

### ندول های تیروئید چگونه تشخیص داده می شوند؟

پزشکان می توانند با معاینه گردن و احساس غده تیروئید، ندول تیروئید را تشخیص دهند. اگر یک گره در طول معاینه فیزیکی کشف شود، چهار پرسش به ذهن پزشک می آید:

- آیا ندول سرطانی است؟
  - آیا ندول بردیگر ساختارهای گردن فشار می آورد و مشکل ساز است؟
  - آیا ندول مایه ی بیش از حد تولید تیروئید است؟
  - آیا کاری برای ندول باید انجام داد؟
- آزمایش هایی وجود دارد که می تواند داده های بیشتری به پزشک دهد که پایه ی اقدام های بعدی او می شود.

### سونوگرافی

در سونوگرافی تیروئید مشخص می شود که ندول تیروئید چقدر بزرگ است، در کجا قرار دارد و دارای چه ویژگی هایی است. همچنین سونوگرافی از غدد لنفاوی گردن می تواند به تشخیص وجود سرطان کمک کند.

### آزمایش خون

در اندازه گیری T3 و T4 و TSH خون می توان پی برد که آیا ندول تیروئید مقادیر بیش از حد هورمون تیروئید تولید می کند و باعث هیپر تیروئیدی شده اند؟ ندول هایی که باعث پرکاری تیروئید می شوند، تقریباً همیشه خوش خیم هستند.

### بیوپسی

انجام بیوپسی، وابسته است به اندازه ندول و سایر ویژگی هایی که در سونوگرافی نشان می دهد (از جمله شکل، کناره ها و هیپو اکو). بیوپسی آسپیراسیون با سوزن ظریف (FNA) انجام می شود. بیوپسی شامل استفاده از یک سوزن بسیار کوچک برای برداشتن نمونه ای از سلول های ندول است. گرچه این روش ناراحت کننده می نماید، اما

دردناک نیست. برای کمک به کاهش ناراحتی، پزشک از بی حس کننده ی موضعی بهره می برد. نمونه ها بوسیله آسیب شناسان ورزیده و یا سیتوپاتولوژیستها بررسی می شود و خوش خیم و یا بدخیم بودن سلول ها را تعیین می کنند.

### درمان ندول تیروئید

درمان ندول تیروئید به این بستگی دارد که آیا ندول حاوی سلول های سرطانی است، یا باعث مشکلات دیگری مانند ایجاد ناراحتی در گردن، یا تولید بیش از حد هورمون های تیروئید می شود. در بسیاری از موارد، به هیچ وجه نیازی به درمان رسمی نخواهد بود.

### درمان ندول های غیر سرطانی

اگر ندول سرطانی نیست و مشکل دیگری هم ایجاد نمی کند، پزشک دستور پی گیری آن با سونوگرافی و معاینه فیزیکی می دهد. همچنین ممکن است آزمایش های دوره ای برای بررسی سطح هورمون تیروئید نیز درخواست شود. اگر ندول همچنان به رشد خود ادامه دهد یا باعث مشکلات تنفسی و یا بلع و یا در طول زمان به سوی سرطانی شدن برود، شاید پزشک برداشتن آن را با جراحی توصیه کند.

### درمان ندول های سرطانی

اگر ندول دارای سلول های سرطانی باشد، نیاز به جراحی دارد. دو گزینه اصلی جراحی وجود دارد: برداشتن کامل غده تیروئید که تیروئیدکتومی کامل نامیده می شود، یا برداشتن فقط نیمی از غده ای که ندول روی آن قرار دارد (لوبکتومی تیروئید).

◀ چه نوع متخصصان مراقبت های بهداشتی ندول های تیروئید را درمان می کنند؟  
متخصصان غدد و جراحان متخصص تیروئید به طور منظم با این مشکلات برخورد می کنند. اما بسیاری از پزشکان خانواده، متخصصان داخلی، جراحان عمومی و گوش و حلق و بینی در رسیدگی به ندول های تیروئید ورزیده هستند. نکته مهم این است که پزشک در ارزیابی و درمان باید دارای تجربه کافی باشند.

◀ آیا گره های تیروئیدی ارثی هستند؟  
شیوع آن در اعضاء خانواده ها، نشانی بر امکان وجود زمینه ی ژنتیکی است. اما کسانی نیز دچار می شوند که در خانواده اش هیچ سابقه ای از این پدیده ندارند. به عبارت دیگر، ژن ها تنها یکی از چندین عامل خطر شناخته شده برای گره های تیروئید هستند.

◀ آیا هرگز ندول های تیروئید به دلایلی غیر از سرطان با جراحی برداشته می شوند؟  
بله، اگر ندول بزرگ باشد و باعث ایجاد توده قابل مشاهده در گردن شود، یا اگر روی نای یا مری فشار آورد، که می تواند باعث نارسایی یا مشکل در تنفس یا بلع شود، ممکن است به جراحی بیانجامد. در مواردی که ندول تیروئید مقادیر اضافی هورمون تیروئید را دفع کند، برداشتن ندول با جراحی می تواند تولید بیش از حد هورمون را درمان کند.

منبع:

<https://www.endocrineweb.com/conditions/thyroid-nodules?ic=browseralerts>

خطرهای جراحی تیروئید شامل آسیب به اعصاب جعبه حنجره و غدد پاراتیروئید است. برای دوری از این خطرهای، باید به دنبال یک جراح بود که در جراحی سرطان تیروئید متخصص و ورزیده، و شمار زیادی از این گونه عمل ها انجام داده باشد.

### درمان ندول های که بیش از حد هورمون تیروئید تولید می کنند

گره هایی که بیش از حد T3 و T4 تولید می کنند ممکن است به روش های مختلفی درمان می شوند: ید رادیواکتیو، تزریق الکل، یا جراحی برای برداشتن ندول است. نتیجه ی آنها درمان تولید بیش از حد هورمون است. ید رادیواکتیو به صورت قرص تجویز می شود و باعث کوچک شدن غده تیروئید و کاهش ساخت هورمون تیروئید می شود. ید رادیواکتیو فقط جذب غده تیروئید می شود، بنابراین آسیبی به سلول های دیگر نمی رساند. تزریق الکل به ندول (های) تیروئید با استفاده از یک سوزن بسیار کوچک است. درمان باعث کوچک شدن گره ها و تولید هورمون تیروئید کمتر است.

### حقایق سریع درباره ندول های تیروئید

- ندول های تیروئید در زنان سه برابر بیشتر از مردان است
- بروز ندول های تیروئید با افزایش سن افزایش می یابد
- در سن ۳۰ سالگی، ۳۰ درصد از زنان دچار ندول تیروئید می شوند، ولی در مردان ۲،۵ درصد است در همان سن
- ۵۰ درصد از زنان ۵۰ ساله حداقل یک ندول تیروئید دارند
- ۶۰ درصد از زنان ۶۰ ساله حداقل یک ندول تیروئید دارند
- ۷۰ درصد از زنان ۷۰ ساله حداقل یک ندول تیروئید دارند

### پرسش های همگانی ندول تیروئید

◀ چند درصد از گره های تیروئید سرطانی هستند؟  
کمتر از ۵ درصد از ندول های تیروئید سرطانی هستند. به طور خاص، گره های تیروئیدی که «کیست خالص» هستند - یعنی به جای بافت تیروئید پر از مایع هستند - تقریباً همیشه خوش خیم هستند (توده های غیر سرطانی).