

# Dysfonctionnements de la thyroïde – Ce que toute maman devrait savoir

## Le saviez-vous ?

- Les dysfonctionnements de la thyroïde chez les femmes enceintes et les nouvelles mamans peuvent être plus fréquents que vous ne le pensez.<sup>1</sup>
- Les couples confrontés à des problèmes d'infertilité et les femmes enceintes devraient consulter leur médecin au sujet d'éventuels examens de la thyroïde.
- L'iode est vital pour un corps sain et fertile : les femmes enceintes et allaitantes devraient prendre tous les jours<sup>2</sup> un complément nutritionnel contenant de l'iode dans les pays où il existe un risque de carence en iode.

### Qu'est-ce que la thyroïde et quel est son rôle ?

La thyroïde est une glande en forme de papillon située à la base du cou en avant de la trachée.<sup>3</sup> Elle contrôle le métabolisme et joue un rôle important sur la reproduction et la fertilité chez les femmes.<sup>3</sup>

### Quand des problèmes surviennent...

Les dysfonctionnements de la thyroïde les plus fréquents chez les femmes sont une thyroïde insuffisamment active (**hypothyroïdie**), qui produit trop peu d'hormones thyroïdiennes, ce qui ralentit le métabolisme, et une thyroïde trop active (**hyperthyroïdie**), qui produit une quantité excessive d'hormones thyroïdiennes, ce qui accélère le métabolisme.<sup>4,5</sup>

### Thyroïde et conception

Beaucoup de femmes ne savent pas que le rôle de la thyroïde est important pour l'appareil reproducteur féminin en raison de l'effet des hormones thyroïdiennes sur les ovaires. Les couples confrontés à des problèmes d'infertilité devraient consulter leur médecin au sujet d'éventuels examens de la thyroïde et des apports nécessaires en iode.

### Iode – Connaître les faits

- L'iode est vital pour un corps sain et fertile ; un apport en iode trop faible via l'alimentation peut être à l'origine d'une activité insuffisante de la thyroïde.<sup>2</sup>
- L'iode est présent dans des aliments tels les poissons de mer, les fruits de mer, le pain, le fromage, le lait de vache, les œufs, les yaourts et les algues.<sup>2</sup>
- Les apports en iode pour les femmes en âge de procréer sont de 150 microgrammes par jour.<sup>6</sup>
- Les apports en iode pour les femmes enceintes et allaitantes devraient être de 250 microgrammes par jour afin d'assurer le bon développement de la thyroïde de leur enfant.<sup>6</sup>

### Dysfonctionnements de la thyroïde et grossesse

Si elle n'est pas détectée ni traitée, une activité excessive ou insuffisante de la thyroïde peut être extrêmement nocive pour la mère comme pour l'enfant. Un dysfonctionnement de la thyroïde augmente le risque de naissance prématurée ou de mortinatalité, ainsi que des troubles de l'apprentissage et du développement. Il peut également provoquer un détachement du placenta de la paroi intérieure de l'utérus avant la naissance du bébé, et cette situation, appelée « décollement placentaire », peut engager le pronostic vital de la mère et de l'enfant.<sup>7,8,9</sup>

La fonction thyroïdienne d'une femme enceinte doit être idéalement vérifiée au moins une fois au début de la grossesse. Une vérification de votre fonction thyroïdienne tous les six à huit mois est recommandée si vous êtes déjà traitée pour un dysfonctionnement de la thyroïde et êtes enceinte. Elle assurera que votre thyroïde fonctionne normalement et que vous et votre bébé vous portez bien.<sup>7</sup>



# Dysfonctionnements de la thyroïde –

## Ce que toute maman devrait savoir

### Que faut-il rechercher ?

Un dysfonctionnement de la thyroïde peut facilement passer inaperçu pendant et après une grossesse, car les symptômes peuvent être simplement considérés comme des modifications normales de l'organisme. Les mères doivent être à l'écoute de leur corps et demander un avis médical si elles éprouvent l'un quelconque des symptômes ci-dessous ou s'en inquiètent.

### Principaux symptômes d'une activité insuffisante de la thyroïde :<sup>4,10</sup>

- Fatigue
- Dépression
- Douleurs articulaires ou musculaires
- Troubles de la mémoire
- Intolérance au froid

### Principaux symptômes d'une activité excessive de la thyroïde :<sup>11</sup>

- Perte de poids ou absence de prise de poids au cours de la grossesse
- Irritabilité et anxiété
- Battements cardiaques rapides
- Tremblement des mains
- Regard fixe

### Conseils aux nouvelles mamans

Un dysfonctionnement de la thyroïde peut apparaître au cours de l'année suivant l'accouchement chez une nouvelle maman chez qui aucune forme de trouble thyroïdien n'avait été précédemment diagnostiquée. Cette situation est appelée *thyroïdite du post-partum* (TPP),<sup>6</sup> Bien que son diagnostic puisse fortement inquiéter, une TPP n'est pas toujours une affection de longue durée et disparaît spontanément au cours de la première année suivant l'accouchement chez la plupart des femmes touchées.

