

Leven en werken met je schildklierandoening

Naar schatting hebben 800.000 mensen in Nederland een schildklierandoening. Uit onderzoek blijkt dat zij veel behoefte hebben aan informatie over het omgaan met hun aandoening. De patiëntenorganisaties Schildklierstichting Nederland, Hypo maar niet Happy en de Nederlandse Vereniging van Graves Patiënten hebben hun krachten gebundeld om deze mensen uitgebreid te informeren over kwaliteit van leven, gezin & relaties, werk & opleiding en sport & hobby in relatie tot hun schildklierandoening.

Schildklier

De schildklier maakt hormonen die belangrijk zijn bij de stofwisseling van alle weefsels in het lichaam. Bij volwassenen beïnvloedt de stofwisseling zaken als gewicht, concentratie, hartritme, energie en geestelijke stabiliteit. Bij kinderen heeft de stofwisseling invloed op de geestelijke ontwikkeling en groei. Bij hyperthyreoïdie maakt de schildklier te veel hormoon. Bij hypothyreoïdie maakt de schildklier te weinig hormoon.

Een schildklierandoening kan zorgen voor allerlei klachten. Lang niet iedereen heeft alle klachten. Veel klachten komen ook voor bij andere aandoeningen. Dit maakt het voor de arts moeilijk een diagnose te stellen op basis van de klachten. Als meer van de genoemde klachten aanwezig zijn, is er wellicht sprake van een schildklierandoening. Het is dan aan te raden een bloedonderzoek te laten doen. Alleen een bloedonderzoek geeft aan of de schildklier de oorzaak is van deze verschijnselen.

Bloedafname

Een laboratorium bepaalt op verzoek van de arts diverse waarden in het bloed: meestal de TSH- en FT4-waarde; soms de T4-, T3- of FT3-waarde; soms de antistoffen.

TSH

De schildklier wordt aangestuurd door TSH (schildklier stimulerend hormoon). De hypofyse maakt dit hormoon. Aan de TSH-waarde is goed te zien hoe de schildklier werkt. Als er te weinig schildklierhormoon in het lichaam is, maakt de hypofyse veel TSH. Je noemt dit wel een trage schildklier of hypothyreoïdie. Is er te veel schildklierhormoon, dan maakt de hypofyse weinig TSH. Je noemt dit wel een snelle schildklier of hyperthyreoïdie.

T4 en T3

De schildklier maakt twee soorten hormonen aan: T4 (thyroxine) en T3 (thyronine). Het hormoon T4 is een soort voorraad. T3 is het actieve hormoon. Naar behoefte van het lichaam, weefsels en cellen wordt T4 omgezet in T3. Dat gebeurt onder andere in de lever, de spieren en de hersenen.

FT4 en FT3

Het grootste deel van het T4- en T3-hormoon bindt zich aan eiwitten in het bloed. Een klein beetje hormoon is direct beschikbaar. Dit geef je aan met de letter F van free = vrij. FT4 = vrij T4 en FT3 = vrij T3.

