



থাইরয়েড স্কিনিং  
শুরু করা উচিত  
৩৫ বছর  
বয়স থেকেই।  
এরপর প্রতি পাঁচ  
বছরে একবার।  
রক্তের টি.এস.এইচ  
মান ও প্রয়োজনে  
টি-৩ ও  
টি-৪ মান।

## থাইরয়েড সমস্যায় করণীয়

• অধ্যাপক ডা: শুভাগত চৌধুরী •

পরিচালক, ল্যাবরেটরী সার্ভিসেস  
বারডেম, ঢাকা।

### থাইরয়েড গ্রন্থিটির শরীরের

বিপাকের জন্য গুরুত্বপূর্ণ, সন্দেহ  
নাই। এর সমস্যাও বেশি হয়  
নারীদের, পুরুষের তুলনায়।  
থাইরয়েডের লঘুক্রিয়া বা  
'হাইপোথাইরয়েডিজম' রোগে  
পুরুষের চেয়ে ৫০ গুণ বেশি  
ভোগেন নারীরা। কোনও কোনও  
বিরক্তনীর ধারণা, স্ত্রী হরমোন  
ইন্স্ট্রোজেন শরীরের অটোইম্যুন  
সমস্যা, এমনকি থাইরয়েডের সমস্যা  
য়াকে উসুকে দেয়। তবে এটাও ঠিক  
কেন যে মহিলাদের থাইরয়েড  
সমস্যা হয় তা অস্পষ্ট।  
দেহের বিপাককে নিয়ন্ত্রণ করা  
হলো থাইরয়েডের মূল কাজ।  
গলদেশে অবস্থিত এই ছোট গ্রন্থিটি  
তৈরি করে যে হরমোন তা নিয়ন্ত্রণ  
করে দেহ বিপাক বা  
Metabolism আমাদের  
দেহযন্ত্রের কাজ কর্মের গতির উপর  
প্রভাব ফেলে থাইরয়েড হরমোন;  
কত দ্রুত বা কত স্লথ শরীর গ্রহণ  
করবে অক্সিজেন, তৈরি করবে  
প্রোটিন, এবং সাড়া দেবে অন্যান্য  
হরমোনের প্রতি।

কখনও কখনও ঠিকমত কাজ করে  
না থাইরয়েড। লঘু হয় এর  
কাজকর্ম, স্বাভাবিকের চেয়ে কম  
হরমোন হয় তৈরি, আমরা একে  
বলি 'হাইপোথাইরয়েডিজম'।  
আবার খুব বেশি সক্রিয় হলে, বেশি  
হরমোন নি: স্রবণ হয়, একে বলি  
'হাইপারথাইরয়েডিজম'। শরীর  
ভারি হলে স্লো হলে, ভাবি আমরা,  
কারণ খুঁজি। একটি কারণ হলো  
থাইরয়েডের লঘুক্রিয়া বা  
হাইপোথাইরয়েডিজম। থাইরয়েড  
হরমোন অল্প থাকতে, দেহের  
বিপাক ধীর হয়ে যায়, এজন্য ওজন  
বাড়ে শরীরে। এজন্য শরীরে জমে

