



Schilddrüsenunterfunktion

Was Sie wissen sollten, woran Sie denken müssen

Ein kurzer Ratgeber



Prof. Dr. med. Markus Luster
Klinik für Nuklearmedizin, Universitätsklinikum Marburg

Henning 
informiert

Autoren



Michaela Luster ist Germanistin und Romanistin (M.A.) und arbeitet als Redakteurin beim Wiesbadener Kurier.



Markus Luster ist Professor für Nuklearmedizin und Direktor der Klinik für Nuklearmedizin am Universitätsklinikum Marburg.

Inhaltsverzeichnis

Die Schilddrüse – kleines Organ, große Wirkung	2
Welche Schilddrüsenerkrankungen gibt es?	4
Wie spüre ich eine Unterfunktion der Schilddrüse und welche Folgen kann sie haben?	9
Was sollte ich untersuchen lassen?	13
Was kann mir helfen?	15



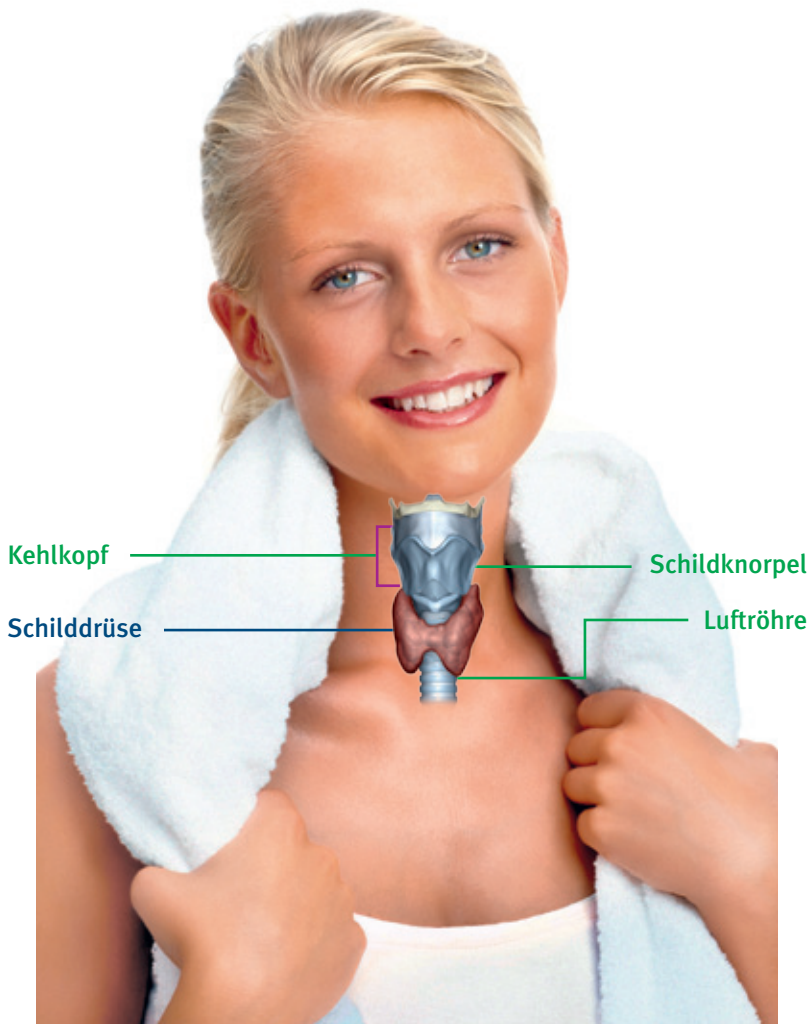
Die Schilddrüse – kleines Organ, große Wirkung

Die Schilddrüse ist ein kleines Organ – nur einige Zentimeter groß – und sitzt an der Vorderseite des Halses. Ihre Form erinnert ein bisschen an einen Schmetterling. Sie liegt auf der Luftröhre, dicht unterhalb des Schildknorpels, von dem sie ihren Namen hat. Im gesunden Zustand ist sie von außen nicht zu sehen und kaum zu tasten. Die normale menschliche Schilddrüse wiegt bei Frauen bis zu 18 Gramm, bei Männern gilt eine Größe von 25 Gramm als Obergrenze für ein gesundes Organ.

