

### گره تیروئید چیست؟

تیروئید يك غده كوچك بال پروانه‌اي شكل است. این غده در تمام افراد سالم وجود دارد و موادی به نام هورمون تولید و به داخل خون ترشح می‌کند. هورمون‌ها به نام تیروکسین (T4) و تری‌یودوتیرونین (T3) از طریق خون به تمام بدن سیر می‌کنند و به بدن می‌گویند با چه سرعتی کار کند و انرژی مصرف نماید. در حقیقت تیروئید مسئول تنظیم سوخت و ساز بدن می‌باشد. عملکرد تیروئید توسط غده دیگری در بدن به نام هیپوفیز تنظیم می‌شود. هیپوفیز در مغز قرار دارد و با ترشح هورمون محرک تیروئید، باعث افزایش ترشح هورمون‌های تیروئید می‌شود. تیروئید ممکن است دچار کم کاری یا پرکاری شود. غده تیروئید از حیاتی‌ترین غدد درون‌ریز بدن است و در سنین مختلف، نقش‌آفرینی‌های متفاوتی را برعهده دارد. به‌طور مثال در دوران جنینی و در زندگی دوران رحم، مسئول تکامل و تبدیل سلول‌های بنیادی به اعضای مختلف بدن است، بنابراین در شکل‌گیری اندام‌های مختلف به ویژه مغز و سیستم عصبی نقش بسیار حیاتی ایفا می‌کند. هم چنین این غده در تعیین درجه حرارت بدن، سلامت سیستم مغز و اعصاب، سلامت روحی و روانی زنان و همچنین سلامت قلب و عروق، نقش‌آفرینی‌های مهمی دارد.

### گره تیروئید چیست؟

گره تیروئید یا ندول تیروئید برجستگی است که اکثراً از خود تیروئید منشاء می‌گیرد و داخل یا روی آن رشد می‌کند و معمولاً ارتباطی با پرکاری یا کمکاری تیروئید ندارد. یعنی در اکثر موارد غده تیروئید مبتلا به گره عملکرد طبیعی دارد. گره‌های تیروئید شایع هستند به طوری که از هر ۱۵ نفر زن يك نفر و از هر ۶۰ نفر مرد يکي مبتلا به گره تیروئید می‌باشد. ولي اغلب مبتلایان نمی‌دانند که مشکلی در تیروئیدشان وجود دارد، در نتیجه خیلی از موارد گره تیروئید به صورت اتفاقی توسط پزشک حین معاینه به علت سایر بیماری‌ها کشف می‌شود. گره ممکن است منفرد بوده یا قسمتی از يك گواتر چند گره‌ای باشد. گره معمولاً یک مجموعه متشکل از سلول‌های تیروئید است، ولي ممکن است حفره‌ای پر از مایع باشد که به آن کیست می‌گویند.

### علامت بالینی

گره‌های تیروئید معمولاً كوچك و بدون درد بوده و هیچ اثر فشاری در گردن ایجاد نمی‌کنند. خیلی از بیماران متوجه برجستگی ناشی از گره نیستند و این برجستگی توسط پزشک حین معاینات پزشکی دوره‌ای یا معاینه برای سایر علل کشف می‌شود.

### گره تیروئید چه اهمیتی دارد؟

علت گره تیروئید معمولاً يکي از موارد زیر است:

- یک کیست حاوی مایع
- یک تومور خوش‌خیم
- در درصد کمی (حدوداً ۵ درصد) از موارد گره به علت بدخیمی است. اهمیت تشخیص و شناسایی ماهیت گره نیز کشف موارد بدخیمی است، چون در صورت درمان در مراحل اولیه نتایج درمانی درخشان خواهد بود.

### وقتی يك گره كشف شد بایستی توسط چه پزشکی ارزیابی شود؟

اکثر متخصصین داخلی از مراقبت بیماران دچار گره تیروئید آگاهی دارند ولی بهترین افراد برای این کار متخصصین غدد هستند. متخصص غدد درون ریز پزشکی است که در مراقبت از این بیماران و همچنین بیماران دچار دیابت، سایر مشکلات غده تیروئید (کمکاری و پرکاری)، استنوپروز (پوکی استخوان)، اختلالات مربوط به رشد (کوتاهی قد) و بلوغ، موهای زائد، اختلالات قاعدگی و مشکلات غدد فوق کلیوی تبحر دارد.

### گره تیروئید چگونه بررسی می‌شود؟

در ابتدا پزشک اقدام به گرفتن شرح حال و انجام معاینه (مشخص کردن محل، اندازه و قوام گره) می‌کند. نکاتی که در تاریخچه مهم هستند عبارتند از: سرعت رشد گره، سابقه تشعشع به سر و گردن و سابقه خانوادگی. مهم‌ترین عامل خطرزا سابقه تشعشع به سر و گردن در دوران کودکی و جوانی است. پس از انجام معاینه، برای مشخص کردن ماهیت گره پزشک اقدام به یک یا چند مورد از آزمایش‌های زیر می‌نماید:

#### ۱- سونوگرافی

امروزه از سونوگرافی برای تشخیص و پیگیری گره های تیروئید بیش از پیش استفاده می شود. سونوگرافی به ما می گوید آیا گره تیروئید منفرد است یا متعدد، هم چنین ویژگی های گره (جامد یا انباشته از مایع بودن آن) را مشخص می کند و هم چنین اندازه دقیق آن را برای مقایسه های بعدی مشخص می سازد ولی متاسفانه قادر به تعیین خوش خیمی یا بدخیمی آن نمی باشد. بنابراین این روش تشخیصی جایگزین نمونه برداری سوزنی نمی باشد ولی می تواند نیاز به انجام آن را تعیین نماید.

#### ۲- نمونه برداری با سوزن باریک از گره

این کار به صورت سرپایی و بدون نیاز به بیهوشی انجام می شود. در این روش پزشک سعی می کند با فرو بردن یک سوزن نازک در گره تعدادی از سلوهای داخل آن را بردارد تا جهت بررسی بیشتر توسط آسیب شناس نمونه ارسال شود. بنابراین نمونه گرفته شده معمولا توسط بیمار به آزمایشگاه پاتولوژی ارسال می شود. در بیش از ۹۰ درصد موارد این آزمایش (FNA) به پزشک می گوید گره خوش خیم است یا بدخیم.

#### نتیجه تست FNA به چه صورت هایی ارائه می شود؟

- مقدار کافی از بافت ندول برداشته نشده و یا قابل بررسی نیست: در این صورت نمونه برداری دوباره تکرار می شود.
- ندول خوش خیم است: این جواب خوشحال کننده بوده و نشان می دهد که به احتمال زیاد ندول سرطانی نمی شود. در این صورت بیمار مرتباً توسط پزشک مانیتور می شود تا اگر ندول شروع به رشد و سرطانی شدن کرد سریعاً اقدام شود.
- ندول بدخیم است: متاسفانه شانس سرطانی بودن غده تیروئید در این افراد بسیار بالا بوده و تمام غده طی جراحی برداشته می شود تا از پخش شدن سرطان به سایر اندام ها جلوگیری شود.
- ندول نامشخص است: این دسته شامل موارد متنوعی می شود مثل ضایعه فولیکولار، نئوپلاسم فولیکولار، ضایعه سلولی هارتل، نئوپلاسم سلولی هارتل و سلول های آتیبیک یا غیر معمول یا ضایعات غیر معمول.

#### ۳- آزمایش خون

ممکن است انجام آزمایش خون جهت بررسی عملکرد تیروئید در مراحل اولیه ارزیابی یا حین درمان لازم باشد. هر آزمایش اطلاعات خاصی به ما می‌دهد و ممکن است بیش از یک آزمایش مورد نیاز باشد که با صلاحدید پزشک انجام می‌شود. این آزمایشات به ما می‌گویند که تیروئید کم کار، پرکار یا سالم است.

