



Four Corners
Health Centre

A Member of the WellFort Family



TROUBLES DE LA THYROÏDE



AGENDA

INTRODUCTION

DEFINITIONS

TOUBLES DE LA THYROIDE

CONCLUSION

INTRODUCTION

Au Canada, on estime que les problèmes thyroïdiens atteignent de **1 à 5% de la population** et que les femmes ont de **4 à 7 fois plus de risques** d'en souffrir que les hommes. **De plus, près de la moitié des individus atteints ne savent même pas qu'ils souffrent d'un dérèglement de leur glande.** Ainsi, plusieurs personnes vivront à un moment ou un autre avec une maladie de la glande thyroïde qui ne sera pas traitée.

INTRODUCTION

Cela dit, plusieurs problèmes de santé peuvent se développer si la thyroïde ne fait pas son travail convenablement. Les troubles de fertilité, l'arthrite, le diabète et les maladies cardiaques sont des exemples de problèmes de santé qui peuvent être causés par une modification de l'activité de **cette glande**. Les symptômes **liés aux troubles thyroïdiens peuvent être variés et déroutants** pour les fournisseurs de soins de santé et pour le patient.

INTRODUCTION

Cette présentation a pour but de vous **sensibiliser aux signes d'un éventuel problème de thyroïde** et de vous **indiquer la façon dont votre médecin peut vous aider.**

Nous allons donc décrire la glande thyroïde et nous évoquerons par la suite les troubles de la thyroïde.

DEFINITIONS

Les **glandes** sont des structures de l'organisme conçues pour fabriquer, puis sécréter les substances qui y sont produites.

On distingue **deux types de glandes**.

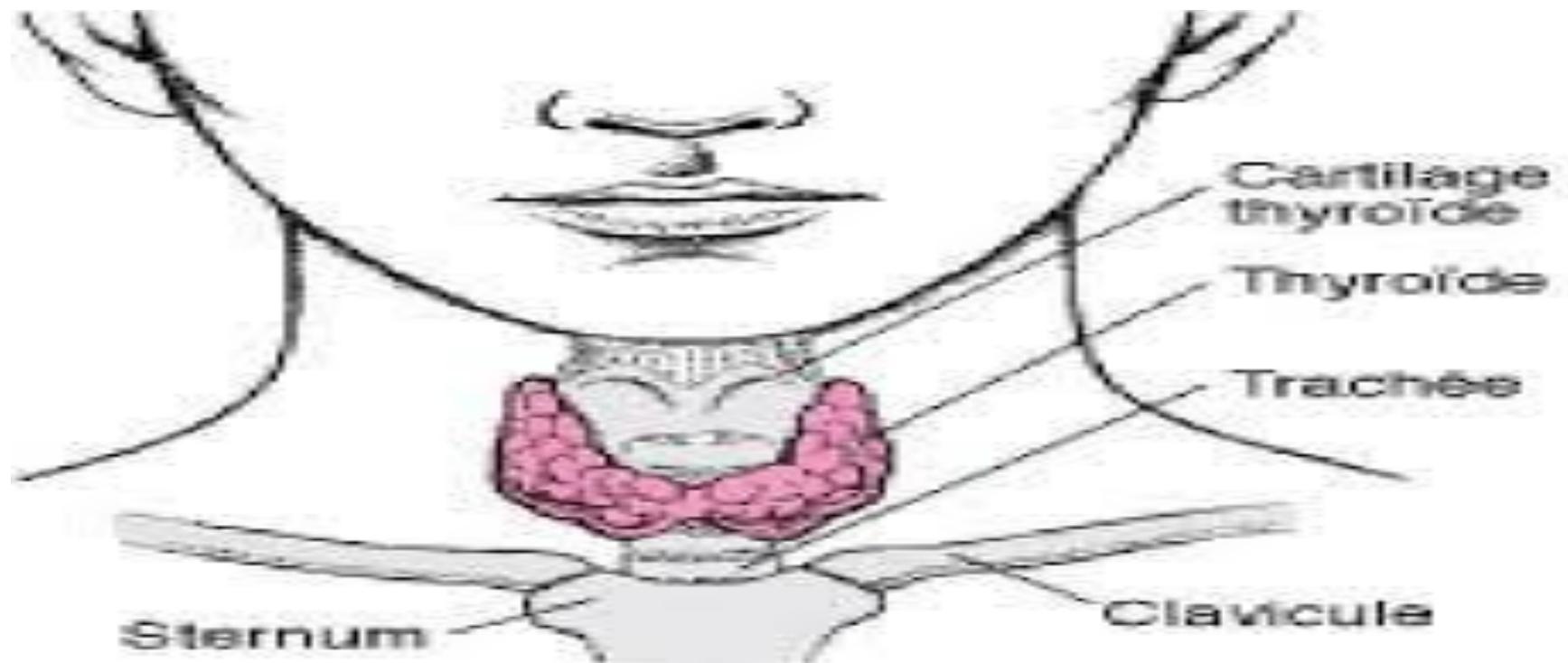
les glandes exocrines sont spécialisées pour produire des substances qui seront expulsées vers la surface du corps ou dans le milieu extérieur. C'est le cas par exemple des glandes qui sécrètent la sueur, le sébum et la salive.

