

Thyrohelp 30 cps NATURPHARMA



Thyrohelp este un supliment alimentar a cărui compoziție unică (aminoacidul L-tirozină, zinc, seleniu, vitamina D și extract standardizat de turmeric), contribuie la funcționarea normală a glandei tiroide și a sistemului imunitar.

Thyrohelp este prima formulă de acest fel din România.

Ingredientele sale au fost selectate pentru profilul lor de siguranță ridicat, originea naturală și eficacitatea dovedită. Fiecare dintre aceste ingrediente sunt recomandate individual de către specialiști și un remediu preferat pentru pacienții în lupta împotriva unei probleme din ce în ce mai frecvente - disfuncția tiroidiană. În **Thyrohelp**, ingredientele sunt combinate optim pentru a aduce un beneficiu semnificativ organismului, iar prin acțiunea lor sinergică completează și îmbunătățește efectele benefice individuale ale acestora.

Până recent, s-a crezut că riscul de hipotiroidism și hipertiroidism a fost determinat în mod predominant de aportul dietetic de iod. Însă, știința modernă recunoaște din ce în ce mai mulți factori care influențează riscul de hipotiroidism și hipertiroidism. Acești factori pot fi: vârsta, fumatul, predispoziția genetică, etnia, factori endocrini (de exemplu, BPA (Bisfenolul A) și alți xenoestrogeni), unele tratamente noi și medicamente (de exemplu, inhibitori ai punctului de control imun).

Conform datelor recente, peste 5% din disfuncțiile tiroidiene rămân nediagnosticate. Acest lucru este valabil mai ales pentru vârstnici, unde procentul este de până la două ori mai mare. Aproximativ 2/3 din disfuncțiile tiroidiene nediagnosticate sunt tipuri de hipotiroidism (Lucas, A., și colab., 2010; Diab, N., și colab., 2019). În ceea ce privește sexul, datele recente arată că femeile au un risc de până la 10 ori mai mare de hipotiroidism și de până la 12 ori mai mare risc de hipertiroidism decât bărbații. (Vanderpump, M., 2011; Diab, N., și colab., 2019).

Compoziția (per capsulă):

- **L-tirozină** (aminoacid proteinogenic): 250 mg
- **Extract de Turmeric** (Curcuma longa, 95% curcumina): 75 mg
- **Zinc** (sulfat de zinc - 41,66 mg): 15 mg
- **Seleniu** (selenit de sodiu): 100 mcg

- **Vitamina D** (colecalfiferol): 10 mcg

Excipienți: celuloză microcristalină (emulsionant), siliciu, stearat de magneziu (agenți anti-caking).

Ce spune știința tiroidiană despre ...

L-tirozină

Tirozina este folosită de organism în combinație cu iodul pentru a produce hormonii tiroidieni: tiroxină (T4) și triiodotironină (T3). Prin urmare, adăugarea de L-tirozină (unul dintre izomerii naturali ai aminoacidului) la dieta pacienților cu hipotiroidism este o practică frecventă.

Într-un experiment din 2007, Palinkas și colab. au descoperit că L-tirozina sub formă de supliment a condus la creșterea nivelului de T3 la 85 de voluntari stresați. În plus, s-a observat o scădere a nivelului de TSH, ale cărui valori ridicate sunt asociate în mod obișnuit cu hipotiroidism și stres cronic. Aceste rezultate sunt confirmate și de experimente pe modele animale, în care L-tirozina administrată sub formă de supliment îmbunătățește funcția neuroendocrină și previne scăderea nivelului hormonilor tiroidieni cauzată de stresul cronic (Wang, Z, și colab., 2012).

L-tirozina îmbunătățește semnificativ și menține vigilența mintală, funcția psihomotorie și abilitățile cognitive în situații extreme și în privarea cronică de somn (Deijen, et al., 1999; Neri și colab., 1995). Aceste efecte se datorează probabil acțiunii sale asupra mai multor neurotransmițători și hormoni precum melatonina, dopamina, adrenalina și/sau noradrenalina și ar putea avea o relevanță clinică pentru pacienții care suferă de hipotiroidism.

Curcumina (extract standardizat de turmeric)

Proprietățile antioxidante și antiinflamatorii ale **curcuminei** au fost îndelung studiate (Venugopal & Sudheer, 2007). S-a descoperit recent că, datorită acestor proprietăți, **extractul standardizat de turmeric** poate proteja glanda tiroidă de disfuncționalitate și contribuie astfel la menținerea unor niveluri normale de hormoni tiroidieni (Abdelaleem, M, și colab., 2018).

Nivelul crescut de T3 poate provoca creșterea stresului oxidativ asupra celulelor din organism. A fost demonstrat faptul că Curcumina combate eficient acest stres oxidativ și daunele asociate acestuia (Samanta, L, și colab., 2010).

Nodulii tiroidieni benigni (noduli tiroidieni) sunt una dintre cele mai frecvente afecțiuni endocrine. Un studiu recent din România arată că suplimentarea dietei cu curcumină reduce semnificativ dimensiunea acestor noduli după o perioadă de administrare de doar 6 săptămâni (Stancioiu, F, și colab., 2019).

Zinc

Zincul este strâns legat de funcția glandei tiroide în mai multe moduri. Atunci când nivelul de **zinc** în organism este scăzut, acesta încetează formarea THR (receptorul de tirotropină) și TSH (tirotropină), ceea ce duce la niveluri scăzute de T4 și T3. **Zincul**, de asemenea, contribuie la activitatea enzimei deiodinază, care transformă T4 în T3 funcțional. În cazul deficitului de zinc sau absența acestuia în organism, formarea de T3 este dificilă sau chiar imposibilă. (Baltaci, A, și colab.,

2004; Khanam, S, 2018; Severo, J, și colab., 2019). Este cunoscut faptul că **Zincul** este necesar pentru funcționarea normală a receptorului T3, iar nivelurile scăzute de **zinc** pot conduce la deteriorarea funcției hormonului T3 (Freake, H, și colab., 2001).

