



## Inhalt

1. Liebe Patientinnen und Patienten! .....	1
2. In eigener Sache .....	2
2.1. Ärztin zur Facharztweiterbildung .....	2
2.2. Lehrauftrag für Allgemeinmedizin .....	2
2.3. Terminvergabe.....	2
3. Aktuelles für Sie .....	3
3.1. Schilddrüsenerkrankungen .....	3

### 1. Liebe Patientinnen und Patienten!

Wir wünschen Ihnen ein gutes, gesundes und erfolgreiches neues Jahr 2018!

Aufgrund der vielen Erkältungserkrankungen haben wir unsere Akutsprechstunden bereits im November ausgeweitet, um die vielen akut Erkrankten versorgen zu können. Natürlich bleibt dann weniger Zeit für die normalen Termine zur Besprechung, für Checks und Gesundheitsuntersuchungen, Akupunkturen etc. und diese Termine rutschen dann nach hinten.

Wir haben auch - erneut - eine große Bitte an Sie! **Bitte nehmen Sie Ihre gebuchten Termine wahr oder sagen sie sie rechtzeitig (mindestens 24 Stunden vorher) ab.** Gerne erinnern wir sie per SMS an 30 Minuten Termine. Wir haben jeden Tag mehrere „no-shows“, die nicht rechtzeitig bekannt sind - und viele Patienten warten auf Termine! Das muss nicht sein.

Unter „Aktuelles für Sie“ finden Sie einen interessanten Artikel über die Schilddrüse.

## **2. In eigener Sache**

### **2.1. Ärztin zur Facharztweiterbildung**

Wir freuen uns sehr, dass Frau Dr. med. Cappel so herzlich von Ihnen aufgenommen wurde. Sie absolviert den letzten - zweijährigen - Teil ihrer Facharztweiterbildung zur Allgemeinmedizinerin bei uns. Wir kennen sie schon etwas länger, sie hat schon einen Teil ihres Praktischen Jahres bei uns gemacht. Frau Dr. Cappel passt nach unserer Meinung sehr gut in unsere Praxis, sie arbeitet sehr sorgfältig und genau und hat neben fundiertem Fachwissen auch ein „Händchen“ für die anfallenden Problemfälle in einer Allgemeinarztpraxis.

### **2.2. Lehrauftrag für Allgemeinmedizin**

Unsere Praxis ist seit Januar 2014 Lehrpraxis des Fachbereiches Allgemeinmedizin der Universität Frankfurt. Wir bilden deshalb mehrfach pro Semester Medizinstudenten im Rahmen von Blockpraktika in unserer Praxis aus. Die Studenten stehen kurz vor dem 2. Staatsexamen, sind also in ihrer Ausbildung bereits fortgeschritten. Viele von Ihnen haben die jungen Kollegen schon einmal bei uns erlebt und durch die Bereitschaft sich von den „Jungen“ untersuchen und befragen zu lassen mit dafür Sorge getragen, dass auch in Zukunft Mediziner nicht nur theoretisch, sondern auch praktisch ausgebildet werden. Vielen Dank dafür an alle unsere Patienten!

Wenn Sie uns während dieser Blockpraktika allein sprechen möchten, zögern Sie bitte nicht, dies zu sagen.

### **2.3. Terminvergabe**

Seit einigen Jahren können Sie im Internet ihre Termine (Akut-Termine, Besprechungstermine, Impfungen, Blutentnahmen) bei uns selbst wählen und auch am Wochenende, aus dem Ausland mit PC, Tablet oder über ihr Handy selbst buchen.

In den „Grippe-Zeiten“ mussten/müssen wir unsere Termine allerdings dem akuten Bedarf anpassen. Das heißt, solange wir so sehr viele Patienten mit akuten Erkrankungen haben, bieten wir mehr Kurz-Termine an, also Termine, bei denen es nur um den fiebrigen Infekt (oder den akuten Hexenschuß, die plötzlichen Schmerzen, akutes Erbrechen, oder ähnliches) geht. Natürlich bleibt dann weniger Zeit für die „normalen“ Besprechungen, Gesundheitsvorsorgeuntersuchungen, Checks, Akupunktur etc. und die Termine dafür rutschen weiter nach hinten. Wir bitten Sie dafür um Ihr Verständnis und drücken Ihnen die Daumen, dass Sie selber nicht von akuten Erkrankungen betroffen sind. Falls Sie akut erkrankt

sind, noch am gleichen Tag Hilfe brauchen und alle Akut-Termine im Internet schon belegt sind, rufen sie uns an.

Den Link für die online Terminvergabe finden Sie auf unserer Homepage:

<http://www.praxis-schuellermann-scholz.de>

Natürlich gibt es auch weiterhin die Terminvergabe über das Telefon (Montags bis Freitags von 7 Uhr bis 20Uhr), Tel. Nr. 06103- 67681 oder über e-Mail, [info@praxis-schuellermann-scholz.de](mailto:info@praxis-schuellermann-scholz.de).

### **3. Aktuelles für Sie**

#### **3.1. Schilddrüsenerkrankungen**

Die Schilddrüse gehört zu den Hormon produzierenden Organen unseres Körpers und liegt unterhalb des Kehlkopfes vor der Luftröhre im Hals. Die in der Schilddrüse gebildeten Hormone, Trijodthyronin T3 und Thyroxin T4, regulieren den Energiebedarf und Energiestoffwechsel in allen unseren Körperzellen, den Wärmehaushalt, die Herz- und die Atemfrequenz und die Reaktionsfähigkeit des Nerven- und Muskelgewebes.