Les femmes éprouvant des modifications prolongées de leur santé ou de leur bien-être après la naissance de leur enfant doivent consulter leur médecin pour des conseils supplémentaires.

### Une aide à portée de main

Le traitement d'un dysfonctionnement de la thyroïde au cours d'une grossesse est essentiel pour la santé de la mère comme pour celle du bébé. Soyez assurée que ce traitement est simple, bien établi et très efficace.

### Activité insuffisante de la thyroïde

- Le traitement d'une **hypothyroïdie** consiste à remplacer l'hormone manquante par un médicament. Ce traitement par hormones thyroïdiennes bien établi est pris par voie orale et peut être utilisé avant, pendant et après la grossesse.<sup>7</sup>
- Les femmes enceintes souffrant d'hypothyroïdie nécessitent une dose d'hormones thyroïdiennes plus élevée qu'avant leur grossesse,<sup>7</sup> ainsi que des bilans ou un suivi plus fréquents afin de s'assurer que les doses sont correctes.

### Activité excessive de la thyroïde

- Les femmes souffrant d'**hyperthyroïdie** reçoivent un traitement destiné à réduire la quantité d'hormones thyroïdiennes présentes dans leur sang.
- Les femmes enceintes présentant une hyperthyroïdie de sévérité légère sont suivies sans traitement, dans la mesure où elles se portent bien ainsi que leur bébé.<sup>7</sup>
- Les femmes enceintes et les nouvelles mamans souffrant d'hyperthyroïdie sévère peuvent être traitées par un médicament antithyroïdien ou, dans certains cas, par chirurgie afin d'enlever une partie de leur glande thyroïde,<sup>7</sup> mais une radiothérapie ne doit pas être effectuée.

### References

1. Thyroid disease in Women, symptoms, treatment and causes. <http://www.articlesbase.com/diseases-and-conditions-articles/thyroid-disease-in-women-symptoms-treatments-and-causes-1348786.html>. Accessed March 2010
2. American Thyroid Association. Iodine Deficiency [http://www.thyroid.org/patients/patient\\_brochures/iodine\\_deficiency.html](http://www.thyroid.org/patients/patient_brochures/iodine_deficiency.html). Accessed March 2010
3. Thyroid Foundation of Canada. The thyroid gland; a general introduction. <http://www.thyroid.ca/Guides/HG01.html>. Accessed March 2010
4. American Thyroid Association. ATA Hypothyroidism Booklet. Falls Church, VA 2003. [http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hypothyroidism%20\\_web\\_booklet.pdf](http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hypothyroidism%20_web_booklet.pdf). Accessed March 2010
5. American Thyroid Association. Hyperthyroidism. 2005 [http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hyper\\_brochure.pdf](http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hyper_brochure.pdf). Accessed March 2010
6. Management of Thyroid Dysfunction during Pregnancy and Postpartum: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. 2007
7. American Thyroid Association. Thyroid Disease and Pregnancy [http://www.thyroid.org/patients/brochures/Thyroid\\_Dis\\_Pregnancy\\_broch.pdf](http://www.thyroid.org/patients/brochures/Thyroid_Dis_Pregnancy_broch.pdf). Accessed March 2010
8. Mayo Clinic. <http://www.mayoclinic.com/health/placental-abruption/DS00623/DSECTION=complications>. Accessed March 2010
9. ACOG Education Pamphlet AP128 - Thyroid Disease. American College of Obstetricians and Gynecologists. Washington, DC. 2002
10. Roberts CG, Ladenson PW. Hypothyroidism. *Lancet*. 2004;363:793-803
11. American Association of Clinical Endocrinologists. Hyperthyroidism. 2006 [http://www.endo-nurses.org/toolbox/pdf/patient\\_education/AACE%20Hyperthyroidism.pdf](http://www.endo-nurses.org/toolbox/pdf/patient_education/AACE%20Hyperthyroidism.pdf). Accessed March 2010

### Pour des informations supplémentaires

Si vous souhaitez des informations supplémentaires sur les dysfonctionnements de la thyroïde, vous pouvez consulter les sites internet suivants :

[www.thyroidweek.com](http://www.thyroidweek.com) [www.thyroid-fed.org](http://www.thyroid-fed.org)

Les informations présentées dans ce feuillet ne sont pas destinées à remplacer une consultation médicale approfondie. Vous devez consulter un médecin dûment qualifié pour tout problème ou autre fait couvert par les informations évoquées dans ce feuillet avant d'entreprendre une action quelconque.

Ce feuillet a été téléchargé depuis le site internet [www.thyroidweek.com](http://www.thyroidweek.com) et a été créé en mars 2010. Veuillez consulter les conditions d'utilisation, y compris légales et en matière de protection des données, du site internet lors de la lecture de ce feuillet.

Cette campagne est soutenue par

