

# Заболевания щитовидной железы и их влияние на выпадение волос

*Эндокринная система – это главный регулятор всех функций нашего организма. Немаловажное значение при этом уделяется работе щитовидной железы. На этот относительно небольшой орган внутренней секреции наложена огромная ответственность. Заболевания щитовидной железы сегодня лидируют среди всех эндокринных патологий, также растет и их частота.*



Щитовидная железа и выпадение волос – неразрывно связанные между собой понятия. А объясняется это тем, что волосяной фолликул особенно чувствителен к действию гормонов щитовидной железы. Т3 (трийодтиронин) и Т4 (тироксин) регулируют выработку меланина, оказывают влияние на рост волос, а также влияют на запрограммированную гибель клеток волосяных фолликулов. В то же время тироксин стимулирует клеточное деление и продлевает фазу роста. Поэтому заболевания щитовидной железы часто приводят к выпадению волос, как следствие сбоя клеточного цикла. Примерно у одной трети пациентов, страдающих данным эндокринным нарушением, наблюдается поредение волос разной степени выраженности.

## Основные циклы жизни волоса

Волосяные фолликулы регулярно проходят 3 сменяющих друг друга цикла:

- анаген – период интенсивного деления и роста;
- катаген – обратное развитие корня и начало атрофии волосяного сосочка;
- телоген – период покоя. В это время происходит выпадение волоса и замещение его растущим.

В норме в стадии телогена находится не более 10 % волос. Нарушение работы щитовидной железы становится причиной циклического сбоя, что способствует сокращению периода интенсивного роста и приводит к усиленной потере волос. Как следствие, в фазу покоя одновременно вступает гораздо большее число фолликулов, чем предусмотрено физиологией.

## Почему выпадают волосы при дисфункции щитовидной железы

Выпадение волос возникает не только при избыточной функции щитовидной железы (гипертиреоз), но и при недостаточной секреции ее гормонов (гипотиреоз).

Подобное нарушение может выявляться при нормальном (эутиреоидном) состоянии щитовидной железы, для которого характерно только увеличение размеров органа, а также у пациентов, страдающих аутоиммунным тиреоидитом (болезнь Хашимото) (это когда иммунная система атакует волосяные фолликулы).

Нередко потеря волос становится первым и единственным симптомом нарушения функции щитовидной железы, в связи с чем человек длительное время может и не подозревать о наличии эндокринного заболевания. Поэтому при усиленном выпадении волос гормоны щитовидной железы исследуются обязательно.

## Признаки нарушения работы щитовидной железы

Избыточная выработка гормонов щитовидной железой - гипертиреоз, приводит к проблемам с волосами. Для данного состояния характерны ряд симптомов:

- повышенная нервозность, беспокойство, раздражительность;
- тахикардия;
- дрожь в руках или во всём теле;
- тремор;
- снижение веса на фоне хорошего аппетита;
- потливость, непереносимость тепла;
- слабость и чувство усталости, даже по утрам;
- частые головные боли, боли в мышцах;
- отечная, сухая кожа, **ломкие волосы** и ногти;
- расстройства менструальной функции, бесплодие у женщин;
- остеопороз.

Для такого состояния, как гипотиреоз, характерны такие признаки как:

- неожиданное увеличение веса;
- частые депрессии;
- повышенная утомляемость (даже при наличии полноценного отдыха и сна);
- сухость кожи, **ломкость волос**.

Когда появляется гипотиреоз, в фолликулах останавливается выработка гормонов, которые ответственны за питание и укрепление волос. Вначале это никак не ощущается и на состоянии волос не отражается. Однако с течением времени качество волос начинает портиться, а их количество существенно уменьшаться.

В основе аутоиммунных поражений щитовидной железы, приводящих к развитию гипо- и гипертиреоза, лежит нарушение работы иммунной системы, что приводит к тому, что собственные волосяные фолликулы распознаются как чужеродный агент и атакуются иммунными клетками. У таких больных часто отмечается сочетание нескольких заболеваний со схожим патогенезом. Например, аутоиммунный тиреоидит часто сочетается с гнездовой алопецией, диффузной алопецией и может приводить к полной потере волос.

## Кто в группе риска?

- Женщины: женский организм очень чувствителен к дисбалансу тиреотропных гормонов.
- Дети и подростки: растущий организм нуждается в большем количестве "строительного материала" для организма, поэтому, работая с перенапряжением, он иногда не справляется.
- Люди предпенсионного возраста: после 50 лет организм начинает стареть, поэтому становится более чувствительным.

Выпадение волос при заболеваниях щитовидной железы относится к тем симптомам, которые требуют обращения к врачу и качественного лечения. Необходимо помнить несколько правил: «Если Вы обратились к эндокринологу и решили проблему со щитовидной железой, то волосы при этом выпадать может быть и перестанут, но до исходного состояния не дойдут, а восстановлением структуры волос, волосяных фолликулов должен заниматься **трихолог**, а в большинстве случаев лечение проводится параллельно!».

«Ваше здоровье – в Ваших руках!»

Автор:



НАЗАР ГИЛЬМАНОВ