

Symptome der Schilddrüsenunterfunktion

Charakteristisch für die Schilddrüsenunterfunktion ist, dass sie sowohl bei Kindern und Jugendlichen als auch bei Erwachsenen aufgrund des schleichenden Verlaufs und der anfangs nur wenig ausgeprägten Symptome häufig erst spät erkannt wird. Die Mangelsituation zeigt sich erst allmählich, wenn mehrere Organsysteme betroffen sind.

Am Herz-Kreislauf-System führt eine Schilddrüsenunterfunktion zu einer Abnahme der Pulsfrequenz. Dabei kann der Pulsschlag bis auf 40 bis 60 Schläge in der Minute abfallen. Eine koronare Herzkrankheit mit Angina pectoris ist möglich, da der Risikofaktor Cholesterin erhöht ist. Dabei fällt auf, dass das HDL-Cholesterin, auch „gutes“ Cholesterin genannt, abfällt und das LDL-Cholesterin („das schlechte“) ansteigt. Eine cholesterinarme Diät führt allerdings zu keiner Verbesserung der Werte. Der Blutdruck kann bei einer Schilddrüsenunterfunktion erhöht, aber auch erniedrigt sein.

Der Magen-Darm-Trakt ist betroffen, da es mehr und mehr zur Verstopfung (Obstipation) kommt. Der Versuch, mehr zu trinken oder sich ballaststoffreicher zu ernähren, führt zu keiner Verbesserung. In der Not werden Abführmittel eingenommen. Auch Nahrungsmittelunverträglichkeiten rücken vermehrt in den Vordergrund. Trotzdem kommt es zu einer stetigen Gewichtszunahme. Alle Versuche, wieder Gewicht zu verlieren, scheinen vergeblich zu sein. Selbst hungern führt zu keiner Gewichtsabnahme. Auch Sport hilft nicht weiter. Durch den Sport wird lediglich ein weiteres Zunehmen verhindert. Aber die sportliche Betätigung fällt immer schwerer, die Ausdauer leidet unter der körperlichen Schwäche. Der Körper produziert durch den verminderten Energie- und Sauerstoffverbrauch weniger Wärme, die Folge ist ein ständiges Frieren. Die Patienten tragen Pullover,

während andere nur ein T-Shirt anhaben. Die Füße sind kalt, manche tragen sogar Socken im Bett. Die Körpertemperatur liegt normalerweise unter 36,6 °C.

Die Haut ist rau, schuppig, kühl, trocken und blassgrau, manchmal auch teigig. Sie juckt zeitweise. Die Nägel sind brüchig und splintern leichter als sonst. Die Haare sind trocken, stumpf, brechen leicht ab und gehen vermehrt aus. Sie können sich grob und widerspenstig anfühlen. Bei manchen Patienten fällt auf, dass die Augenbrauen außen vermehrt ausgehen. Auch die Wimpern können ausfallen. Ein Pigmentverlust der Haut, also weiße Flecken auf der Haut, Vitiligo genannt, kann im Rahmen einer Schilddrüsenentzündung vorkommen.

Es fallen eine allgemeine Verlangsamung auf, Müdigkeit, ein Leistungsabfall, bei älteren Menschen unter Umständen sogar eine leichte Demenz, kombiniert mit einer Antriebsarmut und einer depressiven Verstimmung.

Sie können auch rastlos sein, es fällt Ihnen schwer, sich zu konzentrieren und Sie haben das Gefühl, völlig umnebelt zu sein. Häufig wird auch über Schwindel berichtet. Sie stellen fest, dass Sie jetzt täglich einen Mittagsschlaf brauchen, um bis zum Abend durchzuhalten. Oder Sie müssen jetzt zehn oder noch mehr Stunden schlafen. Aber am nächsten Morgen sind Sie immer noch erschöpft und eine ständige Benommenheit befällt Sie. Gerade bei älteren Menschen ist die Abgrenzung gegenüber einer Altersdepression schwierig. Sie verlieren das Interesse an Dingen, die Sie früher interessiert haben, Sie sind vergesslicher als früher und haben Mühe, mit Ihrer Arbeit und Ihren Terminen zurechtzukommen. Oft werden in dieser Situation Antidepressiva verschrieben. Meist werden diese aber entweder nicht vertragen oder die gewünschte Wirkung bleibt aus. Wenn sich die Stimmung nach der Einnahme von Antidepressiva nicht verbessert, ist dies geradezu typisch für eine Schilddrüsenunterfunktion.

Gerade bei älteren Menschen sind auch die Blutfette häufig erhöht. Auch eine Blutarmut durch eine Störung der Eisenaufnahme ist nicht selten. Die Nierenfunktion kann sich verschlechtern, sodass es dann zu Ödemen kommt.

Bei Frauen kann das Ausbleiben der Regelblutung die Folge einer Schilddrüsenunterfunktion sein.

Die Wahrscheinlichkeit, dass Sie schwanger werden, ist eingeschränkt. Das Ausbleiben einer Schwangerschaft ist oft der Grund, weshalb überhaupt Untersuchungen durchgeführt werden und dass dann eine Schilddrüsenunterfunktion entdeckt wird. Die Schilddrüsenunterfunktion unterdrückt den Eisprung, was dann auch den rhythmischen Anstieg anderer Hormone stört. Der Prolaktinspiegel kann erhöht sein. Gleichzeitig findet man eine Zunahme von Fehl- und Frühgeburten. Der Menstruationszyklus ist oft unregelmäßig. Während einer Unterfunktion der Schilddrüse kann er bis auf 21 Tage verkürzt sein und verlängert sich dann wieder unter der Therapie mit Schilddrüsenhormon. Eine verminderte Libido, also keine Lust auf Sex, ist ebenso häufig. Dies trifft auf beide Geschlechter zu. Deshalb lassen sich auch Männer untersuchen und es zeigt sich dann, dass die Diagnose Schilddrüsenunterfunktion lautet.

