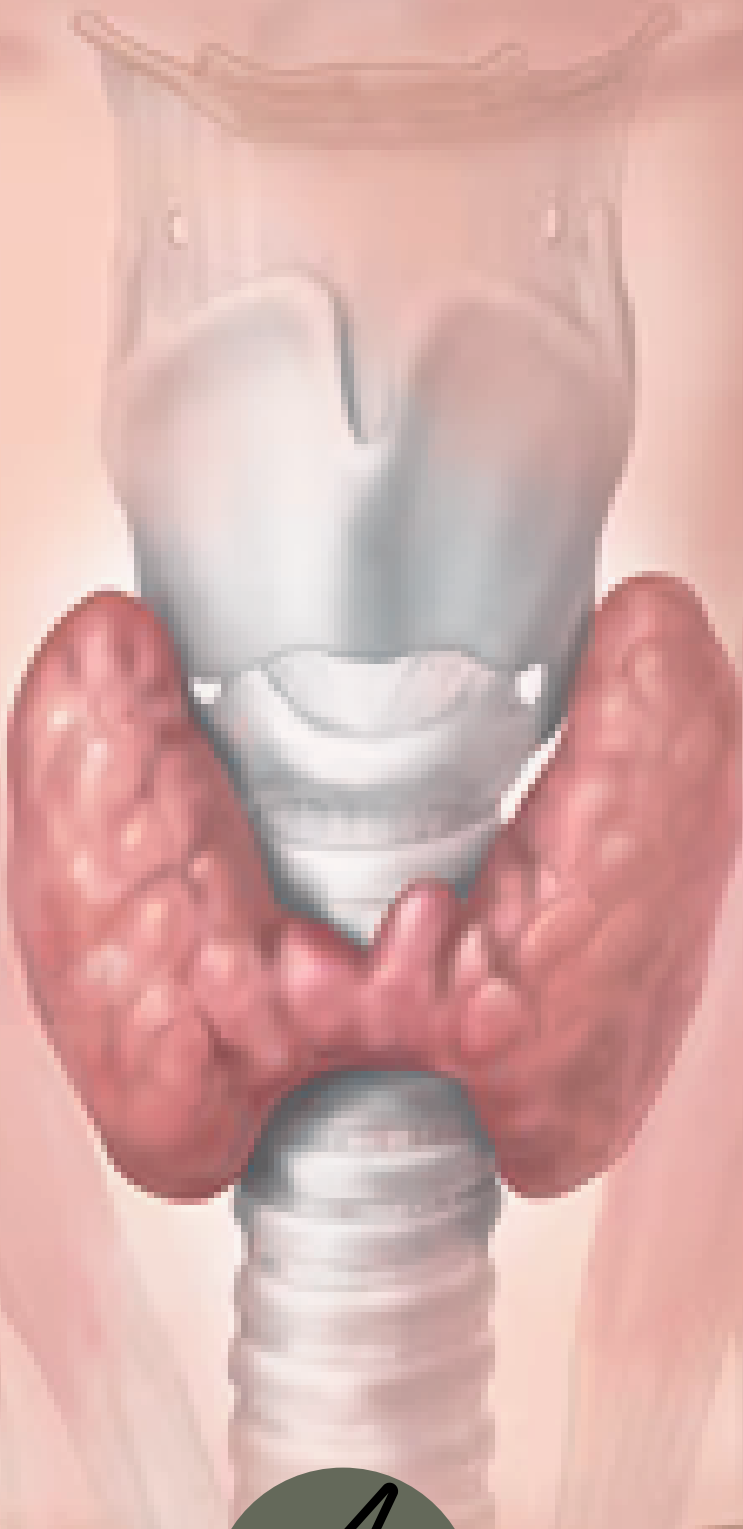




હાઈપોથાઈરોઈડિઝમ



થાયરોઈડ એ ગળામાં રહેલ, પતંગિયાના આકારનો અવ્યય છે, જે 'થાયરોક્સીન' નામક સ્ટ્રાવ બનાવે છે