Antistoffen

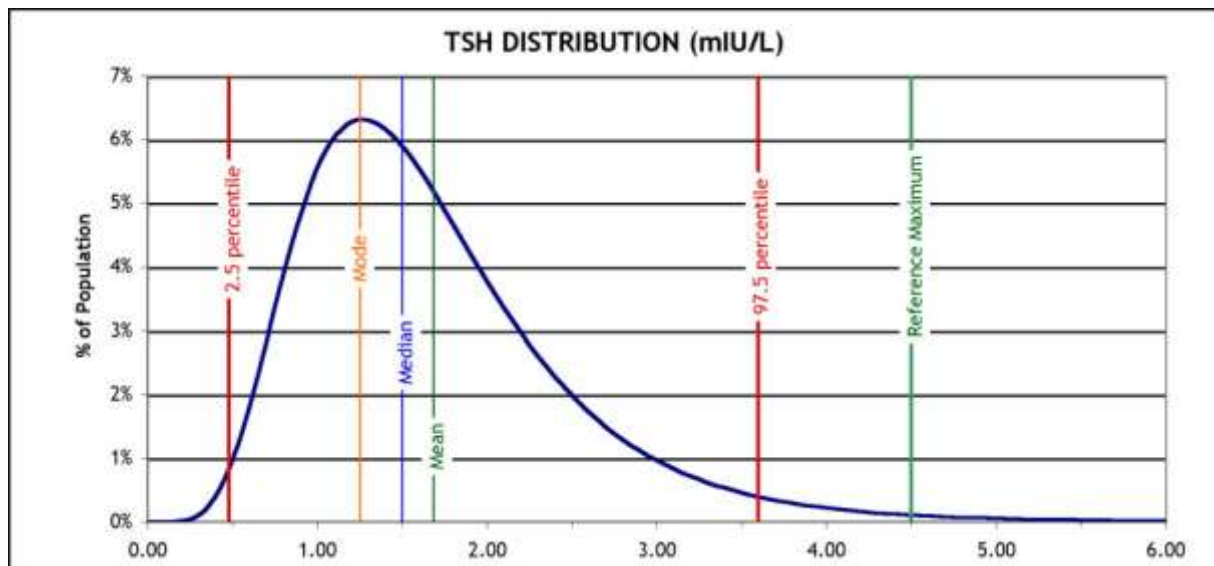
Bij aandoeningen van de schildklier zoals de ziekte van Hashimoto en de ziekte van Graves werkt het afweersysteem van het lichaam niet goed. Dat afweersysteem noem je ook wel immuunsysteem. Dit immuunsysteem gaat indringers in ons lichaam te lijf, zoals virussen en bacteriën. Het komt voor dat het immuunsysteem zich vergist en het eigen lichaam aanvalt. Het immuunsysteem ziet dan eigen cellen als vijandelijke indringers. Het maakt antistoffen tegen deze eigen cellen. Als iemand daardoor ziek wordt, spreken we van een auto-immuunziekte.

Normaalwaarden

Normaalwaarden zijn de grenswaarden die horen bij een normale werking van de schildklier. De arts vergelijkt een gemeten waarde met de normaalwaarden. Zo ziet hij of deze binnen de normale grenzen ligt. Als deze waarde buiten de grenzen valt, doet een arts verder onderzoek. Als de waarde binnen de normaalwaarden ligt, kijkt een arts eerder naar andere oorzaken van de klachten.

Wat is een 'normale' TSH-waarde?

De TSH-waarden van de meeste gezonden bevinden zich in het laag-normale gebied. Bij een Noors onderzoek onder 65.000 gezonde mensen zonder TPO-antistoffen was de meest voorkomende TSH-waarde 1,25. De gemiddelde TSH-waarde was 1,68. En de middelste TSH-waarde was 1,50.

