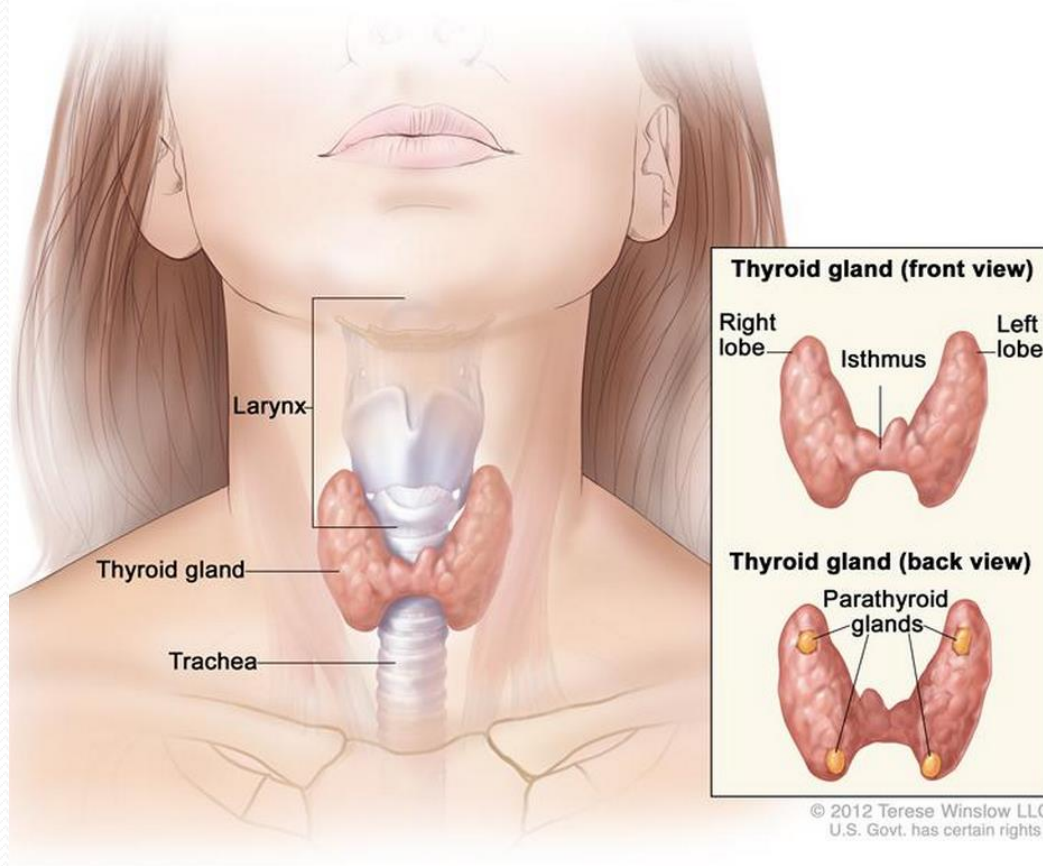


Choroba Hashimoto

Nie tylko problem hormonalny
Nie tylko problem tarczycy

Tarczyca – gruczoł wydzielania wewnętrznego

Anatomy of the Thyroid and Parathyroid Glands



Narząd w kształcie motyla
Wielkość – ok 15 -25 ml
Płat lewy, prawy, cieśń

-badalny palpacyjnie

-oglądamy w lustrze szyję
po lekkim odgięciu głowy,
w trakcie przełykania łyku
wody

Hormony – aktywnosc

- T₁, T₂, prohormony,
T₂ – rola w metabolizmie tkanki tłuszczowej
- T₄ – magazyn, niska aktywność
- **T₃** – hormon aktywny 3x bardziej niż T₄
- **rT₃** (reverse T₃) – nieaktywny, blokuje receptory T₃ –
jego poziom wzrasta: w okresie przewlekłego stresu,
choroby, przy wzroście kortyzolu
- Rola białek nośnikowych

TARCZYCA

OBWOD

DZIAŁANIE efekt fizjologiczny

- **stymulacja** metabolizmu – produkcji **energii**
wpływ na **temperature**, aktywność **enzymów**,
- wpływ na **syntezę białek** między innymi hormonów
- wpływ na **dojrzewanie** komórek - mózg, wzrost
- wpływ na każdą komórkę, każdą funkcję życiową
- “**silnik organizmu**”

