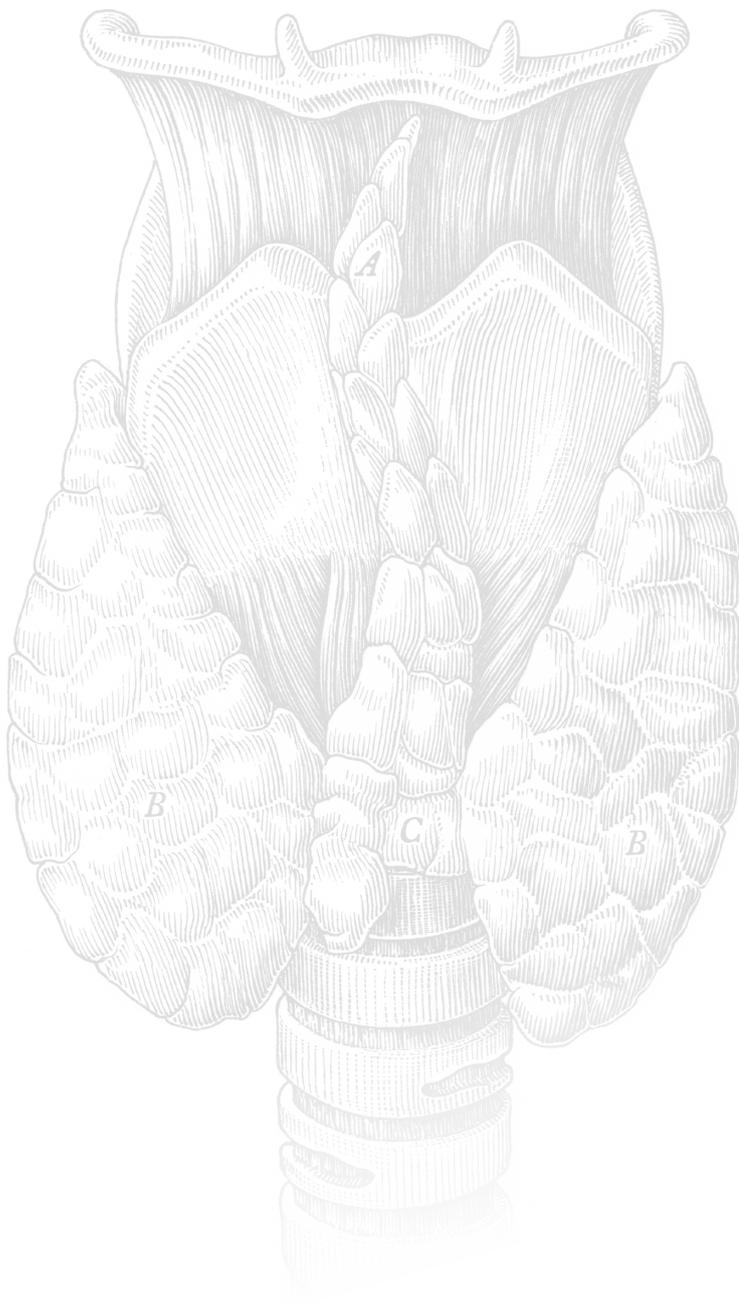


## DER OPTISCHE SCHLUCK-TEST (THYROID SWALLOW TEST)

Der optische Schluck-Test lässt Schwellungen der Schilddrüse (Kropf) oder möglicherweise auch einen Knoten auf der Schilddrüse erkennen. Beide Anzeichen können entweder durch eine Hypothyreose oder aber auch eine Hyperthyreose verursacht werden. Dieser einfache Selbsttest erfordert nichts weiter als einen Spiegel und ein Glas Wasser.



### DIE RICHTIGE DURCHFÜHRUNG

- Schauen Sie auf die Vorderseite Ihres Halses (zwischen Ihrem Adamsapfel und Ihrem Schlüsselbein) in einen Spiegel.
- Dann kippen Sie den Kopf zurück und nehmen einen Schluck Wasser.
- Beobachten Sie, ob Sie beim Schlucken ein Hervortreten oder eine Auswölbung Ihrer Schilddrüse beobachten können.
- Wiederholen Sie diesen Schritt mehrmals, bis Sie sicher sind, ob Sie eine Wölbung erkennen können oder nicht.
- Sollten Sie ein Hervortreten Ihrer Schilddrüse bemerken, kann dies auf ein Schilddrüsenproblem hindeuten.
- Kontaktieren Sie Ihren Arzt. Er wird Ihre Schilddrüse genau untersuchen und notwendige Testungen veranlassen.