



## Hashimoto Thyreoiditis

### **Beschwerden:**

<ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Überfunktionssymptome vor Entzündungsschub:</u></li><li>• Schwitzen</li><li>• Hektik</li><li>• Ruhelosigkeit</li><li>• Nervosität</li><li>• Aggressivität</li><li>• Lichtempfindlichkeit</li><li>• Schlafstörungen</li><li>• Zwangsgedanken</li><li>• Panik</li><li>• dünnes, fettiges Haar</li><li>• Gewichtsverlust</li><li>• hoher Blutdruck</li><li>• Durchfall</li><li>• Herzklopfen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Symptome bei darauffolgender latenter Unterfunktion:</u></li><li>• Frieren</li><li>• Müdigkeit, Antriebslosigkeit</li><li>• Infektanfälligkeit</li><li>• Depressionen</li><li>• Trockene Haut und Haare</li><li>• spröde Nägel</li><li>• Gedächtnisschwäche</li><li>• niedriger Blutdruck</li><li>• Nachtblindheit</li><li>• heißere und tiefe Stimme</li><li>• Gewichtszunahme</li><li>• Appetitlosigkeit</li><li>• Verstopfung</li><li>• Zyklusstörungen</li></ul>
--	---

### **Mögliche Ursachen:**

<ul style="list-style-type: none"><li>• frühkindliche Traumata</li><li>• Schwermetallbelastung</li><li>• Hoher Antibiotikakonsum</li><li>• Radioaktive Strahlung</li><li>• Molekulares Mimikry</li><li>• Implantate</li><li>• Leaky Gut</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• EBV-Infektion</li><li>• Impfnebenwirkungen</li><li>• Hormonspirale</li><li>• Elektromog</li><li>• Psychopharmaka</li><li>• Desinfektionsmittel</li><li>• Xenohormone</li></ul>
---	--

### **Untersuchungen:**

<ul style="list-style-type: none"><li>• Hormone im Speichel: Progesteron, Estradiol, Estriol, Testosteron, DHEA, Cortisol im Tagesprofil, Melatonin</li><li>• Nervenbotenstoffe im Harn (Serotonin, Dopamin, Noradrenalin, Adrenalin)</li><li>• Jod im Harn</li><li>• HPU-Test</li><li>• Darmcheck</li><li>• Casomorphin/Gliadorphin</li><li>• IgG Allergo Screen</li><li>• Serum: bTSH, FT3, FT4, rT3, TPO-AK, TRAK, TAK, HTC, Folsäure, Vit. D3, Ferritin, HOMA-Index (Nüchtern-Glucose und -Insulin)</li><li>• Vollblut: Zn, Cu, Mg, K, Se, Q10, Omega-3-Index</li></ul>
---



## Behandlungsmöglichkeiten:

- Levothyroxin (T4), Liothyronin (T3), Schweineschilddrüsenextrakt
- Progesteron 1-5%, Estriol 0,1%, DHEA 1-3% und Hydrocortison 0,5-1%
- Vitamin D3 5.000 I.E. tgl. bis zu 20.000 I.E. tgl. kurzzeitig zum Auffüllen
- Magnesium 300-600mg tgl.
- Selen 200µg tgl. morgens
- Zink 30-50mg tgl. abends
- Vitamin C 2.000mg tgl.
- Vitamin B5 500mg tgl.
- Ubiquinol 100mg tgl.
- Omega-3-Fettsäuren, vor allem EPA, 1.000-5.000mg tgl.
- Jod, z.B. Kelp, Kombu oder Wakame (erst nach manifester Hashimoto) mit 100µg tgl. beginnen und dann langsam steigern bis max. 3mg tgl.
- Schilddrüsencreme nach Burkhardt tgl. in die Schilddrüse einmassieren
- Apis D3-Schilddrüsencreme bei Überfunktion (Schub) und Symptomen wie Schwellungen, Druck und Pochen
- Glandula Thyreidea D4 Globuli 3mal 5 Globuli tgl. bei erhöhtem TSH und niedrigem T4
- Zur Hemmung von SD-Hormonen bei akutem Schub, Überfunktionssymptomen und Basedow: Wolfstrappkraut Urtinktur, L-Carnitin, Goitrogene, Mutterkraut, Zitronenmelisse
- Zur Verminderung von rT3: Zink, koreanischer Ginseng, Stressabbau
- Zur Verminderung von TPO-AK: Vit. D3, Zink, glutenfreie Ernährung
- Bei Konversionstörung von T4 zu T3: Selen, Zink, Cu, Q10, Progesteron, Cortisol, Guggul, Reishi
- Zur Reduktion von TSH: Jod, Eisen, Vit.A, Ashwagandha, Probiotika
- Zur Erhöhung von T4 und T3: Vit. D3, Vit.A, Ashwagandha, koreanischer Ginseng, Brahmi, L-Tyrosin
- Bei Hypophysenschwäche (TSH-Suppression): Vit. D3, Zn, Tulsi, sib. Ginseng
- Zur Dämpfung der TH-1 Antwort (80%): z.B. Vit. D3, Vit.A, Se, Cu, Q10, Omega3, Quercetin, Resveratrol, Boswellia, Schizandra, Curcuma, Grüntee

## Quellen:

- 1) Richter/Rauch/Otto, 2021: Schilddrüsenfehlfunktionen – Ursachen und Therapien. Berlin: Dr. Schweikart Verlag
- 2) Kharrazian, Datis, 2013, Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto anders behandeln. Kirchzarten: VAK Verlags GmbH
- 3) Wentz, Isabella, 2015: Hashimoto im Griff. Endlich beschwerdefrei mit der richtigen Behandlung. Kirchzarten: VAK Verlags GmbH

Stand: 09. März 2022