થાયરોઈડનું મુખ્ય કાર્ય, તમારા શરીરના મેટાબોલીઝમને કંટ્રોલ કરવાનું છે



હાઈપોથાયરોઈડિઝમમાં, થાયરોક્સીનનું નિર્માણ ઓછું થતું હોવાના કારણે દર્દીમાં ઘણા લક્ષણો જોવા મળે છે

હાઈપોથાયરોઈડિઝમ વિષેની અમુક વાતો જે કદાચ તમને ખબર નહીં હોય

શું તમને ખબર છે?
કે ભારતમાં આશરે ૪.૨
કરોડ લોકોને થાયરોઈડની
બીમારી છે



1

ભારતમાં દર ૧૦ માંથી ૧
વ્યક્તિને હાઈપોથાયરોઈડિઝમ
હોય છે



બહેનોમાં આ રોગ થવાની શક્યતા
પુરુષો કરતા ૩ ઘણી હોય છે. અને
એમાય ૪૬ થી ૫૪ વર્ષના બહેનોને
આ રોગ વધારે થતો હોય છે

2

3

આ રોગથી માનસિક રોગો પણ
થઈ શકે છે અને એ ડીપ્રેશન
થવાના મુખ્ય કારણોમાં એક છે



જો સારવાર ન કરવામાં આવે, તો
એનાથી બીજા રોગો થઈ શકે છે, જેમ
કે હૃદયની બીમારી, વંધ્યત્વ,
અલ્ઝાઈમર ને ક્યારેક મૃત્યુ પણ.

4

5

જો તમારા પરિવારમાં કોઈને
થાયરોઈડનો રોગ હોય, તો
તમારામાં એ રોગ થવાની શક્યતા
વધી જાય છે

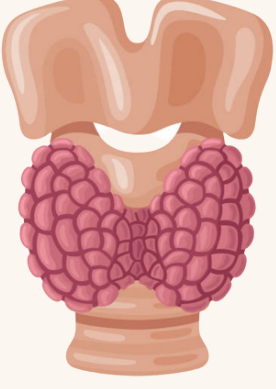




સ્ત્રી જાતિ



કંઠી વધારે વર્ષની
ઉમર

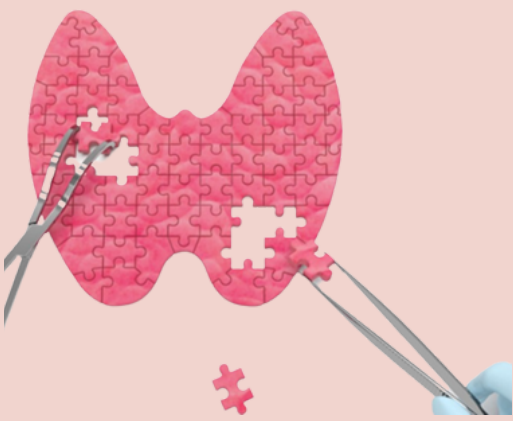


ગળામાં ગોઈટરની ગાંઠ



ગર્ભાવસ્થા

રિસ્ક ફેક્ટર્સ



થાયરોઈડ માટે કરાવેલી
સર્જરી કે રેડિયોએક્ટીવ
આયોડીન



પરિવારમાં કોઈને
ઓટોઈમ્યુન રોગ

બીજો કોઈ ઓટોઈમ્યુન
રોગ, જેમ કે ટાઈપ ૧
ડાયાબીટીસ, સંધિવા,
મલ્ટીપલ સ્કલેરોસિસ
વગેરે



