

Groot is je schildklier niet, maar als ze te snel of traag werkt, kun je daar behoorlijk last van krijgen. Gelukkig is een behandeling eenvoudig. En ook een schildklierknobbeltje is zelden ernstig. Een geruststellend gesprek met de endocrinoloog.

ENDOCRINOLOGIE

An Swerts



Schildklier op hol?

In je hals, onder je strottenhoofd en voor je luchtpijp, zit een vliedervormig orgaan van tien tot twintig gram: de schildklier. Je kunt ze met de blote hand niet of nauwelijks voelen. Tenzij ze vergroot is of er zich een knobbeltje heeft gevormd. "Naar schatting vijf op honderd Belgen hebben een voelbaar knobbeltje. Maar als we bij iedereen die niets voelt een echografie zouden doen, krijgen we vermoedelijk bij de helft van de mensen een knobbeltje in beeld." Aan het woord is prof. dr. Brigitte Decallonne, adjunct-kliniekhoofd endocrinologie in UZ Leuven. "Een knobbeltje hoeft niet meteen te verontrusten", stelt ze gerust. "Want in 90 tot 95 procent is het goedaardig. Meestal hindert het de omliggende organen niet en verstoort het ook de schildklierwerking niet."

Maar waarom komt een knobbeltje zo vaak voor? "Onder meer omdat velen onder ons een mild tekort heb-

ben aan jodium, een essentiële bouwsteen voor de aanmaak van schildklierhormoon. Als tegenreactie kan de schildklier gaan zwellen en uiteindelijk knobbeltjes vormen." De hoeveelheid jodium die we uit zuivelproducten en vis halen, volstaat amper. "Gebruik daarom keukenzout waaraan jodium is toegevoegd", adviseert professor Decallonne. De

"Enkel een bloedtest geeft zekerheid of er iets mis is met je schildklierwerking"

toevoeging van jodium aan keukenzout is in ons land niet verplicht. De overheid promoot sinds 2009 wel het gebruik van gejodeerd zout bij de bakkers, maar minder dan een op twee bakkers geeft daar gehoor aan.

Onderzoek

Structurele afwijkingen van de schildklier kunnen in beeld worden

gebracht met een echografie. "Dat is een pijnloos en veilig onderzoek waarbij de arts over de halsstreek glijdt met een echokop die ultrageluid uitzendt", legt professor Decallonne uit. "Grote knobbels kunnen drukken op omliggende weefsels, wat mogelijk leidt tot slikproblemen, prikkelhoest of een hese stem. Bij extreem grote hinder moet de

schildklier operatief worden weggenomen. Maar meestal is er weinig tot geen hinder en is een behandeling niet nodig."

Tenzij er met de schildklierwerking iets mis is, wat met een eenvoudige bloedtest kan worden nagegaan. "We bepalen dan het gehalte aan TSH of schildklierstimulerend hormoon",

zegt professor Decallonne. "TSH wordt afgescheiden door de hypofyse, een hersenaanhangselje en uiterst gevoelige barometer voor de schildklierwerking. Moet de schildklier een tandje bijsteken, dan scheidt de hypofyse meer TSH af. Gaat de schildklier in overdrive, dan scheidt de hypofyse onmiddellijk minder TSH af. Zo houdt ze de schildklier in het gareel. Een normaal gehalte aan schildklierhormoon is cruciaal voor een goede gezondheid, op elke leeftijd. Bij een kind is dat vooral belangrijk voor een normale groei en ontwikkeling. En in de verdere levensjaren werkt de schildklier als een soort thermostaat voor bijna elke lichaamscel."

De thermostaatfunctie van de schildklier wordt meteen duidelijk door de klachten die zich bij een te sterke werking kunnen voordoen: warmtegevoel, zweten, hartkloppingen, beven en een opgejaagd gevoel. Ook klachten van een andere aard kunnen ontstaan, onder meer diarree, vermageren ondanks voldoende eten, en vruchtbaarheidsproblemen. "Dat zijn weinig specifieke klachten", merkt professor Decallonne op. "Maar een bloedtest geeft zekerheid of de schildklier er voor iets tussenzit." Werkt de schildklier wel degelijk te sterk, dan is een behandeling nodig. Want zonder behandeling stijgt de kans op ernstige langetermijngevolgen, zoals hartritme stoornissen en botontkalking."

