

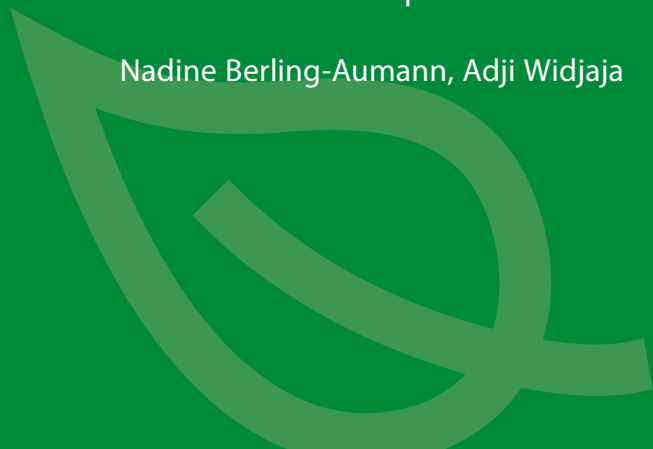


NATURHEILKUNDE FUNDIERT

# Schilddrüsenenerkrankungen

Unterstützende Therapien aus der Naturheilkunde

Nadine Berling-Aumann, Adji Widjaja



KVC | VERLAG

Nadine Berling-Aumann, Adji Widjaja  
Schilddrüsenerkrankungen  
Unterstützende Therapien aus der Naturheilkunde

NATURHEILKUNDE FUNDIERT

Nadine Berling-Aumann, Adj. Widjaja

# Schilddrüsenerkrankungen

Unterstützende Therapien aus der Naturheilkunde

KVC Verlag  
NATUR UND MEDIZIN e. V.  
Am Deimelsberg 36, 45276 Essen  
Tel.: (0201) 56305 70, Fax: (0201) 56305 60  
www.kvc-verlag.de

**Berling-Aumann, Nadine; Widjaja, Adji**

Schilddrüsenerkrankungen – Unterstützende Therapien aus der Naturheilkunde

**Wichtiger Hinweis:** Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht.

ISBN 978-3-96562-015-5

© KVC Verlag – NATUR UND MEDIZIN e. V., Essen 2020

Das Werk mit allen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechts ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

Fotos: Nadine Berling-Aumann  
Gestaltung: eye-d Designbüro, Essen  
Druck: Margreff Druck, Essen

---

Einleitung: Über dieses Buch	1
<hr/>	
Teil I: Die Schilddrüse – Kleines Organ mit lebenswichtigen Aufgaben	5
<hr/>	
<b>Kapitel 1: Hintergrund und Wissenswertes</b>	<b>5</b>
Lebenslange Leistung	5
Geschichtliches: Die „Entdeckung“ der Schilddrüse	6
<b>Kapitel 2: Aufbau und Aufgaben der Schilddrüse</b>	<b>7</b>
Gestalt, Größe, Gewicht	7
Der Feinbau der Schilddrüse und die Bedeutung von Jod	8
Schilddrüsenhormonbiosynthese	9
Der Kreislauf der Schilddrüsenhormone: Regulation und Steuerung	10
<b>Kapitel 3: Schilddrüsenfunktion und Vitalstoffe</b>	<b>13</b>
Jod	13
Selen	16
Eisen	18
Zink	21
Vitamin D	23
Nahrungsergänzungsmittel für alle?	25
<b>Kapitel 4: Schilddrüsenhormone und körperliche Funktionen</b>	<b>27</b>
Energieumsatz	27
Hitze- oder Kälteempfinden	28
Kohlenhydratverwertung	28
Cholesterinwerte	29
Körperliche und geistige Entwicklung	29
Herz-Kreislaufsystem	30
Schilddrüse und andere Körperteile	31

Teil II: Die Diagnostik von Schilddrüsenerkrankungen	33
<hr/>	
<b>Kapitel 1: Die ärztliche Untersuchung</b>	<b>33</b>
Das Patientengespräch	33
Die körperliche Untersuchung	35
<b>Kapitel 2: Laboruntersuchungen</b>	<b>37</b>
Bestimmung der Vitalstoffe	37
Der TRH-Test	37
Bestimmung des TSH-Wertes	39
Bestimmung der Schilddrüsenhormone T4 und T3	41
Wechselbeziehungen der Schilddrüsenhormone	43
Exkurs Calcitonin: Das „Knochenhormon“ der Schilddrüse	44
Vitalstoffbestimmung	45
Antikörperbestimmung	46
Laborwerte bei Komplikationen	47
Teil III: Die Therapie von Schilddrüsenerkrankungen	49
<hr/>	
<b>Kapitel 1: Funktionsstörungen</b>	<b>49</b>
<b>Kapitel 2: Die vergrößerte Schilddrüse – Jodmangelkropf</b>	<b>51</b>
Vorbeugung	51
Formen der Struma	52
Symptome	53
Therapie	53
Die unterstützende naturheilkundliche Therapie der Struma	55
<b>Kapitel 3: Überfunktionen der Schilddrüse</b>	<b>65</b>
Heiße Knoten in der Schilddrüse und Schilddrüsenautonomie	66
Morbus Basedow	68
Die unterstützende naturheilkundliche Therapie der Schilddrüsenüberfunktion	73
Radikalfänger und Antioxidantien gegen Funktionsstörungen der Schilddrüse	86

