

## 20 SORUDA TİROİD ve GUATR

### TİROİD NEDİR?

**Tiroid**, normalde her sağlıklı insanda bulunması gereken hormon salgılayan bir bezdir. Tiroid, boğazımızda gırtlığın hemen önünde her iki şah damarımızın arasında bulunan "at nalı" veya "U harfi" şeklinde bir organdır. Bu organımızın en önemli görevi, **tiroksin** isimli tiroid hormonu salgılamaktır.

### TİROİD'İN HASTALIKLARI NELERDİR?

**I. Guatr:** Tiroid bezinin en yaygın hastalık grubudur. Guatr'ın bir çok türü vardır. Bu türlerin tedavisi de birbirinden farklıdır.

**II. İltihapları:** Tiroid bezinin iltihabına "**tiroidit**" diyoruz. Tiroidit, uzun süren tedavi gerektirir ve bezin fonksiyonlarını etkiler, ama ölümcül değildir. Bu iltihap cerahatli bir iltihap değildir.

**III. Kanseri:** Bu kanserlerin çoğunluğu, modern tıbbın sunduğu yöntemlerle yüzde yüze yakın oranda tedavi edilebilmektedir.

### GUATR NEDİR?

Genel anlamda, tiroid bezinin **büyümesine** guatr denilir. Tiroid bezinin kanserleri de kendini "**guatr**" şeklinde belli edebilir; yapılacak tetkiklerde kanser, guatr'dan ayırt edilir.

### GUATR'IN TÜRLERİ NELERDİR?

Tiroid bezinin gereğinden daha fazla hormon salgıladığı guatr türüne "**zehirli guatr**" denir. Halk arasında bu tür guatra "**iç guatr**" da denilmektedir.

Hormon düzeyi normal olan guatr türüne de "**basit guatr**" denir. İçinde nodül bulunan guatr'a "**nodüllü guatr**" diyoruz. Nodüllü guatr, **tek nodüllü** veya **çok nodüllü** guatr olarak ikiye ayrılabilir. Nodüller; sintigrafideki görünümüne göre **soğuk, ılık ve sıcak** olarak 3 gruba ayrılır.

Halk arasında yaygın olarak kullanılmasına rağmen tıbbi tanımlamada **iç guatr** ve **dış guatr** deyimlerini kullanmıyoruz.

### NODÜL NEDİR?

Tiroid bezindeki '**kitlelere**' nodül denir. **Nodüller**, tiroid bezindeki **sınırları belli** oluşumlardır. Tiroid nodülleri sanıldığından çok yaygındır; Batı ülkelerinde erişkin toplumun yaklaşık %40-50'sinde nodül olduğu bilinmektedir. Tiroid'de **nodül olup olmadığı, ölçüleri ve içeriği** en iyi **ultrasonografi** ile yapılmaktadır.

Nodüller de **katı, yarı katı ve sıvı içerikli** olmasına göre üçe ayrılır. Nodüllerin sınırları çoğunlukla net olarak sağlam tiroid dokusundan ayrılabilir; ancak bazı nodüllerin sınırlarını ayırt etmek güç olabilir. Nodül her zaman elle muayene ile ve dışarıdan farkedilemeyebilir. Ancak, zayıf hastalarda, tecrübeli bir hekim, 1 cm'den daha küçük nodülleri bile tespit edebilir.

Nodülün **boyutu** önemlidir. Bazı hastalarda nodül büyükçe olur ve dışarıdan bir fındık, ceviz veya mandalina boyutunda gözle dahi görülebilir. Tedavi edilmeyen nodüller büyüyebilir. **Nodüllerin takibi** için **ultrasonografi** kullanılmaktadır

**Nodülün fonksiyonu** da çok önemlidir; hatta tedavinin ne zaman ve nasıl yapılması gerektiğine dair hayati ipuçları bile verir. Fonksiyon açısından nodüller:

- **Soğuk nodüller**
- **Sıcak nodüller**
- **Ilık nodüller**
- **Sıcak otonom nodüller**

Sintigrafi, nodülün sıcak, soğuk veya ılık olup olmadığını belirleyen tek tanı yöntemi olup soğuk nodül tanısı "alarm verici" niteliktedir zira soğuk nodüllerde kanser olasılığı %25'e kadar yükselmektedir.

