



Mikronährstoffe für eine gesunde Schilddrüse

Nur mit den richtigen Mikronährstoffen kann die Schilddrüse gut arbeiten. Eine gezielte Substitution dieser Nährstoffe sollte unter ärztlicher Begleitung erfolgen.

Jod ist für die Produktion der Schilddrüsenhormone essentiell notwendig. Tyrosin ist als der Aminosäurebestandteil der Schilddrüsenhormone für die Hormonproduktion wichtig.

Selen ist ein Baustein der Enzyme, die Thyroxin (T_4) in das aktive Hormon Trijodthyronin (T_3) umwandeln.

Eisen, Zink, Kupfer und Vitamin D unterstützen zusätzlich den Schilddrüsenstoffwechsel.

Ganzheitliche Ansätze

Für die Schilddrüse als zentrales Organ im Hormongefüge sind auch ganzheitliche Therapien von großer Bedeutung, z.B. Förderung der Magen-Darm-Gesundheit, Entgiftung und Leberstärkung, Stressreduktion und bewusste Ernährung. Achten Sie auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten z.B. Glutensensibilität. Eventuell kann ein zweiwöchiger Verzicht der verdächtigen Lebensmittel weitere Erkenntnisse bringen. Auch allgemein beruhigende oder vitalisierende Maßnahmen können hilfreich sein, wie z.B. Quarkwickel, Hormon-Yoga oder sanfte Massagen.

Möglichkeiten der hormonellen Einflussnahme

Mit homöopathisierten Schilddrüsenhormonen (T_3, T_4) als Globuli (nicht verschreibungspflichtig) können die Selbstheilungskräfte der Schilddrüse aktiviert werden.

Ein diagnostizierter Hormonmangel kann mit bioidentischen Schilddrüsenhormonen ausgeglichen werden. Dafür stehen folgende Möglichkeiten zur Verfügung:

T_4 -Monopräparate gibt es als Fertigarzneimittel oder als hypoallergene Rezepturen in Kapsel- oder Tropfenform.

T_4/T_3 -Kombipräparate gibt es als Fertigpräparate. Sie enthalten die freien Hormone T_4 und T_3 in unterschiedlichen Verhältnissen.

Natürlichen Schilddrüsenextrakt gibt es als Rezeptur der Klösterl-Apotheke. Er enthält neben den Hormonen T_4 und T_3 (im Verhältnis ca. 4:1) auch alle anderen hormonaktiven Begleitstoffen des tierischen Schilddrüsenorgans.

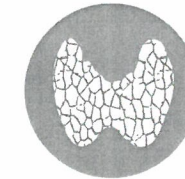
Alle hormonhaltigen Präparate unterliegen der ärztlichen Verschreibungspflicht.

Jede Einflussnahme auf die Schilddrüse sollte unter ärztlicher Begleitung erfolgen und immer das gesamte Hormongefüge im Blick behalten.



Schilddrüse-Patienteninformation

Die Schilddrüse



Grundsätzliches

Die Schilddrüse (lat. Glandula thyreoidea) ist eine Hormondrüse, die sich am Hals unterhalb des Kehlkopfes vor der Luftröhre befindet. Beim Menschen hat sie die Form eines Schmetterlings, daher auch der bildliche Name „Schmetterlingsorgan“.

Die Schilddrüse gehört mit den von ihr produzierten jodhaltigen Hormonen zum Gesamthormongefüge des Körpers. Hormone übermitteln Signale und Botschaften und beeinflussen damit entscheidend das Wohlbefinden von Körper und Psyche. Die Schilddrüse ist dabei ganz besonders ein Spiegel der Seele. Die Aktivität der Schilddrüse wird als ganz eigener seelischer Ausdruck eines jeden Menschen verstanden. Das gesamte Hormonsystem (endokrine System) unterliegt vielfältigen Regulationsmechanismen, die ein feines Gleichgewicht aufrechterhalten und so die Abläufe im Körper regulieren. Dabei bildet die Schilddrüse mit Sexualhormonen und Nebenniere eine hormonelle Einheit, die sich wechselseitig beeinflusst. Hormonelle Umbruchphasen, wie sie z.B. in und nach einer Schwangerschaft und in den Wechseljahren auftreten, wirken sich daher auch immer auf die Schilddrüsenfunktion aus.

