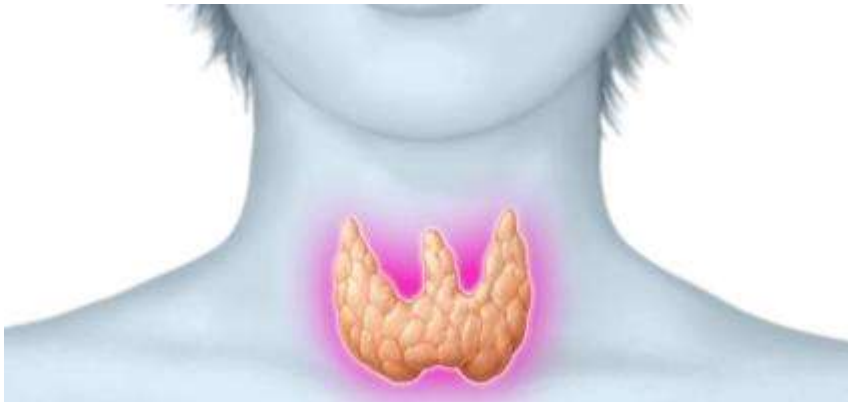


## Schilddrüse

### Was hat die Schilddrüse mit dem Darm zu tun?



#### Vitalstoffreiche Ernährung

Generell benötigt der Körper zur Aufrechterhaltung eines gut funktionierenden Organismus eine gesunde und vitalstoffreiche Ernährung. Hier könnten im Laufe der Jahre große Defizite entstanden sein, die der Körper nicht mehr kompensieren kann. Der entstandene Mangel wirkt sich automatisch auf die Regulationsfähigkeit des Körpers aus, so dass natürlich auch die Schilddrüsenfunktion davon betroffen sein kann. Aus diesem Grund sollte Ihre Ernährung **zukünftig vitalstoffreich und basenüberschüssig sein sowie ausschließlich aus qualitativ einwandfreien Lebensmitteln zusammengestellt werden**, so dass Ihr Körper wieder bestens mit allem versorgt wird, was er zur Wiederherstellung seiner Regulationsfähigkeit benötigt.



#### Good Morning und Good Night

Trinkbares, vitalstoffreiches und basisch verstoffwechseltes Konzept, das nach Pharmastandard GMP hergestellt ist.

Die Schilddrüse sollte nie isoliert betrachtet werden, denn sie hat Einfluss auf viele Organe



#### Wichtige Nährstoffe für Schilddrüsenpatienten

- **Antioxidantien Selen, Zink und die Vitamine A, C, E**
- **Magnesium und Calcium**
- **das Spurenelement Eisen**
- **das Sonnenvitamin Vitamin D und Omega3**
- **die Vitamine des B-Komplex**

#### Darm und Schilddrüse



## Good Morning

In unserer Medizin kommt wohl kaum jemand auf die Idee, **den Darm mit der Schilddrüse in Verbindung zu bringen**. Heute haben wir es zunehmend mit Fehlfunktionen der Schilddrüse zu tun – und die ist zu einem Teil abhängig von einem gesunden Darm. Hier geht es um das „Leaky-Gut-Syndrom“. Das ist eine weit verbreitete Schädigung der Darmwand, die von falscher Ernährung, zu wenig Ballaststoffe und Enzymen, Stress oder vielleicht Medikamenten ausgelöst werden kann. So wie bei vielen Krankheiten sieht auch bei der Schilddrüse niemand den **geschädigten Darm als Ursache für Beschwerden, die von der Schilddrüse ausgelöst werden**.

Die Schilddrüse ist der Ort, an dem die Hormone in den Körper geschickt werden, um an verschiedenen Organen ihre Wirkung zu entfalten. Soll die Verdauung reibungslos funktionieren, hat die Schilddrüse auch damit zu tun. Und nun kommt's:

**Die normale Aktivität der Schilddrüse hängt zu ungefähr 20 % davon ab, ob es im Darm genügend gesunde Darmbakterien gibt!**

Pre und Probiotics/Milchsäurebakterien, 32 Verdauungsenzyme, lösliche und unlösliche Ballaststoffe im **Good Morning**

Wenn man von Darmgesundheit spricht, meint man das Wohlergehen der Darmbakterien. Dazu gehören sowohl gute Bakterien als auch nicht so gute, die in einträchtiger Harmonie auf der Darmwand sitzen. Das wollte ich in diesem Beitrag zeigen:

1. Im Körper hängt alles mit allem zusammen – so auch die Schilddrüse mit dem Darm.
2. **Die gesunde Darmflora beeinflusst das gute Funktionieren der Schilddrüse.**
3. Wenn die Schilddrüse nicht effektiv arbeitet, kann es zu vielen Beschwerden kommen.
4. Kaum jemand bringt diese Beschwerden mit der Schilddrüse oder dem Darm in Verbindung.