Was das Aussehen betrifft, so zeigen sich Schwellungen im Gesicht und Flüssigkeitsansammlungen an den Augenlidern. Die Mimik ist vermindert. Auch die Zunge kann angeschwollen sein, sodass sich die Sprache ändert. Die Stimme kann gleichzeitig belegt oder heiser sein und der Wortfluss verlangsamt. Es kann Ihnen als Frau passieren, dass Sie am Telefon für einen Mann gehalten werden. Sie haben plötzlich einen Kloß im Hals. Es stört nun eine Krawatte oder ein enger Kragen.

Augenerkrankungen sind beim Morbus Basedow gefürchtet, einer Schilddrüsenerkrankung, bei der am Anfang eine Überfunktion der Schilddrüse im Vordergrund steht und erst viel später eine Unterfunktion auftritt. Viel häufiger sind aber trockene und juckende Augen, da weniger Tränenflüssigkeit produziert wird, sodass oft Tränenersatzmittel benutzt werden müssen. Gleichzeitig kann eine vermehrte Lichtempfindlichkeit bestehen, dann wird vermehrt auch über Kopfschmerzen geklagt.

Ohrgeräusche hatten Sie bisher noch nie. Plötzlich sind sie da. Der Hals-Nasen-Ohren-Arzt nennt sie Tinnitus: Zischen, Heulen, Pfeifen,

Klicken, Klingeln oder Rauschen in einem oder in beiden Ohren, obwohl objektiv keine Geräusche vorhanden sind. Ein Tinnitus ist schwer beeinflussbar.

Menschen mit einer Schilddrüsenunterfunktion brauchen länger als früher, als ihre Schilddrüse noch normal funktionierte, bis sie sich von einer Erkältung erholen. Auffällig ist allerdings, dass sie seltener Fieber bekommen als früher. Gleichzeitig nehmen Allergien zu. Das betrifft sowohl Heuschnupfen als auch Nahrungsmittelallergien.

Menschen mit einer Schilddrüsenunterfunktion leiden häufiger an Schnarchen und haben vermehrt Atempausen in der Nacht. Diese Erkrankung wird Schlafapnoe-Syndrom genannt. Diese Menschen sind tagsüber sehr müde. Autofahren ist dann sehr gefährlich, weil sie immer wieder in einen Sekunden-Schlaf während der Fahrt fallen.

Bei manchen Menschen mit einer Schilddrüsenunterfunktion bestehen Atembeschwerden. Sie fühlen eine Enge in der Brust. Manchmal wird dieser Zustand mit einem Asthma bronchiale verwechselt.

Bei Kindern fällt auf, dass sich das Längenwachstum verzögert und dass sie sich langsamer entwickeln als andere Kinder. Die schulischen Leistungen verschlechtern sich immer mehr.

Bei Kleinkindern kommt es zu Problemen beim Füttern, zu Verstopfung und Klagen über Bauchschmerzen, sie sind sehr schläfrig und haben ein auffälliges Schreiverhalten. Der Muskeltonus ist herabgesetzt. Manchmal besteht ein Nabelbruch.

Da bei dieser Erkrankung viele Symptome in unterschiedlichen Organsystemen gleichzeitig vorliegen, verwirrt dies den Arzt und den Patienten. Schnell wird eine psychische Ursache vermutet. Stress haben wir ja alle viel zu viel. Es sollte jedoch frühzeitig an eine Störung der Schilddrüsenfunktion gedacht werden.

Checkliste für die Diagnose einer Schilddrüsenunterfunktion

Die nachfolgende Checkliste gibt Ihnen einen Überblick über die möglichen Symptome einer Schilddrüsenunterfunktion. Zeigen Sie Ihrem Arzt diese Liste. Anhand der Liste können Sie auch das Ansprechen der Therapie überprüfen. Kreuzen Sie die Symptome an, die auf Sie zutreffen.

A. Erwachsene

1. Familie und Vorgeschichte

- Es gibt in meiner Familie (Großeltern, Eltern oder Geschwister) Menschen mit Schilddrüsenproblemen.
- Es bestand bei mir bereits einmal der Verdacht einer Störung der Schilddrüsenfunktion.
- Ich wurde bereits wegen einer Störung der Schilddrüsenfunktion behandelt.
- Laborergebnisse, welche die Schilddrüse betreffen, waren bereits auffällig.
- Ich habe in der Vergangenheit Schilddrüsenhormone eingenommen. Sie hießen
- Meine Schilddrüse ist vergrößert.
- Ich habe eine Schilddrüsenoperation hinter mir.
- Ich wurde mit Radiojod behandelt.
- Ich wurde wegen einer Überfunktion der Schilddrüse mit Medikamenten behandelt. Sie hießen
- Ich erhielt eine Strahlentherapie (Radiatio) im Kopf-, Hals- oder Brustbereich.
- Ich hatte schon ein Schleudertrauma der Halswirbelsäule durch einen Verkehrsunfall oder bin als Kind oder Jugendlicher auf den Kopf gestürzt.

2. Andere Hormonstörungen

- Ich nehme Hormone zur Behandlung von Wechseljahresbeschwerden ein.