

# Hypotyreóza

Komplexní průvodce onemocněním  
a ošetrovatelskou péčí

Dagmar Maršálková

# Podstata onemocnění: Zpomalený metabolismus



**Definice:** Snížená funkce štítné žlázy vyznačující se nedostatečnou sekrecí hormonů T3 a T4.

T3 ↓

T4 ↓



**Následek:** Všechny klinické příznaky vznikají v důsledku celkově sníženého metabolismu organismu.

**Péče:** Nemocný vyžaduje trvalou dispenzarizaci v endokrinní poradně a pravidelné kontroly.

# Etiologie: 5 hlavních příčin



## Autoimunita

Chronické autoimunní záněty štítné žlázy.



## Deficit

Nedostatek jódu v potravě.



## Ozáření

Terapie zářením v oblasti krku.



## Léky

Vysoké dávky tyreostatik.



## Vrozené vady

U dětí kongenitální chybění štítné žlázy.

# Klinický obraz onemocnění



**Dospělí:**  
Myxedém (soubor klinických příznaků dospělých).



**Děti:**  
Kreténismus (hlavním příznakem je mentální retardace).

Chrapot, dušnost, anémie

Bolesti svalů

Zimomřivost

Zácpa a přibírání na hmotnosti

Únava, spavost a zpomalené reflexy

Poruchy paměti

Otoky (na víčkách i celkový edém v důsledku retence tekutin)

Vypadávání vlasů a ochlupení, suchá kůže



# Vyšetřovací metody a diagnostika



## 1. Anamnéza

Sběr anamnestických údajů od pacienta (únava, změny hmotnosti, zimomřivost).



## 2. Fyzikální vyšetření

Celkové zhodnocení stavu, včetně měření vitálních funkcí (krevní tlak, tep) a palpace štítné žlázy.



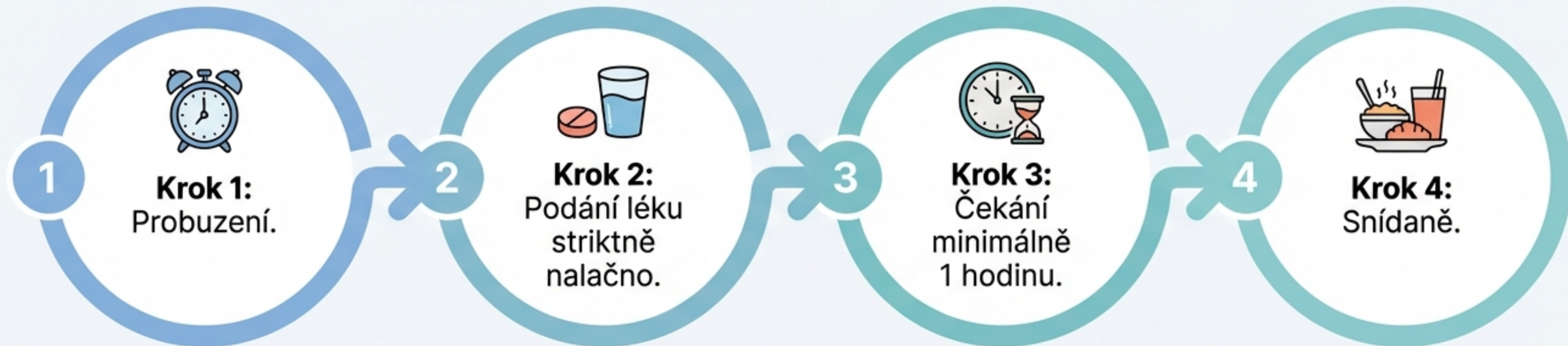
## 3. Laboratorní testy

Odběr krve na stanovení hladiny hormonů štítné žlázy (T3, T4, TSH).



# Farmakologická léčba: Substituce hormonů

**Cíl:** Substituční léčba – nahrazující chybějící hormon štítné žlázy (Letrox, Euthyrox).



**Upozornění:** Existují různé síly léků – obrovský pozor na záměnu dávkování! Léčba je doživotní a individuální.

# Od příznaků k ošetrovatelským problémům

## Zdravotní symptomy

Zpomalené myšlení a vyjadřování

Snížená svalová síla a výkonnost

Zimomřivost (hypofunkce)

Suchá, hrubá kůže

Nadměrná spavost

Zpomalený metabolismus

Změny vzhledu (váha, vlasy, nehty)

## Ošetrovatelské problémy

Riziko nepochopení a nedostatek informací.

Porucha pohyblivosti, zhoršená sebepéče a vysoké riziko pádu.

Pocit tělesného nepohodlí.

Porucha integrity kůže, zvýšená zranitelnost.

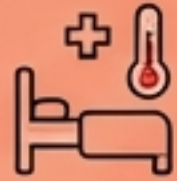
Narušený spánkový režim.

Porucha vyprazdňování (zácpa).

Nespokojenost se vzhledem, obavy z budoucnosti.



# Péče: Prostředí, pohyb a psychologie



## Prostředí

Malý, klidný pokoj. Uložit nemocného co nejbližší ke zdroji tepla.