#### ۴- اسکن تیروئید

برای انجام اسکن تیروئید از مقادیر اندک مواد رادیواکتیو (معمولاً ید) استفاده می‌شود. تیروئید معمولاً این مواد را از خون جذب می‌کند. از یک دوربین مخصوص برای ایجاد تصویر تیروئید استفاده می‌شود. اسکن تیروئید بدون خطر است و مقادیر خیلی کم از تشعشع به کار رفته در نسج تیروئید و سایر نسوج مشکلی ایجاد نمی‌کند. با این وجود در خانم‌های باردار و کسانی که به بچه خود شیر می‌دهند نیابستی انجام شود. در بسیاری از موارد که نمونه‌برداری با سوزن انجام می‌شود، نیازی به انجام اسکن نمی‌باشد.

#### گره‌ها چگونه درمان می‌شوند؟

گره‌هایی که به عنوان خوش‌خیم تشخیص داده شده‌اند در فواصل زمانی مشخص (معمولاً هر ۶ تا ۱۲ ماه) معاینه و توسط سونوگرافی ارزیابی می‌شوند. در هر مراجعه سونوگرافی قبلی خود را به همراه داشته باشید تا سونوگرافیت برای مقایسه از آن استفاده نماید. به تعدادی از بیماران ممکن است مصرف قرص‌های تیروئید توصیه شود هرچند امروزه این کار کمتر انجام می‌شود. بایستی دانست که معاینات دوره‌ای گره توسط پزشک و ارزیابی آن توسط سونوگرافی مهمتر از تجویز دارو می‌باشد.

اکثر گره‌های خوش‌خیم طی درمان با لووتیروکسین کوچک نمی‌شوند و با این روش فقط تعداد اندکی از چنین گره‌هایی محو می‌شوند. از طرف دیگر درمان با لووتیروکسین ممکن است شانس این که گره آن قدر بزرگ شود که احتیاج به عمل جراحی پیدا کند را کاهش دهد، تشخیص این که نیاز به تجویز دارو هست یا نه به عهده پزشک می‌باشد. در صورتی که طی درمان با لووتیروکسین اندازه گره بزرگتر شود نیاز به نمونه‌برداری مجدد خواهد بود. در موارد زیر از جراحی استفاده می‌شود:

- رشد گره ادامه یابد و احتمال بدخیمی داده شود.
- گره آن قدر بزرگ شود که علایم فشاری در ناحیه گردن ایجاد نماید.
- ظاهر گره برای بیمار ناراحت کننده باشد و جهت زیبایی اقدام به عمل صورت گیرد.
- در مواردی که نمونه‌برداری از گره، بدخیمی را مطرح نماید.

#### در صورت بدخیمی گره تیروئید شانس درمان چقدر است؟

خوشبختانه اکثر بدخیمی‌های تیروئید رشد آهسته‌ای دارند و در صورت درمان در مراحل اولیه به نتایج درمانی فوق‌العاده درخشان و چشمگیر است، بطوری که اکثر این افراد طول عمر طبیعی دارند. پس از تشخیص بدخیمی انجام عمل جراحی ضروری است. این کار بایستی توسط یک پزشک جراح باتجربه انجام شود. طی عمل معمولاً اکثر نسج تیروئید برداشته می‌شود. پس از انجام عمل جراحی اکثر بیماران هیچ مشکلی هنگام صحبت یا بلع پس از جراحی ندارند و درد اندکی را ذکر می‌کنند.

### درمان های جدید ندول یا گره های تیروئید چگونه است؟

درمان با (Radiofrequency ablation) RFA : در این روش نوین درمانی پزشک با امواج فراصوت و الکتروود هایی سعی در از بین بردن ندول ها دارد. پزشک توسط لمس با دست و یا عکس برداری از غده تیروئید الکتروودی را که از خود امواج رادیو ای منتشر می کند به سمت ندول هدایت کرده و بافت ندول را می سوزاند.

### رژیم غذایی گره تیروئید چیست؟

برای گره های تیروئید، هیچ رژیم غذایی خاصی توصیه نمی شود. برای افرادی که تحت عمل جراحی تیروئید قرار می گیرند و غده تیروئید آن ها به طور کامل خارج می شود، رژیم غذایی خاصی وجود ندارد و آن ها می توانند از همه غذاها آزادانه استفاده کنند.