

Die Schilddrüse

Taktgeberin im Mini-Format

Die Schilddrüse ist ein kleines, schmetterlingsförmiges Organ unterhalb des Kehlkopfes. Die beiden Seitenlappen schmiegen sich an die Luftröhre und sind über dem Schildknorpel miteinander verbunden. Bei einer gesunden Schilddrüse ist jeder der beiden Lappen nicht größer als das Daumenendglied des jeweiligen Patienten. So wiegt die Schilddrüse eines Erwachsenen etwa 20 bis 25 Gramm und ist ungefähr so groß wie eine Walnuss. Die kleine Drüse produziert zwei Hormone: T4 (Levothyroxin) und die aktive Form T3 (Triiodthyronin). Damit beeinflusst und regelt sie zahlreiche Stoffwechselfvorgänge im Körper - vom Knochenauf- und abbau über das Herz-Kreislauf-System bis hin zur neuronalen Entwicklung in jungen Jahren sowie bei Erwachsenen.

Jod – essentieller Baustein

Für die Synthese von Levothyroxin benötigt die Schilddrüse Jod. Da der Körper Jod nicht selbst herstellen kann, sind wir auf die Aufnahme über die Nahrung angewiesen. Die deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt für Jugendliche und Erwachsene (13 bis 51 Jahre) täglich etwa 200 Mikrogramm des Spurenelements. In der Schwangerschaft steigt die empfohlene Zufuhr sogar auf bis zu 250 Mikrogramm an, da die Mutter das ungeborene Kind mitversorgt. Die meisten Menschen nehmen im Alltag allerdings deutlich weniger Jod auf, Deutschland gilt als Jodmangelnd. Zur Vorbeugung von Jodmangel und damit auch bestimmter Schilddrüsenerkrankungen sind zum Beispiel der regelmäßige Verzehr von Hochseefisch und die Verwendung von jodiertem Speisesalz zu empfehlen. Auch Milchprodukte und Fleisch, sowie Eier enthalten bestimmte Mengen an Jod, da das Spurenelement dem Tierfutter beigegeben wird. Böden sind hingegen jodarm wodurch pflanzliche Nahrung meist nur geringe Mengen zum täglichen Jodbedarf beitragen kann. Bei streng veganer Ernährung und in der Schwangerschaft und Stillzeit ist die zusätzliche Jodid-Einnahme (150 bis 200 Mikrogramm pro Tag) in jedem Fall zu empfehlen, um eine sichere Versorgung zu gewährleisten. Vor allem beim ungeborenen Kind führt ein Jodmangel zu verzögerter körperlicher und geistiger Entwicklung. Jodmangel bei Erwachsenen führt häufig zu Schilddrüsenfunktionsstörungen und/oder Gewebeveränderungen.

Kleine Störung – große Wirkung

Rund ein Drittel der Deutschen hat Probleme mit der Schilddrüse – oft ohne die Symptome auf die Schilddrüse zu beziehen. Besonders häufig kommt dies bei Menschen in der zweiten Lebenshälfte vor: Ab dem 45. Lebensjahr ist jeder Zweite betroffen, Frauen in aller Regel häufiger als Männer. Jodmangel und Erkrankungen der Schilddrüse können das Organ aus dem Takt bringen, so dass es nicht mehr die richtige Menge an Hormonen produziert. Viele verschiedene Funktionen im Körper geraten dann aus dem Gleichgewicht: Dies kann sich bemerkbar machen durch Konzentrationsschwäche, kühle Haut, Gewichtszunahme, Verstopfung ebenso wie durch Herzklopfen, innere Unruhe, Schwitzen oder Gewichtsabnahme – also alles Erscheinungen, die fast jeder irgendwann einmal an sich beobachtet. Deshalb werden Schilddrüsenprobleme oft nicht auf den ersten Blick erkannt, denn die genannten Symptome sind eher unspezifisch. Auch schwerwiegende Folgen wie unerfüllter Kinderwunsch oder depressive Verstimmungen können mit Schilddrüsenproblemen zusammenhängen. Bei einem Verdacht ist daher die Untersuchung der

Schilddrüse beim Arzt besonders wichtig. Er kann feststellen, ob mit der Schilddrüse etwas nicht stimmt.

