

# Krank durch Jodmangel – der Kropf

Eine Struma oder ein Kropf ist eine Vergrößerung der Schilddrüse. Dies beschreibt allerdings nur das Symptom, nicht die Ursache für die Veränderung. Es gibt grundsätzlich drei verschiedene Arten einer Struma

- Vergrößerungen, die durch eine *Überfunktion* hervorgerufen werden,
- Vergrößerungen, die durch eine *Unterfunktion* hervorgerufen werden sowie
- Vergrößerungen einer normal funktionierenden Schilddrüse, die durch *Jodmangel* hervorgerufen werden.

## Struma bei Jodmangel

Am häufigsten ist die Ursache für eine Struma der Mangel an Jod in der Nahrung. Die Schilddrüse versucht, einen Mangel an Jod auszugleichen. Jod ist Voraussetzung für die ausreichende Bildung der Schilddrüsenhormone, die im gesamten Organismus gebraucht werden. Ist zu wenig Jod vorhanden, so reagiert die Schilddrüse, indem sie wächst. So bilden sich mehr und größere Drüsenzellen, die vermehrt Hormone produzieren sollen. In der Regel besteht eine normale Stoffwechsellage, d.h. keine Über- oder Unterfunktion bei reinem Jodmangel.

In der Schilddrüse können sich außerdem auffällige Gewebebezirke bilden, die als Knoten bezeichnet werden. Knoten entstehen, weil nicht das gesamte Gewebe der Schilddrüse auf die veränderten Wachstumsimpulse gleich reagieren. Manche Zellbezirke wachsen stärker als andere und schließen sich zu Verbänden zusammen.

## Symptome einer Schilddrüsenvergrößerung bei Jodmangel

Eine Struma, die auf Grund eines Jodmangels auftritt, verursacht meist keine Beschwerden, weil die Schilddrüse normal funktioniert. Meistens fühlen sich die Betroffenen durch das veränderte Aussehen gestört und gehen deshalb zum Arzt. Bei größeren Strumen können, durch den Druck auf die Luft- und Speiseröhre, den die vergrößerte Schilddrüse bewirkt, Beschwerden auftreten, z.B. Druckgefühl und Atemnot.

## Diagnose und Behandlung

Eine Struma wird nach den Kriterien Größe, Beschaffenheit und Verschiebbarkeit sowie den lokalen Komplikationen wie Heiserkeit, Luftröhrenverlagerung und Druckschmerz beurteilt. Des Weiteren wird der Hormonspiegel (TSH) im Blut bestimmt, um eine Über- oder Unterfunktion auszuschließen, ggf. ergänzt durch die Schilddrüsenhormonbestimmung. Zur Diagnostik gehören auch die Sonografie und Szintigraphie (ein Verfahren zur Abbildung eines Organs mittels vorher verabreichter radioaktiv markierter Substanzen), um Größe und Art der Knoten bestimmen zu können.

Eine Struma kann medikamentös, mittels Operation oder Radiojodtherapie behandelt werden. Ziel ist dabei die Verkleinerung des Volumens.

*Fortsetzung nächste Seite*



**Die KV -  
Sprechstunde  
für Patienten:**

**Am letzten Dienstag  
im Monat um 18 Uhr**

Fortsetzung

### Vorbeugung von Jodmangelerkrankungen

Um Jodmangelerkrankungen vorzubeugen, ist auf eine ausreichende Versorgung mit Jod zu achten. Schwangere und Stillende haben einen besonders hohen Bedarf. Achten Sie deshalb besonders auf jodreiche Lebensmittel:

- Jodsalz verwenden,
- jodierte Lebensmittel kaufen ( Backwaren, Wurstwaren etc.),
- wöchentlich Seefisch essen (z.B. Schellfisch, Rotbarsch, Hering)
- oder Jod-Tabletten erwägen.

Bei der Suche nach einem Facharzt für Innere Medizin und Endokrinologie in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Nummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.



**Die KV -  
Sprechstunde  
für Patienten:**

**Am letzten Dienstag  
im Monat um 18 Uhr**

KV - die Dachorganisation der  
niedergelassenen Ärzte und  
Psychotherapeuten in Berlin

---

Mit freundlicher Unterstützung von