Klinicznie

- Poziom **energii**, **temperatura** ciała, **sprawność mięśni**
- Funkcje **mentalne** – **koncentracja**, **pamięć**, **jasne myślenie**
- Prawidłowe **funkcje** życiowe– **trawienie**, **oddychanie**, **kraźnie**, **seksualność**, **płodność**, u kobiet **miesiączkowanie**
- Stan **skóry**, **włosów**, **paznokci**, **kości**, **mięśni**, **nerwów**,

Za dużo hormonów – nadmierna STYMULACJA

- duży apetyt - spadek **wagi**, przyspieszona motoryka **jelit** - **biegunki**,
- **kołatania** serca, wzrost amplitudy ciśnienia,
- **drżenie** rąk, wzrost temperatury podstawowej
- **pocenie**, **wilgotna** aksamitna **skóra**, wypadanie **włosów**,
- Błyszczące, czasami wytrzeszczone **oczy**
- **nerwowość**, **gadatliwość**, **gonitwa** myśli, napady **paniki**
- Osłabienie ogólne, **mięśni**, osteoporoza
- zaostrzenie **rysów**, **utrata tkanki tłuszczowej**
- zwiększony obrót witaminami, minerałami, tłuszczami, białkami - niedobory

przyczyny

guzek czynny hormonalnie,
zapalenie tarczycy – ostre, podostre
przewlekłe procesy zapalne, autoimmunologiczne: choroba Graves-Basedowa,
Hashimoto – wczesne stadium;
Jod - Basedow

Wytrzeszcz



Za mało hormonów - spowolnienie

- **apetyt** mały/normalny – wzrost **wagi**,
- **zaparcia**, zaburzenia wchłaniania – z reguły **spowolniony metabolizm**
- obniżenie temperatury ciała - stałe uczucie **zimna**
- **zwolnienie** akcji **serca**, **ciśnienie** rozkurczowe podwyższone
- osłabienie siły **mięśniowej**, **kurcze**
- spowolnienie **intelektualne**, mowy, **chrypa**, słaba **koncentracja**, **pamięć**
- **przerzedzenie włosów** – całe ciało + objaw Hertoga
- **Myxoedema** - nalana **twarz**, grube **rysy**, **chrypa**, **dłonie**, **stopy** , **obrzęk ciastowaty** – wszędzie – ‘przewlekłe **zatoki**’, ‘duże **serce**’
- raczej **rumiana**, **łuszcząca się skóra** , sucha, skłonność do **przetłuszczania**,
- spadek **libido**, obfite **miesiączki**
- **miażdżyca**
- zaburzona funkcja enzymów, niedobory witaminowe, odżywcze, zażółcenie skóry, zmiany na paznokciach,

