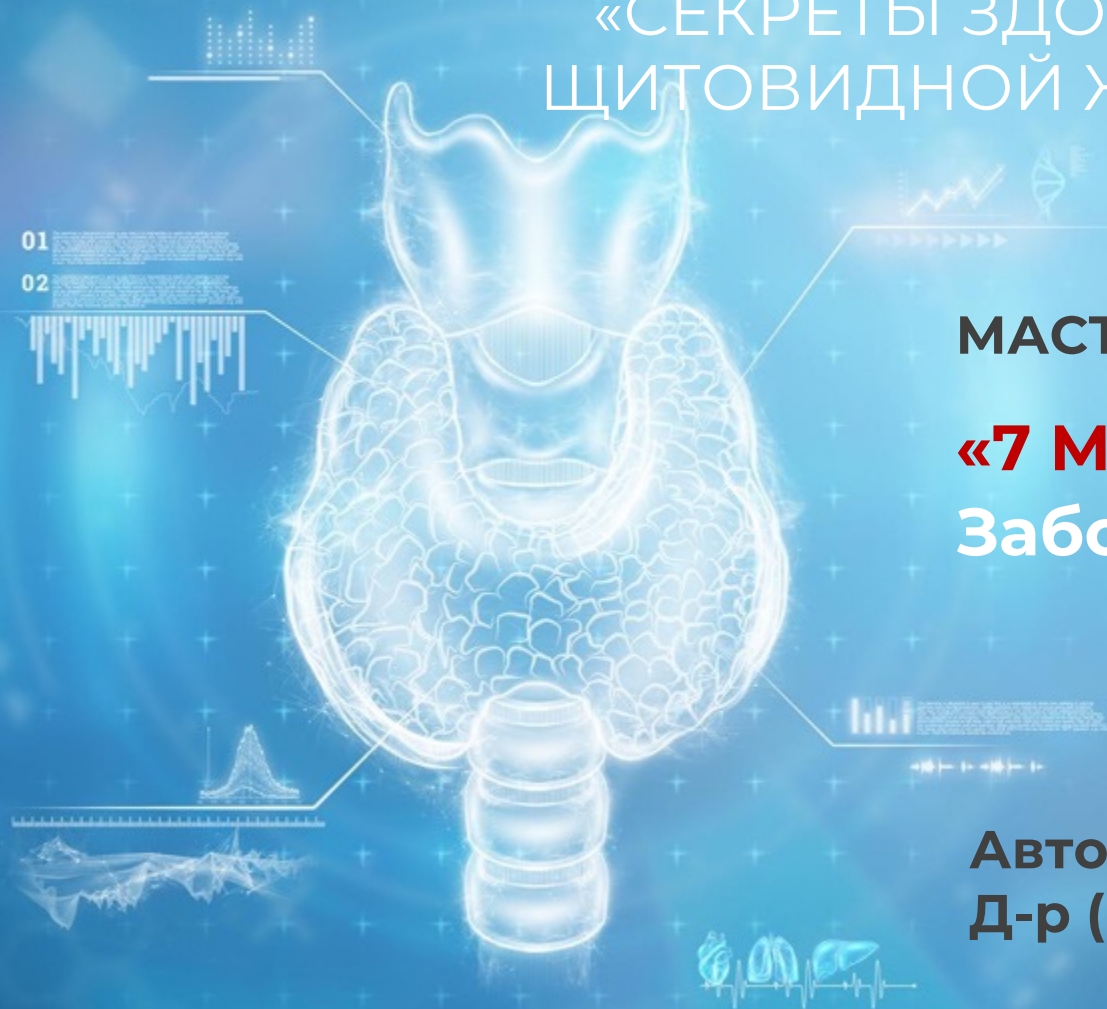


ИНТЕНСИВ «СЕКРЕТЫ ЗДОРОВЬЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ»

МАСТЕР – КЛАСС 2

«7 МАСОК ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ»
Заболевания щитовидной железы