### KANSER AÇISINDAN YÜKSEK RİSKLİ (TEHLİKELİ) NODÜLLER NELERDİR?

- 1) **Soğuk Nodüller** (özellikle tekli soğuk nodüller)
- 2) **Kireç Oturmuş** (kalsifiye) **Nodüller**
- 3) **Erkeklerdeki Soğuk Nodüller**
- 4) **Gençler ve Çocuklardaki Nodüller**

### **ZEHİRLİ GUATR (Hipertiroidizm) NEDİR?**

Tiroid bezinin gereğinden daha fazla hormon salgıladığı guatr türüne “**zehirli guatr**” denir. Zehirli guatr, nodüllü veya nodülsüz olabilir. Nodülsüz zehirli guatr’a **Basedow-Graves** Hastalığı da denilmektedir. Nodüllü zehirli guatr, sıcak nodüllü zehirli guatr, **sıcak otonom nodüllü** zehirli guatr veya diğer nodül çeşitleri ile birlikte olabilir. Zehirli guatr’da çarpıntı, ellerde titreme, vücutta titreme, ani kilo kaybı, saçlarda dökülme, kaşıntı, boğazda dolgunluk hissi, aşırı iştah dolayısıyla çok yemek yeme ve çok su içme, aşırı terleme, çabuk yorulma, aşırı sinirlilik sık görülen şikayetlerdir. Bazı hastalar, bulantı, ishal, kusma ve çok sık dışkılamadan yakınırlar. Bunların hepsi birlikte olmak zorunda değildir. Bu şikayetlerin bazıları ön plandadır, diğer şikayetler ancak doktorun sorgulaması ile ifade edilebilir. Bazı hastalarda **göğüs ve boyunda devamlı bir kızarıklık** söz konusu olabilir. Nodülsüz guatrlı hastaların bazılarında gözlerde büyüme ve gözlerin ileriye doğru çıkması mümkündür. Hastaların muayenesinde; kalp atımının çok arttığı, solunumun hızlandığı, ellerin titrediği, avuççıklarının nemli olduğu görülür.

### **GUATR İLE PSİKOLOJİK RAHATSIZLIKLARIN İLİŞKİSİ VAR MIDIR?**

Zehirli guatr’da en belirgin ve yaygın olmak üzere guatr’lı hastaların bir kısmında **agresif davranışlar** veya **depresyon** görülebilir. Zehirli guatr’da agresif davranışlar, öfke patlamaları ve panik atak çoğunlukla hastayı tiroid uzmanından önce psikiyatriste götürür. Tiroid hormon yetersizliklerinde ise depresyon daha yaygındır. Tiroid hastalığının tedavisi, daha sonra yapılacak psikolojik rahatsızlığın tedavisini de kolaylaştırır.

### **VÜCUT AĞIRLIĞI (KİLO) İLE GUATR ARASINDA İLİŞKİ VAR MIDIR?**

Vücut ağırlığı ile guatr arasında ciddi bir ilişki vardır. Zehirli guatr’da hastaların ilk farkettiği şey ani ve hızlı kilo kaybıdır. Tiroid hormon yetersizliğinde ise kilo alma söz konusudur. Yeterli tiroid hormonu ile tedavi yapılmadığı sürece ne kadar rejim yapılırsa yapılsın bu kilo almanın önüne geçilemez. **Rejim ve zayıflatma tedavisine başlanan her hastada** tiroid hormonları ölçülmelidir.

