



Dr. med. Petra Bracht - So geht Gesundheit

Bad Homburg, den 16. Oktober 2015

Wenn die Schilddrüse streikt

Den Namen verdankt sie ihrer Position, da sie wie ein Schild vor der Luftröhre liegt. Diese kleine Drüse ist der „Taktgeber“ unseres Lebens, denn sie kontrolliert den gesamten Stoffwechsel und somit unsere Gesundheit. Sie ist maßgeblich beteiligt, wenn es um den Wunsch nach Kindern, die Steuerung des Herz-Kreislaufsystems, den Gemütszustand, die Verdauung und Gewichtsregulierung, unsere Denkfähigkeit oder die sportliche Leistung geht. Kinder würden ohne sie weder geistig noch körperlich wachsen, noch würden wir Energie für unser Leben haben.

Zwei Hormone regeln diese Aufgaben: das Speicherhormon Thyroxin (T4) und das aktive Trijodthyronin (T3). Ein kompliziertes und fein abgestimmtes Regulationssystem unter Mitarbeit der Hirnanhangsdrüse und des Hypothalamus überwacht diese Arbeit. Ist die Umwandlung vom Speicherhormon T4 in das aktive T3 gestört, kommt es zu einem Mangel und damit zu einer Verlangsamung der Schilddrüsenarbeit, deren Auswirkungen sich unmerklich einschleichen. Deshalb wird sie häufig viel zu spät erkannt. Typische Symptome sind langsame aber stetige Gewichtszunahme, Müdigkeit, Haarausfall, Darmträgheit, ansteigender Blutzuckerspiegel, hoher Cholesterinspiegel, langsamer Puls, niedriger Blutdruck, ständiges Kältegefühl, Kinderlosigkeit, Libidoverlust sowie depressive Stimmung und Konzentrationsstörungen.

Die Gründe für eine Unterfunktion sind unterschiedlich. Beispielsweise kann sich die Autoimmunerkrankung Hashimoto dahinter verbergen, auch die Dauereinnahme der Anti-Baby-Pille ist nicht selten. Letzterer Zusammenhang wird meines Erachtens

noch viel zu wenig beachtet. Es kann sich auch um einen einfachen Selen- und Q10-Mangel handeln. Denn um T4 in die aktive Form T3 umzuwandeln, werden diese beiden Vitalstoffe benötigt. Gründe dafür können sein, dass Q10 durch die Einnahme von Arzneimitteln wie beispielsweise Statine (cholesterinsenkende Arzneimittel) nicht mehr selbst hergestellt werden kann, oder weil Selen in unseren Lebensmitteln nicht mehr ausreichend vorhanden ist.

Derzeit geht man davon aus, dass bis zu dreißig Prozent unserer Bevölkerung an einer Unterfunktion leidet. Erkennen Sie an sich die oben beschriebenen Symptome, lassen Sie bitte folgende Untersuchungen durchführen: T3, T4, Selen, Q10 und der TSH-Wert. Er sollte nicht höher als 2,0 sein. Bei Verdacht auf eine Autoimmunerkrankung werden zusätzlich die Antikörper bestimmt. Sie selbst können die Diagnosefindung unterstützen, indem Sie über mehrere Tage direkt nach dem Aufwachen die Körpertemperatur messen. Liegt die Durchschnittstemperatur unter 36,4 Grad, könnte dies auf eine Unterfunktion hinweisen.

Die Therapie richtet sich nach den Laborergebnissen und ihren Symptomen. Oft normalisieren sich die Werte schon durch eine bessere Ernährung und Lebensführung. Auch ausreichende Gaben von Selen und Q10 können bereits helfen. Suchen Sie dazu bitte einen Spezialisten auf, der Sie ganzheitlich therapieren kann.

Ihre 