Da so viele andere Organe von den Schilddrüsenhormonen abhängig sind, ergeben sich bei Schilddrüsenerkrankungen auch vielfältige Symptome. Fast alle Erkrankungen der Schilddrüse gehen entweder mit einer zu geringen (Unterfunktion) oder einer zu hohen (Überfunktion) Produktion von Schilddrüsenhormonen einher. Als Ursachen kommen völlig unterschiedliche Erkrankungen in Frage.

Als immer noch häufig, aber inzwischen deutlich seltener als noch vor ca. 30 Jahren, gilt die Struma. Als Struma oder Kropf bezeichnet man eine Vergrößerung der Schilddrüse (sichtbar und tastbar als Schwellung am vorderen Hals), die auf Grund eines Jodmangels entsteht und zu Knotenbildung in der Schilddrüse führen kann. Jod als Mineralstoff wird von der Schilddrüse zur Produktion der Schilddrüsenhormone benötigt. Deutschland gilt als Jodmangelgebiet, daher wird das Speisesalz mit Jod angereichert. Die tägliche Aufnahme sollte bei ca. 200 Mikrogramm liegen. Besonders in Zeiten von Hormonumstellungen wie z.B. in der Pubertät, aber natürlich auch in der Schwangerschaft, sollte unbedingt auf eine ausreichende Jodzufuhr geachtet werden.

Eine Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose) entsteht, wenn zu wenig Schilddrüsenhormone vorhanden sind. Wenn dieser Zustand zu lange andauert, fängt der Körper an zu reagieren: Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Kälteempfindlichkeit, depressive Verstimmungen, Verstopfung oder auch Gewichtszunahme können die Folge sein. Schilddrüsenunterfunktionen gibt es im Rahmen von Jodmangel auch bei Entzündungen.

### Praxisbrief Winter 2018

Eine besonders häufige Art der Entzündung ist die Autoimmunerkrankung Hashimoto Thyreoiditis. Manche Patienten haben am Anfang der Erkrankung zunächst eine leichte Überfunktion, die dann in eine Unterfunktion übergeht. Meist fällt die Erkrankung jedoch durch eine nachlassende Schilddrüsenleistung, eine Unterfunktion, auf. Zunehmende Schwäche, fehlende Leistungskraft, Müdigkeit, aber auch Gewichtszunahme, Verstopfung und ähnliches können sich ganz langsam einschleichen - und oft dauert es lange, bis den Erkrankten auffällt, dass irgend etwas nicht stimmt.

Falls die Schilddrüse jedoch zu viele Hormone produziert, liegt eine Überfunktion vor, eine Hyperthyreose. Durch die Überstimulation kann es zu Herzrasen, Gewichtsabnahme bei gutem Appetit, Reizbarkeit, Nervosität, Zittern, erhöhtem Blutdruck, Wärmeunverträglichkeit, Durchfall oder Muskelbeschwerden kommen. Überfunktionen können bei Patienten auftreten, die sogenannte „heiße Knoten“ in der Schilddrüse haben, d.h. Areale, die ungefragt eine zu große Menge Schilddrüsenhormone produzieren, auch wenn der Körper diese gar nicht benötigt. Bekannt ist die Basedowsche Erkrankung, bei der es neben einer zu hohen Schilddrüsenhormonbildung auch zu einer Augenbeteiligung kommen kann, den sogenannten „Glubschaugen“. Andere Entzündungen der Schilddrüse mit einem akutem Beginn sind eher selten.

Um eine Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse zu diagnostizieren, wird zunächst das Hormon bestimmt, das die Schilddrüse steuert, das TSH. Außerdem kann es zu Beginn einer Therapie sinnvoll sein, die freien Schilddrüsenhormone zu bestimmen und - je nachdem welche Grunderkrankung vermutet wird - auch Antikörper (z.B. bei der Hashimoto Thyreoiditis oder der Basedowschen Erkrankung). Bei Erkrankungsbeginn und evtl. später als Kontrolle werden Ultraschall und/oder eine Szintigraphie der Schilddrüse (Darstellung der Funktion der Schilddrüse mit Kontrastmittel) veranlasst. Solche Untersuchungen werden von spezialisierten Ärzten vorgenommen, entweder Endokrinologen, Nuklearmedizinern oder speziellen Radiologen.

Die Therapie der Schilddrüsenerkrankungen richtet sich nach der Grunderkrankung. Überfunktionen müssen - damit sie nicht den Körper, vor allem das Herz schädigen - schnell behandelt werden. Kurzfristig kommen dabei Medikamente zum Einsatz, langfristig meist Bestrahlungen oder Operationen.

Bei Unterfunktionen kann auf Tabletten zurückgegriffen werden, die das Schilddrüsenhormon selber enthalten. Je nach Stärke der Erkrankung muss die Dosis langsam angepasst werden. Am besten nimmt man das Schilddrüsenhormon direkt nach dem Aufwachen, 30 Min vor dem Frühstück. Dann kann es vor der ersten Mahlzeit verstoffwechselt werden und wirken. Kontrollen müssen ca. zweimal pro Jahr erfolgen, man mißt den TSH-Wert im Blut, damit die Dosis an den aktuellen Bedarf angepasst werden kann (Bei Gesunden reguliert der Körper den Wert selbst). Wichtig: am Morgen vor der Blutentnahme bitte das Medikament NICHT nehmen!