અમુક પ્રકારની દવાઓ

હાઈપોથાયરોઈડિઝમના લક્ષણો



વજન વધવું

થાક



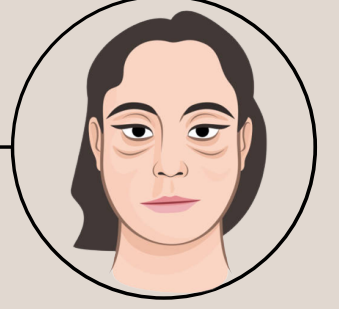
વધારે પડતી ઠંડી
લાગવી

કબજિયાત



લુખ્ખી ચામડી

મોઢા પર સોજો



આવાજ કર્કશ થવો

સ્નાયુ નબળા
પાડવા



સ્નાયુમાં દુખાવો થવો

વાળ પાતળા થવા



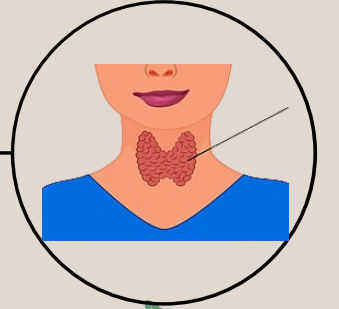
હૃદયના ઘબકારા ધીમા
પડવા

ડીપ્રેશન



યાદશક્તિ ઓછી થવી

ગળામાં સોજો
દેખાવો



અનિયમિત માસિક

હાઈપોથાયરોઈડિઝમના

કોમ્પ્લીકેશન

1

માનસિક બીમારીઓ

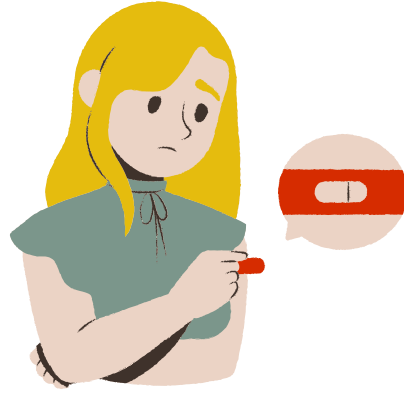


2

ગોઈટર

3

વંધ્યત્વ

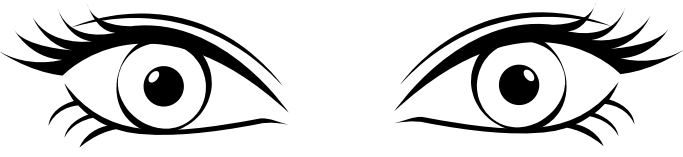


4

