



# FICHES CONSEILS

**Pour aider vos patients à mieux  
comprendre l'hypothyroïdie**

« Vous venez de diagnostiquer une hypothyroïdie  
à l'un de vos patients.

Ce bloc contient des fiches, que vous pouvez lui  
remettre, afin de répondre de façon simple et  
didactique aux premières questions qu'il pourrait  
se poser. »





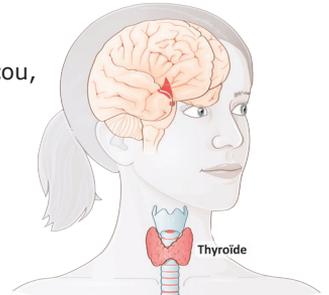
# Comprendre l'hypothyroïdie

« Votre médecin vient de vous diagnostiquer une hypothyroïdie. Cette fiche explicative a pour objet de répondre à vos 1<sup>ères</sup> questions. Si certains éléments ne vous semblent pas clairs ou si vous avez d'autres questions, n'hésitez pas à questionner votre médecin. »

## 1 Thyroïde et hormones thyroïdiennes... de quoi parle-t-on ? <sup>(1)</sup>

La thyroïde est une petite glande en forme de papillon située à la base du cou, sous la pomme d'Adam. Elle n'est normalement pas palpable.

Elle produit des hormones appelées T3 et T4 (du fait de la présence de 3 ou 4 atomes d'iode dans leur composition). La T4 est l'hormone de réserve, produite en plus grande quantité que la T3. Lorsque cela est nécessaire, la T4 peut être transformée en T3 pour devenir active.



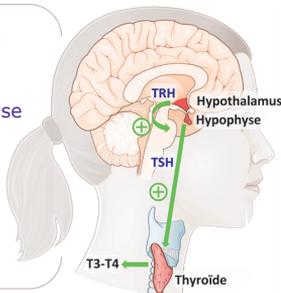
## 2 À quoi servent les hormones thyroïdiennes ? <sup>(1)</sup>

Ces hormones sont transportées par le sang vers d'autres organes ou tissus où elles exercent leurs effets. Elles jouent un rôle important dans la régulation des principales fonctions de l'organisme : contrôle de la production de l'énergie musculaire et de la température du corps, utilisation des nutriments, régulation du rythme cardiaque, motricité du tube digestif, renouvellement des os, développement de l'enfant. Elles contribuent aussi au fonctionnement du système nerveux et peuvent ainsi avoir une influence sur l'humeur.

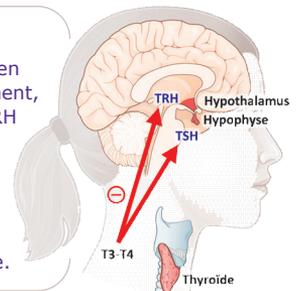
## 3 Production des hormones thyroïdiennes... comment ça marche ? <sup>(1)</sup>

La fabrication de ces hormones est régulée par 2 glandes situées dans le cerveau : l'hypothalamus et l'hypophyse. Ces dernières agissent sur la thyroïde de façon à assurer une production d'hormones thyroïdiennes en quantité adéquate pour le bon fonctionnement de l'organisme.

**A.** L'hypothalamus transmet ses ordres à l'hypophyse par l'intermédiaire d'une hormone, la TRH. L'hypophyse communique à son tour avec la thyroïde via une 2<sup>e</sup> hormone, la TSH, qui va stimuler la production des hormones thyroïdiennes T3 et T4.



**B.** Lorsque les hormones thyroïdiennes sont produites en quantité suffisante, elles freinent, en retour, la production de TRH et de TSH, pour éviter une surproduction d'hormones thyroïdiennes. Il s'agit d'un équilibre « dynamique », et l'on parle de boucle de régulation ou de rétrocontrôle.



## 4 Vous avez dit « hypothyroïdie » ? <sup>(1,2,3)</sup>

L'hypothyroïdie correspond à une sécrétion trop faible d'hormones par la thyroïde. Elle entraîne un ralentissement global du fonctionnement de l'organisme.

Les symptômes sont multiples. Peu marqués au début, ils peuvent s'accroître au cours de l'évolution de la maladie. Ils diffèrent selon les patients.



Fatigue physique et intellectuelle, difficultés de concentration, somnolences



Manque d'énergie et dépression



Prise de poids



Constipation



Peau pâle et sèche



Frilosité



Cheveux secs et cassants, perte de poils



Douleurs/crampes et faiblesses musculaires



Diminution du rythme cardiaque



Perturbation du cycle menstruel

## 5 Pourquoi moi ? Et mes enfants ? <sup>(1,4)</sup>

L'hypothyroïdie est une pathologie fréquente, avec 3 millions de personnes traitées en France. Sa fréquence augmente avec l'âge, particulièrement après 65 ans.

La cause la plus courante est un dérèglement du système immunitaire. L'organisme produit des anticorps dirigés contre les cellules thyroïdiennes, provoquant une diminution de la production d'hormones.