Przyczyny –

niedobór jodu

procesy zapalne – Hashimoto,

napromieniowanie, operacja, uraz, leki, nadmiar rT_3 - zespół Wilsona

- TKANKI OBWODOWE - zespół oporności na T_3

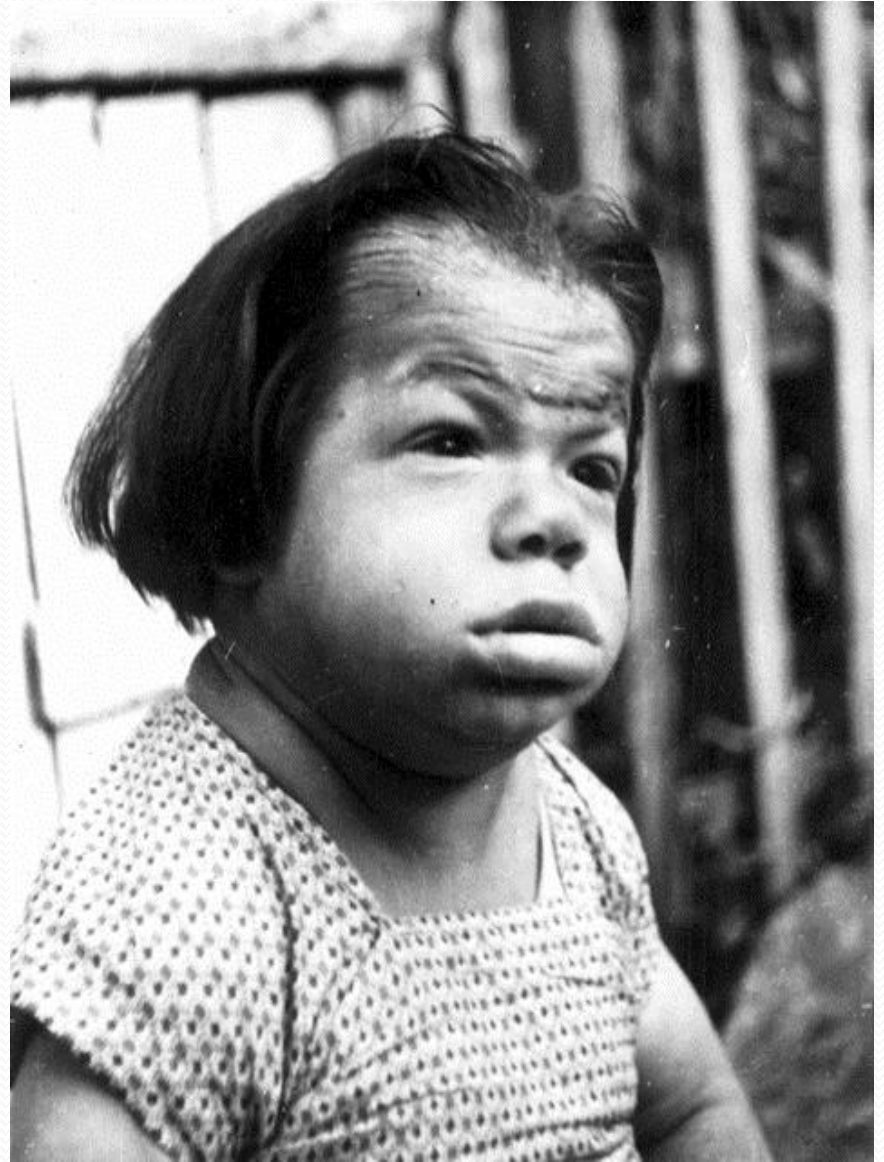
- DYSFUNKCJA NA POZIOMIE MOZGU – choroby przysadki.

