

BƯỚU GIÁP ĐƠN THUẦN



LỚP: PTH 350D



GVHD
ThS. BS NGUYỄN PHÚC HỌC



MỤC TIÊU



1. Đại cương: định nghĩa, nguyên nhân
2. Triệu chứng
3. **Điều trị và dự phòng**



Phòng ngừa các rối loạn DO THIẾU I-ỐT

I-ốt là một vi chất cần thiết cho phát triển của cơ thể, như phát triển xương, phát triển của não bộ và hệ thần kinh trong thời kỳ bào thai. Nếu thiếu i-ốt sẽ dẫn đến thiếu hoóc-môn giáp trạng và ảnh hưởng tới nhiều chức năng quan trọng của cơ thể, gây ra nhiều rối loạn khác nhau gọi chung là "các rối loạn do thiếu i-ốt".

I-ốt là vi chất quan trọng để **tuyến giáp** tổng hợp các hoóc-môn điều chỉnh quá trình phát triển của hệ thần kinh trung ương, phát triển hệ sinh dục và các bộ phận như tim mạch, tiêu hóa, da-lông-tóc-móng, duy trì năng lượng cho cơ thể...



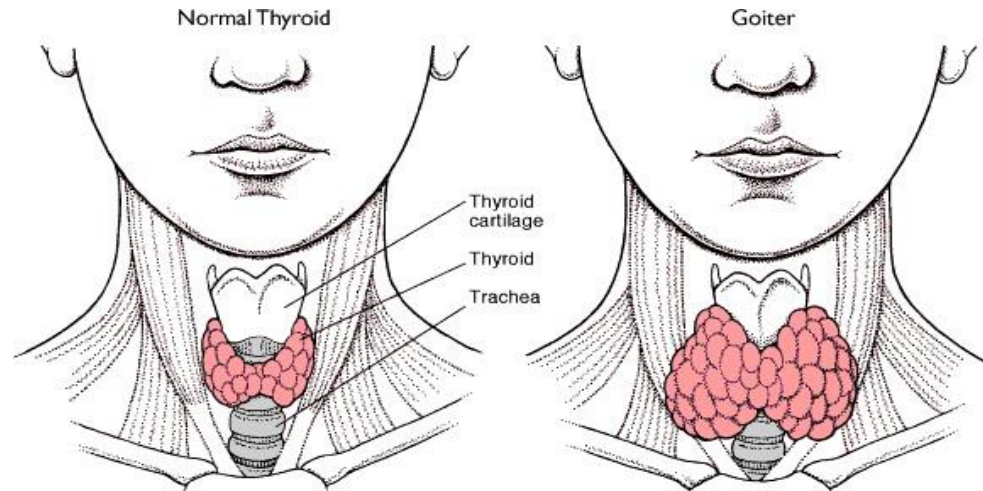
Trẻ em và phụ nữ mang thai là những đối tượng rất dễ bị thiếu i-ốt do nhu cầu tăng cao. Thiếu i-ốt ở thai phụ dễ xảy ra sảy thai, thai chết lưu hoặc sinh non, nếu thiếu i-ốt nặng trong giai đoạn mang thai trẻ sinh ra sẽ bị đần độn, câm, điếc và các dị tật bẩm sinh khác.