DEFINITIONS

Les **glandes endocrines** fabriquent des hormones qui seront libérées à même la circulation sanguine. Par exemple, dans une situation critique, glandes surrénales produisent, l'adrénaline qui permet au cœur et aux poumons d'accélérer leur fonctionnement de façon à vaincre le danger perçu.



DEFINITIONS



DEFINITIONS

La **thyroïde** est une **glande en forme de papillon** que l'on retrouve à la base du cou. **La thyroïde est une glande endocrine** car elle fabrique des **hormones qui seront utilisées à l'intérieur du corps**. Elle produit deux hormones : la triiodothyronine (T3) et la thyroxine (T4). Deux zones du cerveau, à savoir l'hypothalamus et l'hypophyse, contrôlent la **quantité d'hormones thyroïdiennes à produire et à sécréter dans le**

sang

DEFINITIONS

Plus spécifiquement, la glande thyroïde influence :

La consommation d'énergie

La gestion de la température corporelle

La variation de l'humeur

La concentration

Le contrôle du rythme cardiaque

Le fonctionnement du système nerveux

DEFINITIONS

Plus spécifiquement, la glande thyroïde influence :

Le fonctionnement du tube digestif

Le tonus musculaire

Etc.

DEFINITIONS

L'iode est l'élément principal composant les hormones thyroïdiennes et est indispensable à leur fabrication. Afin d'obtenir la quantité d'iode essentielle au bon fonctionnement de la glande thyroïde, un apport nutritionnel suffisant est recommandé. Certains aliments contiennent de l'iode, tels les poissons et les fruits de mer, car ils sont naturellement en mesure d'emmagasiner l'iode disponible dans l'eau salée de la mer

