**Schilddrüsengesundheit: Prävention, Diagnose und moderne Therapien**

Prim. Univ. Doz. Dr. Ewald Kresnik, FA für Nuklearmedizin,

Vorstand Institut für Nuklearmedizin PK Villach

Schilddrüsenordination: Sterneckstrasse 76, 9020 Klagenfurt

Tel. 06641216936

Die Schilddrüse ist ein zentrales Organ für den Stoffwechsel und beeinflusst zahlreiche Körperfunktionen. Erkrankungen wie Hypothyreose, Hyperthyreose und Schilddrüsenknoten sind weit verbreitet. Durch gezielte Prävention, frühzeitige Diagnose und moderne Therapien können sie gut behandelt werden.

Eine ausreichende Jodzufuhr ist essenziell für die Schilddrüsengesundheit. Jodreiche Lebensmittel wie Seefisch, Milchprodukte und jodiertes Speisesalz tragen dazu bei, Mangelzustände zu vermeiden. Ein gesunder Lebensstil mit einer ausgewogenen Ernährung, ausreichend Bewegung und Stressmanagement kann ebenfalls vorbeugend wirken.

Moderne Diagnoseverfahren ermöglichen eine frühzeitige Erkennung von Schilddrüsenerkrankungen. Bluttests zur Bestimmung der TSH-, T3- und T4-Werte sind Standard. Ergänzend werden Ultraschall und gegebenenfalls eine Szintigrafie oder Feinnadelbiopsie eingesetzt, um Gewebeveränderungen genauer zu analysieren.

Die Behandlung richtet sich nach der jeweiligen Erkrankung. Bei einer Unterfunktion (Hypothyreose) erfolgt die Therapie meist mit Levothyroxin, um den Hormonmangel auszugleichen. Eine Überfunktion (Hyperthyreose) wird häufig mit Thyreostatika, Medikamente die die Hormonproduktion hemmen, behandelt. In schweren Fällen kann eine Radiojodtherapie oder eine operative Entfernung der Schilddrüse notwendig sein. Neue Therapieansätze wie gezielte Immunmodulation bei Morbus Basedow werden derzeit erforscht.

Achten Sie auf eine jodreiche Ernährung. Lassen Sie regelmäßig Ihre Schilddrüsenwerte kontrollieren, besonders bei familiärer Vorbelastung. Vermeiden Sie anhaltenden Stress, da er sich negativ auf die Schilddrüse auswirken kann. Nehmen Sie Symptome wie Müdigkeit, Gewichtsschwankungen oder Herzrasen ernst und suchen Sie frühzeitig ärztlichen Rat.

Mit einer frühzeitigen Diagnose und individuell abgestimmten Therapien können Schilddrüsenerkrankungen gut behandelt werden.

Gehen sie daher frühzeitig zur Schilddrüsenuntersuchung