

### **T4 nedir?**

Tiroksin (T4), tiroid bezi tarafından üretilen esas tiroid hormonudur, ancak T3'ün etkinliği daha belirgin olduğu için sanki T3 üretimi için bir kaynak görevi görür. Tiroid hormonlarının salgısını hipofizden salgılanan TSH (tiroid uyarıcı hormon), bunu da hipotalamusdan salgılanan TRH (tirotropin salgılatıcı hormon) kontrol eder. Tiroid bezinde herşey normal olsa dahi TSH uyarısı olmadan bez tiroid hormonu üretmez!

### **T3 nedir?**

Tiroid bezinin ürettiği ikinci hormon olan T3, aynı zamanda diğer dokularda T4'ün bir iyot kaybetmesi ile de oluşur. Asıl aktif hormon olan T3, kas kontrolünün, beyin fonksiyonunun ve gelişiminin, kalp ve sindirim fonksiyonlarının korunmasına yardımcı olur. Ayrıca vücudun metabolik hızında ve kemik sağlığının korunmasında da rol oynar.

### **T3 ve T4 ile ilişkili Sorunlar?**

Kan dolaşımında çok fazla T3 bulunması tirotoksikoz olarak adlandırılır. Bu durum genellikle tiroid bezindeki aşırı aktiviteden (hipertiroidizm) kaynaklanır. Tiroid hormon yüksekliği Graves hastalığı, tiroid iltihabı veya iyi huylu bir tümör gibi durumlarda, hatta dışarıdan tiroid hormonu alındığında ortaya çıkabilir. Tirotoksikoz belirtileri arasında kilo kaybı, iştah artışı, çarpıntı, düzensiz adet döngüsü, yorgunluk, sinirlilik ve saç incelmesi bulunur.

Hipotiroidizm, tiroid bezinin yeterince tiroid hormonu üretmemesidir. Hashimoto tiroiditi veya bazı ilaçlar gibi otoimmün koşullar yanı sıra, hipofiz tümörleri veya inflamasyon gibi hipofiz disfonksiyonunda da ortaya çıkabilir.

Hipotiroidizm ailelerde, kadınlarda ve erişkinlerde daha sıktır. Yorgunluk, algı ve düşünmede yavaşlama, üşüme hissi, kilo alımı, kuru cilt, kabızlık ve adet düzensizlikleri olabilir. Bu şikayetlerinin varsa aşağıdaki soruları sormanızda fayda var:

Tiroid hormon seviyelerim normal mi?

Tiroid fonksiyonumu kontrol etmek için hangi testi yaptırmalıyım?

Belirtilerim tiroid hormonu anormalliklerinden kaynaklanıyor olabilir mi?

Tiroid hormon seviyelerim çok yüksek veya çok düşükse - Tedavi seçenekleri nelerdir?

Bir tiroid uzmanı veya endokrinolog görmeli miyim?