

## Ellenőrizzük rendszeresen a pajzsmirigyműködésünket!

Tünetek–jelek	igen	nem
Fáradékonyság, feledékenység, meglassult gondolkodás		
Hajlam a depresszióra		
Csökcent étkezés mellett hízás		
Rekedtség		
Végtagokban zsibbadásérzés		
Száraz, viszkető, hideg, megvastagodott bőr		
Székrekedés		
Halláscsökkenés		
Szemhéj körüli duzzanat (ödéma)		
Menstruációs zavarok, terméketlenség		
Csökcent libidó (nemi vágy)		
Lassú szív működés		
Emelkedett koleszterinszint		
Nyakduzzanat, nyakfeszülés		

### ÉRTÉKEKELÉS:

**+5 felett** kóros elváltozásra utal – azonnal szakemberhez kell fordulnunk  
**2–4 között** további vizsgálatok szükségesek – érdemes orvost felkeresni panaszainkkal

**0–1** nincs csökkent működés

Forrás: Budai Allergiaközpont