

**Dr. med. Dierk Heimann**

Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.  
[www.ihr-hausarzt-in-mainz.de](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)

„Warum habe ich solche Schluckbeschwerden, Herr Doktor?“

**D**er Patient vor mir ist 53, und noch bevor er richtig Platz genommen hat, sprudelt es aus ihm heraus: „Ich bin immer so müde und erschöpft, Herr Doktor.“ Ich habe eine Schilddrüsenunterfunktion in Verdacht – immerhin hat etwa jeder dritte Deutsche mit einer Über- oder Unterfunktion zu kämpfen – und hake nach: „Was macht denn das Gewicht, Ihr Stuhlgang – und ist Ihnen an Haut oder Haaren etwas aufgefallen?“ Alles mögliche „Schauplätze“ einer Unterfunktion der Schilddrüse. „Ja, jetzt, wo Sie es sagen. Ich habe zugenommen und mehr Verstopfung als früher. Auch ist meine Haut ganz trocken.“ Seine Beschwerden klingen fast wie aus dem Lehrbuch. Auch Depressionen, Kälteempfindlichkeit, brüchige Haare und Nägel sowie ein langsamer Herzschlag können Symptome sein. „Haben Sie auch Probleme beim Schlucken oder Sprechen?“ möchte ich wissen, da eine zu große Schilddrüse auf den Hals drückt. Er nickt langsam. „Klingt für mich alles nach einer Schilddrüsenunterfunktion. Ich lasse noch mal den TSH-Wert abnehmen.“

**Wenn die Schilddrüse stumm bleibt**

Dieses Hormon, **Thyreotropin** (kurz TSH), wird in der Hirnanhangdrüse gebildet. Es regt die Schilddrüse an, ihre Energiestoffwechselformone **Thyroxin** (T4) und **Triiodthyronin** (T3) zu produzieren – beide kurbeln im Organismus praktisch jeden Stoffwechselprozess an. Schon bei einer früheren Routinekontrolle des besagten Patienten war aufgefallen, dass dieser TSH-Spiegel zu hoch war. Die Ergebnisse des erneuten Bluttests zeigen: Der TSH-Wert ist wieder erhöht. Das sagt mir: Die Hirnanhangdrüse sendet ständig „Weckrufe“ an die Schilddrüse, doch die hört offenbar nicht... Ich lasse im Labor weitere Parameter aus den Blutproben bestimmen: das T3 und T4, also diejenigen Energiehormone, die die Schilddrüse eigentlich produzieren sollte. Außerdem suche ich gezielt nach Antikörpern gegen Schilddrüsenhor-

**Das Magazin zum Gesund-bleiben!**

Mehr Muskeln, schönere Haut, längeres Leben: Mediziner erachten Molke als eines der wirksamsten Superfoods. Außerdem lesen Sie in der neuen Ausgabe von Good Health: Was wir unseren Schultern nie antun sollten; Wie wir uns gesund und fit atmen; Der spannende Alltag eines Inselarztes



**Jetzt am Kiosk!**

mone, sogenannte **Thyreoperoxidase-Antikörper**. Die sind meist erhöht, wenn es einen Angriff des Immunsystems gegen körpereigene Schilddrüsenbestandteile gibt oder gegeben hat – wir nennen das **Hashimoto-Thyreoiditis**. Diese Antikörper sind tatsächlich erhöht, die Energiehormone T3 und T4 niedrig (noch knapp) normal. Damit steht fast sicher fest: Mein Patient hatte eine **Hashimoto-Thyreoiditis**, bei der zunächst zu viele Schilddrüsenhormone produziert werden.