**Pozor:** Nikdy nekombinovat pacienty s hypo- a hypertyreózou na jednom pokoji!



## Pohyb a Psychologie

Pohybový režim: Volný, ale s přihlédnutím ke snížené svalové výkonnosti. Nutný doprovod nemocného na vyšetření (riziko pádů).

**Psychologie a komunikace:** Respektovat zpomalené myšlení a vyjadřování. Předcházet nedorozuměním klidným a trpělivým přístupem. Zjistit úroveň informovanosti pacienta.

# Péče: Hygiena a integrita kůže

## Hodnocení soběstačnosti

Zhodnotit úroveň péče o osobní hygienu (zda pacient zvládne sám, nebo vyžaduje dopomoc).

## Teplotní komfort

Voda při mytí musí být dostatečně teplá, aby nemocný, který trpí zimomřivostí, neprochladnul.

## Ochrana kůže

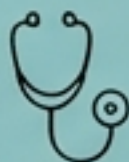
Nutná prevence poruch integrity kůže. Kůže je suchá a zranitelná – pravidelně promazávat mastnějšími krémy a mastmi.



# Péče: Sledování funkcí a varovné signály



## Základní sledování:



Základní sledování: Monitorovat fyziologické funkce (hlavně puls), tělesnou hmotnost (ve stejnou denní dobu pro objektivitu). Změny okamžitě hlásit lékaři.



## Sledování příznaků nemoci:



Sledování příznaků nemoci: Hlídat stupňování příznaků (zhoršení spánku, úbytek hmotnosti, průjmy, nesnášenlivost tepla, nervozita) → může značit nutnost snížit substituční léčbu.



## [VAROVÁNÍ - RIZIKO PŘEDÁVKOVÁNÍ]

Účinky léků je nutné přísně sledovat. Znamky předávkování substitucí zahrnují:

- Bolesti na hrudi (typu angina pectoris)
- Bušení srdce (palpitace)
- Tachykardie

# Péče: Výživa a vyprazdňování



## Výživa:

**Výživový režim:** Pacient má zpomalenou látkovou přeměnu, malou chuť k jídlu, ale sklon k tloustnutí.

- Omezit přísun cukrů a tuků.
- Zvýšit obsah zeleniny, ovoce a zbytkové (vláknité) stravy.
- Zajistit dostatečný přísun tekutin.

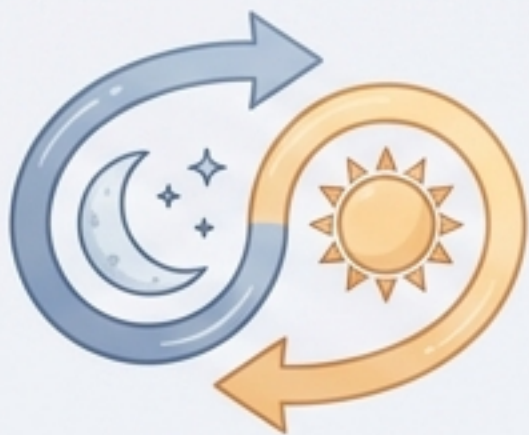
## Vyprazdňování:

### Vyprazdňování:

- Zhodnotit soběstačnost a pravidelně sledovat vyprazdňování moče i stolice.
- Prevence zácpy: Vhodná strava + dle ordinace lékaře podávání osmotických laxativ (např. Lactulóza).



# Péče: Spánek a odpočinkový režim



**Zhodnocení kvality:** Nemocný často pospává i během dne (hypersomnie).

**Klíčový cíl: Zabránit spánkové inverzi**  
(stav, kdy pacient v noci bdí a ve dne spí).

## Ošetřovatelské intervence:

- Zajistit klidné a vhodné prostředí pro nerušený odpočinek.
- Respektovat individualitu a dosavadní spánkové návyky nemocného.



# Edukace pacienta: Pravidla pro domácí péči



## **Doživotní farmakoterapie:**

Nutnost pravidelného užívání léků, dodržování správné síly léku a striktní užívání vždy ráno nalačno.



## **Sledování varovných příznaků:**

Pacient musí umět rozpoznat změny srdečního rytmu (tep, bušení srdce, bolest na hrudi), zhoršení spánku, nervozitu, průjmy, nechtěný úbytek hmotnosti nebo nesnášenlivost tepla (známky nadměrné dávky).



## **Pravidelné kontroly:**

Nutnost celoživotní dispenzarizace v endokrinologické ambulanci a dodržování termínů kontrolních vyšetření.



# Shrnutí a opakovací otázky

Jak byste charakterizovali hypofunkci štítné žlázy?

Jaké jsou hlavní příčiny vzniku?

Vysvětlete rozdíl mezi pojmy Myxedém a Kreténismus.

Vyjmenujte alespoň 5 hlavních příznaků onemocnění.

Jaká jsou zlatá pravidla pro podávání substitučních léků?

Vyjmenujte 3 hlavní ošetrovatelské problémy a jejich řešení.