



[Sköldkörteln](#)

Struma är när sköldkörteln blir större. Det kan bero på olika saker, till exempel att du har en inflammation eller en knöl i sköldkörteln. Ibland finns det ingen klar orsak. Många som har struma behöver ingen behandling. Men har du besvär av struma finns bra behandling att få.

Struma behöver inte ge besvär. Men det är ändå viktigt att utreda vad som orsakar struman. Du kan behöva behandling.

Många som har struma känner inte av några symtom.

Ibland går det att se att sköldkörteln har vuxit. Sköldkörteln sitter framtill på halsen, och den kan synas bättre om du böjer huvudet bakåt och tittar dig i spegeln. När sköldkörteln har blivit större syns ibland konturerna under huden, ungefär i samma form som en fjäril. Den kan också vara ojämn och knölig när du känner på den.

Struma kan kännas som ett tryck mot luftstrupen och du kan få svårt att svälja eller andas. Det kan också kännas obehagligt att ha saker runt halsen, som en tröja med polokrage, en slips, en sjal eller att ha översta knappen knäppt i en skjorta.

Struma kan komma snabbt, men kan också växa långsamt under flera år.

Sjukdomen som orsakar struman kan påverka sköldkörtelns tillverkning av hormon. Då kan du få besvär av att sköldkörteln tillverkar antingen för mycket hormon eller för lite hormon.

Att sköldkörteln bildar för mycket hormon kallas för hypertyreos. Läs i texten [Hypertyreos](#) om vilka symtom du kan få av för höga halter hormon.

För lite sköldkörtelhormon kallas för hypotyreos. Läs i texten [Hypotyreos](#) om vilka symtom du kan få av för låga halter hormon.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du tror att du har struma. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#) och hjälp att bedöma symtom.

Det är svårt att förebygga struma eftersom det kan bero på olika saker och det ofta är oklart vad struma kommer sig av.

Brist på jod är en orsak till att struma uppstår. Att använda salt med jod är därför något du kan göra för att förebygga struma. Du som äter en kost med mindre jod kan dessutom behöva ta tillskott med jod. Det kan till exempel vara om du är vegan eller inte äter fisk och mjölkprodukter.

När du är gravid eller ammar behöver kroppen mer jod. Därför är det extra viktigt att använda salt med jod.

Ibland kan även för höga halter av jod orsaka struma. Därför är det bra att undvika läkemedel som innehåller mycket jod. Även läkemedel som innehåller litium eller amiodaron kan orsaka struma. Fråga din läkare om du undrar över något läkemedel som du tar.

Vissa kontrastmedel som används vid röntgen kan också innehålla väldigt höga nivåer av jod. Berätta för din läkare att du har struma om du ska göra en undersökning med röntgen.

Undvik att röka. Rökning ökar risken för andra sjukdomar i sköldkörteln, som i sin tur ökar risken att få struma. Här kan du få [tips om hur du kan sluta röka](#).

När du kommer till läkaren får du berätta om dina symtom. Du får också berätta om du har nära genetiska släktingar som har struma eller någon annan sjukdom i sköldkörteln.

Läkaren känner på sköldkörteln och gör en [kroppsundersökning](#). Du får också [lämna blodprov](#). Blodprovet visar om hormonproduktionen har påverkats.

Ibland behöver sköldkörteln undersökas mer. Vilken eller vilka undersökningar som behövs beror på vad blodprovet visar. Du kan antingen fortsätta undersökas av läkaren på vårdcentralen, eller av en endokrinolog. Det är en läkare som är specialist på hormonsjukdomar.

Du får en [remiss](#) till den eller de undersökningar som ska göras.

Du kan behöva förbereda dig inför vissa undersökningar. Det står mer information i kallelsen som skickas hem till dig.

Läkaren kan undersöka dig med [ultraljud](#) eller [datortomografi](#), som är en slags röntgenundersökning. Det kan visa om det finns en eller flera knölar i sköldkörteln. Det kan också visa sköldkörtelns form och om struman trycker på luftstrupen eller matstrupen.

Det är vanligast att undersökas med ultraljud.

Vid en nålsbiopsi tar en läkare celler från sköldkörteln. Cellerna undersöks sedan i mikroskop. Undersökningen kan visa om sköldkörteln är inflammerad, eller om det finns någon annan orsak till att den är förstörad.

Provtagningen görs på sjukhus. Läkaren tar provet med hjälp av en tunn nål. De flesta tycker att det känns ungefär som att lämna blodprov.

Nålbipsin görs i samband med att sköldkörteln undersöks med ultraljud.

Struma behöver bara behandlas om du har besvär eller om undersökningarna inte ser bra ut. Många som har struma behöver ingen behandling.

Struman kan behöva opereras om den trycker på halsen och ger dig besvär. Det kan till exempel vara att du har svårt att svälja eller andas. Du kan också behöva operera struman om läkaren har hittat [celler som kan bero på cancer](#).

Vid en operation tar kirurgen bort hela sköldkörteln eller delar av sköldkörteln.

En del mår dåligt över att halsen ser svullen ut och vill operera även om de inte behöver. Prata i så fall med en läkare om hur du känner.

Du kan behöva ta läkemedel med sköldkörtelhormon om en större del av sköldkörteln eller hela sköldkörteln har opererats bort. Då får du behandling hela livet. Läs mer om [läkemedlen som används vid låga halter av sköldkörtelhormon](#).

