

DAS THEMA: Abendsprechstunde "Die Schilddrüse"

INFO

Beratung und Kontakt

◆ Die Medizinische Klinik I des St. Vincenz-Krankenhauses Datteln gliedert sich in die Bereiche Gastroenterologie und Onkologie. Leiter ist Chefarzt Dr. Lutz Uflacker, Arzt für Innere Medizin, Gastroenterologie, Diabetologie, medikamentöse Tumorthherapie und Palliativmedizin. Er leitet auch die Medizinische III. Mit ihrem Schwerpunkt Gastroenterologie gehört die Medizinische Klinik I zu den größten und erfahrensten gastroenterologischen Abteilungen der Region. Zu den wichtigsten Untersuchungsmethoden zählen hier Ultraschall und Spiegelungen (Endoskopien).  
Sekretariat: Sandra Schmidt, ☎ 0 23 63 / 108-20 51, Fax: 0 23 63 / 108-20 22, E-Mail: sekim1@vincenz-datteln.de

◆ Sprechstunde der Medizinischen Klinik I: täglich nach Vereinbarung

◆ Die Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie / Proktologie am St. Vincenz-Krankenhaus Datteln wird geleitet von Chefarzt Dr. Jürgen Mais, Facharzt für Chirurgie und spezielle Viszeralchirurgie. Miriam Frömmichen, Fachärztin für Viszeralchirurgie, ist die Funktionsoberärztin dieser Abteilung.

Das Aufgabengebiet umfasst die Diagnosestellung, Beratung, Behandlung und Versorgung von Patienten vor, während und nach einer Operation aus dem gesamten Fachgebiet. Hauptschwerpunkte der Dattelner Viszeralchirurgie (lat. viscera = Eingeweide) sind die operative Behandlung von gut- und bösartigen Erkrankungen im Bauchraum sowie der übrigen inneren Organe.  
Sekretariat: Ulrike Kalamorz, ☎ 0 23 63 / 108-20 21, Fax: 0 23 63 / 108-20 19, E-Mail: sekretariat-chirurgie@vincenz-datteln.de

◆ Sprechstunden der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie: Montag 8 - 11 Uhr, Mittwoch und Donnerstag 8 - 13 Uhr  
Privatsprechstunde: Montag u. Donnerstag: 14 - 16 Uhr und nach telefonischer Absprache.  
Anmeldung zu den Sprechstunden: ☎ 0 23 63 / 108-20 25 oder 0 23 63 / 108-20 21

◆ St. Vincenz-Krankenhaus, Rottstraße 11, 45711 Datteln, ☎ 0 23 63 / 108-0, Fax: 0 23 63 / 108-29 02, E-Mail: info@vincenz-datteln.de  
@ www.vincenz-datteln.de

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

@ www.gesund-im-vest.de

# Kleines Organ – große Bedeutung

Was man über Schilddrüsenerkrankungen wissen sollte

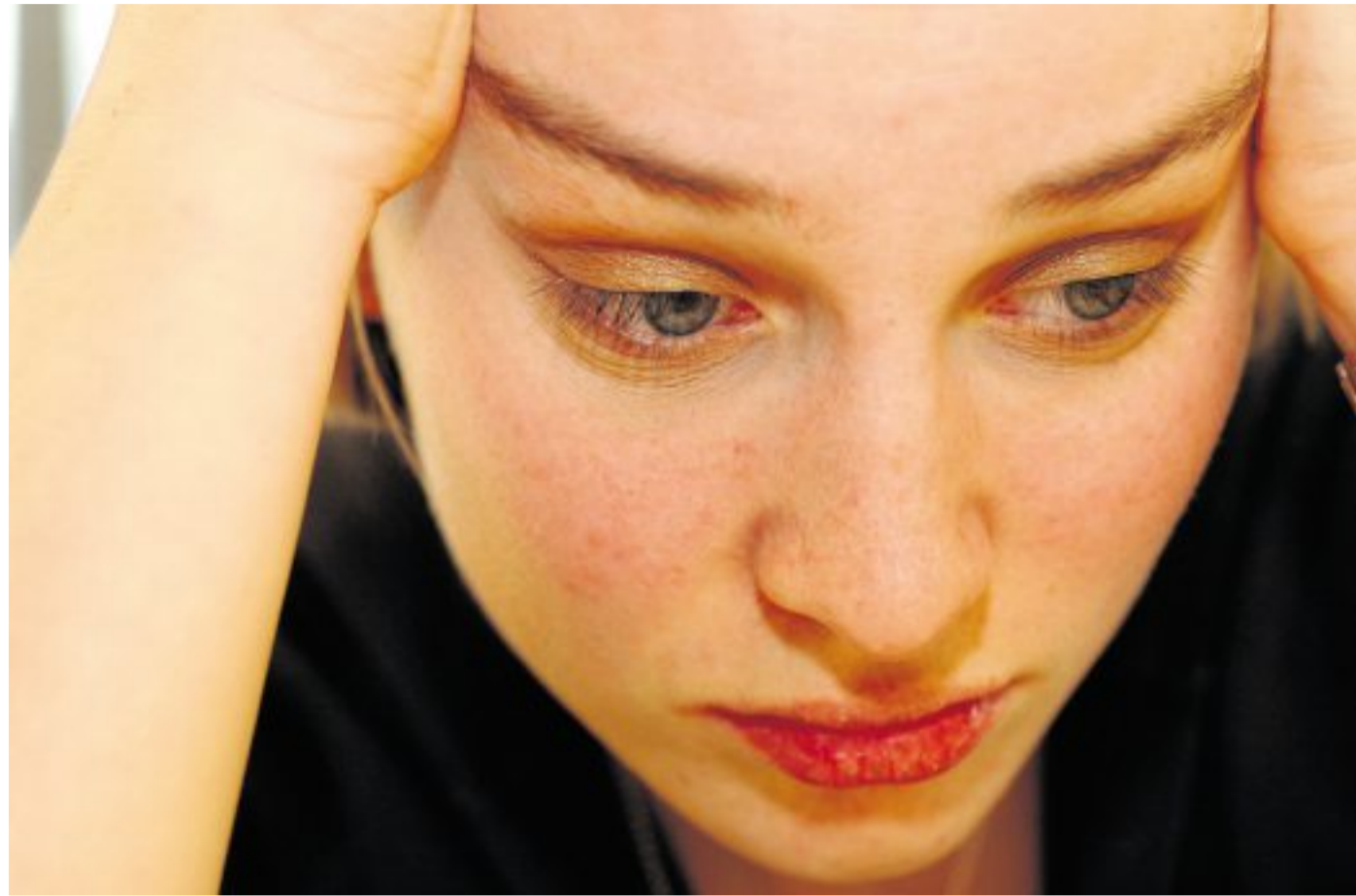
VON HEIDI MEIER

Sie ist klein, gleicht einem Schmetterling und spielt eine zentrale Rolle in unserem Stoffwechsel: die Schilddrüse. Wenn sie aus dem Gleichgewicht gerät, kann das vielfältige Beschwerden auslösen. Bei der nächsten Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am kommenden Montag, 9. November, im Dattelner St. Vincenz-Krankenhaus steht sie im Mittelpunkt.

Produziert das kleine Organ nicht mehr genügend Schilddrüsenhormon, können Symptome wie Gewichtszunahme, schnelles Frieren und Abgeschlagenheit auftreten. Ebenso Gedächtnisschwäche, depressive Verstimmungen, vermehrter Haarausfall, chronische Verstopfung, verminderte Potenz und Flüssigkeitsansammlungen im Gewebe.

Werden zu viele Hormone produziert (Überfunktion), können Gewichtsverlust trotz gutem Appetit, übermäßiges Schwitzen, Ruhelosigkeit, Durchfälle und beschleunigter Puls die Folge sein. Darüber hinaus kann die Schilddrüse sich auch vergrößern oder Knoten bilden – gutartige und bösartige.

Bei unserer Abendsprechstunde wird zunächst Dr. Miriam Frömmichen, Oberärztin der Chirurgie des St. Vincenz-Krankenhauses über Anatomie und Funktion der Schilddrüse aufklären und



Schuld ist die Schilddrüse: Häufige Niedergeschlagenheit kann auch mit einer Überfunktion der Nebenschilddrüse zu tun haben. Bei unserer Abendsprechstunde ist auch das ein Thema. –FOTO: JENS SCHIERENBECK

mögliche Erkrankungen erläutern.

Wie Schilddrüsenerkrankungen diagnostiziert werden, das ist anschließend das Thema von Dr. Lutz Uflacker, Chefarzt der Innere Medizin (Medizinische Klinik I) des St. Vincenz-Krankenhau-

ses. Dabei geht er sowohl auf die Störung ihrer Funktion als auch auf Veränderungen ihrer Form ein.

Wann und wie sollte die kranke Schilddrüse operiert werden? – Dieser Frage geht schließlich Dr. Jürgen Mais, Chefarzt der Chirurgie, aus-

föhrlich ein. „Der Entschluss für oder gegen eine Operation ist abhängig von den Befunden“, sagt der Fachmediziner, „wobei in die Diskussion der Patient mit seinen individuellen Risiken und die Therapiealternativen mit einbezogen werden müssen.“

INFO Die Abendsprechstunde „Die Schilddrüse“ findet statt am Montag, 9. November, um 18.30 Uhr im Pavillon der Schule für Gesundheitsberufe des St. Vincenz-Krankenhauses, Kirchstr. 27, 45711 Datteln. Der Eintritt ist frei.

## Von kalten und warmen Knoten

Die Schilddrüse ist ein kleines, schmetterlingsförmiges Organ. Seine beiden Lappen sind über eine Gewebebrücke miteinander verbunden. Ihr Volumen beträgt bei Frauen maximal 18 ml und bei Männern maximal 25 ml. Ihren Namen verdankt sie der Lage im Körper: Sie liegt unterhalb des Schildknorpels direkt vor der Luftröhre.

Sie ist wohl die bekannteste Hormondrüse im menschlichen Körper, den sie mit den lebensnotwendigen Schilddrüsenhormonen (T3 / T4) versorgt. Neben den Störungen dieser Funktion gibt es häufig knotige Veränderungen in der Schilddrüse, die als Einzelknoten oder in einer Vielzahl auftreten können. In einem Schilddrüsenzintigramm (nuklearmedizinische Funktionsuntersuchung) unterscheidet man warme (hormonproduzierende) von kalten (keine hormonproduzierenden) Knoten.

In Deutschland sind Schilddrüsenknoten mit einem Durchmesser größer als einen Zentimeter altersabhängig bei ungefähr 5,3 Millionen Männern und bei ca. 9 Millionen Frauen nachweisbar. Von diesen Knoten sind etwas weniger als ein Prozent bösartig. Insgesamt erkranken in Deutschland jährlich drei von 100 000 Einwohnern an einem Schilddrüsenkrebs. „Wenn dieser frühzeitig erkannt wird“, so Dr. Miriam Frömmichen, Referentin bei unserer Abendsprechstunde, „ist die Prognose sehr gut.“

## Ohne Jod keine Hormonproduktion

Ernährung mit viel Fisch und Jodsalz für Gesundheit und Leistungsfähigkeit

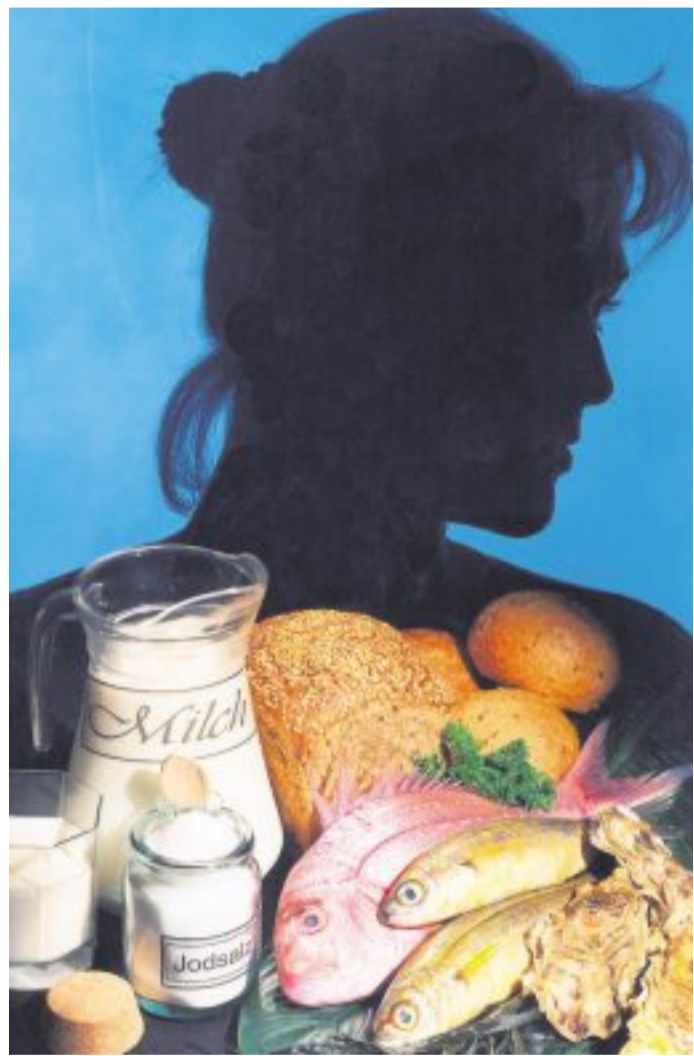
Zur Produktion der Schilddrüsenhormone braucht die Schilddrüse das Spurenelement Jod. „Ob wir uns fit fühlen, sportlich aktive und leistungsfähige Menschen sind, Babys gesund zur Welt kommen oder Schulkinder gut lernen können – alles hängt vom Jod ab“, macht der Arbeitskreis Jodmangel auf die Bedeutung aufmerksam und beklagt, dass in Industriestaaten wie Deutschland heute zwar ein vielseitiges Angebot an Lebensmitteln zur Verfügung steht, es dennoch eine Unterversorgung an bestimmten Vitaminen und Mineralstoffen sowie Jod gibt.