In der Schilddrüse werden wichtige Hormone gebildet. Davon bekommen wir normalerweise nichts mit. Ist aber die Produktion gestört, werden zu viel oder zu wenige Hormone ausgeschüttet, spüren wir oft sehr deutlich, dass etwas nicht stimmt. Das kann sich zum Beispiel in starkem Schwitzen und Unruhe oder aber Frösteln und Antriebslosigkeit äußern.

Schilddrüsenhormone steuern in engem Zusammenspiel mit anderen Hormonen zahlreiche Stoffwechselvorgänge im Körper. Wenn also die Versorgung gestört ist, hat das Auswirkungen auf viele Organsysteme.

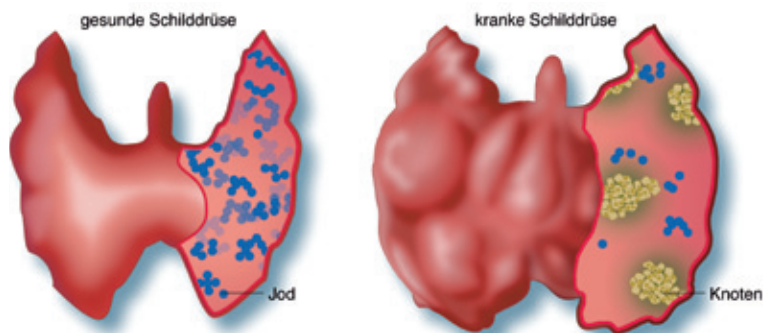
Wir wollen Ihnen helfen, eine mögliche Schilddrüsenerkrankung zu erkennen und viele Ihrer Fragen zu Ursachen, Verlauf und Behandlung der Schilddrüsenunterfunktion zu beantworten.





Welche Schilddrüsenerkrankungen gibt es?

Am häufigsten ist eine durch Jodmangel hervorgerufene Vergrößerung der Schilddrüse, im Volksmund als „Kropf“ bekannt, medizinisch „Struma“ genannt. Wie verbreitet die Struma ist – sie ist nicht immer auf den ersten Blick sichtbar – hat eine Reihenuntersuchung (Papillon-Aktion Henning) gezeigt. Von fast 100.000 mittels Ultraschall untersuchten „gesunden“ Frauen und Männern zwischen 18 und 65 Jahren, die größtenteils nichts von einer Schilddrüsenerkrankung wussten, hatte jeder Dritte eine krankhafte Schilddrüsenvergrößerung mit oder ohne Knoten. Ein bedenkliches Ergebnis.



Bei den **Fehlfunktionen der Schilddrüse** unterscheidet man zwischen der Überfunktion mit zu hohen Hormonspiegeln und der Unterfunktion, bei der die Schilddrüsenhormonproduktion vermindert ist oder fehlt. Beide Formen können verschiedene Ursachen haben.

Chronische Entzündungen mit allmählicher Zerstörung des Schilddrüsenorgans sind eine häufige Ursache einer Schilddrüsenunterfunktion und durch eine Fehlsteuerung des körpereigenen Abwehrsystems bedingt (Hashimoto-Thyreoiditis).

Eine andere wichtige Ursache besteht darin, dass die Schilddrüse nur unvollkommen angelegt ist. In diesem Fall besteht ein **Mangel** an entsprechenden **Hormonen** bereits zum Zeitpunkt der Geburt bzw. im Mutterleib. Eine Früherkennung dieser Situation ist sehr wichtig, um eventuelle Spätfolgen zu vermeiden.