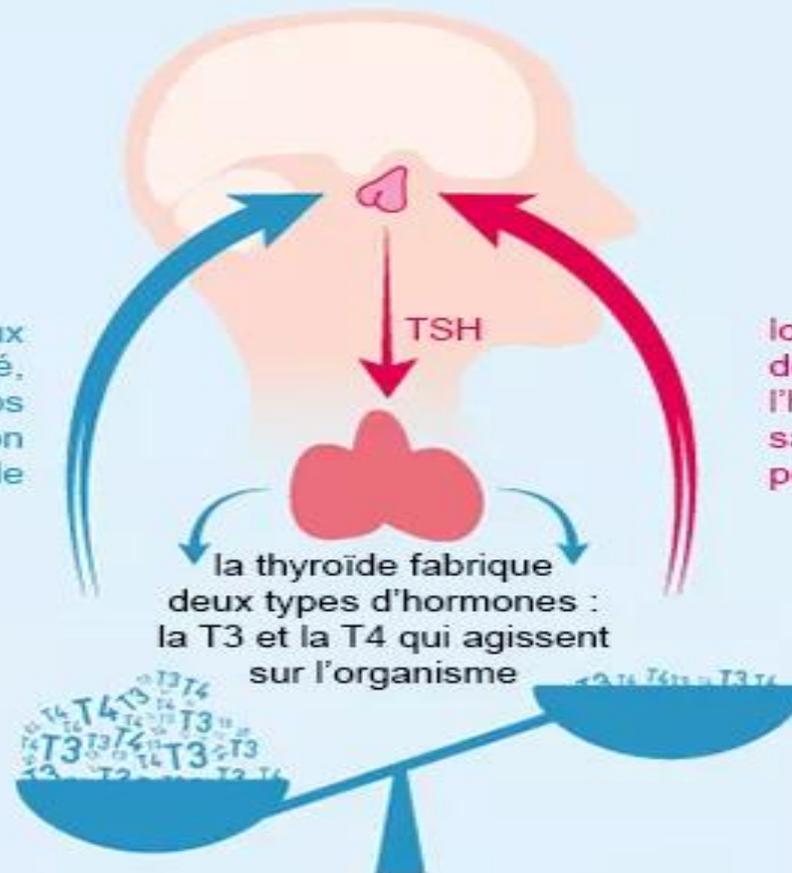
DEFINITIONS

Afin de produire suffisamment d'hormones thyroïdiennes, **on estime que le corps a besoin d'environ 150 mcg d'iode par jour**, soit la quantité que l'on retrouve dans un peu moins d'une demi-cuillère à thé de sel de table.



DEFINITIONS

lorsque le taux de T3 et de T4 est élevé, l'hypophyse est mise au repos et baisse sa production de TSH pour réguler la thyroïde



lorsque le taux de T3 et T4 est bas, l'hypophyse augmente sa production de TSH pour stimuler la thyroïde

TROUBLES DE LA THYROÏDE

L'organisation mondiale de la santé estime que **près de 200 millions de personnes** dans le monde souffrent d'une forme de maladie thyroïdienne. Les principaux troubles thyroïdiens les plus fréquents sont l'hypothyroïdie (thyroïde hypoactive) et l'hyperthyroïdie (thyroïde hyperactive), le cancer de la thyroïde.



TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE



TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

Parmi tous les troubles de la thyroïde, l'hypothyroïdie est le plus fréquent. Hypo signifiant « en dessous », ce trouble apparaît lorsque la glande n'est pas en mesure de produire les hormones T3 et T4 en quantités suffisantes pour assurer les fonctions essentielles de l'organisme. Bien qu'un trouble thyroïdien puisse apparaître à n'importe quel moment, la prévalence de la maladie tend à augmenter avec l'âge, et on estime qu'elle atteindrait environ 10% des personnes âgées

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

de plus de 60 ans, en plus de se manifester beaucoup plus souvent chez les femmes. **SYMPTÔMES L'hypothyroïdie amène le corps à fonctionner au ralenti.** Certains symptômes incommodants peuvent être ressentis, puisque les organes sont moins actifs et n'accomplissent pas adéquatement leurs fonctions normales. L'organisme exprime le manque d'hormones de différentes façons.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

Un individu atteint d'hypothyroïdie pourra souffrir de :

Frilosité

Faiblesse, fatigue anormale et manque d'énergie

Constipation

Sécheresse de la peau et des cheveux

Crampes musculaires

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

Rythme cardiaque ralenti

Gain de poids inexpliqué

Confusion, altération de la mémoire et diminution de la capacité à se concentrer

Diminution de l'intérêt pour les activités normalement appréciées, et de la volonté à prendre des initiatives, à participer ou à s'impliquer en raison du manque d'énergie.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

Il est essentiel de mentionner que ces symptômes ne sont pas nécessairement reliés à une hypothyroïdie, puisque plusieurs problèmes de santé peuvent occasionner des malaises semblables. De plus, les symptômes varient beaucoup d'une personne à l'autre. Leur apparition est très graduelle et proportionnelle au manque d'hormones thyroïdiennes.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

Certaines personnes atteintes d'hypothyroïdie ne ressentent aucun inconfort ou malaise avant le diagnostic du médecin. Parfois, seul le bilan sanguin permet de déterminer à quel point le fonctionnement de la glande a diminué.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

CAUSES

Dans la plupart des cas, l'hypothyroïdie est due à une **anomalie du système immunitaire**. En effet, pour des raisons encore peu connues, la glande thyroïde serait attaquée et progressivement détruite par les propres anticorps de la personne atteinte.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

CAUSES

Elle se développe chez certaines personnes qui y seraient prédisposées, souvent à la suite d'un événement déclencheur, **comme un stress important ou un épisode d'infection** par exemple.