### **GUATR SAÇ DÖKÜLMESİNE NEDEN OLUR MU?**

Kandaki tiroid hormonu yüksek olduğu durumlarda, örneğin zehirli guatrda kadınlarda saç dökülmesi ciddi bir şikayet olarak kendini gösterir. Hasta saçlarının “**tutam tutam**” döküldüğünden bahseder. Günde ortalama her kadında 150-200 saç kaybı doğaldır ancak bu sayı zehirli guatrda çok daha fazladır. Tiroid hormon yetersizliğinde (hipotiroidizm), doktor tarafından verilen tiroid hormonu dozu yüksek olduğu zaman da saç dökülmesi görülür.

### **GUATR KALP RİTMİNİ ETKİLER Mİ?**

Başta zehirli guatr olmak üzere, guatrın birçok türünde kalp atımı artar (**taşikardi**) ve ritmi bozulur (**aritm**). Zehirli guatr tedavisinden sonra hastanın ilk farkettiği şey kalp çarpıntısının hızla normale dönmesidir. Bu hastalara genellikle uzun süre **ritm** düzeltici tedaviler uygulanır ancak sonuç almak pek mümkün olmaz zira asıl neden olan tiroid hastalığı tedavi edilmeden bu ritm bozukluğu normale dönmez.

### **GUATR İSHAL VE KABIZLIK YAPAR MI?**

Zehirli guatr’da ishal nöbetleri, tiroid hormon yetersizliğinde ise kabızlık oldukça yaygındır. Zehirli guatrda aynı zamanda hafif ama ısrarcı bir **bulantı** da vardır. Zehirli guatrlı hastalar, ishal olmasa bile günde 2 defadan fazla dışkılama (büyük abdest) ihtiyacı duyar.

### **GUATR KISIRLIK YAPAR MI?**

Her zaman yapmaz, ancak erkeklerde son yıllarda üzerinde çok durulan **hipofiz-tiroid-testis**, kadınlarda **hipofiz-tiroid-yumurtalık** eksenini olarak adlandırılan bir ilişki vardır. Bu eksendeki

bozulmalar kısırlık nedeni olabilmektedir. Bunu somut olarak tiroid hormon yetersizliği veya aşırı yüksekliği olan erkeklerde sperm sayısı, kalite ve hareketliliğinde, kadınlarda ise yumurtalık fonksiyonlarında (örneğin adet bozuklukları şeklinde) bozulma olarak görebiliyoruz.

Tedavi ile tiroid hormon düzeyleri normale getirilen hastalarda üreme fonksiyonları normale dönmektedir. Ancak, guatrı bir hastada tiroid dışı bir nedenle kısırlık söz konusu ise, guatrın tedavisi yapılsa bile diğer nedenler ortadan kalkmadıkça kısırlık düzelmez.

## GUATR CİNSEL HAYATIMIZI ETKİLER Mİ?

Gerek yüksek hormonla seyreden zehirli guatr türlerinde gerekse düşük hormonla seyreden diğer guatr türlerinde **cinsel isteksizlik** (erkeklerde ve kadınlarda) ve erektil disfonksiyon (**sertleşme sorunu**) ve erken boşalma yaygındır. Bu durum, kısmen guatrın direkt etkisi ile (örneğin zehirli guatrda), kısmen de guatrın vücutta oluşturduğu dolaylı etkilerle ortaya çıkmaktadır. Zehirli guatrda kanda testosteron düzeyinde düşme görülebilmektedir; bu da hem cinsel isteği azaltmakta hem de sertleşme sorunu yapabilmektedir. Bunun yanında zehirli guatrın neden olduğu vücudun aşırı yorulması ve yıpranması da cinsel sorunların yaşanmasına katkıda bulunmaktadır. Güzel olan ise, bu hastalar tedavi edildikten sonra eski **cinsel performanslarını geri kazanabilmektedir**.

## GUATR YORGUNLUĞA NEDEN OLUR MU?

Tiroid hormonu yüksek olarak seyreden zehirli guatrda ve hormon eksikliği olan guatr türlerinde çabuk yorulma, fiziksel performans düşmesi, merdiven çıkmakta zorluk, takatsızlık, dayanıksızlık gibi şikayetler sık görülmektedir. Bu tür şikayetleri olanlarda guatrı dikkate almak gerekir.