Mögliche **Gründe für eine Unterfunktion** des Organs sind:

Entzündung

Beim Erwachsenen liegt am häufigsten eine chronische Schilddrüsenentzündung („lymphozytäre Thyreoiditis“, „**Hashimoto-Thyreoiditis**“) zu Grunde, die oft unbemerkt und ohne Beschwerden allmählich das Schilddrüsenorgans zerstört. So führt sie letztlich zu einer Unterfunktion. Das kann unterschiedlich lange dauern – einige Wochen bis zu vielen Jahren. Bei diesen Patienten liegt vereinfacht gesprochen eine Fehlfunktion der körpereigenen Abwehr vor, bei der die Schilddrüse als „fremd“ angesehen wird. Weil der Verlauf der Erkrankung nicht vorhersagbar und oft schleichend ist, sollten die Schilddrüsenwerte regelmäßig kontrolliert werden, um rechtzeitig gegensteuern zu können.

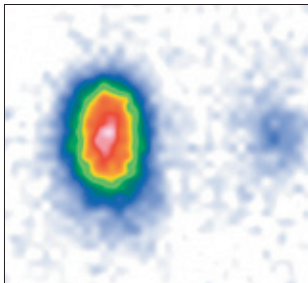


Operation

Operationen an der Schilddrüse führen zur Unterfunktion, wenn dabei nur noch sehr kleine Schilddrüsenreste belassen werden konnten oder das Organ, wie bei Schilddrüsenkrebs, vollständig entfernt werden musste.

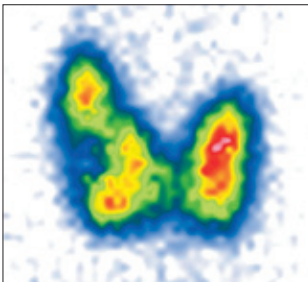
Radiojodtherapie

Auch eine Radiojodbehandlung, etwa wegen einer Schilddrüsenüberfunktion, kann eine Unterfunktion der Schilddrüse zur Folge haben. Anders als bei der Operation kann sich diese jedoch verzögert, also im Verlauf von vielen Monaten einstellen. Regelmäßige Kontrollen der Stoffwechsellage sind daher unverzichtbar.



Szintigramm

Selbstständig arbeitender Schilddrüsenknoten (unifokale Autonomie/ heißer Knoten) im rechten Schilddrüsenlappen mit intensiver Radionuklid-speicherung.



Szintigramm

Nach der Radiojodbehandlung ist die Schilddrüsenüberfunktion aufgrund des vormaligen „heißen“ Knotens im rechten Schilddrüsenlappen ausgeschaltet und stellt sich nicht mehr dar.

Angeborene Störung

Die Schilddrüse legt in ihrer Entwicklung im Mutterleib eine „Wanderung“ von der Gegend des Zungengrundes bis zu ihrer endgültigen Position im vorderen Halsbereich zurück. Manchmal aber vollzieht sich dieser Ortswechsel nicht nach Plan. Das Schilddrüsengewebe bleibt dann „auf halbem Wege liegen“ und kann in dieser Position nicht richtig funktionieren. In seltenen Fällen ist das Organ beim Baby gar nicht oder nur teilweise angelegt und kann nicht genügend Hormone produzieren.

Bei der **Jodfehlverwertung**, einer weiteren eher seltenen Störung, ist die Schilddrüse zwar recht normal ausgebildet, kann jedoch nicht wie gewöhnlich aus mit der Nahrung aufgenommenem Jod und anderen Bestandteilen Schilddrüsenhormone in erforderlichem Maße produzieren.





Im Säuglings- bzw. Kindesalter ist eine ausreichende Versorgung des Körpers mit Schilddrüsenhormonen aber besonders wichtig. Das Wachstum der Organe, der Muskulatur und insbesondere des Nervensystems kann nur bei normaler Schilddrüsenfunktion problemlos ablaufen. In der Kindheit verdient die Funktionsfähigkeit der Schilddrüse also besondere Aufmerksamkeit.

Anders als beim Erwachsenen sind die Auswirkungen eines Schilddrüsenhormonmangels oft leicht erkennbar. Wegen des verlangsamten Stoffwechsels wollen die Kinder nicht ausreichend trinken, schlafen übermäßig viel und haben einen geringen Bewegungsdrang. Die Haut ist teigig, gelegentlich wirkt die Zunge ungewöhnlich groß. Auch die weitere Entwicklung des Kindes verläuft im Vergleich zu Gleichaltrigen verzögert. Es erlernt Fähigkeiten wie Greifen, Sitzen, Stehen später.