Un épisode isolé d'hypothyroïdie ou encore une diminution permanente du fonctionnement de la thyroïde peuvent être

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

CAUSES

déclenchés par de nombreux facteurs :

Un traitement de radiothérapie

Une chirurgie de la glande

Une prise prolongée de certains médicaments

Un fonctionnement inadéquat de l'hypophyse

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

CAUSES

déclenchés par de nombreux facteurs :

Une anomalie génétique de la glande

Heureusement, peu importe la cause à l'origine du trouble thyroïdien, il existe des solutions simples, adaptées et efficaces pour contrôler la situation.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

TRAITEMENT

L'hypothyroïdie est facile et simple à traiter. Le traitement repose sur **la prise régulière d'hormones thyroïdiennes de remplacement**. Il est essentiel de mentionner que ces hormones de substitution ne permettent malheureusement pas de guérir les troubles de la thyroïde, mais bien de **compenser le fonctionnement inadéquat de la glande**.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

TRAITEMENT

Les médicaments prescrits devront donc, dans la majorité des cas, être pris pour toute la vie. De plus, lorsqu'elles sont bien dosées, ces hormones sont associées à très peu d'effets indésirables, puisqu'elles remplacent une hormone naturellement présente dans l'organisme.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

TRAITEMENT

Comme mentionné précédemment, ce sont les prises de sang qui permettent de déterminer le degré de fonctionnement de la glande ainsi que la dose adéquate de médicament à utiliser. **Un prélèvement doit donc être effectué avant de commencer le traitement, puis quatre à six semaines après l'introduction, et ensuite selon les recommandations du médecin.**

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

TRAITEMENT

La dose à utiliser est aussi adaptée en fonction des caractéristiques et des besoins de chaque personne. Le traitement a pour objectif principal d'atteindre un état **euthyroïdien**, qui correspond en fait à une quantité normale d'hormones thyroïdiennes dans le sang.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES ENFANTS

Comme mentionné précédemment, les hormones thyroïdiennes sont essentielles à la croissance et au développement intellectuel. Ainsi, une hypothyroïdie mal contrôlée pourrait avoir des conséquences irréversibles sur le développement physique et mental d'un enfant.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES ENFANTS

Heureusement, au Canada, dès la naissance, les nouveau-nés subissent une panoplie d'examen médicaux, et le **dépistage de l'hypothyroïdie congénitale à l'aide d'une prise de sang en fait systématiquement partie**. Cela permet aux équipes médicales de réagir très rapidement et de commencer un traitement dès les premiers jours de vie du nourrisson si nécessaire.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES FEMMES

Il arrive qu'un taux insuffisant d'hormones thyroïdiennes puisse amener des irrégularités dans le cycle menstruel et ainsi créer une augmentation des saignements ou provoquer un dérèglement de l'ovulation. Ainsi, un couple dont la femme souffre d'hypothyroïdie pourrait avoir certaines difficultés à concevoir un enfant.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES FEMMES

Par contre, une fois la thyroïde contrôlée, celle-ci n'a aucun impact significatif sur la fertilité. Les traitements les plus communs sont compatibles avec la grossesse et peuvent être utilisés sans danger pour le fœtus. Rappelons-nous que les médicaments utilisés sont en réalité des dérivés des hormones naturellement produites par l'organisme de la femme.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES FEMMES

Concernant l'hypothyroïdie pendant la grossesse et dans les mois suivant l'accouchement, deux notions sont essentielles. D'abord, toute femme traitée à l'aide d'hormones de substitution et désirant devenir enceinte devrait consulter son médecin lorsqu'elle désire concevoir un enfant.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES FEMMES

On recommande généralement aux femmes ayant une hypothyroïdie traitée d'être stabilisées depuis au moins deux mois au moment de la conception pour faciliter le contrôle des hormones thyroïdiennes. Connaître et comprendre la thyroïde.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES FEMMES

En second lieu, on sait que les troubles de la thyroïde peuvent apparaître après l'accouchement. Une femme prédisposée à une maladie thyroïdienne sera donc plus sujette à souffrir d'hypothyroïdie dans la période suivant la naissance du bébé.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

1) L'HYPOTHYROIDIE

HYPOTHYROIDIE ET LES FEMMES

Cela peut s'expliquer par le système immunitaire de la mère qui reprend des forces une fois la grossesse terminée. Les anticorps seraient alors plus vigoureux et auraient tendance à attaquer davantage la glande.



TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROIDIE



TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROÏDIE

Contrairement à l'hypothyroïdie, l'hyperthyroïdie se développe lorsque l'organisme produit plus d'hormones qu'il n'en faut pour assurer ses fonctions de base. Le fonctionnement du système s'accélère inutilement, puisque la glande thyroïde stimule les organes pour augmenter le rythme de leurs activités respectives.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROÏDIE

Cet état d'hyperactivité est toutefois beaucoup moins fréquent que l'hypothyroïdie. SYMPTÔMES Le corps exprime ce surplus d'hormones de différentes façons. Des symptômes incommodants sont ressentis puisque les organes sont hyperactifs et font trop de travail par rapport aux besoins de l'organisme. Le corps se met à fonctionner en accéléré; il épuise ses réserves d'énergie et ses ressources trop rapidement

TROUBLES DE LA THYROIDIE

2) L'HYPERTHYROIDIE

Une personne atteinte d'hyperthyroïdie pourra se plaindre d'avoir:

Un rythme cardiaque rapide au repos et des palpitations pouvant mener à l'essoufflement

Des bouffées de chaleur accompagnées de transpiration exagérée

Des tremblements

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROIDIE

De l'insomnie

Des selles plus fréquentes

Une perte de poids associée paradoxalement à un appétit augmenté

De la nervosité et de l'irritabilité qui seront associées à des changements rapides de l'humeur et du comportement



TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROÏDIE

Finale­ment, certains types d'hyperthyroïdie plus rares sont associés à **un goitre** (augmentation de la taille de la thyroïde) ou encore à des **yeux légèrement sortis de leur orbite**.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROÏDIE

CAUSES

Tout comme pour l'hypothyroïdie, l'hyperthyroïdie se développe souvent à la suite d'une irrégularité dans le fonctionnement du système immunitaire. Dans ce cas-ci, les anticorps deviennent hypersensibles et stimulent la glande thyroïde à augmenter sa production d'hormones.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROIDIE

CAUSES

Pour des raisons peu connues, il arrive qu'une petite bosse, un nodule thyroïdien, apparaisse à la surface la glande.

Certains types de nodules peuvent produire des hormones qui s'ajouteront à la production de base de la thyroïde.

L'organisme a ainsi plus d'hormones que celles nécessaires pour son fonctionnement normal, ce qui peut causer une hyperthyroïdie.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

2) L'HYPERTHYROIDIE

CAUSES

Finalelement, la production excessive d'hormones thyroïdiennes peut être déclenchée par une thyroïdite, soit une sorte d'inflammation de la glande. Cela provoque une hyperthyroïdie de courte durée et ponctuelle, qui se résoudra généralement par elle-même après quelques mois.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROÏDIE

TRAITEMENT

L'hyperthyroïdie peut être traitée de plusieurs façons. Dans un premier temps, certains médicaments agissent en freinant la production de nouvelles hormones thyroïdiennes. Ils permettent donc aux organes de retrouver un rythme de fonctionnement raisonnable.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROIDIE

TRAITEMENT

Il est aussi possible d'administrer de faibles doses d'iode radioactif pour détruire une partie des cellules de la glande et ainsi réduire la production hormonale de la thyroïde. Le principe consiste en fait à utiliser une stratégie pour déjouer la glande. Pour ce faire, on a recours à une sorte d'iode toxique qui ressemble beaucoup à celle utilisée par la thyroïde pour produire ses hormones.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

2) L'HYPERTHYROIDIE

TRAITEMENT

C'est en réalité un médicament qu'on a camouflé afin que la glande puisse l'absorber sans se douter de son effet nuisible. L'iode radioactif détruit une partie de la glande, et la portion restante libère à elle seule beaucoup moins d'hormones dans le sang. Plus rarement, une chirurgie peut être pratiquée afin de retirer une portion de la thyroïde.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

2) L'HYPERTHYROIDIE

TRAITEMENT

Il arrive que l'iode radioactif et la méthode chirurgicale détruisent une portion trop importante de la glande, faisant en sorte que celle-ci ne sera plus capable de produire assez d'hormones pour combler les besoins de l'organisme. On se retrouve alors à devoir composer avec un manque d'hormones thyroïdiennes qui a en réalité été déclenché par le traitement d'une hyperthyroïdie.

