

## L-Thyroxin: Was Patient\*innen über die Anwendung und Überversorgung wissen sollten

**Altdorf - L-Thyroxin zählt zu den am häufigsten verschriebenen Medikamenten in Deutschland. Es ersetzt das Hormon, das die Schilddrüse bei einer Unterfunktion oder anderen Erkrankungen des Organs nicht mehr ausreichend bilden kann. Auf der heutigen Online-Presskonferenz sprachen Experten der Deutschen Gesellschaft für Endokrinologie e.V. (DGE) darüber, warum eine korrekte Dosierung wichtig ist, wie die Einnahme gelingt und weshalb manche Patientinnen und Patienten unnötig behandelt werden.**

In Deutschland sind schätzungsweise 4 bis 8 Millionen Menschen von einer Schilddrüsenunterfunktion betroffen. „Dabei kann ein Körper nicht mehr genug Schilddrüsenhormone bilden. Diese Hormone steuern viele Abläufe wie Stoffwechsel, Herzfrequenz und Energiehaushalt – fehlen sie, geraten zahlreiche Körperfunktionen aus dem Gleichgewicht. L-Thyroxin ersetzt das natürliche Schilddrüsenhormon Thyroxin (T4) und wird vom Körper wie das eigene Hormon verarbeitet – es gleicht so diese fehlende Menge aus“, erklärt Prof. Dr. med. Joachim Feldkamp, Direktor der Universitätsklinik für Allgemeine Innere Medizin, Endokrinologie und Diabetologie, Infektiologie am Klinikum Bielefeld.

Typische Beschwerden einer Unterfunktion sind starke Müdigkeit, Antriebslosigkeit, Kälteempfindlichkeit, ein verlangsamter Puls, Gewichtszunahme oder Wassereinlagerungen. Häufig liegt eine Autoimmunerkrankung der Schilddrüse vor. Die Hauptursache für eine Schilddrüsenunterfunktion ist die Autoimmunthyreoiditis (Hashimoto-Thyreoiditis). Seltener Ursachen für eine Schilddrüsenunterfunktion sind angeborene Störungen der Produktion, des Transportes und der Verarbeitung von Schilddrüsenhormonen oder auch Störungen der Hirnanhangsdrüse. Auch nach Operationen oder einer Radiojodtherapie kann eine Unterfunktion entstehen.

### **Passende Dosierung und sichere Einnahme**

Die Dosierung von L-Thyroxin orientiert sich am Körpergewicht und wird regelmäßig über den Laborwert TSH kontrolliert. Bei einer zu niedrigen Menge bleiben Beschwerden der Unterfunktion bestehen. Ist die Dosis zu hoch, kann der Körper in eine Überfunktion geraten. „Dann drohen Herzrasen, Schlaflosigkeit oder Herzrhythmusstörungen – im Extremfall Vorhofflimmern“, so Feldkamp.

Das Präparat wirkt am zuverlässigsten, wenn es auf nüchternen Magen eingenommen wird. Viele Lebensmittel behindern die Aufnahme. „Besonders Kaffee, Tee und Kalzium können die Wirkung abschwächen. Deshalb wird empfohlen, L-Thyroxin morgens 20 bis 30 Minuten vor dem Frühstück zu nehmen“, erläutert Feldkamp. Für einige eignet sich eine abendliche Einnahme – zwei Stunden nach der letzten Mahlzeit: „Wenn jemand morgens direkt nach dem Aufstehen Kaffee trinkt, weil er oder sie sonst nicht wach wird, oder wenn der TSH-Wert trotz Dosissteigerung zu hoch bleibt, können diese Personen in Absprache mit den Ärzt\*innen L-Thyroxin abends einnehmen.“

### **Überversorgung: Wenn L-Thyroxin zu viel verordnet wird**

In den vergangenen Jahren wurde L-Thyroxin häufig zur Behandlung von Schilddrüsenknoten verschrieben. „Dafür gibt es jedoch keine wissenschaftliche Grundlage“, betont Feldkamp. Die Therapie beeinflusst weder das Entstehen noch die Größe der Knoten. Besonders ältere Menschen wurden dadurch unnötig einem Risiko ausgesetzt: Eine Überdosierung kann das Herz belasten und zu kardiovaskulären Ereignissen führen.

Trotz unveränderter Häufigkeit von Schilddrüsenerkrankungen ist die Verschreibung von L-Thyroxin in Deutschland in den vergangenen 15 Jahren um mehr als 30 Prozent gestiegen. Mögliche Ursachen sind unspezifische Beschwerden wie Müdigkeit oder Gewichtszunahme – Symptome, die viele Gründe haben können und nicht automatisch auf eine Schilddrüsenunterfunktion hinweisen. „Häufig wird schon bei leicht erhöhten TSH-Werten L-Thyroxin verordnet. Zudem verschreiben viele Ärzt\*innen das Medikament oftmals auf Basis eines einzigen Laborwerts, statt die klinische Gesamtsituation oder Verlaufskontrollen abzuwarten. Das sollte in der Weise nicht geschehen“, so Feldkamp.

### **DGE empfiehlt: Abklärung statt Selbstdiagnose**

Wer Beschwerden bemerkt, sollte sie ärztlich abklären lassen. Nur so lässt sich feststellen, ob eine Schilddrüsenunterfunktion vorliegt und ob eine Therapie nötig ist. „Die richtige Diagnose und eine individuell abgestimmte Dosierung sind entscheidend für die sichere Behandlung“, fasst Feldkamp zusammen.

### **Quellen:**

Feldkamp J. L-Thyroxin sinnvoll einsetzen. Deutsches Ärzteblatt | Jg. 121 | Heft 9 | 3. Mai 2024

Thiyagarajan A, Koenen N, Ittermann T, Völzke H, Haug U. Trends in the use of thyroid diagnostics and treatments between 2008 and 2019 in Germany. Sci Rep. 2024 Nov 4;14(1):26710. doi: 10.1038/s41598-024-77896-4.

### **Interessenkonflikte:**

Prof. Dr. med. Joachim Feldkamp hat Vortragshonorare und Reisekosten erhalten von Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, IBSA Pharma GmbH.