



Die Schilddrüse ist unser wichtigster Hormonproduzent. Doch was, wenn sie nicht richtig funktioniert? Bild: istockphoto

Ausser Kontrolle

Entweder zu viele oder zu wenige Hormone: Die **Schilddrüse** gerät vor allem bei Frauen oft ausser Kontrolle. Mit unangenehmen Auswirkungen.

Stefan Müller

Trotz genügend Schlaf leidet Doris Steiner (Name geändert) seit einiger Zeit zunehmend an chronischer Müdigkeit. Und als dann eine unerklärliche Gewichtszunahme hinzukommt, macht sich die 50-jährige ernstlich Sorgen. Sie geht zu ihrer Hausärztin. Diese entnimmt der Patientin eine Blutprobe, die sie ins Labor schickt. Befund: Doris Steiner leidet an einer Schilddrüsenunterfunktion.

Zirka drei Prozent der Bevölkerung, mehrheitlich Frauen, leidet an einer Schilddrüsenunterfunktion. Deutlich weniger Menschen haben eine Schilddrüsenüberfunktion: nicht einmal ein Prozent der Bevölkerung, ebenfalls mehrheitlich Frauen.

Gestörter Stoffwechsel

Das schmetterlingsförmige Organ im Hals produziert ein wichtiges Hormon. «Das Schilddrüsenhormon kann als Aktivierungshormon bezeichnet werden, das viele Stoffwechselabläufe im Körper reguliert», erklärt Joel Capraro, Hormonspezialist am Kantonsspital Aarau (KSA). Zu wenig dieses Hormons verlangsamen den Stoffwechsel; die Vorgänge im Körper laufen träge ab: Man friert, ist müde, isst wenig und nimmt trotzdem zu und leidet an Verstopfung. Bei einer Schilddrüsenüberfunktion tritt das Gegenteil ein: Man schwitzt, ist nervös, isst mehr, nimmt aber eher ab und hat Durchfall.

Da die Beschwerden einer Schilddrüsenstörung sehr allgemein sind, geht es oft sehr lange, bis eine Unter- oder Überfunktion entdeckt wird. Ausserdem: «Die Symptome kommen relativ langsam», erklärt Capraro. Der Körper rutscht hinein und gewöhne sich langsam an den neuen Zustand; die Veränderung spiele sich meist unbemerkt über Wochen oder Monate ab.

Die Schilddrüsenüber- oder -unterfunktion ist allerdings nur ein Laborbefund. «Man muss die Krankheit dahinter finden, um diese richtig behandeln zu können», sagt der Hormonspezialist des KSA. Wenn die Schilddrüse nicht richtig arbeite, könne das verschiedene Gründe haben. Bei einer Schilddrüsenunterfunktion bestehe eine chronische autoimmunbedingte Entzündung (genannt Hashimoto Thyreoiditis), die die Schilddrüsenzellen langsam zerstört. Bei jüngeren Menschen mit einer Schilddrüsenüberfunktion ist laut Capraro vielfach ebenfalls eine autoimmune Entzündung schuld. Das bedeutet im Gegensatz zur Unterfunktion: Das Immunsystem stimuliert die Schilddrüse, sodass zu viele Schilddrüsenhormone produziert werden (Morbus Basedow). Bei älteren Menschen mit einer Überfunktion sind vielfach nichtbösartige Kröpfe der Schilddrüse für die Überfunktion verantwortlich. Einer vorübergehenden Überfunktion kann aber auch eine Entzündung zu Grunde liegen, deren Ursache nicht ganz klar ist, vermutlich aber durch Viren verursacht wird. Ausserdem gibt es Medikamente, die eine Überfunktion auslösen können.

Hormone als Therapie

Eine Schilddrüsenenerkrankung sollte so früh wie möglich behandelt werden, um bleibende Schäden zu verhindern. Bei einer Unterfunktion erfolgt meist eine Hormonersatztherapie in Form einer täglichen Tablette reinen Schilddrüsenhormons. «Man nimmt also keine Medikamente ein, sondern Hormone, die keine Nebenwirkungen haben», sagt Capraro. Allerdings sei es manchmal etwas schwierig, die richtige Dosis zu finden, was jedoch oft mit der Regelmässigkeit der Tabletteneinnahme zusammenhänge.

Die Überfunktion ist schwieriger zu behandeln. Wenn eine Entzündung als Ursache vorliegt, versucht man die Entzündung zu hemmen. Beim Morbus Basedow zum Beispiel verwendet man ein Medikament, das die Hormonproduktion hemmt und gleichzeitig das Immunsystem unterdrückt, und das während eineinhalb Jahren. «Mit diesem Ansatz können zirka die Hälfte der Patienten geheilt werden», so Capraro. Bei den Übrigen müsse die weitere Therapie gut überlegt werden. Sorgt ein Schilddrüsenkropf für eine Überproduktion, hemmt man diese medikamentös. Möglich ist auch, dass der Kropf operativ entfernt oder mit einer Radiojodtherapie ausgeschaltet wird.