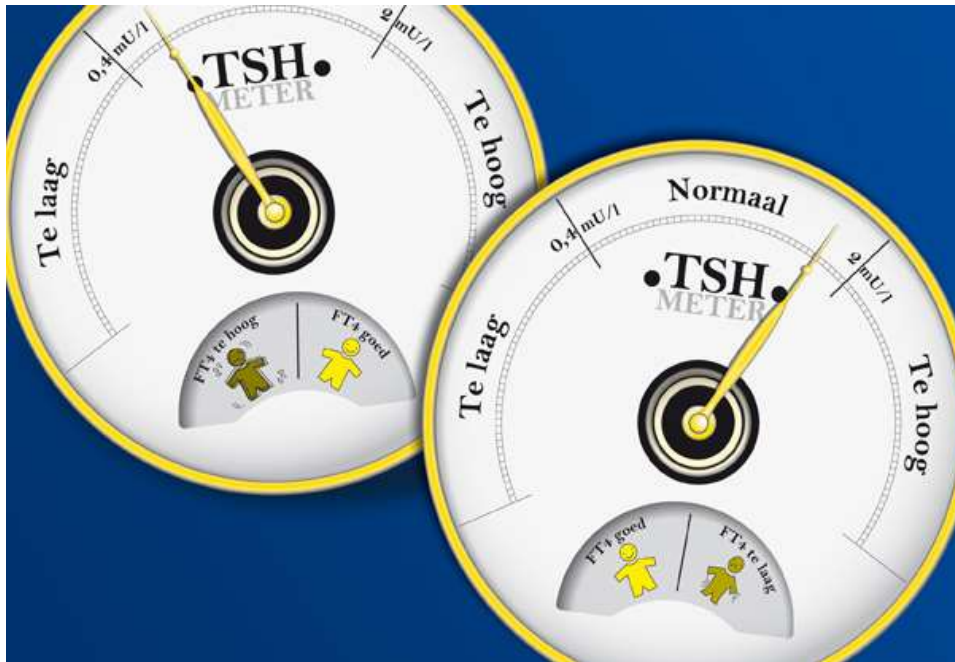


Bron: 'Normal' TSH, Alun Stevens MSc FIAA

http://web.archive.org/web/20040805105425/http://www.thyroid.org.au/Download/Flyer_2002.1_Sbd.pdf

Fijn-instelling dosis levothyroxine

De meeste schildklierpatiënten hebben uiteindelijk een hypothyreoïdie, wat als gevolg levenslange behandeling met levothyroxine inhoudt. Veel patiënten voelen zich het beste bij een TSH-waarde in het laag-normale gebied en een vrije-T4-waarde in het hoog-normale gebied. Een verklaring hiervoor is dat er extra T4 nodig is voor de omzetting in T3, dat anders door de schildklier geproduceerd wordt. Een kleine verhoging/verlaging van de dosering met 6,25 mcg levothyroxine, ook al zijn de TSH- en f T4 al normaal, kan ervoor zorgen dat de patiënt zich beter voelt.



© Hans van Eck, www.vaneckdesign.nl

Bijschrift

- TSH is laag-normaal
 - Patiënt voelt zich goed: fT4-waarde is goed > dosis levothyroxine is goed.
 - Patiënt voelt zich 'hyper': fT4-waarde is te hoog > dosis levothyroxine iets verlagen.
- TSH is hoog-normaal
 - Patiënt voelt zich goed: fT4-waarde is goed > dosis levothyroxine is goed.
 - Patiënt voelt zich 'hypo': fT4-waarde is te laag > dosis levothyroxine iets verhogen.

Een selectie uit klachten en symptomen

Hypothyreoïdie

- vermoeidheid
- kouwelijkheid
- vochtophoping in gezicht, oogleden en benen
- droge, koude, bleekgele huid
- (geringe) gewichtstoename

- traagheid in denken, handelen en spraak
- geheugenverlies (concentratiestoornissen)
- depressiviteit en apathie
- spierzwakte, spierpijn en stijfheid in armen, benen en heupen
- gewrichtspijn
- carpaal tunnelsyndroom: tintelingen in de handen
- hartklachten
- bros haar, haaruitval (van wenkbrauwen)
- breekbare, brosse nagels
- doofheid
- hese, lage stem
- kortademigheid (oppervlakkige ademhaling), benauwdheid
- obstipatie
- dof en wattig gevoel in hoofd
- oogklachten (ook bij Hashimoto)

Hyperthyreoïdie

- hartkloppingen (tachycardie)
- vermoeidheid
- kortademigheid bij inspanning
- snelle polsslag
- last van warmte (overmatig transpireren), voorkeur voor koude
- warme, vochtige handen
- trillende handen/vingers
- zenuwachtig, nervositeit, gejaagdheid
- angst
- bewegingsonrust, niet stil kunnen zitten
- spierzwakte (krachtverlies in spieren)
- darmklachten, diarree/vaker ontlasting
- prikkelbaar en stemmingswisselingen
- oogklachten (bij Graves: oftalmopathie)
- retractie (terugtrekking) bovenooglid
- honger en vaker en meer eten, dorst
- slecht slapen en nachtelijk zweten
- geen remmingen op gedachten, geen vat krijgen op gedachten
- verscherpte waarneming (overgevoeligheid voor geluid)
- versterkt emotioneel gedrag, huilbuien

Tot slot

Over schildklierandoeningen, diagnoses en behandelingen vindt u meer informatie op www.schildklier.nl, www.graves-patienten.nl en www.hypomaarniethappy.nl en www.stichting-schild.nl.