Im Extremfall führt ein Mangel an Schilddrüsenhormonen in der Frühphase des Lebens zum Kretinismus. Er geht mit ausgeprägter körperlicher und geistiger Behinderung einher und existiert glücklicherweise in unseren Breiten nicht mehr.

Wie spüre ich eine Unterfunktion der Schilddrüse und was können die Folgen sein?

Die Schilddrüse ist Teil eines Regelkreises, im Zusammenspiel aus dem Organ selbst, dem Gehirn und den übrigen Organen des Körpers wird die optimale Versorgung mit Hormonen sicherstellt.

Bei Neugeborenen ist eine Schilddrüsenunterfunktion die häufigste bekannte Stoffwechselkrankheit. Üblicherweise wird kurz nach der Geburt ein Tropfen Blut aus der Ferse entnommen und die Schilddrüsenfunktion anhand dieser Probe überprüft. Dieses Vorgehen hat sich in den vergangenen Jahrzehnten bewährt. Fast alle Schilddrüsenstörungen werden so im Frühstadium erkannt und können dann entsprechend behandelt werden. Falls sich ein auffälliger Befund ergibt, werden die Eltern informiert. Dann sollte der

Kinderarzt zu Rate gezogen werden. Ziel dieser „Screening-Untersuchung“ ist es, falls nötig möglichst früh mit einer Schilddrüsenhormongabe zu beginnen. So können bleibende Schäden vermieden werden.





Bei einer späteren Ausprägung der Unterfunktion sind die Anzeichen jedoch oftmals nicht besonders auffällig und können übersehen werden oder man hält die Symptome für Anzeichen anderer Krankheiten.

Schon leichte Veränderungen des Hormonspiegels wirken sich auf verschiedene Organe aus. Wie man das wahrnimmt, ist von Patient zu Patient unterschiedlich. Oft denkt man bei Beschwerden gar nicht an die Schilddrüse.

Herz und Kreislauf

Der Puls ist verlangsamt, oft unter 60 Schläge pro Minute. Es besteht ein niedriger oder paradoxerweise auch ein hoher Blutdruck, der langfristig die Blutgefäße schädigen kann. Häufig klagen die betroffenen Patienten über allgemeine Schwäche, Müdigkeit und Leistungsmangel.

Magen-Darm-Trakt

Die Darmtätigkeit ist verlangsamt. Das führt zu Verstopfung und Neigung zu Blähungen. Man hat wenig Appetit und nimmt trotzdem zu.

