



## Kurzer Schnitt, wenig Risiko

Professor Hans Udo Zieren ist Schilddrüsenexperte am Kölner St.-Agatha-Krankenhaus. Er operiert Patienten über eine Miniöffnung.

**Köln** | Viele Über- und Unterfunktionen der Schilddrüse behandelt der Arzt zunächst medikamentös. Bei einer Überfunktion kann auch eine Radiojodtherapie erfolgversprechend sein. Hierbei schluckt der Patient eine Kapsel mit radioaktivem Jod-131 und lässt, salopp gesagt, die Strahlung für sich arbeiten: Diese vernichtet das für die Überproduktion verantwortliche Gewebe.

Bei Tumoren, verdächtigen Befunden oder erheblichen Vergrößerungen dagegen muss das Organ operiert werden. „Vor einer Schilddrüsen-OP muss aber heute niemand mehr Angst haben“, versichert Professor Hans Udo Zieren vom St.-Agatha-Krankenhaus in Köln-Niehl. Mit den technischen Fortschritten würden Schnitte immer kleiner und die Risiken geringer. Seit 26 Jahren steht der Chefarzt am OP-Tisch.

Die Schilddrüsenchirurgie hat er zum Schwerpunkt des St.-Agatha-Krankenhauses ausgebaut: „Früher wurde hier ein Schilddrüsenpatient pro Jahr operiert, heute sind es mehr

als 500“. Damit gehört St. Agatha neben dem Städtischen Krankenhaus Holweide zu den bekanntesten Kliniken Nordrhein-Westfalens auf diesem Fachgebiet. Zieren hat aber nicht nur zahlenmäßig, sondern auch qualitativ zur Weiterentwicklung der Schilddrüsenchirurgie beigetragen: „Ich operiere minimal-invasiv, allerdings nicht endoskopisch“, erklärt der Experte. Mit anderen Worten: Auch er setzt auf die inzwischen verbreitete chirurgische Technik, Eingriffe nur durch kleine Schnitte in der Haut vorzunehmen. Nicht endoskopisch heißt: unter Sicht, mit Lupenbrille und Spezialinstrumenten.

**Generell gilt: Schilddrüsenkrankungen** sind gut behandelbar. Und je schneller eine Störung erkannt wird, desto besser. Zur besseren Abstimmung arbeiten Fachärzte bei der Behandlung von Schilddrüsenkrankungen vielfach zusammen. So auch beispielsweise im 2006 gegründeten Schilddrüsenzentrum.

**St.-Agatha-Krankenhaus,**  
Feldgärtenstraße 97,  
50735 Köln  
[www.st-agatha-krankenhaus.de](http://www.st-agatha-krankenhaus.de)  
[www.schilddruesenzentrum-koeln.de](http://www.schilddruesenzentrum-koeln.de)



Chefarzt Hans Udo Zieren operiert mehr als 500 Schilddrüsenpatienten pro Jahr.

### Hier und jetzt

#### Kribbeln ist nicht immer harmlos

Wenn es in den Händen kribbelt oder sich diese taub anfühlen, könnte ein sogenanntes Karpaltunnelsyndrom vorliegen. Darauf macht das Kölner Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) aufmerksam. Dabei wird ein Nerv im Bereich des Handgelenks durch das umliegende Gewebe eingeklemmt. Betroffen sind vor allem Frauen im mittleren und höheren Alter. Die Beschwerden sind unterschiedlich stark: vom anfänglichen Kribbeln und Einschlafen der Hände bis zu Schmerzen, die bis in die Arme ausstrahlen können. Spätestens dann ist ein Besuch beim Arzt geboten.

[www.iqwig.de](http://www.iqwig.de)

#### Das Richtige für die kleinen Esser

Tipps für die Ernährung des Kleinkindes vom ersten bis vierten Lebensjahr erhalten Eltern bei einem Vortrag, der am 13. Juli 2011 von der Katholischen Familienbildung Köln angeboten wird. Von 19 bis 21.15 Uhr geht es im Familienforum Deutz-Mülheim darum, was kleine Esser groß und stark macht und wie Eltern ihnen auch Obst und Gemüse schmackhaft machen können. Der Eintritt kostet 10 Euro.

**Familienforum Deutz-Mülheim,**  
An St. Urban 2, 51063 Köln  
0221 880440  
[www.familienbildung-koeln.de](http://www.familienbildung-koeln.de)

#### Erst frühstücken, dann joggen

Raus aus dem Bett, rein in die Joggingsschuhe und schnell vor dem Frühstück eine Runde laufen? „Besser nicht“, rät Professor Ingo Froböse vom Zentrum für Gesundheit der Deutschen Sporthochschule Köln. Denn in den Morgenstunden sei noch der Fettstoffwechsel aktiv. Jedoch nur so lange, bis die Zuckerspeicher erschöpft seien. Danach bricht die Leistung ein, und der Ausdauersport muss wohlmöglich vorzeitig beendet werden, so der Sportmediziner. Wer früh laufen will, sollte daher mindestens eine Banane essen. Ausdauertraining ist abends sinnvoller. Zwei Stunden vor dem Zubettgehen sollte allerdings Schluss sein, sonst kann es zu Schlafschwierigkeiten kommen.

[www.zfg-koeln.de](http://www.zfg-koeln.de)

## Interview mit Lisa Fabiano, Schilddrüsenpatientin aus Köln-Hürth Die Narbe ist kaum noch zu sehen

### Wie haben Sie festgestellt, dass mit Ihrer Schilddrüse etwas nicht stimmte?

Das Organ war stark vergrößert. Ich hatte einen sechs Zentimeter großen Knoten, der bereits an die Stimmbänder grenzte. Ich habe ihn eine ganze Zeit lang ignoriert, bis das Druckgefühl im Hals zu störend wurde. Ich hatte Schluckbeschwerden und konnte es auch kaum noch aushalten, Rollkragenpullover, Tücher oder Schals zu tragen.

### Welche Behandlung schlug Ihr Arzt vor?

Zuerst bin ich gründlich untersucht worden: Ultraschall, Blutabnahme und Szintigrafie. Neben dem großen Knoten ist eine Überfunktion der Schilddrüse festgestellt worden. Da man nicht wusste, ob der Knoten gut- oder bösartig war, musste operiert werden. Um kein Risiko einzugehen, hat Professor Zieren die komplette Schilddrüse entfernt. Meine Narbe sieht man kaum noch.

### Wie geht es Ihnen heute – ohne Schilddrüse?

Sehr gut. Nun muss ich zwar jeden Tag eine Tablette einnehmen, aber das ist nichts im Vergleich zu den Risiken. Da ich eine sehr aktive Frau bin, hatte ich zuerst Sorge, durch den veränderten Hormonspiegel träge zu werden oder mit Gewichtsproblemen kämpfen zu müssen. Aber es ist nichts dergleichen eingetreten.

Lisa Fabiano (40) hat die Entfernung ihrer Schilddrüse gut überstanden.