În plus, nivelurile scăzute de **zinc** au fost asociate cu o autoimunitate crescută - niveluri ridicate de anticorpi anti-tiroidieni - Anti-TPO (tiroidperoxidaza) și Anti-Tg (Tiroglobulina) au fost observate la pacienții tiroidieni cu deficit de **zinc** (Ertek S, et al. 2010).

Câteva rapoarte sugerează că deficiența de **zinc** este cauza hipotiroidismului subclinic. Adăugarea de **zinc** în dieta pacienților cu Sindrom Down duce la o îmbunătățire a funcției tiroidiene (Napolitano, G, și colab., 1990). La animale, s-a constatat că hipotiroidismul duce la o scădere a absorbției **zincului** (Chen, S, și colab., 2005). Aportul de **Zinc** are efecte benefice asupra nivelului hormonilor tiroidieni (în special T3 total), nivelurilor metabolice (Maxwell, C. & Volpe, SL, 2007) și asupra mai multor simptome concomitente de hipotiroidie, cum ar fi depresia, scăderea acuității mintale, căderea părului, scăderea apetitului și leziuni la nivelul pielii (Betsy, A și colab., 2013).

Un studiu din 2015 realizat pe 68 de femei cu hipotiroidism a arătat că aportul de **zinc** a crescut nivelul de T3 liber, iar combinația de **zinc** și **seleniu** a condus la o scădere semnificativă a TSH și la o creștere a T4 (Mahmoodianfard, S, și colab., 2015).

Seleniu

Știați că glanda tiroidă este organul cu cel mai ridicat nivel de **seleniu** din întregul organism?

Este cunoscut faptul că menținerea nivelurilor fiziologice normale de seleniu este esențială pentru buna funcționare a glandei tiroide și prevenirea bolilor tiroidiene (Ventura, M., și colab., 2017). Nivelurile scăzute de **Seleniu** accentuează efectele negative ale deficitului de iod (Arthur, JR, 1991) și, au fost asociate cu tiroidita subacută, precum și cu cele mai frecvente cancere tiroidiene - carcinomul papilar și folicular (Moncayo, R., și colab., 2008). Într-un studiu recent transversal s-a observat că la peste 6.000 de persoane nivelurile scăzute de seleniu seric au fost asociate cu un risc crescut de tiroidită autoimună și hipotiroidism (Wu, Q., și colab., 2015).

S-a demonstrat în mod repetat că aportul suplimentar de **seleniu** poate contribui la reducerea anticorpilor anti-tiroidieni, la îmbunătățirea structurii glandei tiroide și că are efecte benefice în tiroiditele autoimune (inclusiv Tiroidita Hashimoto) (Toulis, K.A., și colab., 2010; Drutel, A., și colab., 2013; Ventura, M., și colab., 2017). Ameliorarea clinică ca urmare a aportului de **seleniu** a fost observată și la pacienții cu boala Graves (Drutel, A., et al., 2013), precum și la pacienții cu formă ușoară până la moderată de oftalmopatie tiroidiană. (Ventura, M., și colab., 2017).

Vitamina D

Deficitul de **vitamina D** este o afecțiune comună care este de multe ori asociată cu tulburări tiroidiene autoimune, cum ar fi Tiroidita Hashimoto și Boala Graves. Mai mult, s-a dovedit că o serie de tumori tiroidiene sunt asociate cu niveluri serice scăzute de **vitaminei D** (Kim, D., 2017). Incidența deficienței de **vitamina D** este semnificativ mai mare la pacienții cu tiroidită autoimună și joacă probabil un rol în patogeneza afecțiunilor tiroidiene - a fost descoperită o corelație semnificativă între prezența anticorpilor anti-tiroidieni și deficiența vitaminei solubile în grăsimi (Vitamina D) (Kivity, S., și colab., 2010).

Alte studii arată că pacienții cu Tiroidita Hashimoto au niveluri ridicate ale aceluiași molecule inflamatorii, ale căror efecte dăunătoare sunt blocate în mod efectiv de nivelurile serice normale de **vitamina D** (Mikos, H., și colab., 2017; Sun, L., și alții, 2016; Makariou, S., și colab., 2011)

Până în prezent, informațiile în favoarea **Vitaminei D** ca potențială armă în lupta împotriva bolii tiroidiene autoimune sunt promițătoare. O serie de studii clinice au descoperit că administrarea unui supliment de colecalciferol are un efect benefic asupra nivelurilor de anticorpi anti-tiroidieni și T4 (Chaudhary, S., et al., 2016; Simsek, Y. și colab., 2016; Chaudhary, S., 2018;).

Doza zilnică recomandată: 1 capsulă/zi

Ambalaj: cutie cu 30 capsule gelatinoase

Contraindicații: copii mai mici de 6 ani, femeile însărcinate sau care alăptează, persoane cu hipersensibilitate la oricare dintre componentele produsului.

Avertizări: A nu se depăși doza zilnică recomandată. Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată și echilibrată și un mod de viață sănătos. A se păstra în ambalajul original, la temperatura camerei, până la 25 de grade. A nu se lăsa la îndemâna și vederea copiilor mici. A se consuma, de preferință, înainte de sfârșitul lunii menționate pe ambalaj.