



## Patienteninformationsblatt: Schilddrüsenunterfunktion (medizinisch: Hypothyreose)

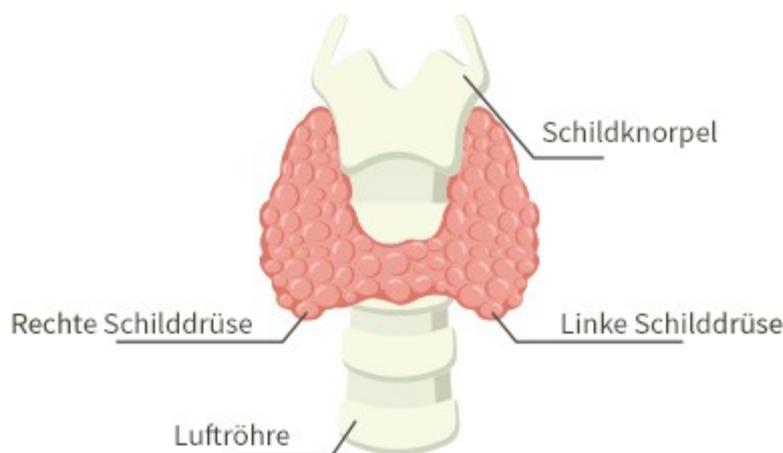
Liebe Patientin, lieber Patient,

bei Ihnen wurde eine **Schilddrüsenunterfunktion** festgestellt. Was dies für Sie bedeutet und was Sie selbst gegen Ihre Erkrankung tun können, möchten wir Ihnen im Folgenden erklären.

- Was ist eine Schilddrüsenunterfunktion und wie entsteht sie?
  - o Was macht eigentlich die Schilddrüse?

Die Schilddrüse ist ein **drüsiges Organ**, das in der Mitte des **Halses** vor der Luftröhre, dem Kehlkopf (Schildknorpel) und den Halsgefäßen sitzt. Sie besteht aus zwei Lappen: der linken und der rechten Schilddrüse.

Die Schilddrüse produziert **Schilddrüsenhormone**. Dazu benötigt sie Jod. Das hauptsächlich gebildete Schilddrüsenhormon heißt **Thyroxin (T4)**. Zu einem geringeren Anteil wird das aktivere Hormon **Triiodthyronin (T3)** gebildet. T4 kann im ganzen Körper zu T3 **umgewandelt** werden.



Bildquelle: <https://www.yogaeasy.de/artikel/schilddruese-stress-yoga-experten-interview>

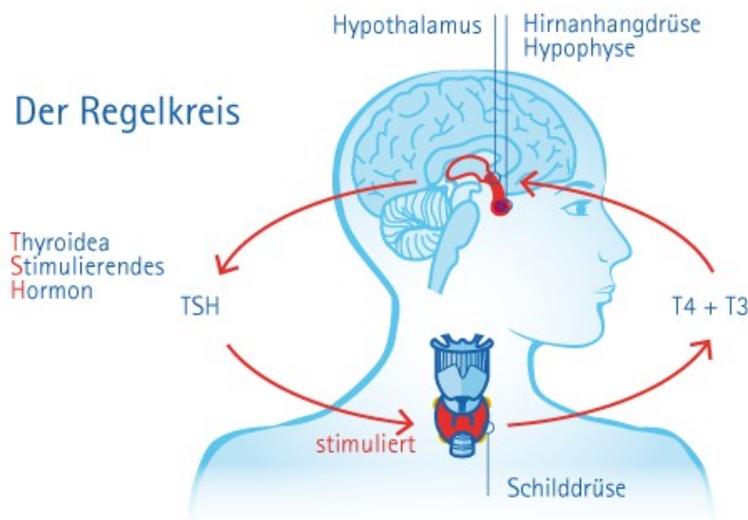
Die Schilddrüsenhormone sind für viele **verschiedene Stoffwechselprozesse** im Körper und das Körperwachstum verantwortlich. Die Funktionen von Herz, Lunge, Wärmehaushalt, Muskulatur und Verdauung werden maßgeblich durch die Schilddrüsenhormone mitbeeinflusst und tragen zu einer regelrechten Funktion des Körpers bei.

Um die Funktion der Schilddrüse zu messen, bestimmt man im Blut die von der Schilddrüse gebildeten Hormone T3 und T4. Außerdem misst man den **TSH-Wert**. TSH bedeutet



Thyroidea-stimulierendes Hormon (Thyroidea = lateinisch für Schilddrüse). Das TSH ist ein Hormon, das vom Gehirn in der **Hirnanhangdrüse (Hypophyse)** gebildet wird und die Aktivität der Schilddrüse steuert. Arbeitet die Schilddrüse zu wenig und produziert zu wenig Schilddrüsenhormon, schüttet das Gehirn vermehrt TSH aus, um die Aktivität der Schilddrüse zu stimulieren. Produziert sie zu viel Schilddrüsenhormon, schüttet das Gehirn wenig bis gar kein TSH mehr aus, um die Aktivität der Schilddrüse zu hemmen.

Man kann diesen Regelkreislauf mit dem **Thermostat einer Heizung** vergleichen. Ist es im Raum zu kalt, reguliert der Thermostat die Heizung hoch, um die Temperatur im Raum zu erhöhen; ist es im Raum zu warm, schaltet der Thermostat die Heizung ab, um die Temperatur im Raum zu senken.