Daten zur Schilddrüsengesundheit

- Die Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland ergab, dass bei Erwachsenen in allen Altersgruppen ein Anteil von 30 Prozent eine tägliche Jodaufnahme hat, die unterhalb ihres mittleren geschätzten Bedarfs liegt. Somit ist die Jodversorgung in Deutschland nach wie vor nicht ausreichend.¹
- Die Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) ergab, dass sich die Jodversorgung Heranwachsender in Deutschland deutlich verschlechtert hat. Etwa 58 Prozent der Kinder lagen unterhalb des WHO-Grenzwertes.²
- 20 Millionen Menschen in Deutschland weisen eine als Kropf vergrößerte Schilddrüse auf.³
- Jährlich werden in Deutschland über 79.000 Schilddrüsen-Operationen durchgeführt, von denen viele vermeidbar wären.⁴
- Die durch Schilddrüsenkrankheiten entstehenden Folgekosten in Deutschland werden auf über eine Milliarde Euro pro Jahr geschätzt.⁵

4.262 Zeichen inkl. Leerzeichen

Forum Schilddrüse

Das Forum Schilddrüse bietet Serviceangebote rund um die Schilddrüse. Broschüren zu verschiedenen Themen stehen bereit. Diese können unter www.forum-schilddruese.de online oder unter der Hotline 069 / 63803727 (Montag bis Freitag, 9 bis 13 Uhr) bestellt werden. Dort finden sich weitere Informationen zur Schilddrüse und Schilddrüsenerkrankungen. Bei spezifischen Fragen zur Schilddrüse kann die Telefonsprechstunde (alle zwei Wochen dienstags, 17 bis 19 Uhr) genutzt werden, bei der ein Schilddrüsenexperte berät.

Referenzen:

- (1) <https://www.bmel.de/DE/themen/ernaehrung/gesunde-ernaehrung/degs-jod-studie.html> (zuletzt abgerufen am 09.03.2023)
- (2) Hey I., Thamm M., Thamm R. (2019) Monitoring der Jodversorgung bei Kindern und Jugendlichen, Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS Welle 2), Robert Koch-Institut.
- (3) Schumm-Dräger P M, Feldkamp J: Schilddrüsenkrankheiten in Deutschland, PräV Gesundheitsf 2007; 2:153-158
- (4) Bartsch DK, Luster M, Buhr HJ, Lorenz D, Germer CT, Goretzki PE, on behalf of the German Society for General and Visceral Surgery quality commission: Indications for the surgical management of benign goiter in adults. Dtsch Arztebl Int 2018; 115: 1-7. DOI: 10.3238/arztebl.2018.000
- (5) Dörr HG. (2004) Schilddrüsenerkrankungen. In: Reinhardt D. (eds) Therapie der Krankheiten im Kindes- und Jugendalter. Springer, Berlin, Heidelberg. https://doi.org/10.1007/978-3-662-10471-2_23



Über Sanofi

Wir sind ein innovatives globales Gesundheitsunternehmen mit einer einzigen Bestimmung: Wir erforschen die Wunder der Wissenschaft, um das Leben der Menschen zu verbessern. Unser Team setzt sich in mehr als 100 Ländern dafür ein, die medizinische Praxis zu verändern und damit das Unmögliche möglich zu machen. Wir bieten weltweit Millionen von Menschen lebensrettende Impfstoffe und Behandlungsoptionen an, die das Potential haben, das Leben zu verbessern. Dabei stellen wir Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung in den Mittelpunkt unseres Handelns.

Sanofi ist an den Börsen EURONEXT: SAN und NASDAQ: SNY gelistet.

Kontakt

Martina Wolters | presse@sanofi.com

Daniel Schwind | +49 (69) 61 998-24 | daniel.schwind@dkcommunications.de

Dirk Fischer | +49 (69) 61 998-21 | dirk.fischer@dkcommunications.de

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH - Sitz der Gesellschaft: Frankfurt am Main - Handelsregister: Frankfurt am Main, Abt. B Nr. 40661
Vorsitzender des Aufsichtsrates: Brendan O´Callaghan - Geschäftsführer: Dr. Fabrizio Guidi (Vorsitzender), Oliver Coenenberg, Marcus Lueger, Prof. Dr. Jochen Maas, Anne Reuschenbach

Sie erhalten diese Pressemitteilung durch Dorothea Küsters Life Science Communications GmbH, Falkstraße 5, 60487 Frankfurt am Main im Auftrag der Sanofi Aventis Deutschland GmbH. Wenn Sie keine weiteren Pressemitteilungen zu diesem Thema empfangen möchten, antworten Sie bitte auf diese Mail und ergänzen Sie im Betreff "Abmeldung". Weitere Informationen zum Datenschutz finden Sie in den Datenschutzgrundsätzen von Dorothea Küsters Life Science Communications unter www.dkcommunications.de/datenschutzgrundsaeetze