niedoczynna tarczyca











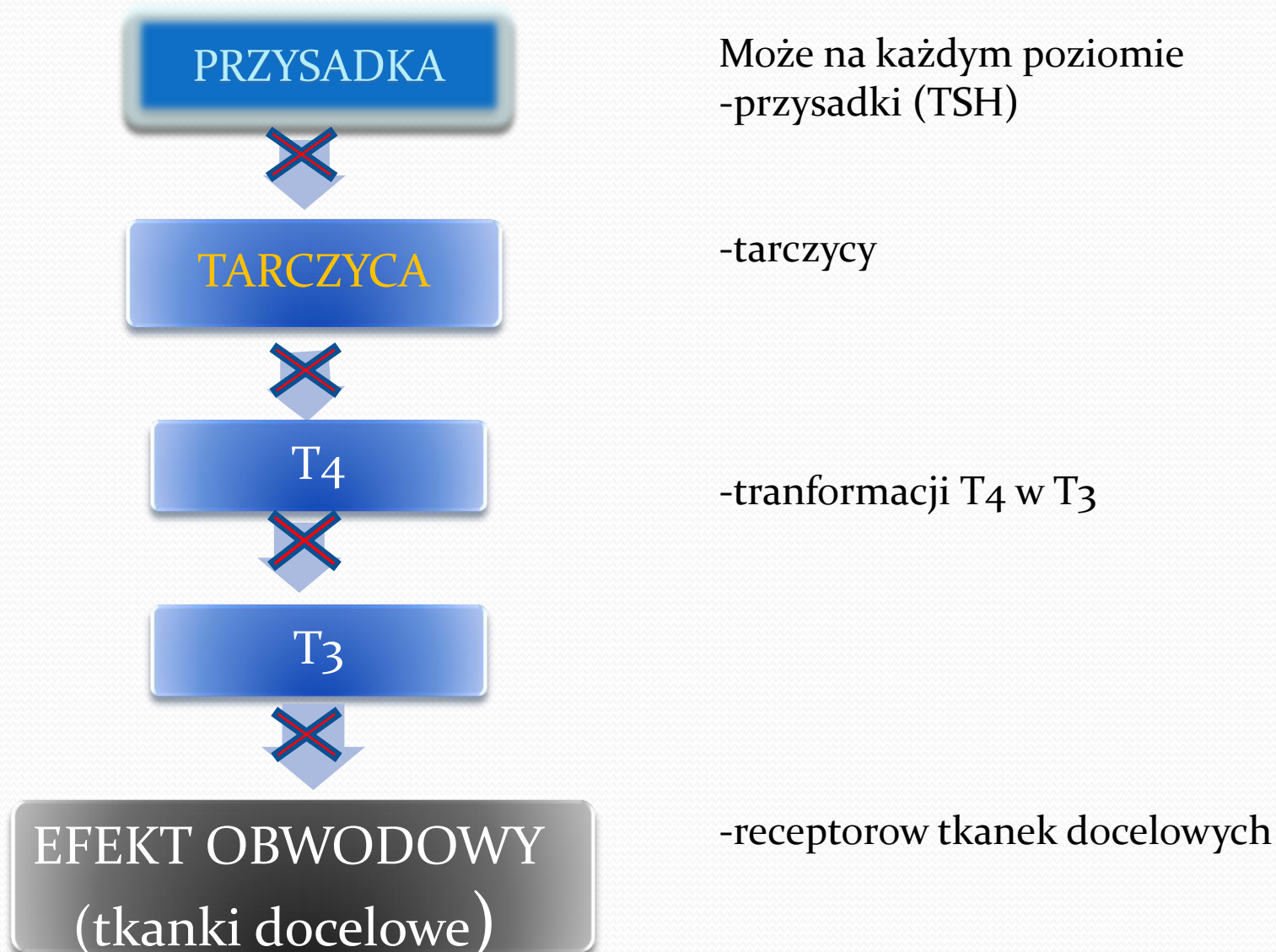




Przybór wagi w ciąży 55kg



Zespół niewydolności hormonów tarczycy



HASHIMOTO

- 1912 r – Japoński lekarz Hashimoto opisuje chorobę -**struma lymphomatosa**, wole limfocytowe
 - w obrazie his-pat nacieki limfocytów, powiększenie komórek, zwłóknienia, zmniejszenie ilości koloidu
- Obecnie – **autimmunologiczne zapalenie tarczycy**.
- Zapalenie spowodowane **procesem autoimmunologicznym** które z czasem prowadzi do uszkodzenia jej funkcji z pełnoobjawową niedoczynnością i zanikiem tarczycy.
- we krwi – **przeciwciała** – fluktuacyjnie /stale
 - przeciw peroksydazie tarczycowej- **antyTPO** (p-w mikrosomalne)
 - przeciw tyreoglobulinie **antyTG**
 - czasami przeciw receptorom tarczycy **anty RT** – G-B
- Czynniki przyczynowe – nieznane

Przebieg

- Zwykle bardzo podstępny, **wieloletni** “bezobjawowy” początek – z kompensacją hormonalną, z **prawidłowymi poziomami hormonów**, czasami wieloletni, mimo to **złe samopoczucie**: powiększenie tarczycy, czasami tylko **obrzęk szyji**, dyskomfort; niski poziom **energii**, problemy z utrzymaniem prawidłowej **wagi** – w obie strony, napady **kołatań serca**, bóle w klatce piersiowej, **brak powietrza**, zmniejszenie **wydajności**, pogorszenie **pamięci**, **koncentracji**, niemożność „ogarnięcia” **sytuacji życiowych**, gorsza tolerancja stresu, ataki **lęku**, **paniki**, **do psychoz włącznie**, problemy z miesiączkami, niejasne poronienia, **wedrujące bóle** – stawy, mięśnie, nawracające **infekcje**,
– od postaci bezobjawowych, po poczucie ciężkiej choroby (ogólnie “coś jest mocno nie tak”).
- **Przeciwciała** – w różnym okresie, czasami bardzo wcześnie, czasami późno, mogą być duże wahania.
- Wreszcie jawne **fluktuacje hormonalne** - okresy nad i niedoczynności, z dużą niestabilnością.
Ostatecznie niedoczynność, zanik tarczycy w miarę postępu choroby





Before
(2005)



After
(2009)