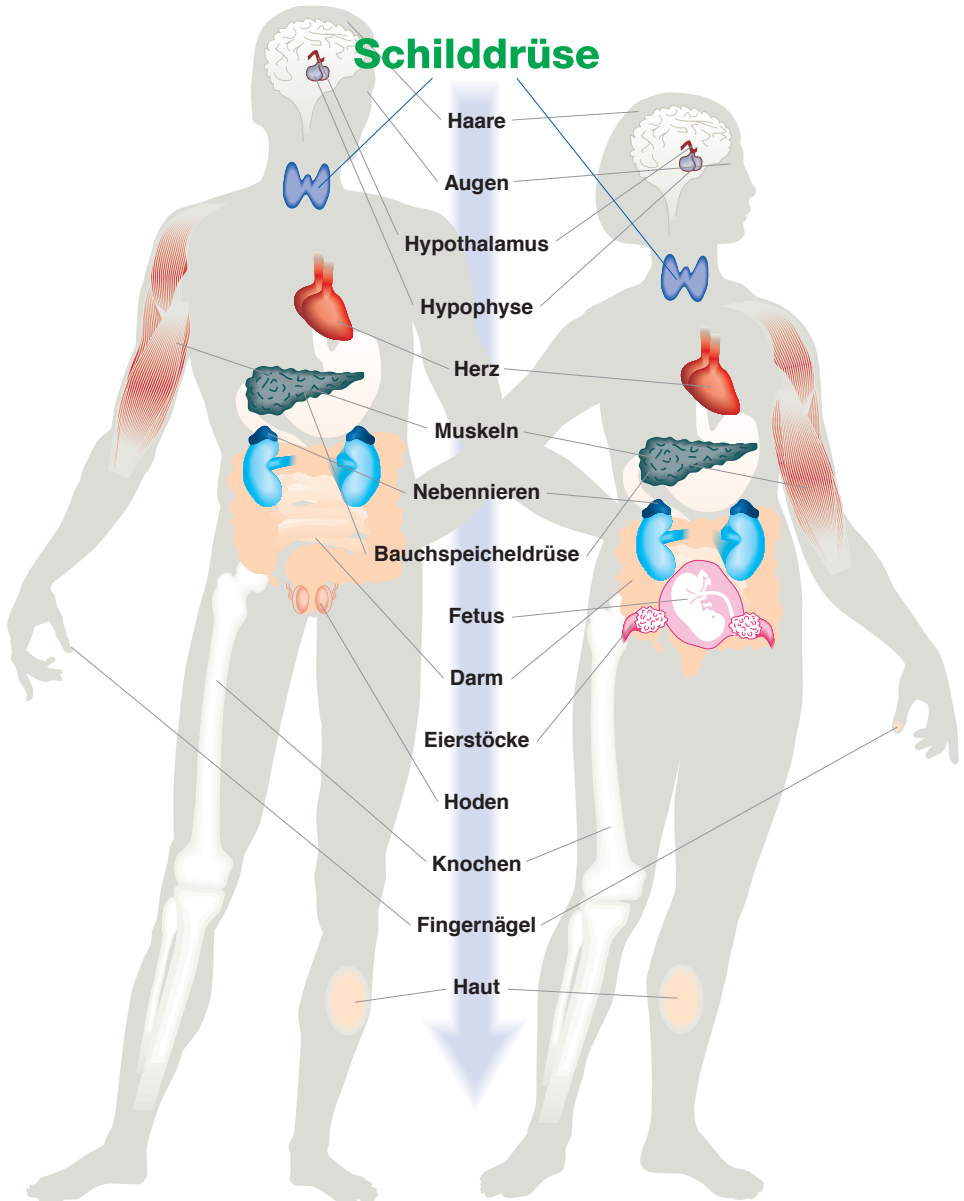
Energiestoffwechsel

Die Patienten frieren leicht, die Körpertemperatur ist manchmal herabgesetzt, die Blutfettwerte sind erhöht.

Haut, Haare und Nägel

Die Haut ist trocken, rau, kühl und schlecht durchblutet, die Schweißneigung vermindert. Die Haare sind trocken, spröde und schuppig und fallen vermehrt aus, die Nägel sind brüchig.

Darauf hat die Schilddrüse Einfluss





Psyche und Persönlichkeit

Die Betroffenen sind antriebslos und wirken oft apathisch, gelegentlich auch depressiv verstimmt. Die geistigen Leistungen wie etwa das Konzentrationsvermögen und das Gedächtnis sind beeinträchtigt. Die Sprache kann verlangsamt wirken.

Nervensystem und Muskulatur

Die Kraft nimmt ab, die Reflexe sind verzögert, der Gang kann unsicher werden.

Fortpflanzungssystem

Es besteht eine Einschränkung von Potenz, sexuellem Verlangen und Fruchtbarkeit. Insbesondere bei Frauen mit unerfülltem Kinderwunsch sollte an eine Fehlfunktion der Schilddrüse gedacht werden.



Nicht jeder Patient mit einer Schilddrüsenunterfunktion hat alle genannten Symptome. Einzelne Beschwerden können ganz im Vordergrund stehen, andere dagegen fast völlig fehlen. Besonders bei älteren Patienten mit wenigen Symptomen werden diese Zeichen oft verkannt oder als normale Alterserscheinung abgetan.

Was sollte ich untersuchen lassen?