Die Schilddrüsenhormone

Die Schilddrüse produziert aus den Bausteinen Tyrosin (eine Aminosäure) und Jod zunächst das Schilddrüsenhormon T_4 (=Tetraiodthyronin, Levothyroxin, Thyroxin). Dieses Hormon wird zum Teil in der Schilddrüse und zum Teil im restlichen Körper in das biologisch viel stärker wirksame T_3 (=Triiodthyronin, Liothyronin) umgewandelt. Über den Blutkreislauf gelangen die Hormone zu den Zielzellen, die sich in nahezu allen Körpergeweben befinden. Erst bei der Verbindung des Schilddrüsenhormons mit speziellen Andockstellen auf den Zielzellen, Rezeptoren genannt, kommt die Hormonwirkung zur Entfaltung.

Wirkungen der Schilddrüsenhormone

Die Schilddrüsenhormone bestimmen wesentliche Körperfunktionen u.a. die Stoffwechsellage, den Energieverbrauch, die Regulation der Körpertemperatur, die Vitalität von Nerven und Muskeln, die Aktivität von Herz, Kreislauf, Magen und Darm. Auch die Sexualität, das seelische Wohlbefinden und die körperliche und geistige Entwicklung von Kindern werden entscheidend von den Schilddrüsenhormonen beeinflusst.

Regulation der Schilddrüsenhormone

Wieviel Hormon produziert und freigesetzt wird, überwachen und steuern übergeordnete Regionen im Gehirn: die Hypophyse (Hirnanhangdrüse) und der Hypothalamus (ein Teil des Zwischenhirns). Sinkt der Schilddrüsenhormon-Spiegel im Blut, gibt die Hypophyse vermehrt TSH (=Thyreostimulierendes Hormon) ins Blut ab. Dieser Botenstoff bewirkt in der Schilddrüse eine verstärkte Hormonfreisetzung. Übersteigt der Spiegel an Schilddrüsenhormon einen Normwert, erfolgt eine negative Rückkopplung. Diese Regelungsvorgänge bieten eine Möglichkeit für eine erste Funktionskontrolle der Schilddrüse.

Schilddrüsendiagnostik

Für die Schilddrüsendiagnostik werden neben einem Ultraschall die Laborparameter TSH, fT_3 und fT_4 (freie, nicht an Proteine gebundene Schilddrüsenhormone) und gegebenenfalls Antikörper (bei Verdacht auf eine Autoimmunerkrankung der Schilddrüse) herangezogen. Auch die Ermittlung des Jodstatus kann Aufschlüsse bringen. Schilddrüsenwerte bedürfen immer einer ärztlichen Interpretation und sollten immer im Zusammenhang mit dem persönlichen Befinden gesehen werden.

Funktionsstörungen der Schilddrüse

Bei der Produktion der Schilddrüsenhormone ist das Drüsengewebe starken oxidativen Belastungen ausgesetzt. Aufgrund dessen ist die Schilddrüse sehr anfällig für Gewebsveränderungen, die dann mit Funktionsstörungen einhergehen. Eine gestörte Schilddrüsenfunktion ist meist mit zuviel oder zuwenig Schilddrüsenhormon verbunden.

Typische Beschwerden bei einem Schilddrüsenhormon-Mangel (Hypothyreose) können sein: Antriebschwäche, gesteigertes Schlafbedürfnis, leichtes Frieren, Neigung zu Ödembildung, Neigung zu Gewichtszunahme und Verstopfung.

Typische Beschwerden bei einem Schilddrüsenhormon-Überschuss (Hyperthyreose) können sein: Nervöse Reizbarkeit, Neigung zu Schlafstörungen, erhöhte Schweißneigung, Hitzeintoleranz, Neigung zu eher reger Verdauung.

Als Struma oder Kropf bezeichnet man eine vergrößerte Schilddrüse. Ursache dafür ist häufig ein Jodmangel. Dadurch fehlt der Schilddrüse ein wichtiger Baustein für die Hormonproduktion. Die Drüse reagiert darauf mit einer Gewebsvermehrung.