



***Nutrition*** *et*  
***supplémentation***  
***des troubles de la thyroïde***



## PLAN DE LA FORMATION

### 1. Anatomie et physiologie de la thyroïde

- 1.1. Anatomie et histologie de la thyroïde
- 1.2. Structure des hormones thyroïdiennes
- 1.3. Rôles des hormones thyroïdiennes
- 1.4. Métabolisme des hormones thyroïdiennes
  - 1.4.1. Synthèse
  - 1.4.2. Transport
  - 1.4.3. Régulation
  - 1.4.4. Catabolisme

Date de mise à jour :

Mars 2026

### 2. Nutriments de la thyroïde

- 2.1. Tyrosine
  - 2.1.1. Définition de la tyrosine et rôles dans l'organisme
  - 2.1.2. Besoins en tyrosine
  - 2.1.3. Sources de tyrosine
  - 2.1.4. Carences en tyrosine
  - 2.1.5. Supplémentations en tyrosine
- 2.2. Iode
  - 2.2.1. Définition de l'iode et rôles dans l'organisme
  - 2.2.2. Besoins en iode
  - 2.2.3. Sources d'iode
  - 2.2.4. Carences en iode
  - 2.2.5. Supplémentations en iode
- 2.3. Sélénium
  - 2.3.1. Définition du sélénium et rôles dans l'organisme
  - 2.3.2. Besoins en sélénium
  - 2.3.3. Sources de sélénium
  - 2.3.4. Carences en sélénium
  - 2.3.5. Supplémentations en sélénium
- 2.4. Autres nutriments

### 3. Facteurs de perturbation de la thyroïde

- 3.1. Substances goitrogènes
- 3.2. Perturbateurs endocriniens
- 3.3. Iode radioactif

### 4. Troubles de la thyroïde

- 4.1. Hypothyroïdie
  - 4.1.1. Définition
  - 4.1.2. Manifestations
    - 4.1.2.1. Manifestations cliniques
    - 4.1.2.2. Manifestations biologiques
  - 4.1.3. Facteurs de risque et causes
    - 4.1.3.1. Facteurs de risque
    - 4.1.3.2. Causes
  - 4.1.4. Prévention et prise en charge
    - 4.1.4.1. Hygiéno-diététique
    - 4.1.4.2. Supplémentations
      - 4.1.4.2.1. Nutriments
      - 4.1.4.2.2. Phytothérapie
    - 4.1.4.3. Médicaments

## 4.2. Hyperthyroïdie

### 4.2.1. Définition

### 4.2.2. Manifestations

#### 4.2.2.1. Manifestations cliniques

#### 4.2.2.2. Manifestations biologiques

### 4.2.3. Facteurs de risque et causes

#### 4.2.3.1. Facteurs de risque

### 4.2.4. Prévention et prise en charge

#### 4.2.4.1. Supplémentations

##### 4.2.4.1.1. Nutriments

##### 4.2.4.1.2. Phytothérapie

#### 4.2.4.2. Médicaments

#### 4.2.4.3. Chirurgie

## 4.3. Troubles de la thyroïde aux différents stades de la vie

### 4.3.1. Période néonatale

### 4.3.2. Période de reproduction

### 4.3.3. Grossesse

### 4.3.4. Postpartum

### 4.3.5. Ménopause

## ANNEXES

ANNEXE N°1 : MÉDICAMENTS POUVANT INTERAGIR AVEC LA LEVOTHYROXINE

ANNEXE N°2 : ARBRES DECISIONNELS HAS TROUBLES DE LA THYROÏDE

ANNEXE N°3 : QUESTIONNAIRE THYROÏDE AU RALENTI

ANNEXE N°4 : QUESTIONNAIRE THYROÏDE EN SURRÉGIME

ANNEXE N°5 : DEMANDE D'ANALYSES BIOLOGIQUES

ANNEXE N°6 : ANALYSES BIOLOGIQUES

ANNEXE N°7 : TABLEAU DES AS EN VITAMINES ET MINÉRAUX

ANNEXE N°8 : COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

ANNEXE N°9 : PHYTOTHÉRAPIE DE LA THYROÏDE

ANNEXE N°10 : CAS PATIENTS

ANNEXE N°11 : BIBLIOGRAPHIE