Bildquelle: <https://www.diakonie-klinikum.de/leistungsspektrum/medizinische-zentren/schilddruesenzentrum/diagnose.html>

Wird **nicht genug freies Hormon (T3, T4)** produziert und ist der **TSH-Wert zu hoch**, handelt es sich um eine **komplette Unterfunktion**.

Wird noch **ausreichend freies Hormon (T3, T4)** produziert, aber der **TSH-Wert** ist bereits **erhöht**, spricht man von einer **latenten (leichten) Unterfunktion**.

- Wie entsteht eine Schilddrüsenunterfunktion?

Eine Schilddrüsenunterfunktion kann durch verschiedene Auslöser entstehen. Oft ist es eine **Kombination aus verschiedenen Faktoren**.

Tatsächlich ist die genaue Entstehung einer Schilddrüsenunterfunktion bis heute nicht ganz geklärt.

Zu einem gewissen Grad vermutet man eine **Vererbung**, das heißt, einen genetischen Faktor. Dies ist aber nie der alleinige Entstehungsgrund.

Sehr selten können **einzelne Medikamente** eine Schilddrüsenunterfunktion auslösen.

Außerdem kann ein **Jodmangel** ursächlich für eine Schilddrüsenunterfunktion sein. Da heutzutage unser Speisesalz jodiert ist und jodhaltiger Meeresfisch überall verfügbar ist, tritt eine Schilddrüsenunterfunktion auf Grund eines Jodmangels immer seltener auf.

Die Hauptursache für eine Schilddrüsenunterfunktion ist eine **Autoimmunerkrankung der Schilddrüse**. Hierbei erkennt der Körper die Schilddrüse nicht mehr und wandelt als Reaktion das Drüsengewebe in Bindegewebe um. So geht die Funktion der Schilddrüse verloren. Die häufigste Autoimmunerkrankung der Schilddrüse ist die **Hashimoto-Krankheit** (auch Morbus Hashimoto oder Hashimoto-Thyreoiditis genannt).



Die Ursachen für eine Hashimotokrankheit sind sowohl vielfältig als auch unklar. Auch hier vermutet man, dass die Erkrankung durch das **Zusammenspielen von vielfältigen Faktoren** ausgelöst wird. Man glaubt, dass sowohl Vererbung als auch weibliches Geschlecht und Umweltfaktoren wie Infektionen einen Anteil an der Auslösung der Erkrankung haben.

Falls Sie unter der Hashimoto-Krankheit leiden, bekommen Sie von uns gesondertes Informationsmaterial.

In einigen Fällen kann man aber auch **keine Ursache** für die vorliegende Schilddrüsenunterfunktion finden.

- Was kann man dagegen tun?
  - o Was können Sie dagegen tun?

Ihre Mitarbeit ist besonders wichtig. Bitte nehmen Sie das verordnete Medikament L-Thyroxin gewissenhaft ein und informieren uns über Veränderungen Ihres Befindens. Bitte nehmen Sie die Schilddrüsentablette morgens eine **halbe Stunde vor dem Frühstück auf nüchternen Magen** ein, da die Wirkstoffaufnahme sonst erheblich eingeschränkt sein kann und die Tablette ihre volle Wirkung nicht entfalten kann.

- o Was können wir dagegen tun?

Wir verordnen Ihnen ein **Medikament**, das das Schilddrüsenhormon T4 ersetzt (**L-Thyroxin**). Da der Körper T4 in T3 problemlos umwandeln kann, reicht dieses Medikament aus, um beide Hormone im Körper zu ersetzen. Wir kontrollieren regelmäßig Ihren Hormonstatus im Blut. Bitte nehmen Sie am Tag der Blutentnahme Ihre Schilddrüsenmedikamente ausnahmsweise erst **nach der Blutentnahme** ein. Es könnte sonst zu verfälschten Werten kommen. Durch die regelmäßigen Kontrollen können wir Ihre Medikamentendosis optimal einstellen. Wurde die Dosis der Medikamente verändert, sollte **4-8 Wochen nach der Veränderung** eine Kontrolle der Blutwerte stattfinden.

- Fazit:

Die Schilddrüsenunterfunktion entsteht durch eine verminderte Produktion von Schilddrüsenhormonen durch die Schilddrüse. Dies kann viele verschiedene Ursachen haben (z.B. Hashimoto-Krankheit). Wir verordnen Ihnen Schilddrüsenhormone, die die Funktion der Schilddrüse ersetzen. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Tabletten regelmäßig einnehmen und dass die Blutwerte regelmäßig kontrolliert werden. Bitte nehmen Sie am Tag der Blutentnahme Ihre Schilddrüsentablette ausnahmsweise erst nach der Blutentnahme ein.

Falls Sie noch Fragen haben, kommen Sie gerne jederzeit auf uns zu!  
Ihre Praxis Dres. von Blittersdorff

Ihre Meinung ist uns wichtig! Haben Sie Vorschläge, Wünsche oder Anregungen zu diesem Informationsblatt? Hat Ihnen dieser Handzettel gefallen? Um uns ständig verbessern zu können, freuen wir uns über eine Rückmeldung, gerne persönlich oder unter [praxis@hausarzt-handschuhsheim.de](mailto:praxis@hausarzt-handschuhsheim.de)