Автор и ведущая, Натуропат
Д-р (Ph.D.) , Юлия Резников



3 уровня нарушений в работе щитовидной железы

- По функции
 - По характеристике процесса
 - По изменению в тканях

По функции



ГИПОТЕРИОЗ

пониженная функция щитовидной железы

ГИПЕРТЕРИОЗ

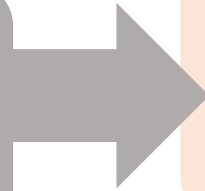
(тиреотоксикоз) – повышенная функция

ЭУТИРЕОЗ

нормальная функци

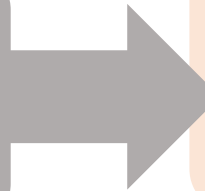
По характеристике процесса

ТИРЕОИДИТ
ВОСПАЛЕНИЕ



В АНАЛИЗАХ КРОВИ СМОТРИМ
НА ВСЕ МАРКЕРЫ ВОСПАЛЕНИЯ:
WBC CRP ESR

АУТОИММУННЫЙ ПРОЦЕСС:
СОПРОВОЖДАЮЩИЙСЯ БОЛЬШИМ
КОЛИЧЕСТВОМ АНТИТЕЛ
К СОБСТВЕННЫМ БЕЛКАМ.



ПРОВЕРЯЕТСЯ В АНАЛИЗАХ КРОВИ
С ПОМОЩЬЮ ПРОВЕРКИ НА АНТИТЕЛА
К **ТПО** И **ТГ**

По изменению в тканях

- **Диффузные изменения:**
щитовидная железа изменяет свой размер или структуру равномерно
- **Узел:** активно, с повышенной нагрузкой работающая часть щитовидной железы
- **Многоузловой зоб:** это состояние, при котором в щитовидной железе образуются множество узлов или кист
- **Аденома:** доброкачественное образование, которое возникает в щитовидной железе
- **Онкология** (менее 5% новообразований)

По каким жалобам вы можете заподозрить гипотериоз

- Утомляемость
- Тусклая и сухая кожа
- Снижение частоты сердечных сокращений
- Нарушение менструального цикла
- Трудности концентрации внимания
- Холодные руки и ноги
- Грубая кожа на пятках, локтях
- Низкая температура тела
- Боли в суставах
- Выпадение волос
- Отечность
- Набор веса

Маски гипотериоза

- Гастроэнтерологическая
- Кардиологическая
- Психиатрическая
- Ревматологическая
- Дерматологическая
- Гинекологическая
- Респираторная



Ось Щитовидная железа

ЖКТ

- Гипоацидность и фоновые дефициты
- Состояние дружественной нам кишечной флоры



Как понять что кислотность понижена и что с этим делать?

“Гипоацидность” может проявляться разными симптомами

- Диспепсия: тошнота, изжога, вздутие, чувство переполнения после еды, или дискомфорт в животе
- Повышенное слюноотделение
- Неприятный вкус во рту
- Неясная боль в верхней части живота

Что делать при пониженной кислотности

- Исключить дефицит цинка.
- Пить разбавленный яблочный уксус с каждой едой.
1-2 чайные ложки органического яблочного уксуса
на стакан воды.
- Полюбите горький вкус.
- Старайтесь не пить во время еды
- Полюбите умебоши
- Снижайте уровень стресса.
Замедляйтесь, делайте ванны с английской солью, медитируйте



Ось щитовидная железа НАДПОЧЕЧНИКИ

НИЗКИЙ
уровень кортизола



Снижение функции щитовидной железы

ВЫСОКИЙ
уровень кортизола



Увеличение образования **rT3**

Как оценить уровень кортизола и состояние надпочечников

Тест с артериальным давлением

1. Измерьте артериальное давление в положении стоя
2. Затем примите горизонтальное положение и лежите в спокойном состоянии 5 минут
3. Встаньте и сразу измерьте давление еще раз

В норме оно должно повыситься, а не понизиться.

Чем ниже значение по сравнению с первым измерением, тем более выражена субклиническая дисфункция надпочечников.

