

„FITNESS FÜR DIE EIGENE SCHILDDRÜSE“

Es gibt verschiedene Erkrankungen der Schilddrüse, die in der Arztpraxis diagnostiziert werden. Am häufigsten heisst der Befund: „Ihre Schilddrüse produziert zu wenig Hormone“ oder „Ihre Schilddrüse leidet an einer zu hohen Produktion von Schilddrüsenhormonen!“ Bevor jedoch die gemessenen Schilddrüsenwerte (TSH, fT4; fT3) als „krank“ bezeichnet werden sind die Werte häufig bereits in einem kritischen Bereich. Symptome wie Müdigkeit, Gewichtszunahme, Darmfunktionsstörungen, Schlaflosigkeit usw. werden dann von vielen Patienten bereits als störend wahrgenommen (reklamiert), aber nicht als krank diagnostiziert.

Früher kannte man als einfachste Methode der Schilddrüsenabklärung die Messung der Körpertemperatur am Morgen (Basaltemperatur). Dabei wird nach dem Aufwachen, das Licht angezündet und vor dem Aufstehen wird unter der Achsel die Temperatur mit einem gewöhnlichen Thermometer gemessen. Die Temperaturmessung unter der Zunge oder im Ohr ergeben jeweils höhere Werte! Falls Ihre Werte über 3-5 Tage gemessen, im Durchschnitt unter 36,5°C liegen, ist Ihre Schilddrüse in einer Notlage – aber nicht krank. Versuchen Sie in einem solchen Fall ihrem Körper etwas Iod zuzuführen mittels der Lugolschen Lösung.

Die Lugolsche Lösung ist eine Erfindung des französischen Arztes Jean Guillaume Lugol (1786–1851). Dabei handelt es sich um ein altes, bewährtes Heilmittel u.a. zur Unterstützung des Schilddrüsenorgans bei Symptomen einer Schilddrüsenunterfunktion wie: Verdauungsträgheit, Blähungen, Verstopfung, unerklärliche Gewichtszunahme, Müdigkeit, Eisenmangel, häufigem Frieren, Schwächegefühl, hohes Schlafbedürfnis, Konzentrationsschwäche, Gedächtnisschwäche, Schwindel, tiefem Blutdruck, Antriebs- und oder Motivationschwäche besonders morgens, Immunschwäche, Ödeme, trockene, juckende Haut, gleichmässiger Haarausfall am Kopf, heisere oder kratzige Stimme mit Rausperzwang. Speziell bei Frauen kann dies einhergehen mit einer Verlängerung der Menstruationszyklen, fehlendem Eisprung oder ausbleiben der Menstruation, Empfängnischwierigkeiten und Schwangerschaftsprobleme.

Iod ist ein unentbehrlicher Bestandteil des menschlichen Organismus und wird mit der Nahrung aufgenommen. Die Schilddrüse ist das Organ mit der höchsten Iodkonzentration. Sie benötigt das Iod um die Hormone Thyroxin, Triiodthyronin und das Diiodtyrosin zu produzieren. Das Triiodthyronin wird zudem auch in der Leber und im Darm hergestellt, aus dem Thyroxin. Diese Hormone haben weitreichende Auswirkungen auf den gesamten Organismus, wodurch ihnen eine gewisse Schlüsselfunktion zu Teil wird. Nachfolgend ein paar Beispiele: Regulierung des Wasserhaushalts, Befeuchtung von sämtlichen Schleimhäuten, Anregung und Aufhellung der Psyche, Förderung der Denkleistung, Einfluss auf die Regulation der Körpertemperatur, Steigerung des Energiehaushalts/Stoffwechsel und der Herzarbeit, Förderung des Wachstums und der Gehirnreifung (Kognition).