---

Antioxidantien bei Morbus Basedow	89
Was Sie außerdem tun können	93
<b>Kapitel 4: Unterfunktionen der Schilddrüse</b>	<b>97</b>
Verschiedene Ursachen für eine Schilddrüsenunterfunktion	97
Hashimoto-Thyreoiditis	100
Die unterstützende naturheilkundliche Therapie der Schilddrüsenunterfunktion	104
Was Sie außerdem tun können	127
<b>Kapitel 5: Schilddrüsenkrebs</b>	<b>131</b>
Vorkommen und Formen	131
Vorbeugung	132
Symptome	132
Therapie	133
Die unterstützende naturheilkundliche Therapie von Schilddrüsenkrebs	133
Was Sie außerdem tun können	139
Anhang	143

---

<b>Hilfreiche Adressen</b>	<b>143</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>144</b>
<b>Die Autorin</b>	<b>149</b>
<b>Der Autor</b>	<b>149</b>

## Kapitel 1: Funktionsstörungen

Solange der hormonelle Regelkreis im Körper funktioniert und alle Hormone ordnungsgemäß gebildet sowie an den Zielorganen aufgenommen werden, läuft die Arbeit der Schilddrüse weitestgehend unbemerkt ab. Erst wenn sich Beschwerden wie ständige Müdigkeit, Schluckstörungen oder unerwünschter Gewichtsverlust bzw. -zunahme einstellen, begeben sich die meisten Menschen auf die Suche nach den Ursachen der Beschwerden.

Zu den häufigsten Krankheitsbildern zählen Funktionsstörungen der Schilddrüse. Sie werden eingeteilt in Überfunktion und Unterfunktion.

Bei einer Schilddrüsenüberfunktion sind zu viele Schilddrüsenhormone vorhanden. Deshalb befindet sich der Körper ständig in einem Hochleistungsmodus, ohne Leistungen erbringen zu können. Eine Krankheit, die oft mit der Schilddrüsenüberfunktion in Verbindung steht, ist der Morbus Basedow.

Werden zu wenige Schilddrüsenhormone gebildet, ist die Funktionsfähigkeit des Körpers eingeschränkt. Eine häufig vorkommende Schilddrüsenunterfunktion ist die Autoimmunerkrankung Hashimoto-Thyreoiditis, bei der die Drüse nach und nach ihre Funktion verliert.

Auch eine Vergrößerung der Schilddrüse und Knoten an dem Organ sind häufig. Sie können ebenfalls eine Funktionsstörung der Schilddrüse auslösen. Schilddrüsenknoten können bösartig sein, sie müssen es aber nicht. Insgesamt gehört der Schilddrüsenkrebs zu den seltenen Erkrankungen.

Die folgenden Kapitel sind den häufigen Funktionsstörungen und Krankheiten der Schilddrüse und ihrer Therapie gewidmet. Auf die naturheilkundliche Begleitbehandlung wird besonderes eingegangen.



## Die unterstützende naturheilkundliche Therapie der Schilddrüsenüberfunktion

Zur Linderung von Symptomen durch eine Schilddrüsenüberfunktion trägt zunächst ein gesunder Lebensstil bei: regelmäßige körperliche Bewegung, Zeit für Entspannung und eine gesunde Ernährung spielen hierbei bedeutsame Rollen.

Zudem müssen Erkrankungen, die sich durch eine Schilddrüsenüberfunktion zeigen, ursächlich behandelt werden. Optimalerweise führt die schulmedizinische Therapie zur Beschwerdefreiheit. Ist dies nicht der Fall, kann es sinnvoll sein, die Versorgung mit bestimmten Vitalstoffen wie Selen und L-Carnitin im Blut zu überprüfen. Wie sich in Beobachtungsstudien herausgestellt hat, sind Menschen mit einer Schilddrüsenüberfunktion besonders häufig von einem Mangel betroffen, der zu diffusen Beschwerden führen kann.