સાંધામાં દુખાવો

5

બેલેન્સ કરવામાં
પ્રોબ્લમ

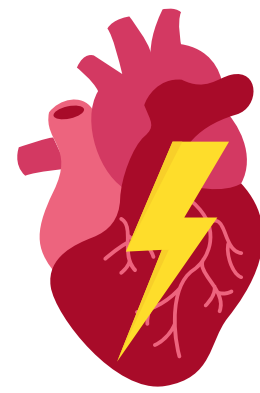


6

મિક્સએડીમાં

7

હૃદયના પ્રોબ્લમ

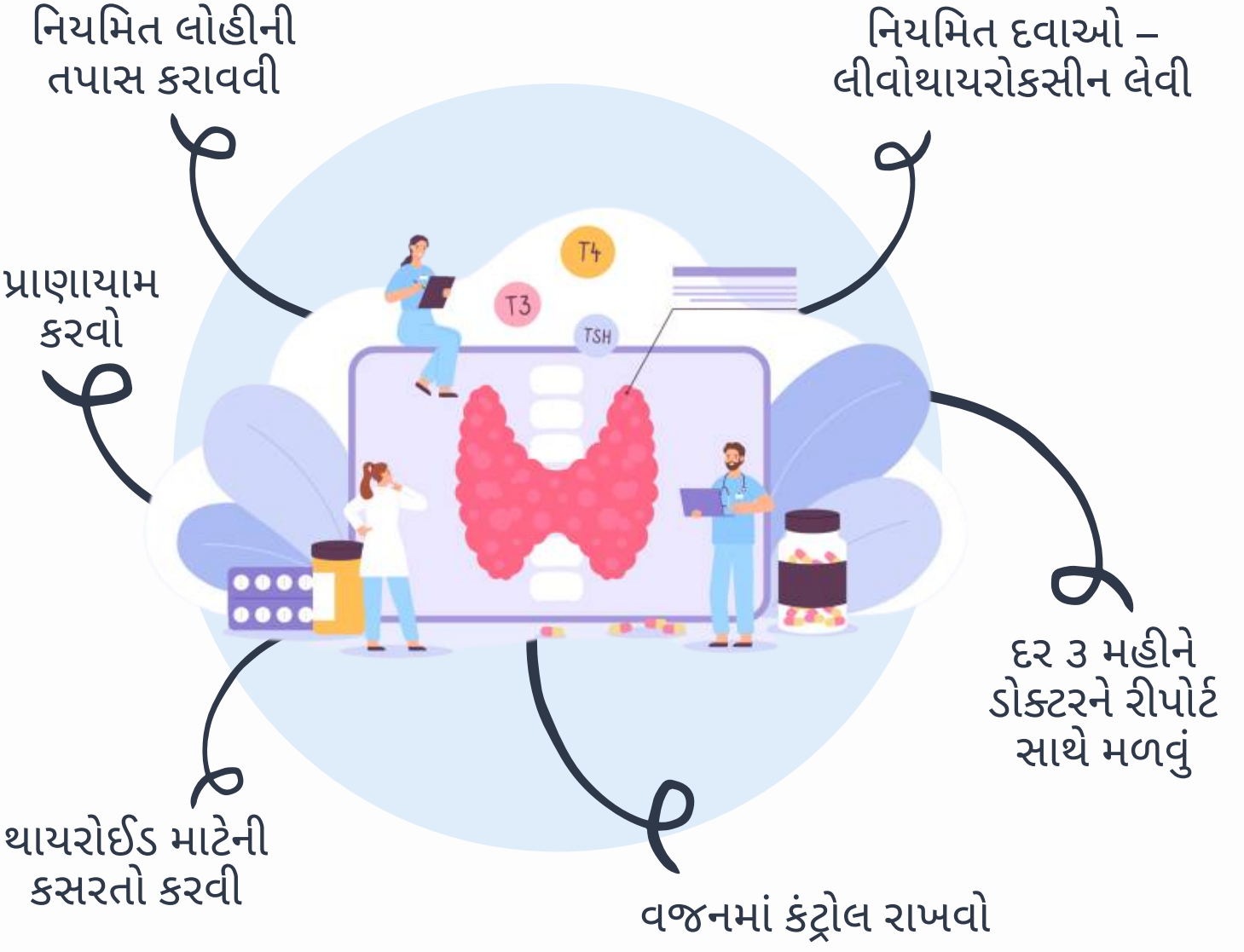


8

સ્થૂળતા

હાઈપોથાયરોઈડિઝમની સારવાર

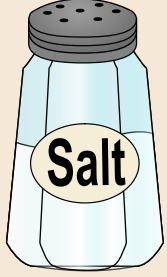
સારવાર



થાયરોઈડ માટે આહારમાં ફેરફાર

લેવા

આયોડાઈઝડ મીઠું



પ્રોબાયોટિક આહાર



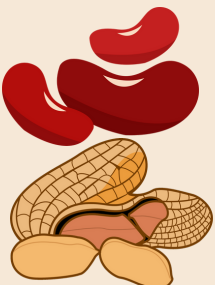
લીંબુ, અખરોટ, મધ



શાકભાજી



રાજમા અને ડ્રાયફ્રુટ્સ



ન લેવા



ફૂલ ગોબી, પત્તા ગોબી



ફ્લોરીનયુક્ત પાણી



કેફીનયુક્ત પીણા અને દારૂ



સોયાબીન

ઠંડા પીણા અને શુગરયુક્ત આહાર

