

Sempena Bulan Kesedaran Tiroid: Apakah anda perlu tahu?



DR. Shankar Gunarasa



ini boleh memberi kesan sampingan kepada tumbesaran badan, fungsi harian badan dan adakalanya memberi kesan sampingan kepada jantung, seperti seringakali jantung berdebar-debar. Ini disebabkan hormon tiroid yang berlebihan memberi kesan kepada fungsi jantung termasuk meningkatkan daya pengecutan otot dan kadar denyutan jantung.

Apakah gejala untuk simptom ini? Gejala simptom hyperthyroidism (kelenjar aktif) adalah seperti berikut

- Tangan menggeletar (tremor) dan berpeluh.
- Rasa gementar.
- Degupan jantung yang laju.
- Mudah berpeluh dan panas walaupun di hari yang sejuk.
- Berat badan menurun
- Cepat marah

Gejala simptom hypothyroidism (kelenjar kurang aktif) adalah seperti berikut

- Letih lesu.
- Sukar untuk menumpukan perhatian dan tahap pemikiran yang lembab.
- Sembelit.
- Sentiasa berasa sejuk.
- Pendarahan haid yang banyak dan lama bagi wanita.

Diet yang sihat untuk hipertiroidisme dilakukan dengan memakan makanan tinggi kalium (brokoli, badam, ikan, okra); makanan yang tinggi vitamin D (sardin, minyak ikan kod, salmon, tuna, dan cendawan); Makanan tinggi magnesium (coklat gelap, badam, kacang, biji); dan makanan yang mengandungi selenium (cendawan, beras perang, tembikai, sardin).

Di samping itu, kelenjar tiroid ini boleh mempunyai pembengkakan yang juga boleh menyebabkan sesuatu pesakit itu menjadi hy-



