

هل تعلم ماهي الغدد الصماء في الجسم وما هي وظائفها؟

الغدة النخامية. الغدة الصنوبرية. الغدة الدرقية. الغدة المجاورة للغدة الدرقية. البنكرياس. الغدة الكظرية. المبيض. الخصية. هل تعلمون ما القسم المشترك بين هذه الغدد؟ إنها تنتمي إلى عائلة الغدد الصماء

أبحاث تؤكد أن الجوع يساعد في تقوية جهاز المناعة

والغدد الصماء عبارة عن أنسجة متخصصة لا تملك قنوات لطرح المواد الكيميائية التي تصنعها، بل تصبها مباشرة في الدم بواسطة شبكة غنية من الأوعية الدموية الدقيقة. وتعمل جميع الغدد الصماء بشكل متناغم مع بعضها بعضاً، بالتعاون مع الجهاز العصبي الذي يلعب دوراً بارزاً في إفراز بعض الهرمونات

هنا الوظائف المتعلقة بهذه الغدد

- الغدة النخامية، وتقع في أسفل المخ في قاع الجمجمة، وتعد من أهم الغدد على الإطلاق على رغم ضآلة حجمها ووزنها الذي لا يتعدى نصف غرام. وتتولى هذه الغدة وظائف عدة، أهمها

تطرح هرمون النمو المسؤول عن الطول، ويملك هذا الهرمون أعقد تركيب كيميائي ويتألف من 188 حمضاً أمينياً - تحدد سن البلوغ -

تفرز هرمون البرولاكتين وهرمون الأوكسيتوسين المسؤولين عن در الحليب من الثديين -

تصنع الهرمون المضاد لإدرار البول الذي يتحكم بكمية السوائل ويتركز الأملاح في البول والدم -

- تطرح الهرمونات الحاث للعدد الأخرى، مثل الهرمون الحاث للغدة الدرقية، والهرمون الحاث للغدة الكظرية، والهرمون المنبه للجريب. وهرمون تلويين الجلد الميلانين

- الغدة الصنوبرية. اعتقد العلماء طويلاً بأن هذه الغدة عديمة الفائدة، لكن تبين في ما بعد أنها تفرز هرموناً اسمه الميلاتونين الذي يملك تأثيراً كبيراً على الجسم، إذ يزيد من نشاط الكائن الحي، ويقوي العضلات، ويساعد في مكافحة الجراثيم والفيروسات، ويخفف من وطأة عوارض السفر الطويل والبعيد، ويحمي من خطر الأمراض القلبية الوعائية

- الغدة الدرقية، وتقع في مقدمة الرقبة، وهي تطرح هرمون التيروكسين الضروري جداً للحياة، إذ يتحول معظمه في الدم إلى هرمون يدعى ت4 وإلى هرمون آخر يسمى ت3، ويدخل الأخير إلى قلب الخلايا مرتبطاً في داخلها بمستقبلات خاصة يشرف من خلالها على بناء البروتينات وعلى تحديد وتيرة العمليات الاستقلابية

- الغدد جارات الغدة الدرقية، وهي أربع صغيرة تستوطن في محاذاة الغدة الدرقية من الخلف، وتتولى الإشراف على تنظيم مستوى الكلس والفوسفور في الدم وفي العظام من خلال عملية تنظيم امتصاص الكلس من الأمعاء وإخراجه بواسطة الكلى

- البنكرياس، وهو غدة مختلطة، جزء منها يملك قناة، أما الجزء الآخر فلا يوجد فيه قناة ويطلق عليه اسم خلايا لانغرهانس - التي تصنع هرمون الأنسولين الذي ينظم مستوى السكر في الدم من خلال تسهيل عملية عبوره إلى داخل الخلايا

الغدة الكظرية، وتقع أعلى الكلية، وتطرح الهرمونات الآتية -

- هرمون الكورتيزول، ويتم طرحه بكثافة في أوقات الشدة النفسية أو البدنية من أجل مواجهة الظروف الطارئة وبالتالي التكيف مع الوضع الجديد

- هرمون الذكورة التيستوستيرون، فالجميع يعرف أهمية هذا الهرمون في ظهور شعر الإبط والعانة كأول علامة من علامات البلوغ

- الأدرينالين أو هرمون الغضب، وأهميته معروفة في عملية التحدي، إذ يتم إفرازه عند الشعور بالخطر أو بالخوف من أجل تهيئة الإنسان لمواجهة المواقف الحرجة أو للهرب منها

- المبيض، ويفرز هرمون الأنوثة الأستروجين المسؤول عن العلامات الثانوية المميزة للنساء مثل نمو الثدي وحدوث العادة الشهرية..

: ويجب الشك بوجود مرض في الغدد الصماء في حال الشكوى من المظاهر الآتية

- قصر القامة -
- زيادة في الوزن وسمنة -
- شعور بالتعب والإرهاق -
- عدم تحمل الطقس البارد -
- تورم الوجه وتغير ملامحه -
- الاكتئاب وضعف الذاكرة والنسيان -
- انتفاخ العينين أو جحوظهما -
- التورم في مقدمة العنق -
- البرود أو العجز الجنسي -
- جفاف الجلد وخشونته وتقصف الشعر -
- زيادة الشعر أو اضطرابات الدورة الشهرية عند النساء -
- مشاكل على صعيد الإنجاب لدى الذكور والإناث -
- آلام في المفاصل والعضلات -
- تيبس المفاصل والعضلات -