L'hypothyroïdie peut aussi être la conséquence d'un traitement médical (opération chirurgicale ou irradiation de la thyroïde, effet de certains médicaments). Elle peut enfin, bien plus rarement, être liée à une carence en iode, oligo-élément indispensable à la fabrication des hormones thyroïdiennes, ou être présente dès la naissance suite à un développement anormal de la thyroïde pendant la période fœtale.

Les prédispositions héréditaires d'hypothyroïdies sont rares. Toutefois, en présence de cas d'hypothyroïdie au sein d'une même famille, il est prudent de vérifier le fonctionnement de la thyroïde des autres membres de la famille, surtout à partir de 50 ans.

## 6 Est-ce que je vais recevoir un traitement ? Que dois-je en attendre et que dois-je changer dans ma vie quotidienne ? <sup>(3,5,6,7)</sup>

Dans certaines situations, un traitement ne s'impose pas. Le médecin peut proposer un simple suivi.

Si nécessaire, un traitement peut être instauré pour compenser le déficit en hormones thyroïdiennes. Il consiste à prendre, chaque jour, une quantité complémentaire d'hormone (de synthèse), de manière à remplacer les hormones manquantes et ramener le taux sanguin à la normale. Il permet généralement de rééquilibrer le fonctionnement de l'organisme, entraînant une diminution des symptômes, souvent perceptible dans les 3 semaines suivant la mise en route du traitement.

Le dosage est ensuite adapté (selon l'âge, le poids, l'importance de l'hypothyroïdie, d'autres problèmes de santé...) jusqu'à l'identification de la dose d'équilibre qui correspond à une normalisation et stabilisation de la TSH, généralement associées à la disparition des symptômes et au retour à une vie normale.

L'hypothyroïdie n'impose pas de précaution ni de régime particulier, mais il est conseillé d'avoir une alimentation équilibrée, de prendre son traitement chaque jour, à distance des repas et toujours dans les mêmes conditions.



### Qu'indique le taux de TSH ? <sup>(1,2)</sup>

- Le taux de TSH reflète le taux d'hormones thyroïdiennes circulant. Il est l'indicateur le plus utilisé pour suivre le fonctionnement de la thyroïde. Son dosage est réalisé à partir d'une simple prise de sang.
- Une valeur élevée de la TSH par rapport à la normale révèle une hypothyroïdie : les taux d'hormones thyroïdiennes sont faibles et ne freinent pas la sécrétion de TSH.
- À l'opposé, une valeur de la TSH inférieure à la normale peut indiquer une hyperthyroïdie : les hormones thyroïdiennes, en quantité trop élevées, freinent excessivement la production de TSH.



### Conseils pour le suivi de votre hypothyroïdie <sup>(2,3,7)</sup>

- En règle générale, il n'est pas recommandé de réaliser un dosage de TSH s'il n'y a pas de signes cliniques évocateurs de dysfonctionnement de la thyroïde.
- En présence de symptômes évocateurs d'hypothyroïdie, il est recommandé de prescrire le dosage de la TSH en première intention. Si le taux de TSH est anormal, il doit être recontrôlé et le dosage de T4 doit être réalisé.
- D'autres dosages plus spécifiques peuvent également être demandés par le médecin.
- Pour pouvoir comparer au fil du temps les différents dosages entre eux de façon optimale, il est recommandé de les réaliser dans le même laboratoire d'analyses médicales et, dans la mesure du possible, d'effectuer les prélèvements au même moment de la journée.

**Merck**

[www.merck.fr](http://www.merck.fr)



#### Information médicale/Pharmacovigilance

pour les patients, les aidants et les professionnels de santé :

0 800 888 024 (Service & appel gratuits)

E-mail : [infoqualit@merckgroup.com](mailto:infoqualit@merckgroup.com)

Merck Serono s.a.s. - 37 rue Saint-Romain - 69008 Lyon

#### Références

1. Améli. Comprendre l'hypothyroïdie.
2. Améli. Symptômes et bilan d'une hypothyroïdie.
3. Petite CA. Prise en charge de l'hypothyroïdie. Rev Med Suisse 2204;0:23785.
4. ANSM : Utilisation des produits à base de lévothyroxine en France à partir d'octobre 2017.
5. Améli. Traitement de l'hypothyroïdie.
6. Améli. Hypothyroïdie : suivi médical et vie quotidienne.
7. HAS. Pertinence des soins hypothyroïdie.



**Retrouvez et commandez  
tous les documents  
pour vos patients sur le site**

**MediMerck.fr**

Accédez directement au site :



**Merck**

[www.merck.fr](http://www.merck.fr)



**Information médicale/Pharmacovigilance**

pour les patients, les aidants et les professionnels de santé :

0 800 888 024 (Service & appel gratuits)

E-mail : [infoqualit@merckgroup.com](mailto:infoqualit@merckgroup.com)

Merck Serono s.a.s. - 37 rue Saint-Romain - 69008 Lyon