

Здоровье

# Заботимся о щитовидной железе

Ольга КРУГЛОВА  
Фото автора

Всем известно, что в нашем регионе в пище и воде не хватает йода. Из-за этого в организме человека может возникнуть йододефицит и пострадать щитовидная железа. О болезнях щитовидной железы, методах лечения и профилактики мы поговорили с врачом-эндокринологом поликлиники клинической больницы ОАО «РЖД» на станции Тверь Екатериной Карповой.

– Пациентов с какими эндокринными болезнями вы встречаете чаще всего?

– Чаще всего люди обращаются с патологией щитовидной железы. Это каждый второй пациент. Щитовидная железа является самой крупной железой в организме человека. От ее работы и гормонального фона зависит общее состояние и здоровье людей.

Основной причиной в клинической эндокринологии остается нехватка йода. Также влияют наследственные факторы, место проживания и питание.

Изменения в щитовидной железе могут быть спровоцированы приемом некоторых лекарств, в частности гормонов.

Частота обращений с патологией щитовидной железы у женщин и мужчин равна. Нельзя выделить и определенный возраст: проблемы могут возникнуть у молодых, людей в возрасте, пожилых и даже детей. Так что в группе риска находится каждый.

– Каковы признаки патологии? Что человек может заметить сам?

– Прежде всего это нарушение психоэмоционального фона. Речь идет о появлении раздражительности, уныния, усталости без видимых причин.

Стремительное похудение или слишком быстрый набор веса – самый характерный признак развития заболеваний щитовидной железы. Например, если у человека прогрессирует ги-



«Даже если ничего не беспокоит, врача-эндокринолога нужно посещать раз в полгода», – говорит Екатерина Карпова

потиреоз, то его вес будет неуклонно увеличиваться, а вот при гипертиреозе – стремительно уменьшаться. Стабилизировать это состояние не удастся даже при соблюдении строгих диет.

Характерно также: – выпадение волос, изменения в структуре ногтей и кожи;

– нарушения в работе органов пищеварительной системы;

– колебания температуры тела;

– расстройство половых функций.

Постепенно развиваются проблемы в работе сердечно-сосудистой системы. Если прогрессирует гипотиреоз, то у больного будут отмечаться одышка даже при небольших физических нагрузках, замедленное сердцебиение, понижение артериального давления. При развитии гипертиреоза, напротив, пациент будет предъявлять жалобы на учащенное сердцебиение, регулярное повышение артериального давления, заметную пульсацию, ощущение сильного давления на грудную клетку.

– На что родители должны обратить внимание, ведь многие дети, а особенно если их возраст близок к подростковому, не делятся своими проблемами?

– Признаки все те же самые. Если мы говорим о ребенке школьного возраста,

то тут прибавляется высокая утомляемость и неуспеваемость в учебе, нежелание заниматься уроками, может появиться гиперактивность. Если родители это заметили, то сразу же должны обратиться к эндокринологу или хотя бы педиатру, а он уже назначит консультацию эндокринолога.

– Чем может грозить запущенная болезнь?

– Если не наблюдаться у эндокринолога и не контролировать щитовидную железу, то могут появиться узелки, которые начнут расти и превращаться в узлы. Рост узлов приводит к появлению «узловой зоба» – увеличение щитовидной железы в объеме. Это становится заметно визуально: у человека словно шар выпирает из шеи. Развивается соответствующий симптомокомплекс. Узлы также могут озлокачиваться.

– Какие советы вы дадите читателям, чтобы они могли поддерживать свое здоровье в нормальном состоянии?

– Не нужно гадать, отчего у вас проблемы с весом, вы стали сильно уставать при обычной нагрузке или, напротив, часто раздвигаетесь. Развейте свои сомнения у врача-эндокри-

нолога, но не тяните с визитом и не занимайтесь самолечением. Так можно только навредить себе. Следите за своим здоровьем!

Даже если вас ничего не беспокоит, врача-эндокринолога нужно посещать один раз в полгода.

Можно принимать продукты, содержащие йод: хурма, ламинария, морская капуста, креветки, морская рыба. Многие покупают и употребляют йодистые препараты без назначения врача. Это категорически делать нельзя. Ведь бывает, что йод уже содержится в организме в достаточном количестве, и если человек будет принимать йодистые препараты, это может привести к избытку йода и навредить здоровью. Помните: поставить диагноз и назначить адекватное лечение может только врач!

Стоит отметить, что на базе железнодорожной больницы проводится весь комплекс обследования щитовидной железы: УЗИ, осмотр квалифицированного врача-эндокринолога, лабораторная диагностика, пункционная биопсия щитовидной железы.

С 1 января в поликлинике действует очень полезная акция для пациентов, не прикрепленных на обслуживание к железнодорожной больнице. Любой желающий может получить две услуги в комплексе: консультация врача-эндокринолога и УЗИ щитовидной железы.

Для тех же, кто хочет получать бесплатно высококвалифицированную медицинскую помощь в клинической больнице ОАО «РЖД», есть возможность прикрепиться к этому лечебному учреждению для обслуживания по программе ОМС. Для этого необходимо обратиться в регистратуру поликлиники и оформить заявление.

