

ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА И МАССА ТЕЛА

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ЗАДАВАЕМЫЕ ВОПРОСЫ КАСАТЕЛЬНО ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ И МАССА ТЕЛА

ЩИТОВИДНАЯ ЖЕЛЕЗА, СБМ И МАССА ТЕЛА

КАКОВА ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗОЙ И МАССОЙ ТЕЛА?

Уже давно известно, что существует сложная взаимосвязь между заболеванием щитовидной железы, массой тела и обменом веществ. Гормон щитовидной железы участвует в регуляции обмена веществ (метаболизма) как у животных, так и у людей. Метаболизм определяется путем измерения количества кислорода, используемого телом за определенный период времени. Если такое измерение проводится в состоянии покоя, то получаемый показатель называется скоростью базального метаболизма (СБМ). Кроме того, измерение СБМ было одним из первых тестов, используемых для оценки состояния щитовидной железы пациента. У пациентов, у которых щитовидная железа не работала, обнаруживались низкие значения СБМ, а у пациентов с повышенной активностью щитовидной железы значения СБМ были высокими. Более поздние исследования связали эти наблюдения с показателями уровней гормонов щитовидной железы. Было обнаружено, что низкие уровни гормонов щитовидной железы сопровождались низким показателем СБМ, а высокие уровни гормонов щитовидной железы – высокими показателями СБМ. В настоящее время большинство врачей не используют метод измерения СБМ из-за сложности выполнения теста, а также в связи с тем, что показатели базального метаболизма могут изменяться в зависимости от других, не связанных с щитовидной железой, процессов.

КАКОВА ВЗАИМОСВЯЗЬ МЕЖДУ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗОЙ И МАССОЙ ТЕЛА

Различия в СБМ связаны с изменениями энергетического баланса. Энергетический баланс отражает разницу между количеством калорий, поступающих с пищей и количеством калорий, используемых организмом. Если СБМ повышается в связи с приемом лекарственных препаратов, таких как амфетамины, у животных возникает отрицательный энергетический баланс, который ведет к потере массы тела. Исходя из результатов подобных исследований, часто делается вывод, что изменения уровней гормонов щитовидной железы, которые влияют на СБМ, также способны изменять энергетический баланс и аналогичным образом влиять на массу тела. Однако, СБМ не является единственным показателем взаимосвязи массы тела и работы щитовидной железы. К примеру, когда метаболические показатели у животных снижают различными методами (например, понижая температуру тела), животные

не начинают набирать лишний вес, как того ожидалось. Таким образом, взаимосвязь показателей метаболизма, энергетического баланса и изменений массы тела гораздо сложнее. Существует огромное множество других гормонов (помимо гормона щитовидной железы), протеинов, и прочих химических элементов, которые принимают важное участие в контроле расхода энергии, приема пищи, и массы тела. Так как эти вещества взаимодействуют и с центрами головного мозга, которые регулируют расход энергии, и тканями всего тела, которые контролируют расход и поступление энергии, мы не можем определить каким образом изменение лишь одного из этих факторов (например, гормона щитовидной железы) скажется на весе тела в целом. Таким образом, в настоящий момент мы не способны прогнозировать, как состояние щитовидной железы влияет на вес тела определённого человека.

ГИПЕРТИРЕОЗ

КАКОВА СВЯЗЬ МЕЖДУ ГИПЕРТИРЕОЗОМ И МАССОЙ ТЕЛА?

Поскольку СБМ у пациентов с гипертиреозом (см. брошюру Гипертиреоз) повышен, многие пациенты с повышенной активностью щитовидной железой действительно теряют некоторый вес. Более того, вероятность потери массы тела зависит от степени тяжести гиперфункции щитовидной железы. Таким образом, если щитовидная железа чрезвычайно активна, то СБМ человека увеличивается, что приводит к увеличению потребности в калориях, необходимых для поддержания существующей массы тела. Если человек не увеличит количество потребляемых калорий, чтобы компенсировать избыток расходуемых калорий, то происходит потеря веса. Как указывалось, факторы, контролирующие наш аппетит, метаболизм и активность, очень сложные, и гормон щитовидной железы является лишь одним из факторов этой сложной системы. Тем не менее, в среднем, чем сильнее гипертиреоз, тем большая наблюдается потеря веса. Потеря веса также наблюдается при других заболеваниях, сопровождающихся повышением уровней гормонов щитовидной железы, таких как токсическая фаза тиреоидита (см. брошюру «Тиреоидит») и при приеме слишком высокой дозы гормона щитовидной железы. Поскольку гипертиреоз также повышает аппетит, некоторые пациенты могут и вовсе не терять вес, в то время как некоторые даже могут его набрать, в зависимости от того, насколько увеличивается потребление калорий.