**Spezial-Zentrum für Spezial-Operationen**

Ist die akute Phase jedoch vorbei, ist die Schilddrüse wie „ausgebrannt“, und die Betroffenen rutschen oft in eine Unterfunktion. Ich bestelle meinen Patienten ein und erläutere ihm meine Befunde. In der Schilddrüsen-Sonographie sehe ich ein Struma – also eine deutlich zu große Schilddrüse. Das kommt nach einer solchen Entzündung auch vor – daher die Schluckbeschwerden. „Ich schlage vor, wir geben Ihnen erst mal sehr wenig Schilddrüsen-Hormone, damit Ihre Beschwerden besser werden. Und ich schicke Sie in ein Schilddrüsen-Zentrum, um über eine OP nachzudenken, damit Sie wieder besser sprechen und schlucken können.“ Mein Patient schaut mich fragend an. „Warum ist so ein Zentrum denn nötig?“, möchte er wissen. „Die Deutsche Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde, Kopf- und Hals-Chirurgie hat gerade erst darauf hingewiesen, dass in spezialisierten Zentren mehrere Kollegen unterschiedlicher Fachrichtungen über Ihren Fall beraten können und so weniger Komplikationen auftreten. Ich habe erst kürzlich im Bekanntenkreis erlebt, was eine missglückte Schilddrüsen-OP anrichten kann.“ Mein Patient nickt. Er lässt sich überweisen und später operieren. Alles verläuft gut. Nach der Operation kommt er vorbei und bedankt sich. Alles ist ohne Komplikationen verlaufen, seine Hormone sind nun optimal eingestellt, und er hat sieben Kilo Gewicht verloren.

ANZEIGE

**Öfter vergesslich?\***

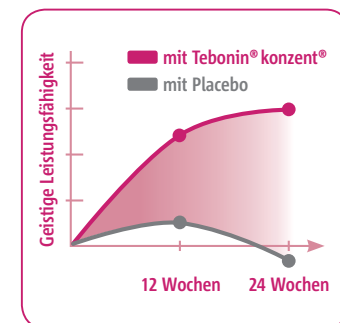


**Erste Anzeichen**

Mal etwas zu vergessen, ist ganz normal. Aber was, wenn das mit den Jahren häufiger wird? Kann man jetzt schon etwas fürs Gedächtnis oder die geistige Fitness tun?

**Frühzeitiges Handeln hilft**

Im Laufe des Lebens baut das Gehirn ab. Doch je besser die Versorgung mit Sauerstoff und je mehr Verbindungen zwischen den Nervenzellen erhalten werden, desto besser die Aussichten, geistig fit zu bleiben. Und dafür kann man frühzeitig etwas tun: z. B. sich gesund ernähren und ausreichend bewegen, mentales Training absolvieren oder soziale Kontakte pflegen.



Wenn die geistige Leistungsfähigkeit im Laufe des Lebens nachlässt, kann Tebonin® konzent® helfen.<sup>1</sup>

Auch der pflanzliche Ginkgo-Premiumextrakt EGb 761® (Tebonin® konzent®, Apotheke) kann Sie auf natürliche Weise unterstützen.

**Stärkt Gedächtnis und Konzentration\***

Tebonin® konzent® fördert die Durchblutung und damit die Sauerstoffversorgung im Gehirn. Auch verbessert es die Verbindung von Gehirnzellen. So stärkt es die geistige Leistungsfähigkeit.

**Dranbleiben ist alles**

Der Premiumextrakt entfaltet seine volle Wirkung innerhalb von 6–8 Wochen. In dieser Zeit verbessern sich in der Regel bereits Gedächtnisleistung & Konzentration.

Für eine nachhaltige Verbesserung sollten Sie die Einnahme auch danach fortsetzen. Es kann sich also lohnen, bereits bei ersten Anzeichen über einen längeren Zeitraum etwas zu tun, um geistig fit zu bleiben.

Fragen Sie Ihren Arzt, er hilft Ihnen gerne weiter.

- ✓ Nur in Ihrer Apotheke!
- ✓ Pflanzlich und gut verträglich



<sup>1</sup>Ihl, R. et al., 2011, Int. J. Geriatr. Psychiatry. \* Bei altersassoziierten geistigen Leistungseinbußen. \*\* IMS PharmaScope® National, Apothekenmarkt nach Umsatz und Absatz, MAT 02/2018. Tebonin® konzent® 240 mg. Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Besserung von (altersassoziierten) geistigen Leistungseinbußen und zur Verbesserung der Lebensqualität bei leichter Demenz. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe. T1/01/05/18/02/RA

**Hämorrhoiden?**

Hametum® – Die pflanzliche Therapie!\*



- ▶ Hemmt Juckreiz
- ▶ Lindert Brennen
- ▶ Fördert das Abheilen kleinerer Wunden

Hametum® Hämorrhoidensalbe. Wirkstoff: Hamamelisblätter- und zweigedestillat. Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidaliden. Hinweis: Blut im Stuhl bzw. Blutungen aus dem Darm-After-Bereich bedürfen grundsätzlich der Abklärung durch den Arzt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe H2/01/08/17/04

\* Zur Besserung von Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidaliden.



TEXT: DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOF MÄTTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN