



Gesundheitsmagazin

Nicht die Schilddrüse selbst, sondern das Immunsystem ist Schuld

30.03.2023 um 11:47

von **Claudia Dabringer**

Hauptbild · Bei Hashimoto werden Zellen der Schilddrüse zum Ziel des Immunsystems. · (c)
[Getty Images/iStockphoto \(Dr_Microbe\)](#)

Zehnmahl mehr Frauen als Männer erkranken an einer Hashimoto-Schilddrüsenentzündung. Eine lebenslange Hormonersatztherapie ist das Mittel der Wahl.

Unter dem exotisch klingenden Namen Hashimoto-Thyreoiditis versteht man eine chronische Entzündung der Schilddrüse, die auf eine Auto-immunreaktion zurückzuführen ist: „Der Körper erkennt die Schilddrüse als fremd und bildet daraufhin Antikörper - in der Regel TPO- und/oder TG-Antikörper - gegen die Schilddrüse, die eine chronische Entzündung auslösen und durch Schädigung des Schilddrüsenorgans oft zu einer Schilddrüsenunterfunktion führen“, sagt Nuklearmediziner Günter Linzberger. Typische Merkmale der häufigsten Ursache für diese Schilddrüsenunterfunktion sind Müdigkeit und Antriebslosigkeit, Konzentrationsstörungen und Gewichtszunahme, trockene Haut und Haare sowie Fruchtbarkeitsstörungen, Kälteempfindlichkeit und verlangsamte Reflexe.

Auch wenn der Mechanismus der Schädigung klar ist, ist die Ursache für die zugrunde liegende Autoimmunreaktion weniger eindeutig benennbar. „Beim Auftreten einer Hashimoto-Erkrankung spielen sicher genetische Komponenten eine Rolle, aber auch der Einfluss weiblicher Sexualhormone sowie Umweltfaktoren wie Stress, Mikronährstoffmangel oder die Jodzufuhr können eine Rolle spielen“, sagt Linzberger. Zehn bis zwölf Prozent der Bevölkerung sind davon betroffen, in Österreich gehen Experten von rund 500.000 Erkrankten jeglichen Geschlechts aus. Nichtsdestotrotz: Darunter sind allerdings bis zu zehnmahl mehr Frauen als Männer. Das hat über die Jahrzehnte zugenommen. Hormone

Schilddrüsenhormone haben eine Auswirkung auf das Immunsystem. Und dieses wird während einer Schwangerschaft ‚runterreguliert‘, damit es das Kind nicht angreift“, erklärt Alexander Haug, stellvertretender Leiter der klinischen Abteilung für Nuklearmedizin am AKH Wien.

Gene, emotionaler Stress. Bei Hashimoto-Thyreoiditis besteht eine genetische Veranlagung. Was nicht bedeutet, dass man tatsächlich daran erkranken muss. Da braucht es ungünstige Umwelteinflüsse, um den Ausbruch zu begünstigen, etwa emotionale Stressfaktoren wie Todesfälle, Trennungen, Jobverlust. Als Auslöser diskutiert werden auch schwer verlaufende Viruserkrankungen wie das Pfeiffer-Drüsenfieber, hormonelle Störungen der Nebennierenrinde und Umwelteinwirkungen. Zudem vermuten manche, dass die Krankheit durch extrem hohe Jodaufnahme ausgelöst werden kann. Auffällig ist, dass die Hashimoto-Thyreoiditis häufiger in den Industrieländern vorkommt als in Dritte-Welt-Ländern. Das legt nahe, dass auch der Lebensstil eine Rolle spielen dürfte.

„Dem Mikrobiom kommt ebenfalls eine große Bedeutung bei Autoimmunkrankheiten zu“, ergänzt Haug. Schilddrüsenhormone spielen eine große Rolle bei der Darmbeweglichkeit. Denn sie regulieren unser „Bauchhirn“ und den sogenannten migrierenden Motorkomplex, der den Darm während der Mahlzeiten durchströmt, um die Nahrung im Verdauungstrakt weiterzubewegen. Schilddrüsenhormone beeinflussen die Geschwindigkeit dieses Vorgangs. Wenn also bei der Hashimoto-Thyreoiditis der Hormonspiegel niedrig ist, verlangsamt sich dieser ganze Prozess, weshalb Verstopfung ebenfalls eines der typischen Symptome von Hashimoto ist.

Jod: Nicht zu wenig, nicht zu viel. An erster Stelle der Ursachen steht allerdings der Konsum von Jod. „In der Vergangenheit galt vor allem Jodmangel als Hauptursache für die Entstehung einer Schilddrüsenvergrößerung oder -knoten. Aber bei Hashimoto-Thyreoiditis sollte nicht übermäßig Jod eingenommen werden, weil hohe Jodzufuhr im Verdacht steht, sie möglicherweise auszulösen und den Krankheitsverlauf negativ beeinflussen zu können“, sagt Linzberger. Es gilt also, die Balance zu halten.

Ziel einer Hashimoto-Therapie ist es, möglichst beschwerdefrei leben zu können. Heilbar ist die Krankheit nicht. „Der Funktionsverlust der Schilddrüse wird durch einschlägige Hormone ausgeglichen“, sagt Haug. Und betont, dass es sich dabei nicht um eine Behandlung der Ursachen handelt. Zusätzlich kann die Einnahme von Selen die Krankheit positiv beeinflussen, da es den Antikörper-Titer senkt, ein Maß für die Anzahl bestimmter Antikörper im Blut. Bei dem Verfahren wird eine Blutprobe so lang verdünnt, bis man gerade noch Antikörper nachweisen kann. Diese Verdünnungsstufe wird „Titer“ bezeichnet. Auch ein Mangel an Magnesium, Eisen und Vitamin D sollte bei Hashimoto-Patienten ausgeglichen werden. ●