ПОЧЕМУ Я НАБИРАЮ ВЕС ПРИ ТЕРАПИИ ГИПЕРТИРЕОЗА?

Поскольку гипертиреоз является ненормальным состоянием организма, можно прогнозировать, что любая потеря веса, вызванная подобным состоянием, будет компенсирована при нормализации этого состояния. И это подтверждается на

практике. Обычно, любой вес, потерянный во время состояния гипертиреоза, возвращается при его лечении. Из этого также следует, что использование гормонов щитовидной железы для лечения ожирения не целесообразно. После прекращения лечения гормонами щитовидной железы, любой вес, потерянный во время лечения, вернется.

ГИПОТИРЕОЗ И ГОРМОН ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ

КАКОВА СВЯЗЬ МЕЖДУ ГИПОТИРЕОЗОМ И УВЕЛИЧЕНИЕМ ВЕСА?

Поскольку СБМ у пациента с гипотиреозом (см. брошюру «Гипотиреозу») снижается, недостаточная активность щитовидной железы обычно сопровождается некоторым увеличением массы тела. Как правило, увеличение массы тела более выражено у тех лиц, у которых наблюдается более тяжёлое течение гипотиреоза. Тем не менее, снижение СБМ из-за гипотиреоза, как правило, гораздо менее критично, чем его увеличение, наблюдаемое при гипертиреозе, поэтому изменения веса из-за недостаточной активности щитовидной железы менее выражены. Причина увеличения веса у людей с гипотиреозом также сложна и не всегда связана с избыточным накоплением жира. В большинстве случаев, набор лишнего веса у людей с гипотиреозом происходит из-за чрезмерного накопления соли и жидкости. Существенное увеличение веса редко наблюдается при гипотиреозе. В зависимости от тяжести гипотиреоза, изменение массы тела в связи именно с функцией щитовидной железы не будет превышать примерно 5-10 фунтов. Наконец, если увеличение веса является единственным симптомом гипотиреоза, маловероятно, что в этом виновата только щитовидная железа.

СКОЛЬКО ВЕСА Я СМОГУ СБРОСИТЬ ПОСЛЕ ЛЕЧЕНИЯ ГИПОТИРЕОЗА?

Поскольку основная прибавка в весе при гипотиреозе происходит из-за скопления соли и жидкости, при лечении гипотиреоза можно ожидать небольшую (обычно менее 10% от массы тела) потерю веса. Как и при лечении гипертиреоза, лечение гормоном щитовидной железы при гипотиреозе должно привести к возврату к прежней массы тела. Однако, поскольку гипотиреоз обычно развивается в течение длительного времени, довольно часто после успешного лечения гипотиреоза не наблюдается значительной потери веса. Опять же, если все другие симптомы гипотиреоза, кроме увеличения веса, разрешаются с помощью приема гормона щитовидной железы, маловероятно, что увеличение веса происходит исключительно из-за щитовидной железы. После лечения гипотиреоза и нормализации уровня гормонов щитовидной железы, способность набирать или терять вес у пациентов становится такой же, как и у людей со здоровой щитовидной железой.

МОЖЕТ ЛИ ГОРМОН ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ ПОМОЧЬ МНЕ СБРОСИТЬ ВЕС?

В прошлом гормоны щитовидной железы использовались в качестве инструмента для снижения веса. Многие исследования показали, что лечение избыточным количеством гормонов щитовидной железы может помочь добиться большей потери веса, чем при использовании одной лишь диетотерапии. Однако, когда избыток гормона щитовидной железы прекращается, потерянный вес обычно возвращается. Кроме того, использование гормона щитовидной железы для потери веса может ассоциироваться со значительными негативными последствиями, такими как потеря мышечного белка параллельно с потерей жира в организме. Увеличение лекарственной дозы гормонов щитовидной железы для повышения уровня гормонов щитовидной железы вряд ли значительно изменит вес, однако может привести к другим проблемам с обменом веществ.