Bei heißen Knoten in der Schilddrüse, Schilddrüsenautonomie und Morbus Basedow bietet die Apotheke der Natur bei einer leichten Überfunktion zudem zahlreiche „Unterstützer“, um die Symptome zu lindern und die Bildung und Ausschüttung von Schilddrüsenhormonen zu beeinflussen. Dazu gehören zum Beispiel der **Herzgespann** und der **Wolfstrapp**.

Außerdem können verschiedene Heilpflanzenstoffe, Mineralstoffe, Spurenelemente, Vitamine und vitaminähnliche Substanzen dabei helfen, häufige Symptome der Schilddrüsenüberfunktion abzumildern. Symptome sind beispielsweise übermäßiges Schwitzen, Unruhe und Schlafbeschwerden. Während **Walnussblätter** bei starkem Schwitzen helfen können, lindern die Extrakte aus der **Passionsblume** zuverlässig körperliche und seelische Beschwerden. Besonders für Menschen, die sich aufgrund der Überfunktion ständig kribbelig und wie unter Strom gesetzt fühlen, ist die Wirkung der Heilpflanze oftmals ein echter Segen.

Da das Spurenelement **Selen** eine zentrale Funktion in der Entgiftung von schädlichen Stoffwechselprodukten der Schilddrüse hat, nimmt es in der unterstützenden naturheilkundlichen Therapie einen wichtigen Stellenwert ein. Außerdem könnte Selen die gefürchteten Augensymptome beim Morbus Basedow abschwächen. Welche Rolle Antioxidantien wie **Vitamin A, E** und **Beta-Carotin** bei einer Überfunktion der Schilddrüse spielen, wird derzeit noch genauer untersucht. Erste Studienergebnisse deuten

## Was Sie außerdem tun können

### Gurgeln bei Heiserkeit

Heilpflanzenstoffe aus Eibisch, Isländisch Moos und Spitzwegerich können bei Heiserkeit und häufigem Räuspern helfen. Die Schleimstoffe aus diesen Pflanzen wirken ganz allgemein reizlindernd und schleimhautschützend. Kommen sie mit einer Schleimhautoberfläche in Kontakt, so breiten sie sich wie ein gelartiges Netz über diese aus.

#### **Gurgellösung aus Eibischwurzel**

Geben Sie 2 g (1 TL) Eibischwurzel (Apothekenqualität) in ein Glas und übergießen sie mit 150 ml kaltem Wasser. 30 Minuten ziehen lassen, dann abfiltrieren. Die Spülung eine Minute im Mund behalten, danach ausspucken. Bei Bedarf mehrmals täglich wiederholen.

#### **Gurgellösung aus Spitzwegerichkraut**

Geben Sie 1,5 g (1 TL) Spitzwegerichkraut (Apothekenqualität) in ein Glas und übergießen es mit 150 ml kaltem Wasser. 30 Minuten ziehen lassen, dann abfiltrieren. Einen kleinen Schluck der Gurgellösung in den Mund nehmen, damit zwei bis drei Minuten gurgeln, danach ausspucken. Bei Bedarf mehrmals täglich wiederholen.

#### **Teezubereitung aus Isländisch Moos**

Geben Sie 1,5 g (1 TL) Isländisch Moos (Apothekenqualität) in ein Glas und übergießen es mit 150 ml kaltem Wasser. 10 Minuten ziehen lassen, dann abfiltrieren, abkühlen lassen. Behalten Sie die Flüssigkeit rund 1 Minute im Mund und gurgeln Sie damit, danach ausspucken. Bei Bedarf mehrmals täglich wiederholen.



Probleme mit der Schilddrüse kommen bei Menschen zwischen 18 und 65 Jahren nicht selten vor, können aber medikamentös gut behandelt werden. Leider gibt es dennoch zahlreiche Patienten, die trotz schulmedizinischer Therapie unter Beschwerden leiden. Sie wünschen sich dann eine natürliche Lösung, an der sie selbst mitarbeiten können.

An dieser Stelle setzt unser Buch an: Es kombiniert schulmedizinisches Fachwissen mit den aktuellen Erkenntnissen der Naturheilkunde. Die Autoren erläutern die aktuelle Studiensituation zur Naturheilkunde und liefern Antworten auf wichtige Fragen wie: Was kann ich bei ständiger Müdigkeit durch die Schilddrüsenunterfunktion tun? Kann den Beschwerden ein Mangel an Vitaminen oder Mineralstoffen zugrundeliegen? Was hilft bei Heiserkeit und Kratzen im Hals? Welche Heilpflanze lindert ständiges Schwitzen?

Nadine Berling-Aumann und Adji Widjaja bündeln das vorhandene Wissen zu den häufigsten Schilddrüsenerkrankungen zum Wohl zahlreicher Patienten, zur Förderung der Vorbeugung und der Linderung oder Heilung von Beschwerden.

ISBN 978-3-96562-015-5

