

Die Schilddrüse - das unterschätzte Organ, Teil 1

Sind sie oft müde und erschöpft, haben Sie trockene Haut, leiden unter Haarausfall oder Verstopfung? Zudem steigt Ihr Körpergewicht ständig, obwohl sie nicht mehr essen als früher? Vielleicht ist eine Unterfunktion ihrer Schilddrüse dafür verantwortlich. Oder leiden sie unter ganz anderen Symptomen wie: Nervosität, Herzrasen, schneller Puls, Schlafstörungen und erschwerter Gewichtszunahme? Hier könnte eine Überfunktion ihrer Schilddrüse der Auslöser sein.

Wenn die Schilddrüse außer Kontrolle gerät

Die alten Griechen nannten das kleine Organ über dem Kehlkopf *Thyreos*, was Schild bedeutet. Die Form dieser Drüse erinnert in der Tat an ein Schild. Ärzte bezeichnen diese Drüse mit dem lateinischen Namen "Glandula thyreoidea". Die Hauptfunktionen sind die Bildung jodhaltiger Schilddrüsenhormone, welche viele Funktionen unseres Stoffwechsels regulieren. Auch das Peptidhormon Calcitonin wird in der Schilddrüse gebildet. Es fördert den Einbau von Calcium in die Knochen und hemmt gleichzeitig den Knochenabbau. Durchschnittlich wiegt die Schilddrüse des Erwachsenen nur ca. 18 – 30 g.

„Klein aber oho“ – könnte man sagen, denn die Schilddrüsenhormone wirken auf das Herz, den Kreislauf, den Zucker-, Fett-, und Bindegewebsstoffwechsel. Auch auf die Aktivität von Schweiß und Talgdrüsen der Haut und die Funktion der Darmmotorik, sowie auf das Nervensystem, den Energieverbrauch und die Körpertemperatur wirken die Hormone der Schilddrüse ein. Das erklärt, warum eine krankhafte *Glandula Thyreoidea* so viele verschiedene Symptomaten hervorrufen kann, bis hinzu psychischen Erscheinungen wie Ängste, Gereiztheit und Depressionen.

Die Schilddrüse produziert die jodhaltigen Hormone Trijodthyronin (T3) und Thyroxin (T4). Obwohl das schild- oder schmetterlingsförmige Organ nur wenig T3 ausschüttet, ist es das aktivere Hormon. Zu 93 Prozent wird T4 in der Schilddrüse produziert. Dieses muss in der Leber und im Darm und zu geringen Teilen auch in anderen Organen zu dem aktiven und wichtigen T3 umgewandelt werden. Das bedeutet: Ohne eine gesunde Leber und einen gesunden Darm keine gesunde Schilddrüse.

Kein Organ arbeitet isoliert. Die Schilddrüse schon gar nicht. Ihr übergeordnet sind der Hypothalamus und die Hypophyse, die das gesamte Hormonsystem unter Kontrolle hat. Bei einem Mangel an Schilddrüsenhormonen setzt die Hypophyse das Hormon (griech. *hormao* = ich treibe an) TSH (Thyreoidea stimulierendes Hormon) frei. Dieses wiederum veranlasst die Produktion von T3 und T4. Über diese Hormone steht die Schilddrüse mit dem Herzen, der Leber, dem Darm und der Nebenniere in direkter Verbindung.

Die Auswirkungen einer Schilddrüsenerkrankung

Noch vor 50 Jahren war in der Schweiz, in Österreich, dem Allgäu und anderen Jodmangelgebieten der Kropf ein weit verbreitetes Symptom. Die Schilddrüse hat sich dabei so vergrößert, dass sie selbst noch das kleinste Jodatom zur Produktion von T3 und T4 nutzen konnte. Dank Meeresfischen, Algen, Meersalz und jodiertem Speisesalz sieht man heute kaum noch Menschen mit einem Kropf. Jodiertes Speisesalz ist jedoch stark umstritten.

Weitaus häufiger sind heute:

- Schilddrüsenentzündung (Thyreoiditis)
- Unterfunktion (Hypothyreose)
- Überfunktion (Hyperthyreose)
- Autoimmunerkrankungen (Morbus Basedow und Hashimoto Thyreoiditis)
- Heiße oder kalte Knoten

Heiße Knoten sind hochaktiv und produzieren Schilddrüsenhormone in großen Mengen. In den kalten Knoten werden nur noch wenige oder gar keine Hormone mehr gebildet. Sie können sich bösartig verändern. Um einen Schilddrüsenkrebs zu vermeiden, werden sie operativ entfernt. Pro Jahr finden in Deutschland 120.000 Schilddrüsenoperationen statt. Wird die Schilddrüse oder ein Teil davon entfernt, ist man lebenslanglich auf die medikamentöse Zufuhr von T3 und T4 angewiesen.