Więcej objawów

- **drżenie** ciała, drżenie rąk, nadwrażliwość na jasne światło, **nadwrażliwość** na hałas, biegunka, kołatania serca, **szybkie tętno**. Napady **łomotania** serca napady **lęku/paniki**. Ogólne **osłabienie**, **nieradzenie** sobie ze stresem, nudności przed stresową sytuacją, **trudne relacje z otoczeniem** – niechęć do kontaktów, problemy z koncentracją, nagłe wybuchy gniewu, **emocjonalna** nadwrażliwość, nadreaktywność na otoczenie, postawa obronna – zrzucanie winy na innych, nadmierne przejmowanie się sprawami, ludźmi, długi czas powrotu do normy po stresie i wysiłku fizycznym, nadmierne reakcje na codzienny stres, brak **cierpliwości**, łatwe irytowanie się, objawy **przeziębienia** – częste lub **stałe bóle gardła**, bóle **głowy**, bóle **ciała**, ból pleców, kolan, stóp, nadwrażliwość na dotyk – skóra głowy, **ekstremalne zmęczenie**, bolesne uczucie “**nakręcenia**” roztrzęsienie, **niezdarność** – obijanie się, upuszczanie przedmiotów, splątanie, **nagle napady głodu**, **zimne, spoczone dłonie**, stopy, **roztargnienie**, **gwałtowna reakcja na bodźce** – aż do podskakiwania, słabe mięśnie, choroba lokomocyjna, zawroty głowy, ogromna napadowa chęć na słodkie, chleb, lekka głowa, **głód powietrza** -**krótki oddech**, kawa powoduje senność, **przy wstawaniu zawroty**, **omdlenia**, ciemno podkrążone **oczy**, **budzenie w środku nocy**, kłopoty z zaśnięciem, **częstomocz**, **alergie** – pogorszenie, **jelito drażliwe**, żylaki odbytu, kończyn, **pragnienie**, **chęć na słońce**, pocenie, **nieco wyższa/niska temperatura ciała**, problemy z **wagą**

Nadczynność? Niedoczynność? DLACZEGO nie pasuję do obrazu?

Hashimoto - Choroba wielopłaszczyznowa

ZABURZONE PROCESY IMMUNOLOGICZNE

Rzuty aktywności choroby – z okresami tyreotoksykozy

CHORE JELITA – pierwotnie, wtórnie

Objawy dysfunkcji innych obszarów hormonalnych –

NADNERCZA, hormony **płciowe**, **INSULINA**,
leptyna

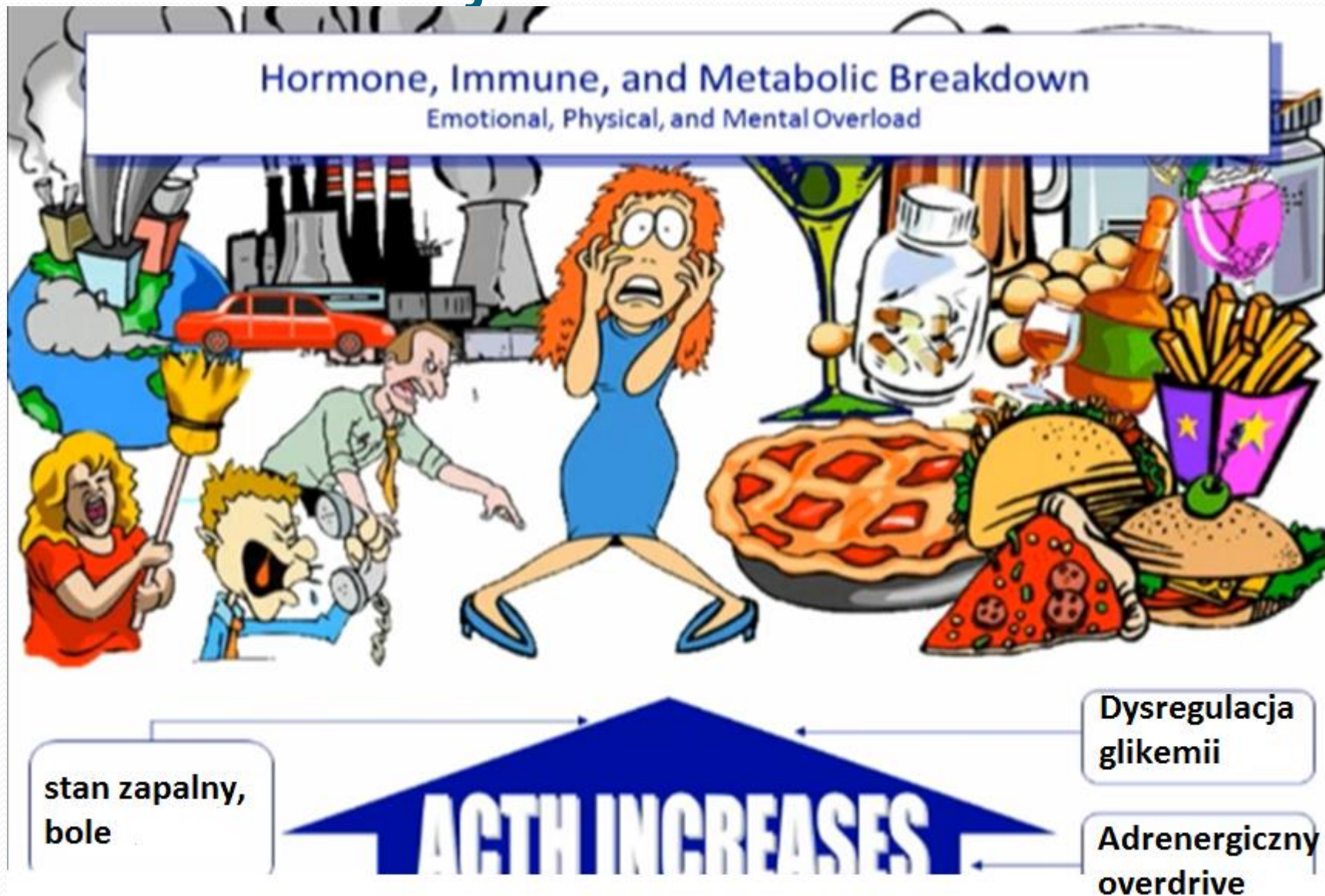
Często **ukryte infekcje** – przyczyna/ konsekwencja?