Jodmangel könne jeder haben. Untersuchungen belegen, dass die Menschen hierzulande bei normalen Essgewohnheiten durchschnittlich nur etwa zwei Drittel der empfohlenen Jodmenge aufnehmen. Auch wer seine Ernährung ausgesprochen frisch und vielseitig gestaltet, liege bei der Jodzufuhr deutlich unter den Empfehlungen.

Unsere Lebensmittel enthielten von Natur aus zu wenig Jod, da es in heimischen Böden und Gewässern nur in sehr geringen Mengen vorkommt. Gemüse und Obst deckten daher nur etwa drei Prozent der Jodversorgung ab. Vor allem Vegetarier und Veganer müssten daher besonders auf ihre Jodversorgung achten.

Auch Tiere sind auf Jod angewiesen. Daher wird das Tierfutter zugunsten der Tiergesundheit mit Jod angereichert. Täglich Milch und Milchprodukte sowie gelegentlich Fleisch und Wurstwaren verbesserten auf diese Weise die Jodbilanz.

Aufgrund des Jodgehalts der Meere sind Seefische und andere Meerestiere oder -pflanzen wie Muscheln und Algen von Natur aus jodreich. Ein- bis zweimal wöchentlich sollte Seefisch auf dem Spei-



Die richtige Ernährung ist das A und O für die Versorgung mit Jod, das für die Schilddrüse so wichtig ist. –FOTO: DPA

seplan stehen. Dennoch decke eine abwechslungsreiche Ernährung ohne Jodsalz und damit hergestellten Produkten nur maximal die Hälfte der empfohlenen Tageszufuhr.

Für die andere Hälfte spielt die Verwendung von Jodsalz in allen Lebensmitteln und insbesondere in Fertigprodukten (egal ob Brot, Fertiggerichte, Wurst oder Käse) eine besondere Rolle. Schilddrüsengesündere Lebensmittel erkenne der Verbraucher an der Bezeichnung „jodiertes Speisesalz“ oder „Jodsalz“

auf der Zutatenliste. Ernährungswissenschaftler und Mediziner rieten seit vielen Jahren, auch zu Hause nur Jodsalz zu verwenden – nach dem Motto: wenn Salz, dann Jodsalz.

Erwachsene sollten täglich 200 µg Jod zu sich nehmen. 100 µg Jod pro 100 Gramm sind in natürlichen Lebensmitteln wie Seefisch, Milch oder Ei enthalten, bei Jodsalz und damit hergestellten Lebensmitteln entsprechen 100 µg fünf Gramm Salz.

@ www.jodmangel.de

ANZEIGE

**GESUND IM VEST.de**

**ABENDSPRECHSTUNDE**

## Die Schilddrüse

Ein kleines Organ mit großer Wirkung – Funktion, Diagnostik und wann sollte operiert werden?

**Montag, 9. Nov. 2015, 18.30 Uhr**

**St. Vincenz-Krankenhaus Datteln, Pavillon der Schule für Gesundheitsberufe, Kirchstraße 27, 45711 Datteln**

Moderation: Bernd Overwien (Chefredaktion Medienhaus Bauer)

**Eintritt frei!**

Interessierte Bürger und Patienten fragen, Experten geben kompetente Antworten

Referenten und Themen

- Oberärztin Miriam Frömmichen** Chirurgie  
**Anatomie und Funktion der Schilddrüse – Welche Erkrankungen gibt es?**
- Chefarzt Dr. med. Lutz Uflacker** Innere Medizin I  
**Diagnostik bei Schilddrüsenerkrankungen**
- Chefarzt Dr. med. Jürgen Mais** Chirurgie  
**Schilddrüsenchirurgie – Wann und wie sollte die kranke Schilddrüse operiert werden?**

St. Vincenz-Krankenhaus Datteln  
MEDIENHAUS BAUER  
FRAGEN: WESTFISCHE CARITAS-KLINIKEN GMBH