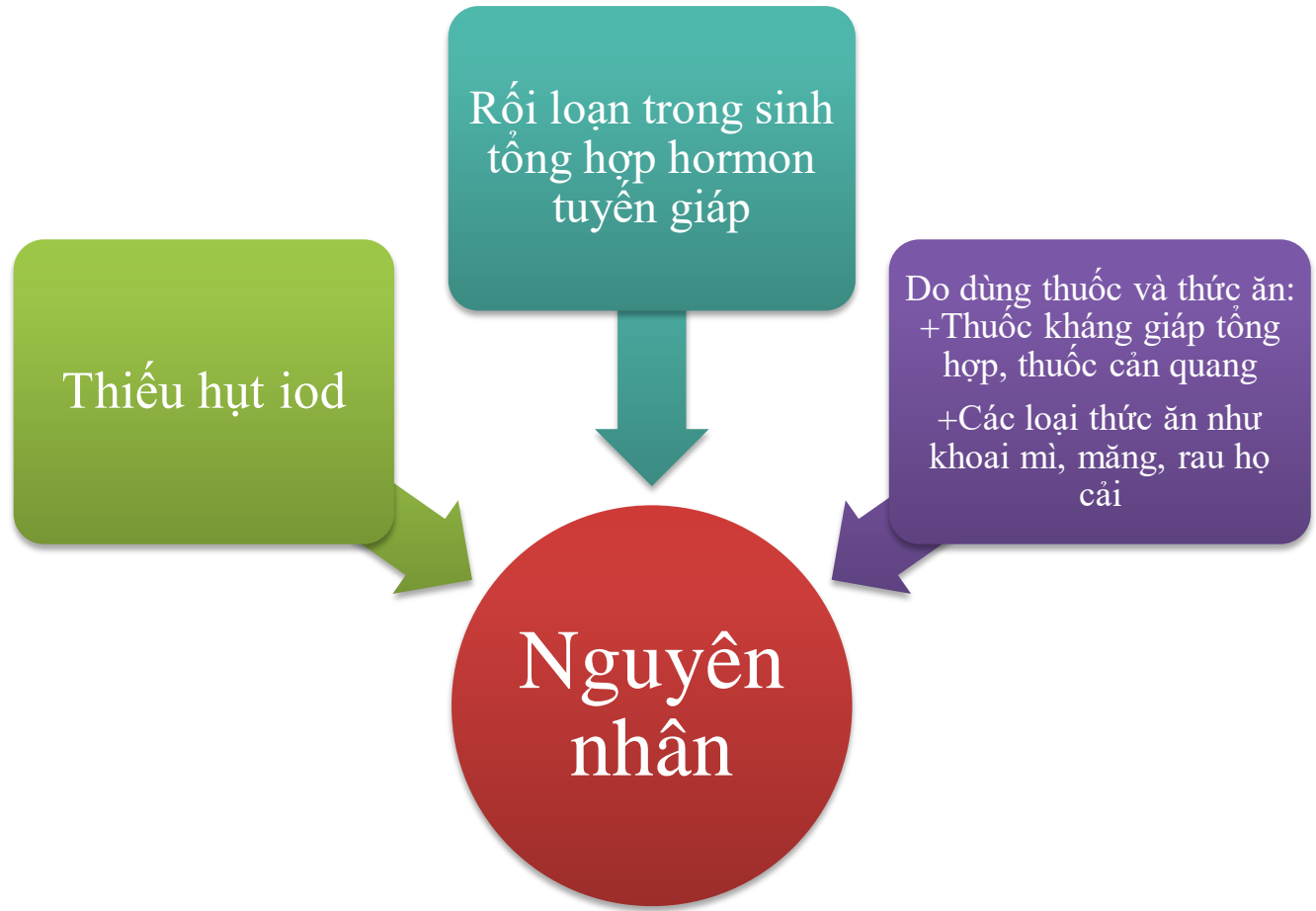


I. ĐẠI CƯƠNG

1. Định nghĩa

- Bướu cổ đơn thuần còn gọi là bướu **do thiếu iod**
- Được định nghĩa là tình trạng tuyến giáp lớn nhưng không kèm suy giáp hay cường giáp, không bị viêm hoặc u.
- Bệnh thường gặp ở **nữ giới**, tỷ lệ có cao hơn trong các giai đoạn dậy thì, thai kỳ, tuổi mãn kinh





II. TRIỆU CHỨNG

1

- Khi nuốt, họng sẽ thấy khó chịu, luôn cảm giác bị vướng cái gì đó thậm chí không nuốt được.
- Khó thở khi nằm.

2

- Hay có cảm giác hồi hộp, thỉnh thoảng có những cơn đau tim thoáng qua, giảm cân, đổ mồ hôi nhiều hoặc có những dấu hiệu bị thừa hormone.
- Thường xuyên căng thẳng. trí nhớ giảm sút, da khô nẻ, cảm thấy lạnh hoặc bị táo bón,...

3

- Bướu cổ nhưng ở trong lồng ngực sau xương ức, đây còn gọi là bướu giáp chìm. Bệnh nhân sẽ gặp khó khăn trong việc nuốt và thở nên gặp tình trạng trên.
- Bướu cổ nhưng ở dưới lưỡi: Bệnh chỉ gặp ở phụ nữ khiến khó nhai và nuốt, ảnh hưởng không nhỏ đến việc nói chuyện của người bệnh.



