

Kilpnäärme- haigustega patsient apteegis

Kilpnäärmehaigusi on mitmeid ja nende sümptomite tundmine on tähtis, et patsiendid saaks õigeaegselt diagnoosi ja ravi. Suur osa kilpnäärmehaigustest on eluaegsed ja nii nagu paljude teiste krooniliste haiguste puhul on apteekritel tähtis roll patsientide toetamisel, et jätkuks ravi järjepidevus ja rutiinsetes kontrollides käimine.

44

KILPNÄÄRMEHAIGUSED



Piret Rospu

perearst

Tabasalu Perearstikeskus

Kilpnääre on väike liblikakujuline endokriinorgan kaela alaosas, mille ülesanne on kilpnäärmehormoonide tootmine joodist ja aminohapetest. Kaks kõige olulisemat kilpnäärmehormooni on türoksiin (T4) ja trijodotüroniin (T3). Kilpnäärmehormoonid on nagu dirigent, kes hoiab kogu organismi ainevahetust normaalses tempos. Nende mõjualasse jäävad südametegevus (südame löögimaht ja löögisagedus), hingamissagedus, baasainevahetuse kiirus, valkude ja süsivesikute lammutamine ja energiaks muutmine, veresuhkru ja -lipiidide ainevahetus, aga ka seedimine, nahatemperatuur, higistamine ja psüühika. Loote- ja lapseas on kilpnäärmehormoonid olulised aju arenguks.

Kõik sagedasemad kilpnäärmehaigused toovad kaasa kas kilpnäärme üle- või alatalitluse, kusjuures kilpnäärme ületalitlusega kulgevate haiguste lõppjaamaks on sageli ikkagi alatalitus. Lisaks kilpnäärme enda haigustele (põletikud,

kasvajad, toksilised kahjustused) mõjutavad kilpnäärmehormoonide tootmist ka mõned hüpotalamuse ja hüpofüüsi haigused. Kilpnäärmehaigused on sagedased ja neid esineb naistel rohkem kui meestel.

Hüpertüreooosi ehk kilpnäärme ületalitluse korral on ainevahetus kiirenenud, esinevad südamepekslemine ja vastuvõtlikkus südame rütmihäirete tekkeks, vererõhu tõus, nahk on soe ja niiske, käed värisevad, enesetunne on ärev, uni ei tule, kehakaal langeb, kõht võib olla lahti ja käia kiiresti läbi. Kõige sagedasem hüpertüreooosi põhjustav haigus on Gravesi ehk Basedow' tõbi – autoimmuunne kilpnäärme põletik, mille korral võib tekkida iseloomulik punnilmsus ehk eksoftalm ning kilpnääre võib suurendada ehk tekib struuma. Samuti võivad üleliigset kilpnäärmehormooni nõrustumist põhjustada kilpnäärme sõlmed ja -kasvajad.

Kilpnäärme ületalitluse raviks võib kasutada tiamasooli, metimasooli või propüültiouratsiili. Ravimite kõrvaltoimetena võivad

tekkida allergilised reaktsioonid, valgete vereliblede vähesus ja maksakahjustus. Südamepekslemise ja värisemise korrigeerimisel on abi beetablokaatoritest. Alternatiivina võib kasutada radiojoodravi, kus radioaktiivsete joodi isotoopidega põhjustatakse kilpnäärmekoes ulatuslik põletik, millele järgneb kilpnäärme kärbumine ja sellega koos hormoonide tootmise langus. Valikutes on ka kilpnäärme operatiivne eemaldamine.

Hüpotüreooosi ehk kilpnäärme alatalitluse korral toodab kilpnääre hormoone liiga väikeses koguses ja tagajärjeks on ainevahetuse aeglus-

Kõik sagedasemad kilpnäärmehaigused toovad kaasa kas kilpnäärme üle- või alatalitluse, kusjuures kilpnäärme ületalitlusega kulgevate haiguste lõppjaamaks on sageli ikkagi alatalitus.

tumine. Patsiendid kaebavad kõige sagedamini kaalutõusu, vähem häirivad külmatunne, väsimus, meeleolu alanemine, kõhukinnisus, nahakuivus ja menstruaaltsükli häired. Hüpotüreooos võib

olla põhjuseks, miks rasestumine on raskendatud. Kaua ravimata olnud hüpotüreooos võib põhjustada dementsust ja koomat. Hüpotüreooosi kõige tavalisem põhjus on krooniline autoimmuunne põletik



ehk Hashimoto türeoidiit. Hüpotüreoos kujuneb ka, kui kilpnääre on operatiivselt eemaldatud või radiojoodraviga ära hävitatud või kui pärast aastakümneid kestnud põletikku on kilpnääre surnud.

Hüpotüreoosi korral tehakse haiguse põhjusest sõltumata hormoonasendusravi naatriumlevotüroksiiniga, mis on füsioloogiliselt eristamatu keha toodetud türoksiinist (T4). Raviannuse reguleerimisel juhendatakse vereanalüüsides. Levotüroksiini poolväärtusaeg on umbes seitse päeva ja eakatel veel pikem. Stabiilne kontsentratsioon veres saavutatakse umbes ühe kuuga, sümptomid peaks leevema 6–8 kuuga. Levotüroksiini võetakse 30 minutit enne sööki, et vältida toidu kiudainete tõttu aeglustunud imendumist. Ravimi imendumist aeglustavad kolesteramiin, sukralfaad, alumiiniumhüdrokksiid ja raudsulfaat, seetõttu peaks nende ravimite ajaline vahe levotüroksiiniga olema mitu tundi. Karbamasepiini, fenütoiini ja rifampiini tarvitamisel võib levotüroksiini kliirens kiirenedada ja vajalikuks võib osutada ravimi annuse suurendamine. Ravimi üleannustamisel tekivad hüpertüreoosile iseloomulikud sümptomid.