## GUATR NEDEN OLUŞUR?

Guatr'ın nedeni guatrın türüne bağlı olmakla beraber **tiroidolojinin** (tiroid bilimi) üzerinde en çok **anlaşmazlık** olan konudur. Aşağıdaki faktörlerin guatr oluşumu ile ilişkisi vardır:

### Guatr'da Yaş Faktörü

Guatr gençlerde daha az görülür. **Yaş ilerledikçe** guatr görülme şansı artar. Gençlerde guatr, gelişmeyi etkilemesi açısından daha hızlı hareket etmeyi gerektirir. Ayrıca, gençlerde tiroid nodülünün kanser çıkma şansı daha yüksektir.

### Guatr'a sebep olan faktörler

Stres (özellikle ani ve şiddetli stres), iyot yetersizliği, tiroid bezesinin iltihapları, ailesel geçiş (genetik, kalıtım) sayılabilir.

### Risk altında bulunanlar

Yüksek yoğunluklu stres altında çalışanlar, kötü ve yetersiz koşullarda yaşayanlar (yoksulluk), depresyon ve savaş gibi ağır felaketlerin yaşandığı toplumlar, ani iş ve eş kayıpları risk grubu olabilir ama unutmamak gerekir ki guatr herkeste görülebilir.

## GUATRIN ÖNÜNE GEÇİLEBİLİR Mİ?

Bu konuda yapılacak şeyler sınırlıdır. **Stresten uzak kalmak**, dengeli beslenmek, iyotlu tuz kullanmak dışında yapılacak çok fazla bir şey yoktur. İyotlu tuz kullanımı sadece endemik guatr adlandırılan guatr'ın önlenmesinde faydalıdır. İyotlu tuz kullanarak zehirli guatr, tiroid nodülü ve tiroid iltihabını önlemek mümkün değildir.

## İYOTLU TUZ KULLANIMININ YERİ NEDİR?

Çocukların iyotlu tuz kullanması uygundur. Ancak, yetişkin insanların tümünün toplum olarak iyotlu tuz kullanımına teşvik edilmesi farklı bilimsel görüşleri de beraberinde getirmektedir. Tüm toplumda iyotlu tuz kullanımını teşvik eden ülkelerde daha sonraki yıllarda yapılan araştırmalar zehirli guatr'a (hipertiroidizm), papiller tiroid kanserine, tiroid iltihabına (tiroidit) ve kanda antikor düzeylerinde artışa neden olduğu ortaya çıkmıştır. Yine aynı toplumlarda iyotlu tuz kullanımı basit guatr oranını çok düşürmüştür. Bu gerçekler ışığında bizim bilimsel tavsiyemiz, çocuklarda iyotlu tuz kullanımı teşvik edilirken, sadece endemik (yaygın) guatr görülen yerleşim birimlerinde yetişkin insanlar için iyotlu tuz kullanımı tavsiye edilmelidir.

Özellikle zehirli guatr (hipertiroidizm, Basedow Graves hastalığı) ve tiroit iltihabı (oto-immün tiroidit, Haşimato hastalığı) olanlarda iyotlu tuz kullanımı sakıncalıdır.

## GUATR KONUSUNDA YANLIŞ BİLİNEMLER NELERDİR?

- Guatr, sadece Karadeniz Bölgesinde görülür (YANLIŞ).
- Guatr, sadece kara lahana yiyenlerde görülür (YANLIŞ).
- Her guatr için iyotlu tuz iyi gelir (YANLIŞ).
- Guatr, kaderdir. Tedavi edilmez (YANLIŞ).
- Guatr, sadece ilaçla tedavi edilir (YANLIŞ).

## GUATR NASIL TEŞHİS EDİLİR?

### MUAYENE

Hastanın şikayetleri ayrıntılı olarak dikkate alınmalıdır. Guatr muayenesinde; sadece elle muayene ile boğaz bölgesindeki tiroid bezi değil, aynı zamanda **boyundaki lenf zincirleri**, gözler, cilt, saçlar ve kalp başta olmak üzere hastanın tümüyle ele alınması zorunludur.

