

# Kleines Organ mit großer Reichweite

*Auch wenn faustgroße Kröpfe kaum noch zu sehen sind – Störungen an der Schilddrüse sind noch immer ein Volksleiden. Oft ein unerkanntes: Jeder dritte erwachsene Bundesbürger hat krankhafte Veränderungen an der Schilddrüse, von denen er nichts weiß. Das brachte 2004 eine Untersuchung an über 100.000 Berufstätigen ans Licht.*

Die innere Anspannung, die Reizbarkeit – klar, der Stress im Beruf ist schuld. Gelegentliches Herzrasen. Schweißausbrüche oder leichter Gewichtsverlust – auch solche Symptome schieben die meisten ihren Lebensumständen zu. An eine Schilddrüsenüberfunktion denkt angesichts solch allgemeiner Befindlichkeitsstörungen kaum jemand. „Einige Patienten halten die Krankheit für den Normalzustand. Nach der Behandlung stellen sie fest: „Jetzt weiß ich erst, wie schlecht es mir vorher ging“, berichtet der Endokrinologe Mathias Beyer aus Nürnberg, der im Beirat des „Forums Schilddrüse“ sitzt.

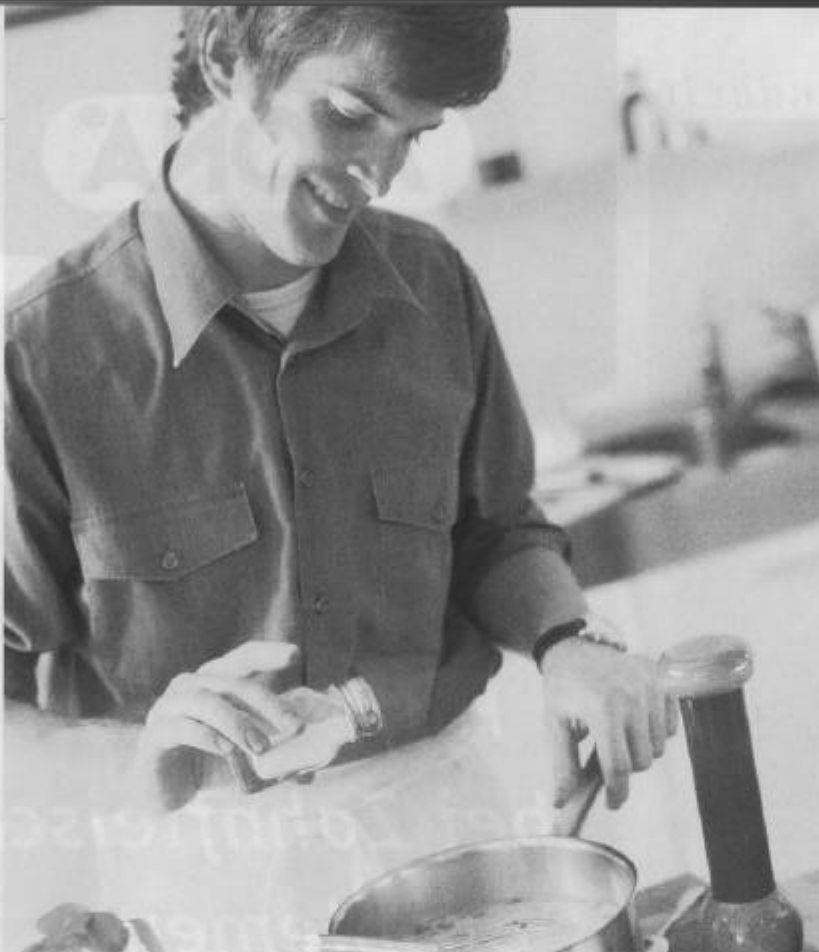
## Hormonlieferant für den ganzen Körper

Das Organ, das bei Störungen so unspezifische Beschwerden verursacht, zählt selbst zu den unscheinbarsten in unserem Körper. Die schmetterlingsförmige Drüse, die direkt unterhalb unseres Kehlkopfs liegt, hat eine Größe von wenigen Zentimetern. Im gesunden Zustand ist das Leichtgewicht von außen weder zu sehen noch zu ertasten. Diese Drüse ist

unser wichtigster Hormonlieferant. Denn die von ihr freigesetzten Hormone haben ein weites Aufgabenfeld. Sie steuern den Grundumsatz sämtlicher Körperzellen und beeinflussen dadurch alle Organe. Kaum verwunderlich deshalb: Wenn die Generalisten-Hormone nicht in der richtigen Menge zur Verfügung stehen, läuft im Organismus vieles aus dem Ruder. Werden zu viele Hormone produziert, geht es dem Organismus wie einem Läufer, der den Marathon mit dem Tempo eines Sprinters bewältigen will. Bei einer Unterfunktion dagegen schaltet der Körper auf Sparflamme. Der Herzschlag und die Verdauung verlangsamen sich, die Körpertemperatur sinkt, Haare und Nägel werden stumpf und brüchig. Der Hormonmangel schlägt auch aufs Gemüt: Die Betroffenen fühlen sich müde und melancholisch.

