Ipertiroidismo e subacquea

D: Sono una donna di 42 anni, sovrappeso di circa 20 libbre (9 chili) rispetto alla mia altezza ed età. Faccio esercizio regolarmente andando in bicicletta e utilizzando una macchina fitness fissa. Circa un anno e mezzo fa mi è stato diagnosticato l'ipertiroidismo. Come cura, 10 mesi fa mi hanno sottoposta a una terapia di radiazioni alla tiroide. Al momento assumo Synthroid(r), e il mio livello di ormoni tiroidei è tornato normale. Non ho restrizioni alle mie attività e non presento più i sintomi dell'ipertiroidismo. Provo occasionalmente un senso di spossatezza che né io né il mio dottore riusciamo a spiegarci. Io e mio marito di solito facciamo immersioni due volte l'anno durante le vacanze, ma ora non facciamo subacquea da più di due anni. Ci sono dei problemi ad immergersi mentre si assume lo Synthroid o dopo aver ricevuto la terapia delle radiazioni alla tiroide?

Una domanda dall'Ohio

R: La pratica subacquea di tipo ricreativo è di solito considerata poco sicura per gli individui con un ipertiroidismo attivo e non curato. La tiroide è un organo vitale che produce un ormone che aiuta a regolare il metabolismo corporeo. Questo ormone, se prodotto in quantità eccessive, può aumentare il ritmo cardiaco, causare l'indebolimento del cuore e la mancanza di fiato, alterare il peso del corpo e causare ansia grave. In casi di ipertiroidismo non curato, l'ormone della tiroide può essere improvvisamente rilasciato in grandi quantità, il che causa sintomi acuti che possono essere estremamente debilitanti se si presentano in un subacqueo in immersione. Nel suo caso, l'eccessiva stimolazione della ghiandola tiroidea (ipertiroidismo) è stata trattata con una iodina radioattiva che diminuisce la funzione della tiroide e riduce la quantità di ormone prodotto. Dopo il trattamento dell'ipertiroidismo, i livelli dell'ormone della tiroide spesso scendono al di sotto del livello normale (questo fenomeno è chiamato ipotiroidismo), ma l'ormone mancante può essere sostituito con la levotiroxina (Synthroid(r)), un sostituto sintetico, riportando alla normalità il livello di ormoni tiroidei presenti nel flusso sanguigno. Può ricominciare a immergersi se i livelli degli ormoni sono normali, se i sintomi dell'ipertiroidismo si sono risolti, se non ha altri problemi di salute e se riesce ad avere una prestazione fisica di livello adeguato.

La sua spossatezza ingiustificata potrebbe essere un problema residuo ma, con il consenso del suo medico, un programma di esercizio fisico che includa la riduzione di peso potrà aiutarla a ritrovare il suo livello normale di resistenza.

Immergersi o non immergersi…?

L'ipertiroidismo non curato (come altre malattie e disturbi) è una condizione che impedisce di fare immersione subacquea; ciò non vale per l'ipertiroidismo curato e senza sintomi. La chiave per poter continuare a fare immersioni dopo che ci è stato diagnosticato un problema medico come l'ipertiroidismo è seguire la cura prescritta dal medico, sottoporsi a controlli periodici e a visite regolari.

Domande?

Scrivete a medical@daneurope.org

Se avete un'emergenza da immersione, l'assistenza è sempre disponibile tramite la DAN 24-Hour Diving Emergency Hotline (Linea di Emergenza Subacquea 24 ore su 24 di DAN) +39 06 4211 8685 / +39 06 4211 5685

Consigli per la vostra salute

Se non seguite già un programma che vi aiuti a tenervi in forma, ecco alcuni consigli che vi aiuteranno a cominciare:

- Evitate o limitate il consumo giornaliero di cibi ad alto contenuto di grassi.
- Non fumate.
- Consumate alcol solo in quantità moderate.
- Partecipate ad un regolare programma di esercizi almeno tre volte a settimana.
- Chiedete consiglio al vostro medico personale riguardo ai cambiamenti nel vostro stile di vita e alla frequenza delle visite.

Costi e benefici

Mantenersi in buona salute comporta dei costi: le visite periodiche dal medico, i test nei laboratori e i controlli non sono gratuiti; ma come per la subacquea, è un investimento concreto per un futuro sereno.

Sull'autore

JOEL DOVENBARGER, Vice Presidente di DAN America Medical Services, lavora per DAN dal 1985. Medico professionista da 30 anni, Dovenbarger ha iniziato a lavorare come infermiere registrato nel 1976 ed ha cominciato a lavorare nel campo della subacquea e della medicina iperbarica al F.G. Hall Lab del Duke Medical Center nel 1982.