Nii hüpo- kui hüpertüreoosi võivad põhjustada mõned ravimid: amiodaroon, liitium, interferoon-alfa ja onkoloogilised sihtmärkravimid nagu nivolumab, pembrolizumab või alemtuzumab. Kilpnäärmehaiguste vallandumist võib provotseerida üleliigne jood, olgu see siis radioloogias kasutatavate kontrastainete või omast tarkest võetud toidulisandite näol. Olemasoleva hormonaalselt inaktiivse kilpnäärmesõlmega patsientidel võib üleliigne jood põhjustada sõlme muutumist hormonaalselt aktiivseks. Samuti võib kilpnäärmehaigusi põhjustada ioniseeriv kiirgus. Mõnes geograafilises piirkonnas põhjustab joodipuudus hüpotüreoosi, kuid Eesti nende piirkondade hulka ei kuulu.

Lastele kujutab hüpotüreoos eri-

list ohtu. Kilpnäärmehormoonide vähesus võib põhjustada vaimse arengu mahajäämist (vananenud nimetusega kretinism) ja kasvupeetust. Eestis testitakse vastsündinuid hüpotüreoosi suhtes sünnitusmajas vereplekist võetud sõeluuringul, et võimalikult varakult haiged lapsed üles leida, kuna ravi on kerge

tootma hormooni nii enda kui ema eest ja ravib seega ema. Pärast sündi toob see aga lapsele endale kaasa tõsise kilpnäärmehaiguse koos seonduvate arenguprobleemidega. Seega on kilpnäärmehaiguste raseduse ajal ravimine vajalik, et tagada normaalne raseduse kulgu ja loote areng. Pärast sünnitust peaks

Kilpnäärmehaiguste sümptomite ja nende haiguste raviks kasutatavate vahendite tundmine aitab apteekritel patsiente paremini nõustada.

ja mõjutab laste kasvu ja arengut märkimisväärselt. Ilma sõeltestita on tõenäoline, et diagnoos hilineb kaua, kuna hüpotüreoosis imikud on vaiksed ja rahulikud, söövad vähe ja magavad pikalt – kogematute vanemate jaoks ideaalsed beebid.

Raseduse ajal on kilpnäärmehaiguste ravi äärmiselt oluline. Kontrollimatu hüpertüreoos suurendab rasedustüsistuste riski nagu südamepuudulikkus, rasedushüpertensioon, madal sünnikaal, enneaegne sünnitus ja surnultsünd. Tüsistusi on vähem, kui hüpertüreoos on raseduse ajal hästi kontrollitud. Kilpnäärme aktiivsust maha suruvad ravimid ei läbi platsentat ja raseduse ajal türeostaatilist ravi saanud emade lastel on kaasasündinud väärendeid vähem kui kontrollimata hüpertüreoosiga emade lastel.

Hüpotüreoos suurendab rasedatel aneemia, preeklampsia, sünnitusjärgse verejooksu, raseduse katkemise riski ning lootel kasvupeetuse ja aju ebanormaalse arengu riski. Esimestel raseduskuudel, kui aju alles tekib, sõltub loode täielikult emalt saadavatest kilpnäärmehormoonidest ja umbes raseduse keskel hakkab loote kilpnääre ise hormoone tootma. Kui ema oma kilpnäärmehormooni asendusravi korralikult ei tarvita, hakkab loode

vereanalüüse kilpnäärmehormoonide suhtes kontrollima 6–8 nädala pärast.

Veganid ehk täistaimsel toitumisel inimesed on ohustatud joodipuudusest. Joodi parimad allikad on mereannid, keedetud munakollane ja juustud, samuti jodeeritud sool. Veganid saavad joodi toidust vähem, eeskätt merevetikatest, keedetud kikerhernestest ja pähklitest, toetamiseks võib kasutada kelpvetika toidulisandeid.

Praegu palju populaarsust kogunud kilpnääret toetavate vitamiinikomplekside ja toitumiskavade toetuseks head teaduslikku tõendust ei ole. Segatoidulistel täiskasvanutel, kes mereande ja muna söövad, ei ole joodipreparaatide võtmine õigustatud ja võib pigem provotseerida kilpnäärmehaiguste vallandumist.

Kilpnäärmehaiguste sümptomite ja nende haiguste raviks kasutatavate vahendite tundmine aitab apteekritel patsiente paremini nõustada. Kilpnäärme ala- või üle-talitluse diagnoosimine on lihtne ja enamasti piisab esialgseks diagnoosiks vaid ühest vereanalüüsist. Nagu kõigi krooniliste haiguste puhul, on ka siin oluline järjepidev ravi ja stabiilse seisundi korral kontrollime hormoonide tasakaalu kord aastas. 🍷