Sköldkörteln sitter på framsidan av luftstrupen, under struphuvudet.

Sköldkörteln sitter på halsens framsida nedanför struphuvudet. Den är mjuk och svår att känna med fingrarna. När sköldkörteln växer vid struma är det lättare att känna den.

Sköldkörteln bildar hormonerna tyroxin och trijodotyronin, så kallade T4 och T3. De påverkar nästan alla kroppens funktioner. Den viktigaste funktionen är att reglera ämnesomsättningen, det vill säga hur kroppen omvandlar näring till energi.

Sköldkörteln styrs av hypofysen, en lite körtel under hjärnan. Hypofysen bildar hormonet TSH som stimulerar tillverkningen av T4 och T3. TSH är en förkortning av tyroideastimulerande hormon.

Sköldkörteln kallas också för tyreidea.

Läs mer om hormoner och körtlar i [Så fungerar hormonsystemet](#).

Att sköldkörteln växer behöver inte betyda att tillverkningen av hormonerna T4 och T3 påverkas. Ofta brukar mängden hormon vara som den ska. Men ibland bildar sköldkörteln för lite eller för mycket hormon.

Struma kan innebära att sköldkörteln bara blir lite större, men ibland kan struman ha vuxit under lång tid. Den kan då sträcka sig ner under bröstbenet.

Struma kan bero på olika orsaker. Ibland är det oklart varför sköldkörteln blir större.

Det är något vanligare att få struma i puberteten och i samband med en graviditet.

Den vanligaste typen av struma är knölstruma. Då blir hela sköldkörteln större och den har ofta en oregelbunden form. Det beror på att det bildas en eller flera knölar i sköldkörteln. Knölna är områden där hormoner har börjat produceras av sig själv, utan att styras av hormonet TSH.

Knölstruma påverkar oftast inte mängden hormon som tillverkas. Men ibland kan knölen eller knölna tillverka extra mycket hormon. Det kallas för toxisk knölstruma.

Sköldkörteln kan bli större om du har en form av hypertyreos som heter Graves sjukdom. Då har ofta hela sköldkörteln vuxit.

Läs mer om knölstruma och om Graves sjukdom i texten [Hypertyreos](#).

Struma kan också orsakas av en inflammation i sköldkörteln. Det finns flera orsaker till inflammationen.

Den vanligaste typen av inflammation är en kronisk inflammation i sköldkörteln, så kallad Hashimotos tyreoidit. Det är en autoimmun sjukdom. Då bildar immunförsvaret antikroppar som förstör sköldkörteln, vilket kan göra att sköldkörteln börjar tillverka för lite hormon. Kronisk betyder att inflammationen inte går över. Läs mer om sjukdomen i texten [Hypotyreos](#).

Inflammationen kan också vara kortvarig, som vid tyst sköldkörtelinflammation. Det är också en autoimmun sjukdom där immunsystemet reagerar mot sköldkörteln.

I början av inflammationen ökar halten av sköldkörtelhormon i kroppen. Efter en till två månader minskar sköldkörtelhormonerna och du får då för låga halter. Läs mer om tyst sköldkörtelinflammation i texten [Sköldkörtelinflammation](#).

Ibland blir sköldkörteln inflammerad på grund av virus. Då blir sköldkörteln också hårdare än normalt, och du kan få ont i halsen, hög feber och känna dig väldigt sjuk. Liknande symtom kan också orsakas av bakterier, men det är väldigt ovanligt.

Sköldkörteln kan växa om du inte får i dig tillräckligt med jod. Jod finns framför allt i fisk och skaldjur, mjölkprodukter och salt med jod. Du som inte äter flera av dessa produkter löper större risk för att ha brist på jod och kan komplettera med tillskott med jod.

Vissa ämnen och läkemedel kan orsaka struma. Det gäller till exempel läkemedel som innehåller det verksamma ämnet litium eller amiodaron. Ämnen med högt jodinnehåll kan också orsaka struma.

Sjukdomar i sköldkörteln kan vara ärftliga. Du kan lättare få sjukdomen om du har vissa gener. Det gäller både för struma, hypertyreos och hypotyreos.

En knöl i sköldkörteln kan vara en tumör. Oftast beror tumören inte på [sköldkörtelcancer](#), men det är ändå viktigt att en läkare undersöker sköldkörteln.

Läs mer om [olika sorters tumörer och andra utväxter här](#).

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver [du förstå informationen som du får](#) av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård och behandling](#).

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att [få hjälp av en tolk om du har en hörselnedsättning](#).

Senast uppdaterad:

2023-12-18

Redaktör:

Lovisa Dragstedt, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Helena Filipsson Nyström, läkare, professor i hormonsjukdomar, Sahlgrenska Universitetssjukhuset, Göteborg

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

Vid hypertyreos ökar ämnesomsättningen. Det kan göra att du blir svettig, får hjärtklappning och minskar i vikt. Du kan också bli orolig och nedstämd. Det finns behandling som hjälper.

Hypotyreos är en vanlig sjukdom som uppstår när sköldkörteln tillverkar för lite av vissa hormoner. Du kan då bli trött, frusen och känna dig nedstämd.

Tillfällig sköldkörtelinflammation brukar gå över inom sex månader. Inflammationen gör att du kan få ont i halsen, feber och känna dig sjuk. Du kan också få besvär på grund av att produktionen av sköldkörtelhormon ökar eller minskar.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).