Телефоны для записи: (4822) 42 25 44 – стол платных услуг  
(4822) 42 20 17 – регистратура  
Адрес: г. Тверь, ул. А. Степанова, д. 2а

## ОБРАЗОВАНИЕ

# Олимпиада началась с французского

Ольга КРУГЛОВА  
Фото автора

11 января в России стартовали региональные этапы олимпиады школьников. В Твери торжественное открытие олимпиады прошло в актовом зале исторического факультета ТвГУ.

С приветственным словом перед школьниками выступила исполняющая обязанности ректора Тверского государственного университета Людмила Скаковская, она пожелала каждому школьнику со временем почувствовать себя настоящим студентом. И у ребят была такая возможность: школьники, приехавшие на олимпиаду из районов, жили в общежитии ТвГУ, всех конкурсантов кормили в студенческой столовой и они могли посетить любой факультет университета.

Победители школьных олимпиад прошлых лет уже учатся в ТвГУ. Питомцы университета также выступили перед участниками с напутственным словом, пожелали всем успехов и отметили, что региональный этап олимпиады, а тем более заключительный федеральный – отличная стартовая площадка перед испытаниями на ЕГЭ.

Как сообщил Сергей Смирнов, директор института непрерывного образования ТвГУ, директор академической гимназии ТвГУ, региональный этап Всероссийской олимпиады школьников состоит из двадцати четырех предметов, в том числе 21 дисциплина, которую выбрали школьники Тверской области. Поэтому это открытие – открытие целого цикла, состоящего из 21-й олимпиады.

Участвуют в них порядка тысячи школьников, около пятисот сопровождающих, двести членов жюри, а также десятки людей, обеспечивающих проведение олимпиады. По своим масштабам и значимости это получается грандиозное мероприятие.

Итоги олимпиады подводятся сразу же. Ребята уезжают домой, уже зная: победители они, призеры либо просто участники с определенными заслуженными результатами.

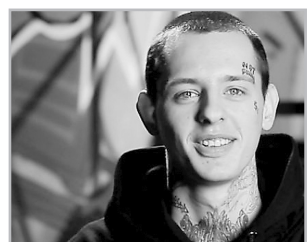
Ну а непосредственно в день торжественного открытия прошла олимпиада по французскому языку. Призерами регионального этапа этой олимпиады стали Мария Любобенко, Анна-Любовь Добуш, Юлия Петрова, Даниил Смильгевич.



Олимпиада – отличная стартовая площадка перед испытаниями на ЕГЭ

## Афиша

### КОНЦЕРТ



**СКРУДЖИ.** 20 января, 20.00, БАР «BABUSHKA»

Скруджи – новый и один из самых перспективных артистов музыкального лейбла Black Star inc. (победитель конкурса «Молодая Кровь 2015»). Это уникальный артист лейбла, непохожий ни на кого. Его творчество – true рэп с true историей, историей его жизни. Выросший на улице среди сломанных судеб, он всегда противостоял культуре мэйнстрима.

### АНТРЕПРИЗА



**«ЛОВУШКА ДЛЯ СИМПАТИЧНОГО МУЖЧИНЫ».** 21 января, 19.00, ДК «ПРОЛЕТАРКА»

Артист ТЮЗа всю жизнь хотел сниматься в кино, быть знаменитым и популярным. И вот судьба дала ему долгожданный шанс! Но кто же мог подумать, что это не самое обычное кино, а «кино для взрослых»! Череды комических ситуаций и неожиданная развязка удивит даже самого искущенного театрала.

### ПАМЯТЬ



**«РУСЬ СВЯТАЯ».** 22 января, 15.00, ДК «МЕТАЛИСТ»

Благотворительный концерт хоровой духовной и военно-патриотической музыки «Русь святая» посвящен памяти жертв, погибших в авиакатастрофе Ту-154 над Черным морем. В концерте примут участие православный солдатский хор инженерных войск ВС РФ «За Веру и Отечество», образцовый хор «Аллилуйя» и другие.

### КЛАССИКА



**СОКРОВИЩНИЦА РОМАНСА.** 23 января, 18.30, ФИЛАРМОНИЯ

В большом концерте «Сокровищница русского классического романса» солисты Московского государственного академического камерного музыкального театра им. Б.А. Покровского исполнят произведения М. Глинки, А. Даргомыжского, А. Бородина, М. Мусоргского, А. Аренинского, П. Чайковского, С. Рахманинова и др.

### ЛЕГЕНДА



**ПАМЯТИ ВЫСОЦКОГО.** 25 января, 20.00, КЛУБ «BIG BEN»

Песни Владимира Высоцкого в тонком и продуманном и проникновенном исполнении известных любителей музыки Анны («Умки») Герасимовой и Андрея Таюшева будут одновременно и данью гению, и подарком всем поклонникам его таланта. Программа приурочена к 79-й годовщине со дня рождения великого певца и поэта.

### ТРАДИЦИИ



**ТАТЬЯНИН ДЕНЬ.** 25 января, 14.00, ТОРЖОК, ВИЭМ

Всероссийский историко-этнографический музей в Торжке проведет интерактивно-развлекательную программу «Татьянин день». Участники смогут узнать об истории возникновения и празднования Татьянинного дня, попробовать свои силы в разных видах рукоделия, в том числе – научиться ткать и вышивать.