TROUBLES DE LA THYROIDIE

2) L'HYPERTHYROIDIE

TRAITEMENT

Le traitement qui s'ensuit est le même que pour toute hypothyroïdie et consiste à remplacer les hormones manquantes par des médicaments. Bien que l'on veuille éviter au maximum de causer un problème de santé en traitant un autre, les médecins préfèrent avoir à gérer une hypothyroïdie qu'une hyperthyroïdie.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROÏDIE

TRAITEMENT

En effet, les médicaments offerts pour traiter le manque d'hormones sont mieux connus, plus sécuritaires et davantage accessibles que ceux pour traiter l'excès d'hormones. Finalement, certains médicaments peuvent être prescrits pour diminuer les inconforts associés à l'hyperthyroïdie.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROIDIE

TRAITEMENT

Puisqu'il peut s'écouler quelques mois avant que les traitements fassent leur effet, il est parfois intéressant d'utiliser des médicaments pour réduire les tremblements, atténuer l'anxiété et contrôler le rythme cardiaque. Ceux-ci ne traitent pas la maladie, mais permettent de camoufler les symptômes qui lui sont rattachés, le temps que les médicaments soient efficaces.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

2) L'HYPERTHYROIDIE

TRAITEMENT

Leur utilisation est donc temporaire et permet seulement au patient de poursuivre ses activités régulières dans la période suivant l'introduction d'un traitement.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

3) CANCER DE LA THYROÏDE

Vous ne serez pas surpris d'apprendre que le cancer de la thyroïde ne survient pas aussi fréquemment que le cancer du sein ou de la prostate. Cela dit, il est important de savoir qu'une enflure localisée à la base du cou, à l'endroit où se ferme le col de chemise, devrait nécessiter un examen médical plus approfondi. Il est assez fréquent qu'un nodule thyroïdien, soit une petite bosse localisée à la surface de la thyroïde, se développe.

TROUBLES DE LA THYROIDE

3) CANCER DE LA THYROIDE

Des données compilées lors d'échographies démontrent que près de la moitié de la population possède un nodule thyroïdien. La plupart du temps, ces petites bosses ne sont pas douloureuses, ne progressent pas et ne sont associées à aucun autre symptôme. En fait, dans la majorité des cas, les nodules thyroïdiens sont inoffensifs. La faible proportion restante correspond aux nodules cancéreux. Guide sur la santé de votre glande thyroïde.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

3) CANCER DE LA THYROÏDE

Quoi qu'il en soit, un examen plus approfondi devrait suivre un changement de taille de la thyroïde, une voix devenant plus rauque, une difficulté à avaler, une douleur au cou ou à la gorge et des ganglions enflés au niveau du cou. Votre médecin de famille est en mesure d'évaluer la situation et de vous diriger vers un professionnel de la santé plus spécialisé.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

3) CANCER DE LA THYROÏDE

Le dépistage rapide et l'introduction de traitements adéquats permettent dans la plupart des cas une guérison complète de ce type de cancer.

TROUBLES DE LA THYROÏDE

4) Autres troubles de la thyroïde

le **goitre**: il s'agit d'une augmentation de volume de la thyroïde, le plus souvent causée par un manque d'iode ;

la **maladie de Basedow** : une maladie auto-immune qui provoque une hyperthyroïdie

TROUBLES DE LA THYROÏDE

4) Autres troubles de la thyroïde

la **maladie de Hashimoto** : une maladie auto-immune qui entraîne une hypothyroïdie ;

les **nodules thyroïdiens** : bénins dans 90 % des cas ;

EVALUATION DE LA THYROÏDE

La plupart du temps, on détecte les problèmes de fonctionnement de la glande thyroïde par **une prise de sang** dans laquelle on vérifie deux éléments principaux.

D'abord, on **vérifie si l'hypophyse** exécute bien son rôle de **stimulation de la glande thyroïde**. C'est la quantité d'hormones thyroïdiennes (TSH) présente dans le sang qui permet de valider cette information.

EVALUATION DE LA THYROIDE

En second lieu, les hormones produites directement par la thyroïde doivent être mesurées. Plus spécifiquement, ce sont **la thyroxine (T4) et la triiodothyroxine (T3)** qui sont dosées dans le sang. L'hypophyse réagit à la quantité d'hormones thyroïdiennes présentes dans le corps.

Lorsqu'elle détecte un manque d'hormones thyroïdiennes, l'hypophyse aura tendance à produire un surplus d'hormones pour stimuler davantage le bon fonctionnement de la thyroïde.

EVALUATION DE LA THYROÏDE

Ainsi, si les taux d'hormones thyroïdiennes diminuent, les taux de TSH augmentent; et inversement, si les taux d'hormones thyroïdiennes augmentent, les taux de TSH diminuent.



Four Corners Health Centre

A Member of the WellFort Family



Thank you for your attention!

3233 Brandon Gate Drive
Mississauga, ON L4T 3V8
Phone: 905-677-9599
www.fourcorners.ca
mail.fourcorners@welfort.ca