III. ĐIỀU TRỊ VÀ DỰ PHÒNG

❖ **Nguyên tắc điều trị** : Nhằm bình thường hóa nồng độ hormone tuyến giáp, mà không đòi hỏi tuyến giáp phải tăng hoạt và phì đại, do đó nếu bệnh nguyên:

- + Thiếu iode thì cung cấp iod, không do thiếu iod, cung cấp thêm hormone giáp tổng hợp.
- + Trong bướu giáp đơn do thiếu iod, điều trị bằng iod hay hormone giáp làm tuyến giáp nhỏ lại nhiều hay ít thay đổi tùy thuộc nhiều yếu tố, như thời gian xuất hiện bướu, kích thước bướu, độ xơ hoá của bướu.
- + Trong những nguyên nhân khác gây bướu giáp đơn lan toả không độc **Levothyroxine** có thể được dùng với mục đích nhằm giảm kích thước tuyến giáp





Phác đồ điều trị

Trường hợp khối bướu nhỏ, không có triệu chứng lâm sàng, người bệnh chỉ cần khám định kỳ kết hợp siêu âm tuyến giáp để đánh giá mức độ phát triển của bướu.

Ức chế hormone kích thích tuyến giáp TSH từ tuyến yên bằng thyroxine có thể giúp làm giảm kích thước tuyến giáp trong quá trình điều trị.

Sử dụng levothyroxine có thể được chỉ định đối với bướu giáp đơn rải rác với nồng độ TSH $> 1\text{mU/L}$ để làm giảm TSH huyết tương xuống mức dưới bình thường ($0,5 - 1,0\text{mU/L}$).

Phẫu thuật thường chỉ sử dụng khi các phương pháp điều trị khác không mang lại tác dụng và khối bướu to gây chèn ép dẫn tới khó nuốt, khó thở

Xạ trị i-ốt 131 hay xạ trị tuyến giáp là phương pháp để điều trị ung thư tuyến giáp



Benhbuouco.vn
Hotline: 0917.211.556



Phòng bệnh:

Tham khảo ý kiến bác sỹ về việc sử dụng vitamin D và selen (giúp tăng cường sức khỏe tuyến giáp)

Bổ sung các nguyên tố vi lượng cần thiết: bổ sung i-ốt thông qua các thức ăn thường ngày như muối, bánh mì, sữa

Tránh tiếp xúc với những yếu tố độc hại từ môi trường: một số chất có trong nhựa cứng hoặc nhựa đóng hộp cũng gây nên rối loạn nồng độ hormone tuyến giáp

Không nên ăn một số loại thực phẩm ảnh hưởng đến tuyến giáp: Các rau thuộc họ cải như: cải xoong, cải xoăn, bắp cải, súp lơ,...



5 THỰC PHẨM TỐT NHẤT CẦN BỔ SUNG KHI BỊ BỆNH BƯỞU CỔ



1
Iốt

Để điều trị bướu cổ, cần ăn một chế độ dinh dưỡng có chứa đầy đủ iốt. Đối với người lớn, nên bổ sung 150 microgam iốt mỗi ngày.



2
Rong biển

Trong rong biển có thành phần iốt cao giúp điều trị bệnh bướu cổ. Uống 1 - 2 muỗng bột rong biển vào bất cứ thời điểm nào trong ngày. Hoặc nấu canh rong biển để ăn,



3
Cải xoong

Xay nhuyễn cải xoong đắp lên vị trí bướu cổ trong 15 - 20 phút/ngày. Trộn hai muỗng nước ép cải xoong trong một nửa ly nước. Uống 3 lần mỗi ngày.



4
Tỏi

Nhai 3-4 tép tỏi sống hàng ngày vào buổi sáng. Hoặc bạn cũng có thể thêm tỏi vào món ăn sẽ giúp điều trị bướu cổ hiệu quả.



5
Trà xanh

Trà xanh có chất chống oxy hóa và chứa một lượng florua tự nhiên, giúp hỗ trợ chức năng tuyến giáp. Uống trà xanh hàng ngày giúp ngăn ngừa bệnh bướu cổ.





CẢM ƠN THẦY VÀ CÁC
BẠN ĐÃ THEO DÕI