Wenn die Schilddrüse zu viele Hormone produziert, gibt es meist eine Vorgesichte: den Kropf. Ein Kropf entsteht am häufigsten, wenn den Schilddrüsenzellen der wichtigste Rohstoff für die





Gesunde Würze: Jodiertes Speisesalz wirkt dem Jodmangel entgegen.

Hormonproduktion nicht in ausreichender Menge zur Verfügung steht – das Spurenelement Jod. Die Schilddrüse versucht den Jodmangel zu kompensieren, indem sie mehr Zellen bildet und die vorhandenen Zellen wachsen lässt. Wenn der Jodmangel anhält, können sich Knoten bilden – autonome Zellen, die nach ihren eigenen Regeln arbeiten. Sie produzieren unermüdlich Hormone – auch nachdem der Hormonspiegel im Blut längst „stopp“ signalisiert hat.

### Jodmangel war in Mitteleuropa normal

„Überproduktion als Folge eines Kropfs tritt vor allem nach dem 45. Lebensjahr auf“, sagt Dr. Mathias Beyer. „Das liegt in erster Linie daran, dass diese Generation noch mit einem Jodmangel aufgewachsen ist.“ Der Mangel war lange Normalität, genauer seit der letzten Eiszeit. Damals schwemmten Gletscher das Spurenelement in Mitteleuropa aus dem Boden. Deshalb sind pflanzliche, aber auch tierische Nahrungsmittel aus dieser Region keine guten Jodquellen. Jodiertes

Speisesalz, das seit etwas 20 Jahren in Deutschland im Handel ist, soll diesen Mangel ausgleichen.

An einem dicken Hals ist der Kropf längst nicht immer zu erkennen. Manchmal engt eine vergrößerte Schilddrüse Luft- oder Speiseröhre ein und verursacht ein Druckgefühl oder Schluckbeschwerden. Die meisten Kröpfe aber wachsen im Verborgenen. Sie rechtzeitig mithilfe von Ultraschall aufzuspüren ist sinnvoll, auch wenn sie keine Beschwerden verursachen. „Frühzeitig entdeckt kann man einen Kropf beobachten und gegebenenfalls mit Medikamenten behandeln – und damit den Patienten spätere Radiojodtherapien oder Operationen ersparen“, sagt Dr. Beyer. Denn die Folge von Schilddrüsenoperationen, bei denen Teile des Gewebes entfernt werden, kann wiederum eine Unterfunktion sein.

Überhaupt fällt die stockende Hormonfunktion oft in die Kategorie „leider unvermeidbare Nebenwirkung“ – sei es, weil der Hals bestrahlt wurde oder der Patient bestimmte Medikamente einneh-

men muss. Die häufigste Ursache ist allerdings eine Autoimmunerkrankung, die Hashimoto-Thyreoiditis. Autoimmunerkrankung bedeutet: die Zellen des Immunsystems bilden Antikörper, die sich gegen die eigenen Zellen richten. In diesem Fall zerstören die fehlprogrammierten Zellen nach und nach das Schilddrüsengewebe. Eine Unterfunktion – egal welche Ursachen sie hat – lässt sich unkompliziert behandeln: mit Schilddrüsenhormonen in Tablettenform. Das Problem ist, wie bei der Überfunktion, die Krankheit zu erkennen. „Gerade bei alten Menschen werden viele Symptome wie Antriebslosigkeit und Vergesslichkeit schnell als typische Altersbeschwerden abgetan“, sagt Dr. Beyer.



### Zwangsjodierung?

Die meisten Mediziner begrüßen, dass Hersteller in Deutschland Lebensmittel mit Jod anreichern können – eine Praxis, die beispielsweise in der Schweiz schon seit dem 2. Weltkrieg üblich ist.

Es gibt allerdings auch eine kleine Gruppe Kritiker, die gegen die „Zwangsjodierung“ kämpft. Ihr Vorwurf: Die Jodzusätze können Menschen mit Überfunktion und Jodallergikern schaden. Was ist dran an Ihrer Kritik? „Bei Menschen mit latenter Überfunktion kann Jod die Funktionsstörung schneller akut werden lassen, aber nicht ursächlich auslösen“, sagt Dr. Beyer. Und auch Menschen mit einer diagnostizierten Jodüberfunktion müssen jodierten Nahrungsmitteln nicht aus dem Weg gehen. „Überfunktion kann ja nicht durch weniger Jod therapiert werden, sondern durch Medikamente, die die Produktion der Schilddrüsenhormone hemmen“, erläutert der Arzt.

Und Jodallergien im eigentlichen Sinne gibt es gar nicht. Einige Menschen zeigen stattdessen Unverträglichkeitsreaktionen auf stark jodhaltige Röntgenkontrastmittel. Was ihnen zu schaffen macht, ist aber nicht das Jod, sondern die Trägersubstanzen im Kontrastmittel.