ЗРАЧКОВЫЙ ТЕСТ

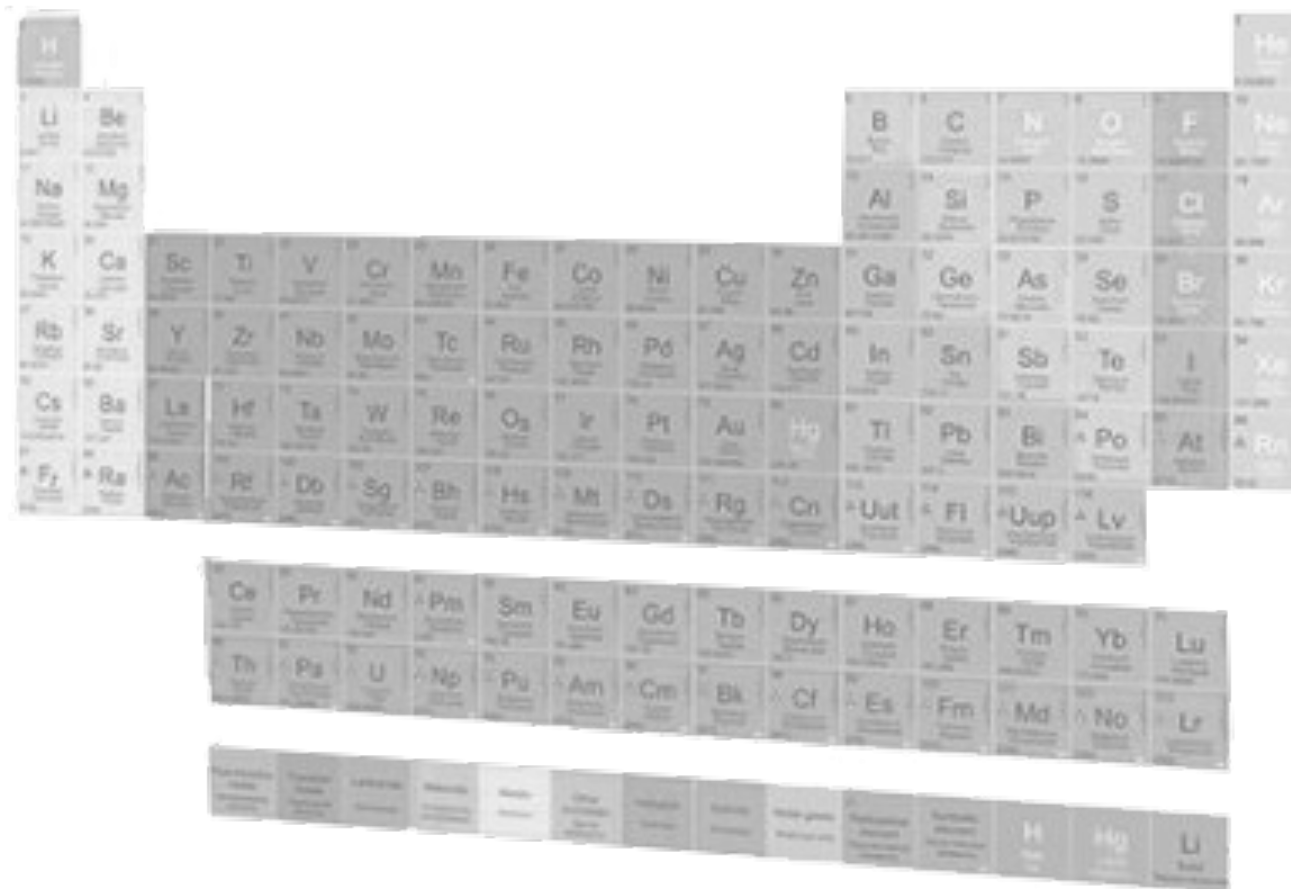
Способ оценить работу надпочечников

- При этом тесте в комнате должно быть темно
- Подойдите к зеркалу и посветите фонариком сбоку в направлении ваших зрачков в течение одной минуты.
- Внимательно наблюдайте за зрачками
- В норме ваши зрачки сузятся и останутся в таком состоянии в течение всего теста



Нутриенты важные для щитовидной железы

- йод
- аминокислота тирозин
- селен
- цинк
- Витамин А
- Витамин Д



Тест на дефицит йода

- Прежде всего проверьте нет ли у вас аллергии на йод
- Кожа должна быть здоровой, сухой, без язв, раздражений и грязи
- На выбранный участок наносятся параллельные линии длиной примерно в 10 см
- Дайте йоду высохнуть и воздержитесь от мытья этой части тела до тех пор, пока следы йода не исчезнут
- Засеките сколько времени это возьмет

Тест на дефицит йода

РЕЗУЛЬТАТЫ:

- **Йод впитался в тело примерно за сутки или более**
нет повышенной потребности в йоде
- **Йодная сетка исчезла через 6-8 часов**
йода не хватает, но его дефицит можно восполнить
с помощью йодсодержащей пищи или йодированной соли
- **Йод впитался всего за 2-4 часа**
скорее всего у вас дефицит йода

ТЕСТ на Селен с перекисью водорода

Вымойте руки и через 10 минут проведите тест:

На поверхность подушечек трех пальцев руки
одновременно нанесите раствор 3% перекиси водорода.