Zaburzenia metaboliczne – metylacja, funkcja
receptorów

STRES Kiedys....



STRES Dzisiaj....



Chore Jelita

- JELITO – nie tylko trawienie! – bariera , okno układu immunologicznego - biologiczne uniwersum; źródło neurotransmiterów (serotonina)
 - zaburzona **flora bakteryjna** (wysokie pH żołądka) , obniżona **perystaltyka**,
 - **przepuszczalne jelito**, nietolerancje pokarmowe,
 - ciche **endotoksemie** –LPS bakterii G- we krwi,
 - obciążenie funkcji detoksykacyjnych **wątroby**,
 - pobudzenie **układu immunologicznego**, stres dla nadnerczy
 - bardzo często problem z **glutenem** – także peptydy egzoendorfiny, reakcje na różne pokarmy,
 - zaburzone wydzielane

ich stan **pogarszają** – stosowane leki hamujące wydzielanie żołądka (IPP) , leki przeciw -zapalne, przeciw bólowe,

INFEKCJE

- często **bezobjawowe** lub objawy **atypowe**, często – H. Pyroli, Y enterocolitica, **Borelia burgdorferi**+koinfekcje , **chlamydia**, **mycoplasma**,
-wirusy : Coxackie, hepC, HTLV₁, enetrovirus, rubella, odra, parvovirus, EBV- tu przeciwciała p-w T₃ - **podwyższone T₃**, **niskie fT₃**
- grzyby **candida**, **pasożyty** – objawowo lub nie
- **często badania negatywne**
- badania nad antybiotykami u myszy z cukrzycą typu I – prewencja rozwoju choroby
- metizol, tiomocznik – mają działanie p-w infekcyjne
- Brownstein – ukryte infekcje bakteryjne – Doxycyklina , w innych przypadkach – leczenie p-w wirusowe, p-w grzybicze – w ciemno – lub badania (nagalase, arabinoza, badania stolca, ew. p-ciała) - leki, zioła, probiotyki.

Stres – pole Elektro-Magnetyczne

- Ogromne tempo wzrostu oddziaływań elektromagnetycznych w ostatnim 30- leciu
- Wzrost natężenia pola EM w niektórych miejscach w USA – ponad 30 milionów razy!
- Wg obserwacji Klinghardta candida nasilają produkcję toksyn wielokrotnie w obecności pola EM
- Komunikacja bezprzewodowa telefony, komputery, „smart homes” , przewody elektryczne prądu zmiennego

Leczenie HASHIMOTO

- tradycyjnie - wyniki-TSH
- Podejście szersze:
 1. szukanie i leczenie **zaburzeń pozataarczycowych** (jelita, niedobory -witaminy, minerały, infekcje, metale, narażenia – grzyb w środowisku, HPU)
 2. jeżeli przeciwciała – **próba “uspokojenia” zaburzonej immunologii** (selen, jod? Antyoksydanty, witD₃, dieta , badania alergii także pokarmowych IgE, IgG, dieta nisko alergiczna z niskim ładunkiem glikemicznym, LDN)
 3. poprawa funkcji **nadnerczy** (wit B- szczególnie B₅, B₆; Mg, ew. adaptogeny,)
 4. **wsparcie odżywcze tarczycy**
 5. niskie hormony lub bardzo wyraźne objawy – leczenie **hormonalne** tarczycy
- **najpierw ustabilizować nadnercza,**
- **Suplementacja hormonalna** – czasowa? trwała?