পানি, চর্বি ও খনিজ। আবার  
থাইরয়েড অতিসক্রিয় হলে বিপাক  
হয় দ্রুতগতি, ওজন ব্যরে শরীরের।  
হাইপোথাইরয়েডিজমের একটি  
উপসর্গ হলো ক্লান্তি ও অবসন্নতা।  
থাইরয়েড লঘু ক্রিয়ার উপসর্গের  
সঙ্গে থাকে ধীরগতি বিপাক কর্ম।  
ক্লান্তি ও শরীরে ওজন বাড়ার সঙ্গে  
থাকে বিষন্নতা, কোম্পবদ্ধতা, স্লথ  
শরীর, শুষ্ক ত্বক ও শুষ্ক কেশ এবং  
পেশির খিচুনি। কারো থাইরয়েড  
স্ক্রীত হয়, বলি গলগন্ড।  
যেসব মহিলা রজ: নিবৃত্তির পথে,  
এদের মধ্যেই বেশি হয় লঘুক্রিয়া  
থাইরয়েড, উত্তর চল্লিশ বা উত্তর  
পঞ্চাশে। হয়ত হরমোন  
পরিবর্তনের জন্য। অতিসক্রিয়  
থাইরয়েড হলে বিপাক হয়  
দ্রুতগতি। উপসর্গ হলো ওজন  
হ্রাস, দুশ্চিন্তা, নার্ভাসনেস,  
বদমেজাজই দ্রুতগতি হৃদযন্ত্র।  
অন্ত্রের চলন দ্রুতগতি, ঘাম হওয়া,  
হাত কাঁপা, পেশি দুর্বলতা, গর্ভবতী  
মহিলা থাইরয়েড গ্লান্ডের  
পরিবর্তনের শিকার হতেই পারে।  
গর্ভবতী মহিলাদের এমন সব  
শরীরবৃত্তিক পরিবর্তন হয় যা প্রভাব  
ফেলে থাইরয়েডের উপর। বিশেষ  
করে গর্ভাবস্থায় কিছু হরমোন যেমন  
ইন্স্ট্রোজেনের মান উচুতে উঠে, যা  
রক্তে থাইরয়েড হরমোন মানকে  
দেয় বদলে। তবে অধিকাংশ সময়  
গর্ভাবস্থাতও থাইরয়েড কাজ কর্ম  
থাকে স্বাভাবিক। তবে গর্ভাবস্থায়  
হরমোনের চাপ থেকে হতে পারে  
থাইরয়েডের লঘু বা অতিক্রিয়া।  
আমেরিকার মত দেশে থাইরয়েডের  
লঘুক্রিয়া বা অতিক্রিয়ার সবচেয়ে  
সচরাচর কারণ হলো 'অটোইম্যুন  
ডিসঅর্ডার'। অতি সক্রিয়  
থাইরয়েডের সবচেয়ে সচরাচর  
কারণ হলো 'গ্রেভস ডিজিজ'  
একটি অটোইম্যুন বৈকল্য; 'দেহ  
প্রতিরোধ ব্যবস্থা যখন নিজস্ব  
থাইরয়েডকে আক্রমণ করে এবং  
একে খুব বেশি থাইরয়েড হরমোন

নি: সূত করতে প্রনোদিত করে,  
তখন ঘটে এই সমস্যা। লঘুক্রিয়া  
থাইরয়েডের মূলে আছে হাসিমটোর  
রোগ, দেহ প্রতিরোধ ব্যবস্থা বা  
ইম্যুন ব্যবস্থা আক্রমণ করে  
থাইরয়েডকে ঘটায় ক্রমিক প্রদাহ;  
থাইরয়েড হরমোন নি: স্রবণ হয়  
ব্যহত। থাইরয়েড নড়ল হলেও  
হতে পারে হাইপার থাইরয়েড,  
আবার আয়োডিন ঘাটতি বা  
পিটুইটারি গ্রন্থির সমস্যার কারণেও  
হতে পারে হাইপোথাইরয়েড।  
পরিবারের কারো থাইরয়েড সমস্যা  
থাকলে পরবর্তীতে থাইরয়েড  
সমস্যার সম্ভাবনা বেশি প্রজন্ম  
পরম্পরায়।  
থাইরয়েড কাজ কর্ম স্কিনিং শুরু  
করা উচিত ৩৫ বছর বয়স হলেই।  
আমেরিকান থাইরয়েড  
এসোসিয়েশনের পরামর্শ থাইরয়েড  
স্কিনিং পূর্ণ বয়স্কদের শুরু করা  
উচিত ৩৫ বছর বয়স থেকেই।  
এরপর প্রতি পাঁচ বছরে একবার।  
রক্তের টি.এস.এইচ (TSH) মান ও  
প্রয়োজনে টি-৩ ও টি-৪ (T3 ও  
T4) মান। হাইপোথাইরয়েড হলে  
মূল থাইরয়েড হরমোন থাইরক্সিন।  
থাইরক্সিনের সিনথেটিক রূপটিই  
সবচেয়ে ভালো। প্রাণীজাত  
থাইরক্সিন ব্যবহৃত হত, তত  
নিরাপদ নয়। হাইপারথাইরয়েড  
হলো নানা চিকিৎসা। যেমন-  
এন্টিথাইরয়েড ড্রাগ; থাইরয়েড  
হরমোন উৎপাদনের ক্ষমতা রোধ  
করা। প্রয়োজনে রেডিও একটিভ  
আয়োডিন, যা মেসব কোষ  
থাইরয়েড হরমোন তৈরি করে  
এদের ধ্বংস করে, অথবা শল্য  
চিকিৎসা করে থাইরয়েড  
অপসারণ। চিকিৎসক সব দেখে  
চিকিৎসা দেবেন। থাইরয়েড রোগ  
চিকিৎসা বড় জরুরী। চিকিৎসা না  
হলে পরিণতিতে হয় দীর্ঘ মেয়াদী  
নানা জটিলতা। যেমন হৃদরোগ,  
স্ট্রোক, অস্টিওপোরোসিস, বন্ধ্যাত্ব,  
মানসিক রোগ ও অকাল প্রসব।