Eine Blutuntersuchung zum Bestimmen des Schilddrüsenhormonspiegels ermöglicht dem Arzt eine schnelle Diagnose: Liegt eine Schilddrüsenunterfunktion vor oder nicht?



Ein Röhrchen Blut gibt wichtige Auskunft über die Funktion der Schilddrüse

Am Anfang wird der Mediziner jedoch meist erst einmal viele Fragen stellen: Haben Sie Beschwerden? Wie ernähren Sie sich? Sind Schilddrüsenerkrankungen in der Familie bekannt? Anschließend wird er die Form und Größe der Schilddrüse mit den Händen ertasten. Das tut nicht weh.



Mit Hilfe der Ultraschalluntersuchung (Sonografie), die ebenfalls völlig schmerzfrei ist, wird das Organvolumen gemessen.



Ultraschall der Schilddrüse (Sonografie) – schmerzfrei und völlig ungefährlich

Um die Ursache einer Schilddrüsenunterfunktion festzustellen, ist es meist erforderlich, zusätzlich Autoantikörper im Blut zu bestimmen. So kann man feststellen, ob eine entzündliche (autoimmune) Veränderung vorliegt.

Was kann mir helfen?

Eine Schilddrüsenunterfunktion ist heute durch die Gabe künstlich hergestellter Hormone sehr gut auszugleichen.

In der Medizin wird die Funktionsstörung in zwei Schweregrade eingeteilt: zum einen die **latente** oder **subklinische** Unterfunktion. Hierbei registriert die Hirnanhangdrüse (Hypophyse) als übergeordnetes Zentrum im Gehirn einen geringen Hormonmangel und sendet vermehrt Botenstoffe zur Stimulation der Schilddrüse aus. Die Blutwerte einiger Schilddrüsenhormone sind (noch) normal. Die Bedeutung dieser Form der Schilddrüsenunterfunktion ist erst in letzter Zeit näher untersucht worden und hat zu einer Änderung der Behandlung geführt. Auch latente Schilddrüsenunterfunktionen können im Einzelfall schon zu Beschwerden führen und sollten dann medikamentös behandelt werden, es geht vielen Patienten dann wesentlich besser als ohne die Gabe von Schilddrüsenhormonen.





Man weiß inzwischen auch, dass die Menge der benötigten Schilddrüsenhormone von Mensch zu Mensch sehr unterschiedlich sein kann. Ein gemessener Wert kann also für den einen normal sein, bei einem anderen jedoch bereits auf einen Mangel hindeuten. Insgesamt scheint der „individuelle“ Bereich für eine optimale Versorgung sehr eng und bereits in den Erbanlagen festgelegt zu sein. Eventuelle Beschwerden können die gleichen sein wie die oben genannten, nur in geringerer Ausprägung. Insbesondere bei Erschöpfung und psychischen Symptomen wie verminderter geistiger Leistungsfähigkeit oder depressiven Verstimmungen sowie bei ungewollter Kinderlosigkeit kann eine latente Schilddrüsenunterfunktion dahinter stecken. In der Schwangerschaft kann die unterschwellige Schilddrüsenunterfunktion mit einer Häufung von Fehlgeburten, Frühgeburten sowie kindlichen Entwicklungsstörungen einhergehen.

Zum anderen gibt es die **„manifeste“ Unterfunktion**, bei der die Blutwerte der übrigen Schilddrüsenhormone erniedrigt sind und eine Einnahme von Schilddrüsenhormonen sicher sinnvoll ist.

Über die Anwendung und Dauer einer Schilddrüsenhormon-Medikation wird Sie Ihr betreuender Arzt aufklären. Meist sind darüber hinaus keine weiteren begleitenden Medikamente nötig.

Bildquellenverzeichnis:

U2: Markus Luster, © Janto Trappe (Hannover); Michaela Luster, Fotoreport/Astrid Garth;

PantherMedia: S. 3, S. 9; **fotolia:** S. 7: Photographer:Gualtiero Boffi, #60051709

Informationen im Internet unter
www.schilddruese.de
www.forum-schilddruese.de

Unsere App-Empfehlung:
Schilddrüsen Monitor
Ihr kostenloser Download