## TİROİD HASTALIKLARINDA VE ÖZELLİKLE GUATR'DA KULLANILAN TANI YÖNTEMLERİ

Guatr hastalığının tanısını doğru koymak, tedaviyi doğru yapmak için bir **ön şarttır**. Doğru tanı için de muhakkak modern tanı yöntemleri eksiksiz olarak kullanılmalıdır. Her hastada **ilk tanı aşamasında kullanılması gereken tanı yöntemleri**: kanda tiroid **hormonlarının ölçümü**, **tiroid ultrasonografisi**, **tiroid sintigrafisi**dir. Bu üç yöntem de birbirinden farklı bilgiler verdiği için üçünün de yapılması şarttır. Tedaviden sonraki takip döneminde en çok kan hormon ölçümleri ve ultrasonografi tercih edilebilir. Bazı durumlarda takipte daha seyrek aralıklarla sintigrafiyi de kullanmak gerekir.

### KANDA YAPILAN TAHLİLLER: HORMONLAR VE ANTİKORLAR

**Hangi Hormonlar Ölçülmelidir?** **Serbest T3**, **Serbest T4** ve **TSH** ilk tercih edilmesi gereken hormonlardır. Bazı durumlarda, bunlara ilaveten Total T3, Total T4, **tiroglobulin** ile **tiroid antikorlarını** da ölçmemiz gerekebilir.

**Antikorlar:** Bağışıklık sisteminin "şaşıracak" kendi dokusuna karşı oluşturduğu (oto-antikorlar) **anti-tiroglobulin** antikor (**Anti TG Ab**), **anti-tiroid peroksidaz** antikor (**Anti TPO Ab**) ve daha nadiren ihtiyaç duyulan **Anti-TSH** reseptör antikorlar nodüllü guatr, tiroid iltihabı ve zehirli guatr tanısında ve takibinde önemlidir.

## İNCE İĞNE ASPİRASYON BİYOPSİSİ (İİAB)

Eskiden sadece soğuk nodüllere İİAB yapılırken, artık günümüzde “**her nodül biyopsiyi hakeder**” mantığı ile hareket etmenin daha doğru olacağına inanılmaktadır. İİAB, genellikle, mevcut bir nodülün kanser olup olmadığını ortaya çıkarmak, hastanın tedavisini veya takibini ona göre yapmak amacıyla gerçekleştirilir.

İİAB, genel ortalama açısından bakıldığında yaklaşık %40 civarında bir kesinliğe sahiptir. Ancak, tecrübeli bir hekim tarafından yapıldığında ve özellikle ultrasonografi eşliğinde yapıldığında nodülün doğru bölümünden yeterli materyel alarak bu kesinliği çok daha yüksek oranlara ulaştırmak mümkündür.

Bazen, tiroidin kanser dışı hastalıklarının (örneğin tiroidit) tanı ve takibinde de İİAB yapılabilir.

Çoğunlukla **ağrısı az, kolay bir işlemdir**. Ancak, **şişme ve morarma** bazen görülebilen komplikasyonlardan olup hiç biri ölümcül değildir.

## GUATR NASIL TEDAVİ EDİLİR?

- İlaçlı tedaviler:** Bezin fonksiyon bozukluklarında uygulanan hormon tedavileri ile tiroid iltihaplarında kullanılan ilaçlardan oluşur.
- Radyoaktif iyot tedavisi:** Tiroid bezinin özellikle nodüler guatr tiplerinde ve sıklıkla da zehirli guatr olan hastalarda ameliyata alternatif veya ameliyat edilemeyen hastalarda uygulanmaktadır.
- Cerrahi tedaviler:** Tiroidin kanser dahil hemen hemen bütün hastalıklarında cerrahi tedavi günümüzde en önemli ve en etkili tedavi yöntemidir.

Op. Dr. Şaban BEYAZPINAR  
GENEL CERRAHİ UZMANI