Diese Lösung darf nicht bei einer bekannten Schilddrüsenüberfunktion oder Symptome davon angewendet werden! Sie ist nicht zur täglichen Langzeitanwendung bestimmt. Als Anwendung der ersten Wahl kommt die äussere Anwendung zum Zug: morgens 1-2 Trp. auf die Haut auftragen. Dafür eignen sich beispielsweise die Handgelenkinnenseite, die Ellenbogen- oder Oberschenkelinnenseite besonders gut. Die gelbliche

Verfärbung ist normal und kommt durch das Iod zustande. Es ist empfehlenswert die Hautstelle immer wieder zu wechseln, damit es nicht zu Hautreizungen kommen kann. Die Zeitdauer dieser Verfärbung dient auch als Parameter für den individuellen Bedarf. Ist die Verfärbung mehr als 18 Stunden sichtbar, deutet dies auf eine momentane Sättigung von Iod hin. Ist dies der Fall, sollte eine weitere Anwendung vorübergehend unterbrochen werden (1-2 Wochen Pause).

Bei bestehenden Hautproblemen kann auf die innere Anwendung ausgewichen werden: morgens 1-2 Trp. in ein Glas Wasser, etwas umrühren und über den Tag verteilt trinken. Ergänzend können diesem Glas auch 2 TL Apfelessig und 2 TL Honig beigefügt werden. Gut umrühren und über den Tag verteilt 1-2 Gläser trinken.

“Bausteine“ für eine gesunde Schilddrüse		
LUGOLSCHE LÖSUNG:	enthält das wichtige Spurenelement Iod, welches die Hormonproduktion der Schilddrüse unterstützt.	äusserlich: morgens 1-2 Trp. auf die Haut auftragen, beispielsweise die Handgelenk-, die Ellenbogen- oder Oberschenkelinnenseite. Dabei die Hautstellen immer wieder wechseln. innerlich: morgens 1-2 Trp. in ein Glas Wasser, etwas umrühren und über den Tag verteilt trinken.
THYREOCARD-TROPFEN:	beruhigen bei einer erhöhten Schilddrüsenaktivität und unterstützen deren Funktion.	vor dem Essen 3x15 Trp. in etwas Wasser einnehmen.
NORSAN-FISCHÖL:	Omega-3-Fettsäuren bremsen Entzündungsprozesse der Schilddrüse.	dieses flüssige Öl wird morgens vor oder zum Essen 1 EL pro Tag eingenommen.
KRILLÖL-KAPSELN: (eignen sich besonders dann, wenn kein flüssiges Öl eingenommen werden kann)	Omega-3-Fettsäuren bremsen Entzündungsprozesse der Schilddrüse.	vor dem Essen 2x4 Kps. mit etwas Wasser einnehmen.
MINAVIT-AMINO-SÄUREN-MISCHUNG TYP 2:	enthält die wichtigsten Aminosäuren und Vitamine für die Herstellung der Schilddrüsenhormone.	morgens und abends 1/5 Messl. in Fruchtsaft oder Wasser einrühren.

MINAVIT RETARD-GRANULAT:	Vitalstoffgranulat enthält Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente in einem ausgewogenen Verhältnis. Es schützt das Schilddrüsengewebe vor aggressiven, freien Radikalen. Eine ausreichende und kontinuierliche Versorgung des Vitamin-B-Komplex, sowie der Spurenelemente, unterstützen den Funktionserhalt des Schilddrüsengewebes.	vor dem Essen 3x1 gestr. TL in Fruchtsaft oder Wasser einrühren.
LEBER-GALLE-TROPFEN:	verbessern die Entgiftung und den Gallenfluss. Im Gegenzug aktiviert die Leber die Wirksamkeit der Schilddrüsenhormone.	vor dem Essen 3x30 Trp. in etwas Wasser einnehmen.
GRUND-ENTSCHLACKUNG:	zur Entgiftung der Zwischenzellgewebe des Körpers. Verbessert das Allgemeinbefinden, lindert Entzündungen und verbessert die Wirksamkeit von Naturheilmitteln.	zwei Monats-Kur

Wir sind gerne persönlich und individuell für Sie da!
Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, um die ideale Behandlungsmöglichkeit für Sie zu finden.