Neue Forschungsansätze

Und was kann man prophylaktisch tun? Eine ausreichende Jodzufuhr – zum Beispiel mit jodiertem Salz – verhindert die Knotenbildung und die Schilddrüsenunterfunktion. So konnte in der Schweiz die Geburt geistig behinderter Kinder aufgrund Jodmangels drastisch reduziert werden. Man habe sich diesen Erfolg allerdings, so Capraro, mit heute etwas mehr Schilddrüsenüberfunktionen «erkaufte». «Dennoch überwiegt der Nutzen bei weitem», betont er.

Forschungsbedarf besteht vor allem bei der Behandlung von der Schilddrüsenüberfunktion. Capraro rechnet damit, dass die Verödung des Schilddrüsenknotens mit Ultraschall oder Hitze künftig eine bedeutendere Rolle spielen werde. Diese Therapie könnte zudem bei störenden Knoten ohne Hinweis auf Bösartigkeit zum Einsatz kommen. Als Zukunftsmusik erachtet er hingegen, dass man dereinst Stammzellen umprogrammieren und diese transplantieren, sodass die Einnahme von Schilddrüsenhormonen bei der Unterfunktion überflüssig würde.

Ratgeber Gesundheit

Heute: Volker Böckmann,
Leitender Arzt, Zentrum für
Abhängigkeitserkrankungen, PDAG



gesund
heit
aargau

Süchtig nach Computer-Games



In der Schweiz gibt es rund 121 000 Spielsüchtige.

Bild: istockphoto

Ich (26) bin von meinem Chef zu einem Gespräch eingeladen worden. Meine Kollegen hätten bemerkt, dass ich viel am Handy spiele und dass ich am Computer ein Fantasy-Game gespielt habe. Ich habe nun versucht, das sein zu lassen. Aber ich werde ganz nervös, wenn ich nicht spiele. Was soll ich machen?
Herr B. G. aus U.

Was Sie beschreiben, passt sehr gut zur Erkrankung einer Game-Sucht. Diese wurde von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) jüngst als eigenständiges Krankheitsbild anerkannt.

Ich höre, dass Sie einen kaum beherrschbaren Drang nach Spielen haben. Sie berichten von Unruhe und Nervosität, wenn Sie nicht spielen. Typischerweise nimmt das Gamen mit der Zeit immer mehr Raum ein. Teilweise werden alltägliche Arbeiten und Pflichten zunehmend vernachlässigt.

Betroffene verlagern ihre sozialen Kontakte in den virtuellen Raum und haben ausserhalb dessen kaum noch Freunde. Oft neh-

men finanzielle Schwierigkeiten zu, weil keine Zeit bleibt, sich im Alltag zu organisieren, oder durch das Gamen selbst wegen Abo-Kosten und sogenannten In-Game-Käufen.

Häufig geht die Online- oder Game-Sucht auch mit anderen psychischen Erkrankungen einher. Besonders ist dabei auf depressive Symptome wie andauernde Traurigkeit, Grübeln oder auch Schlafstörungen und Appetitlosigkeit zu achten. Auch können sich andere sogenannte stoffgebundene Abhängigkeitserkrankungen wie jene nach Kokain oder sonstigen aufputschenden Substanzen ergeben, weil Betroffene versuchen, wegen des Onlinespiels nächtelang wach zu bleiben. Um sich dann wieder zu entspannen, betreiben viele Missbrauch von Alkohol und Cannabis.

Die PDAG bieten im Zentrum für Abhängigkeitserkrankungen eine spezielle Sprechstunde an. Wir überlegen dann mit den Betroffenen, welche weiteren Schritte in Richtung der Diagnosestellung und Behandlung notwendig sind. Gerne können Sie sich bei uns melden: Tel. 056 462 21 40, E-Mail ZAE@pdag.ch, www.pdag.ch.

Gesundheit Ratgeber

Sie fragen – Fachleute antworten;
richten Sie Ihre Fragen an:
Ratgeber Gesundheit
Neumattstr. 1; 5001 Aarau
Mail: gesundheitsaargau@chmedia.ch
www.gesundheitsaargau.ch

Kantonsspital Aarau



Kantonsspital Baden



anker
Verein für psychisch Kranke Aargau

PDAG
Psychiatrische Dienste
Aargau AG

Patientenstelle
AGSO

Ratgeber Gesundheit ist ein von der Redaktion unabhängiges PR-Gefäss. Für den Inhalt sind die mit ihren Logos präsenten Gesundheitsdienstleister verantwortlich.

INSERAT

ANGEHÖRIGE SIND MITBETROFFEN

In drei Kurzreferaten wird auf die Situation von Angehörigen psychisch erkrankter Menschen eingegangen. Bernadette Melcher, Fachstelle für Angehörige, PDAG, Windisch Helen Frei, Suchtberatung ags, Brugg Marie-Therese Keller, VASK, Aargau

Dienstag, 24. September 2019, 18–20 Uhr
Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW
Campus Brugg-Windisch, Gebäude 6, Foyer A

Anmeldung erwünscht: kommunikation@pdag.ch
Die Veranstaltung ist kostenlos.

Eine Veranstaltung der
Psychiatrischen Dienste
Aargau AG

PDAG
Psychiatrische Dienste
Aargau AG

Im Rahmen der

**AKTIONSTAGE
PSYCHISCHE
GESUNDHEIT**

10. September bis 31. Oktober 2019



www.ag.ch/aktionstage