



Haben Sie oder hatten Sie in den vergangenen sechs Monaten...

- Haarausfall, auch im äußeren Drittel der Augenbrauen und/oder der Augenwimpern?
- trockene Haut?
- trockenes, strohiges Haar, das leicht unordentlich wirkt?
- dünne, brüchige Fingernägel?
- Wassereinlagerungen oder geschwollene Knöchel?
- Gewichtszunahme bis zu 10 Kilo, die Sie nicht mehr loswerden?
- einen hohen Cholesterinspiegel?
- keinen täglichen Stuhlgang, oder das Gefühl sich nicht vollständig entleeren zu können?
- periodisch wiederkehrende Kopfschmerzen?
- verminderte Schweißbildung?
- Muskel- oder Gelenkschmerzen oder einen schwachen Muskeltonus?
- ein Prickeln in den Händen oder Füßen?
- kalte Hände oder Füße (Kälteintoleranz, Wärmeintoleranz)?
- eine Kälteempfindlichkeit (Sie frösteln leichter als andere und tragen immer mehrere Schichten Kleidung)?
- ein verlangsamtes Sprechvermögen, vielleicht mit rauer oder stockender Stimme?
- einen verlangsamten Herzschlag (Bradykardie; weniger als 60 Schläge pro Minute)
- ein Trägheitsgefühl?
- Müdigkeit, besonders am Morgen?
- ein langsam arbeitendes Gehirn, langsames Denken, Konzentrationsschwäche?
- träge Reflexe, verminderte Reaktionszeit?
- ein Gefühl der Apathie?
- eine geringere Libido, ohne zu wissen warum?
- Depressionen oder Launenhaftigkeit?
- starke Periodenblutungen oder andere Menstruationsprobleme?
- Unfruchtbarkeit?
- Fehlgeburt oder Frühgeburt?
- eine vergrößerte Schilddrüse oder einen Kropf?

- Schluckbeschwerden?
- eine vergrößerte Zunge?
- Schilddrüsenprobleme in der Familie?

### **Auswertung Teil H Schilddrüsenunterfunktion**

Charakteristisch für eine Schilddrüsenunterfunktion ist ihr schleichender, lang anhaltender Verlauf. Sie verursacht vor allem zu Beginn nur geringe Beschwerden und wird daher nicht selten, erst spät oder gar nicht erkannt.

Sie haben sechs oder mehr Symptome als zutreffend angekreuzt: Es ist sehr wahrscheinlich, dass Sie eine Schilddrüsenunterfunktion haben. Ich empfehle Ihnen, Ihre Schilddrüsenhormone (TSH, fT3, fT4, reverses T3 und evtl. auch die Autoimmunwerte der Schilddrüse) im Blut testen zu lassen und eine adäquate Therapie einzuleiten.