Von der Autoimmunerkrankung Morbus Basedow sind ca. 1-2 Prozent der Bevölkerung betroffen (Frauen fünfmal so häufig wie Männer). Meist erkennt man das Leiden an der Volumenzunahme des Bindegewebes hinter den Augen. Die Betroffenen haben oft „Glubsch- oder Froschaugen“. In der Medizin werden die vorgedrängten Augäpfel als „Exophthalmus“ bezeichnet.

Hashimoto – wenn sich die Schilddrüse selbst zerstört

Hashimoto klingt nach einer asiatischen Kampfsportart. Tatsächlich handelt es sich jedoch um eine Krankheit, die weltweit enorm auf dem Vormarsch ist. Sie wurde nach dem japanischen Arzt Hakuro Hashimoto benannt, der vor dem ersten Weltkrieg in Europa arbeitete. Er beschrieb die Symptome 1912 in einer deutschen Veröffentlichung. Es war die erste anerkannte Autoimmunerkrankung. Man schätzt, dass heute jeder fünfte Mensch an einer Autoimmunerkrankung leidet. Hierbei bekämpft das Immunsystem nicht fremde Eindringlinge, wie Bakterien oder Viren, sondern eigene Organe wie die Bauchspeicheldrüse, das Gehirn oder die Schilddrüse. Bei jeder Autoimmunerkrankung ist es wichtig, die eigentliche Ursache zu behandeln. Der amerikanische Arzt und Schilddrüsenexperte Dr. Datis Kharrazian hat dazu ein wichtiges Buch geschrieben: *„Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto anders behandeln“*.

In den vergangenen 15 Jahren hat er Tausende von amerikanischen Ärzten in den Grundlagen einer ganzheitlichen Behandlung von Hormonstörungen unterwiesen. Es wird Zeit, dass seine Erkenntnisse auch in Europa bekannt werden. Bisher wird eine Schilddrüsenstörung oft nicht erkannt, denn die Laborwerte können „normal“ sein. Doch was nutzen die schönsten Testergebnisse, wenn sich jemand miserabel fühlt? Man kann es durchaus auch als einen „Kunstfehler“ bezeichnen, wenn ein Arzt bei einer Hashimoto Thyreoiditis nur Schilddrüsenhormone verschreibt und die Autoimmunerkrankung an sich nicht behandelt. Frauen sind von der Hashimoto Thyreoiditis fünfmal häufiger betroffen als Männer. In Internetforen bezeichnen sie sich kurz als „Hashis“. Wenn in der Anfangsphase der Erkrankung viel Schilddrüsengewebe zerstört wird, gelangen viele Hormone in den Blutstrom. Es zeigen sich Symptome einer Überfunktion. Später, in fortgeschrittenen Stadien, geht die Symptomatik in Richtung Unterfunktion. Es kann auch wechselnde Phasen geben. Daher ist es wichtig, die Hinweise und Symptome zu kennen.

Häufigste Symptome einer Schilddrüsenüberfunktion (Hyperthyreose):

- Schneller Puls, auch in Ruhe
- Starkes Schwitzen, auch nachts
- Herzrasen
- Innerliches Zittern
- Nervosität
- Erschwerte Gewichtszunahme
- Schlafstörungen

Häufigste Symptome einer Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose):

- Müdigkeit
- Depressionen
- Antriebsschwäche
- Verdauungsprobleme
- Verstopfung
- Juckende, trockene Haut
- Kälteempfindlichkeit
- Kreislaufschwäche
- Trockenes, sprödes Haar
- Haarausfall
- Außergewöhnlich hohes Schlafbedürfnis
- Gewichtszunahme trotz geringer Kalorienzufuhr
- Ödeme
(insbesondere Gesichtsschwellungen)
- Morgendliche Kopfschmerzen,
die im Laufe des Tages abklingen

Im nächsten Newsletter erfahren sie mehr über die Ursachen und die ganzheitliche Therapie von Schilddrüsenerkrankungen.