

# Hyperthyreoïdie en Duiken

V: Ik ben een 42-jarige vrouw, met ongeveer 9 kilo overgewicht voor mijn lengte en leeftijd. Ik sport regelmatig door te fietsen en een fitness apparaat te gebruiken. Ongeveer anderhalf jaar geleden werd ik gediagnosticeerd met hyperthyreoïdie. Als behandeling werd mijn schildklier 10 maanden geleden bestraald. Ik gebruik momenteel Synthroid(r), en het niveau van mijn schildklierhormoon is weer terug naar normaal. Ik heb geen beperkingen voor mijn activiteiten en ik heb geen last meer van symptomen van hyperthyreoïdie. Wel heb ik af en toe last van vermoeidheid, die zowel mijn arts als ik zelf niet kunnen verklaren. Mijn echtgenoot en ik duiken normaal gesproken twee keer in het jaar tijdens vakanties, maar we hebben nu al meer dan twee jaar niet gedoken. Zijn er problemen met duiken met Synthroid of na het ondergaan van bestraling van de schildklier?

## Een vraag vanuit Ohio

A: Deelname aan recreatief duiken wordt meestal als onveilig beschouwd voor iemand met actieve, onbehandelde hyperthyreoïdie. De schildklier is een vitaal orgaan dat een hormoon uitscheidt dat helpt bij het reguleren van het metabolisme. In overmatige hoeveelheden kan dit hormoon de hartslag versnellen, schade aan het hart en kortademigheid veroorzaken, het lichaamsgewicht veranderen en hevige onrust veroorzaken. Bij onbehandelde hyperthyreoïdie kan het schildklierhormoon plotseling in grote hoeveelheden worden uitgescheiden, wat zorgt voor acute symptomen die extreem beperkend zouden kunnen zijn als ze op zouden treden bij een duiker onder water. In jouw geval is de overstimulatie van de schildklier (hyperthyreoïdie) behandeld met radioactieve jodium die de schildklierfunctie remt en de hoeveelheid geproduceerde hormonen vermindert. Na behandeling van hyperthyreoïdie zakt schildklierhormoonspiegel vaak tot onder het normale niveau (hypothyreoïdie genaamd), maar het ontbrekende hormoon kan worden vervangen door L-thyroxine (Synthroid(r)), een synthetisch substituuut, waardoor de niveaus van schildklierhormoon in de bloedbaan weer tot het normale niveau worden teruggebracht.

Je kunt het duiken weer oppakken als je hormoonspiegels weer normaal zijn, als de symptomen van hyperthyreoïdie verdwenen zijn, als je geen andere gezondheidsproblemen hebt en je een geschikt niveau van fysieke belastbaarheid kunt behalen. Je onverklaarde vermoeidheid kan een resterende hindernis zijn maar, als dit wordt goedgekeurd door je arts, kan een fitnessprogramma, samen met gewichtsverlies, je helpen om terug te komen op je normale uithoudingsvermogen.

## Duiken of Niet Duiken

Hoewel onbehandelde hyperthyreoïdie (net als andere ziektes en aandoeningen) je diskwalificeert voor duiken, is dit bij behandelde hyperthyreoïdie zonder symptomen niet het geval. Het kernpunt voor blijven duiken met een gediagnosticeerde medische aandoening zoals hyperthyreoïdie is het volgen van de door je arts voorgeschreven behandeling, periodiek in de gaten worden gehouden en regelmatige check-ups krijgen.

## Vragen?

Schrijf naar [medical@daneurope.org](mailto:medical@daneurope.org)

Een duiknoodgeval hebt is er continu hulp beschikbaar via de DAN 24-uurs Duik Noodgevallen Hotline op +39 06 4211 8685 / +39 06 4211 5685

## Gezondheidstips

Als je nog niet deel neemt aan een gezondheidsprogramma zijn hier een aantal suggesties om mee te

beginnen:

- Vermijd of verminder voedsel met veel vet in je dagelijkse voedsel.
- Rook niet.
- Gebruik alcohol alleen met mate.
- Neem minstens drie keer per week deel aan een regelmatig trainingsprogramma.
- Vraag advies van je huisarts over veranderingen van je levensstijl en frequentie van check-ups.

### **De kosten en de baten**

Er zijn financiële kosten verbonden aan een goede gezondheid: Periodieke doktersbezoeken, laboratoriumtesten en onderzoeken zijn niet gratis. Maar, net zoals bij duiken, is je blijvende goede gezondheid een solide investering in een aangename toekomst.

### **About the Author**

JOEL DOVENBARGER, Vice President of DAN America Medical Services, has been with DAN since 1985. A medical professional for 30 years, Dovenbarger started work as a registered nurse in 1976 and began in hyperbaric and diving medicine at the F.G. Hall Lab at Duke Medical Center in 1982.