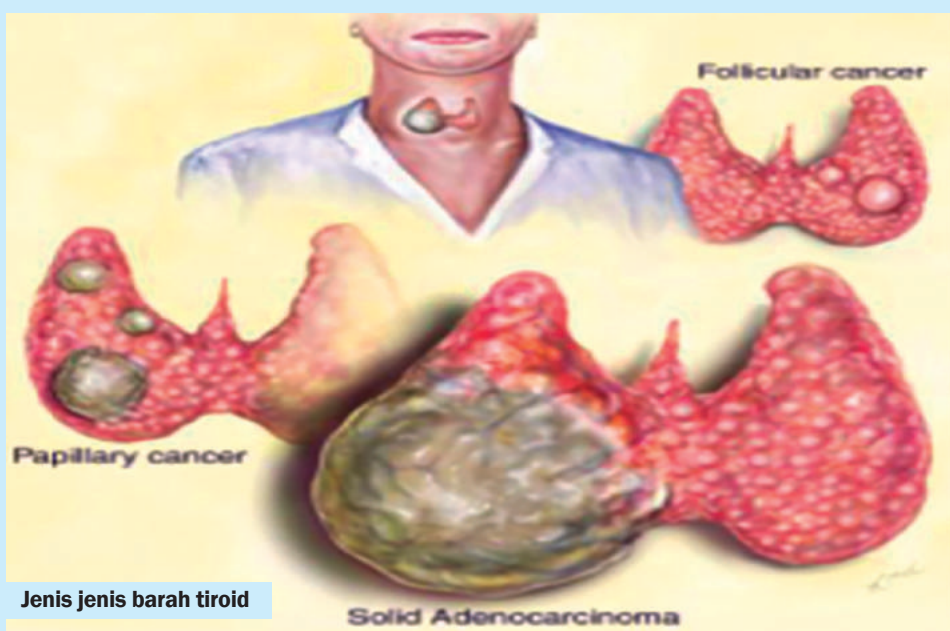
NODUL tiroid yang memerlukan pembedahan

perthyroidism, hypothyroidism dan juga euthyroid (tahap hormone yang normal). Oleh itu jika seseorang pesakit itu datang dengan ketidak-stabilan hormon ini, perlu menjalani ultrasound tiroid. Ujian darah hormon tiroid. Ada dua jenis pembengkakan di kelenjar tiroid, iaitu Goitre (kelenjar keseluruhan membesar dari biasa) dan nodul tiroid (tumbuhan biji di tiroid). Adakalanya bengkak atau nodul ini membesar sehingga menghimpit saluran makan oesophagus di leher, saluran pernafasan dan juga urat saraf yang menjaga nadi suara kita. Bila ini berlaku, pesakit akan merasa susah untuk menelan makanan yang pejal, seringkali sesak nafas dan suaranya akan berasa serak atau kasar. Ada juga barah tiroid boleh timbul dari nodul-nodul ini. Barah tiroid adalah lebih banyak berlaku di kalangan wanita dewasa jika dibandingkan dengan lelaki ataupun remaja. Terdapat beberapa jenis barah tiroid dan ia bergantung kepada jenis sel barah itu berasal.

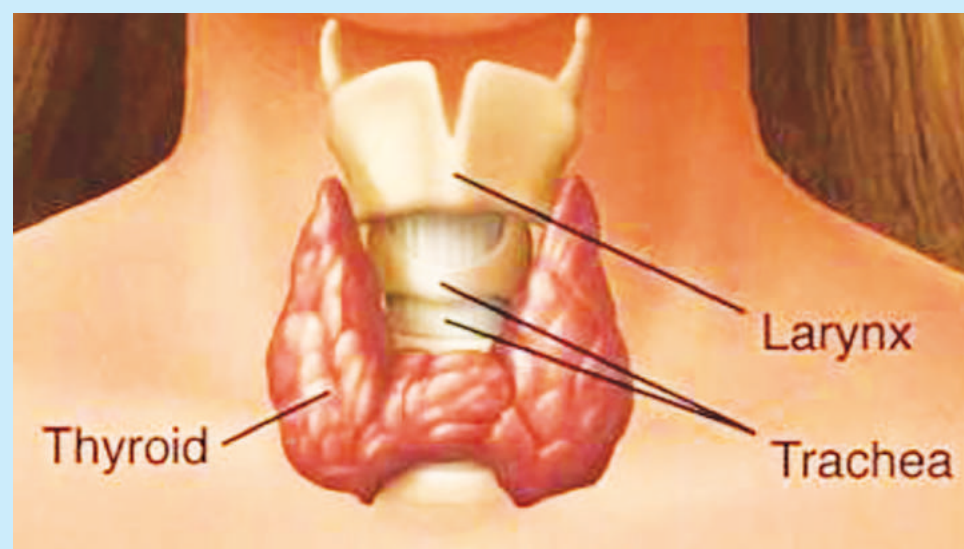
Apakah rawatan yang sebaiknya untuk

masalah tiroid ini? Masalah tiroid ini boleh di rawat secara ubatan ataupun pembedahan. Bagi masalah hypothyroidism dan hyperthyroidism, ubatan untuk meningkatkan hormon tiroid dan juga mengurangkan rembasan hormon tiroid (anti-thyroid) akan di berikan. Rawatan secara pembedahan adalah perlu bagi masalah tiroid yang terdapat kemungkinan besar menjadi barah tiroid. Pembedahan juga boleh dijadikan sebagai rawatan jika goiter terlalu besar hingga menyebabkan gejala seperti kesukaran bernafas atau kesukaran untuk menelan. Pembedahan juga di lakukan untuk kes nodul tiroid yang menghasilkan hormon tiroid berlebihan yang tidak dapat dikawal dengan ubat-ubatan.

Sekiranya anda perlu mengetahui lebih lanjut bertentangan masalah dan rawatan tiroid ini, anda boleh berhubung dengan saya, **Dr Shankar Gunarasa, Pakar Bedah Umum, Laparoskopi dan Kolorektal di Pantai Hospital Ayer Keroh Melaka di talian 06 2319999 Samb; 2131.**



Jenis jenis barah tiroid



Ilustrasi kedudukan kelenjar tiroid pada tubuh manusia.