

Tiroida și problemele ei (generalități și tratament)

Ce este tiroida și cu ce se ocupă

Glanda tiroidă este cea mai mare dintre toate glandele endocrine și se găsește la baza gâtului. Această glandă produce 3 hormoni: **tiroxină**, **triiodotironină** și **calcitonină**, vital pentru utilizarea calciului.

Principala funcție a hormonilor tiroidieni este de **reglare a metabolismului** cu scopul producerii de energie și căldură în țesuturile din organism. Tiroida influențează indirect **nutriția** și **creșterea** și accelerează procesele metabolice.

Din cauza mucozităților formate de **produsele lactate**, în special, dar și a altor alimente, glanda tiroidă se inflamează creând hiperactivitate sau în special hipoactivitate țesutului. În momentul în care glanda tiroidă devine hipoactivă, acest fenomen va **incetini** sau chiar opri **folosirea optimă a calciului** de către organism ceea ce va provoca la rândul lui înfometarea celulară.

Hipotiroidia este o tulburare comună care afectează 60-70% din populație iar persoanele afectate **nu pot transpira** cu ușurință, glanda tiroidă afectând capacitatea organismului de a transpira determinând fie o transpirație insuficientă fie una abundentă. Această **incapacitate** a organismului de a elimina **substanțele toxice** prin intermediul pielii va produce **uscăciune la nivel cutant** dar și alte afecțiuni.



Alte simptome care apar în cazul unei epuizări ale funcției tiroidiene sunt : un **metabolism scăzut** care poate genera o **digestie slabă**, o temperatură generală scăzută a organismului care se va manifesta prin **intoleranță la frig** și **extremități reci**, **căderea excesivă a părului** în anumite zone până la **calviție**, **obezitate** cauzată de o slăbire a activității pancreasului și totodată a tiroidei.

În concluzie, **activitatea glandei tiroide** ne influențează foarte mult calitatea vieții și de aceea dacă ne dorim **o viață cât mai lungă** și cu cât mai **puține probleme de sănătate** trebuie să ne verificăm periodic modul în care aceasta funcționează.

Cel mai bun indicator pentru a stabili nivelul la care **funcționează tiroida** este testul de analiză a temperaturii bazale.

După aflarea modului de funcționare a tiroidei dumneavoastră, în cazul **hipotiroidismului** acesta se poate depăși ușor printr-un [plan de detoxificare](#).