Substancje odżywcze tarczycy

- **- witaminy**
A (uwaga na beta-karoten-problemy z metabolizowaniem do witaminy A)
C, E, Bc – B₂, B₃, B₁₂
- **minerały Jod, Cynk, Selen , Żelazo;**
Se – selen chroni przed uszkodzeniem tarczycy przy podawaniu jodu poprawa funkcji peroksydazy GHS, poprawa konwersji T₄ w T₃, zmniejszenie antyTPO; jego wchłanianie zaburza gluten
- **Fe – ferrytyna, żelazo – do transportu T₃ do jądra komórki,** utrata włosów, ścieńczenie
- prawidłowe pH żołądka, dieta- uwaga na herbatę, fityniany , **wit C**, poziom ferrytyny – min 70ng/ml opt 90-110
- **Cynk – funkcja wielu enzymów, tez trawiennych; układ immunologiczny – infekcje, rany**

Występowanie choroby Hashimoto

- Badanie his-pat - >10% tarczyc badanych z powodu guzków – cechy Hashimoto
- P-ciała obecne u :
 - 50% histopatologicznie potwierdzonych pacjentów z Hashimoto w eutyreozy
 - 80% w hypotyreozy
- Wg **badania his-pat** – występowanie szacować należy na ok 13%

Czynniki ryzyka

- **Genetyka**

Antygeny

HLA DR₃ – forma zanikowa,

HLA DR₅ – forma z wolem; ale tylko połowa bliźniaków jednojajowych choruje

- czynniki **spustowe i towarzyszące**

- **infekcje** wirusowe, bakteryjne, pasożytnicze, grzybicze - często subklinicznie

- **toksyny środowiskowe**, metale ciężkie, pestycydy, toksyny grzybów, chlor, fluor, brom, jod?

- zaburzenia **hormonalne**,

- **STRES** – zaburzona równowaga nadnerczy, estrogenu i progesteronu, hiperinsulinemia, autoimmunologia, uszkodzenie tarczycy,

- zaburzenia metylacji, zespół KPU, niedobory witaminowe, mineralne, tłuszczowe, aminokwasowe,

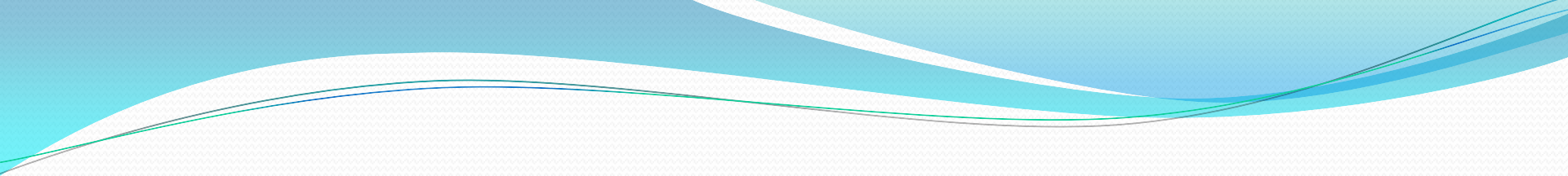
- Problemy trawienne

- rola przeziębliwego **jelita (leki-antybiotyki, infekcje, zaburzona bioflora)** - endotoksyny bakteryjne, grzybicze, nietolerancje pokarmowe, zaburzenia immunologiczne,

- niepełne trawienie białek np: -**gluten, mleko** -kaseo/gliadomorfiny (białka o działaniu narkotycznym) - nasilają patologie jelit- porażenie perystaltyki ,

- „toksyny roślinne” – szczawiany, lektyny.

- choroby **współistniejące** - inne o podłożu autoimmunologicznym, częste vitiligo



Dziekuje za uwage i cierpliwosc