ТЕСТ на Селен

РЕЗУЛЬТАТ:

- **Достаточно селена**
кожа на пальцах не побелеет
- **На нижней границы нормы**
Появятся единичные точечные участки побеления
- **Дефицит селена**
Побелела большая часть обработанной поверхности

Симптомы недостаточности цинка

- Частые простуды, аллергии
- Затяжная диаррея, вздутие живота
- Снижение памяти и умственной работоспособности
- Истончение волос, их выпадение, тусклость, ломкость
- Ломкость, расслаивание ногтей
- Ухудшение состояния кожи - акне, воспаления, дерматиты
- Нарушение чувства вкуса и запаха

Самая лучшая
форма цинка
ЛИПОСОМАЛЬНАЯ



Витамин А

Витамин А участвует в метаболизме гормона щитовидной железы и выработке TSH гипофизом

Снижает риск развития зоба

Витамины группы В



особенно полезен при лечении
гиперфункции щитовидной железы



при дефиците начинается гипотериоз



участвует во всех клетках организма



необходим для способности
щитовидной железы эффективно использовать йод



жизненно важен для тех, у кого удалена
щитовидная железа и для гипотиреоза

Базовые рекомендации по ортомолекулярной медицине при гипотериозе

	Дозировка	Примечание
Витамины группы В	50 мг	
Цинк	15-30 мг	
Л -Тирозин	1000-1500 мг	
Селен	200-400 мкг	
Йод	100-250 мкг	в зависимости от пола, возраста и наличия/ отсутствия беременности
Витамин Д3	от 2000 ЕД	
Витамин А	5000-25000 МЕ	в форме ретинола. курс до 3-х месяцев



Hyperthyroidism



Hypothyroidism

Гиперфункция щитовидной железы

ГИПЕРТИРЕОЗ

Это заболевание, при котором щитовидная железа вырабатывает слишком много гормонов щитовидной железы.

Обычно диагностируется, когда уровни **ТТГ чрезвычайно низки**, а уровни **Т4 и Т3 слишком высоки**.

Симптомы гипертиреоза

- Одышка
- Потеря веса
- Трясущиеся руки
- Дрожащий голос
- Беспокойство
- Бессонница
- Мышечная слабость
- Перепады настроения
- Тревожные и панические атаки
- Социальное тревожное расстройство
- Чувство жара или частые приливы
- Чрезмерное потоотделение
- Раздражение глаз и иногда выпученные глаза
- Учащенное сердцебиение
- Жидкий стул или диарея

Рекомендации по ортомолекулярной медицине при гипертериозе :



Укрепление нервной системы

Уменьшение стресса



Улучшение состояния
пищеварительной системы



Повышение иммунитета

Работа с воспалением

Витамин С

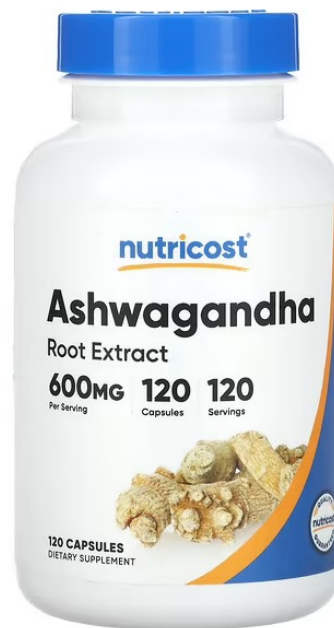


Людам с гипертиреозом требуется большое количество витамина С, в основном потому, что он быстро выводится при стрессе.

Лучше всего использовать липосомальную форму

Рекомендации по ортомолекулярной медицине при гипертериозе

Для укрепления нервной системы



Рекомендации по ортомолекулярной медицине при гипертериозе

Для укрепления иммунной системы



Рекомендации по ортомолекулярной медицине при гипертериозе

Для пищеварительной системы

Di Optimal

Комплексный ортомолекулярный препарат
для нормализации работы пищеварительной
системы

По 1 капсуле 2- 3 раза в день.