Radioactiviteit

Een te sterke schildklierwerking doet zich onder meer voor bij goedaardige knobbeltjes die na verloop van tijd, vaak pas na jaren, op zichzelf zijn gaan functioneren en ongeremd schildklierhormoon aanmaken. Ook mensen met de ziekte van Graves maken te veel schildklierhormoon aan. "Dat is een auto-immuunziekte waarbij door een programmeerfout in het afweersysteem antistoffen worden aangemaakt die de schildklier voortdurend op stang jagen", legt professor Decallonne uit.

Een verhoogde schildklierwerking kan behandeld worden met geneesmiddelen die de aanmaak van het schildklierhormoon afremmen. Een andere mogelijkheid is een behandeling met radioactief jodium door een eenmalige inname van een capsule

via de mond. De schildklier neemt het radioactief jodium op en raakt door het plaatselijke stralingseffect gekalmeerd. "Een doeltreffende en veilige behandeling die al ruim zestig jaar wordt toegepast", vertelt professor Decallonne.

Hormoonsupplement

Wanneer de overdeven schildklierwerking zich ondanks deze behandeling niet normaliseert, of wanneer de schildklier te groot is en te veel hindert, moet ze geheel of gedeeltelijk worden weggenomen. Mensen die voor zulke operatie staan, zijn vaak erg ongerust. Ze vrezen dat ze zonder schildklier aan levenskwaliteit zullen inboeten. "Een hardnekkig misverstand", beklemtoont professor Decallonne. "Want we kunnen het tekort aan schildklierhormoon na de operatie perfect aanvullen met schildklierhormoon tabletten. Elke dag een tablet, dat is alles. En eenmaal de juiste dosis is gevonden, zijn er geen nevenwerkingen te verwachten, want het synthetische hormoon in de tablet komt overeen met het lichaamseigen hormoon. Ons lichaam voelt dus geen verschil."

Terwijl naar schatting één op de honderd mensen met een te sterk werkende schildklier kampen, hebben er naar schatting vijf keer zoveel een te traag werkende schildklier. Mogelijke klachten zijn onder meer een koudegevoel, een vertraagde hartslag, concentratiestoornissen, constipatie, gewichtstoename ondanks niet méér eten, haaruitval en vruchtbaarheidsproblemen. Ook hier geeft een bloedtest zekerheid over de bijdrage van de schildklier. In de meeste gevallen wordt een te trage schildklier veroorzaakt door de ziekte van Hashimoto. "Dat is een auto-immuunziekte waarbij de schildklier traag maar zeker vernietigd wordt. Een sluipend proces van meestal jaren", legt professor Decallonne uit. "Vaak wordt de ziekte nog voor er klachten zijn bij een algemene bloedscreening door de huisarts ontdekt." De behandeling is eenvoudig, want het tekort aan schildklierhormoon kan perfect met tabletten worden aangevuld.

Schildklierkanker

Veel zeldzamer dan al die aandoeningen is schildklierkanker. Slechts 5 tot 10 procent van alle schildklierknobbeltjes zijn kwaadaardig. Het



Prof. dr. Brigitte Decallonne:
"De meeste mensen hebben een gebrek aan jodium: je gebruikt daarom best zout waaraan jodium werd toegevoegd."

Belgisch Kankerregister noteerde in 2010 204 nieuwe gevallen van schildklierkanker bij mannen en 651 bij vrouwen. Maar jaar na jaar neemt wereldwijd het aantal gevallen van schildklierkanker lichtjes toe. "Het is mogelijk dat schildklierkanker elk jaar meer voorkomt, maar de oorzaak kennen we niet. Zeker is wel dat schildklierkanker vaker wordt gedetecteerd", meent professor Decallonne. "En dat heeft te maken met de technologische vooruitgang. Men doet alsmaar meer een beroep op beeldvormende onderzoeken als echografie en scans voor de diagnose van allerlei aandoeningen. Om de halsslagader te bestuderen bijvoorbeeld. Zo gebeurt het steeds vaker dat schildklierknobbeltjes toevallig aan het licht komen."

Wordt een schildklierknobbel als verdacht beschouwd, dan voert men een punctie uit. "Met een fijne naald zuigen we wat van de inhoud op", legt professor Decallonne uit. "Onder de microscoop krijgen we meer duidelijkheid." De diagnose van kanker komt vaak zwaar aan. "Maar het goede nieuws is dat de overlevingskans tien jaar na de behandeling doorgaans meer dan 95 procent bedraagt", zegt professor Decallonne. "Bovendien is de behandeling veel beter verdraagbaar dan voor die bij veel andere kankers. We nemen de schildklier operatief weg en behandelen vervolgens in de meeste gevallen met een hoge dosis radioactief jodium. Daarna moet de patiënt wel levenslang elke dag een schildklierhormoon tablet innemen." ▶