Die Schilddrüse ist neben dem Gehirn das **selenreichste** Organ des Körpers. Bei der Bildung der Schilddrüsenhormone entstehen fortlaufend größere Mengen von Wasserstoffperoxid, die zur Vermeidung von Schäden mit Hilfe von Selenoproteinen inaktiviert werden müssen. Bei einem Selenmangel kann das Wasserstoffperoxid das Schilddrüsengewebe schädigen. Eine wichtige Rolle spielt Selen auch für die Umwandlung von Tyroxin in Trijodtyronin und für die Inaktivierung der Schilddrüsenhormone.

Selen im **Good Morning**

## Antioxidative Vitamine

Sowohl eine Unter-, als auch eine Überfunktion, oder an der Erkrankungen der Schilddrüse, führt zu einer vermehrten Bildung von Sauerstoffradikalen. Dadurch kommt es auch zu einer Beeinflussung der Konzentrationen antioxidativer Vitamine. Bei Patienten mit Schilddrüsenproblemen konnte durch eine Supplementierung mit **den Vitaminen C und E** als Ergänzung zur medikamentösen Therapie eine schnellere Besserung der Symptome erreicht werden.

## Beta-Carotin

Beta-Carotin kann den Stoffwechsel der Schilddrüsenhormone beeinflussen. Eine Therapie mit Beta-Carotin führt zu einer Verminderung der TSH-Konzentrationen und zu einer Reduzierung der Strumagröße. Eine Versorgung kann also eine Überstimulierung der Schilddrüse vermindern.

**Kurkuma** ist eine natürliche Quelle. Es wirkt entzündungshemmend und unterstützt bei regelmäßigem Verzehr die Funktion der Schilddrüse unterstützen.

Antioxidantien im Verbund Beta-Carotin, Selen, Vitamin C und E, Kurkumin und OPC im **Good Morning**

## Homocystein und B-Vitamine

Die Vitamin-B2-Konzentration wird von der Schilddrüsenfunktion beeinflusst. Ein Vitamin-B2-Mangel wiederum wirkt sich auf verschiedene Methylierungsreaktionen aus. Patienten mit einer Schilddrüsenerkrankung zeigten verschiedentlich erhöhte Homocysteinkonzentrationen. Die Kombination aus erhöhten Homocysteinspiegeln und Störungen des Fettstoffwechsels sind wohl wichtige Faktoren, die das gesteigerte cardiovaskuläre Risiko bei Patienten mit Schilddrüsenunterfunktion erklären.

Alle B-Vitamine im Verbund im **Good Morning** und **Happy Hour**





## Magnesium

Der Körper ist nicht in der Lage, Magnesium selbst zu produzieren und muss es über die Nahrung zuführen. Der Mineralstoff ist unter anderem an einer Vielzahl von Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt. Aufgrund des verlangsamten Stoffwechsels kann es bei einer bestehenden Schilddrüsenerkrankungen, zu einer verminderten Aufnahme von Magnesium aus der Nahrung kommen.

## Eisen

Das Enzym Thyreoperoxidase ist eisenabhängig. Seine Funktion wird durch einen Eisenmangel beeinträchtigt. Daraus kann man schließen, dass ein Eisenmangel die gesamte Schilddrüsenfunktion beeinflusst.

## Zink

Zink ist an vielen biochemischen Prozessen beteiligt. Die Schilddrüsenhormone beeinflussen den Zinkstoffwechsel. Ein Zinkmangel wiederum beeinflusst die Schilddrüsenfunktion. Türkische Wissenschaftler konnten in einer Studie bei Patienten mit verschiedenen Schilddrüsenerkrankungen nachweisen, dass der Zinkspiegel im Serum mit der Größe einer Struma, mit den Schilddrüsen-Autoantikörpern bei Autoimmunerkrankungen der Schilddrüse und mit der fT3-Konzentration bei Patienten mit normaler Schilddrüsenfunktion korreliert.

Bei Patienten mit Schilddrüsen-Autoimmunerkrankungen zeigte sich in einer Studie signifikant häufiger ein **Vitamin-D**-Mangel als bei gesunden Kontrollpersonen. Der Vitamin-D-Mangel korrelierte auch mit der Anwesenheit von Schilddrüsen-Autoantikörpern und mit abnormalen Schilddrüsenfunktionstests.

Magnesium, Kalzium, Kalium, Vitamin D3, Chrom, Zink, Selen, Kupfer im **Good Night**



## Daily Special DUO

Eine **Schilddrüsenerkrankung** vermindert den Energieverbrauch, deshalb ist es wichtig mit Q10 zu unterstützen.

## Omega 3 Fettsäuren

Unser Körper benötigt ausreichend Omega 3 Fettsäuren, um ein hormonelles Gleichgewicht im Körper herzustellen. Die essenziellen Fettsäuren dienen als Bausteine für Hormone, die unsere Immunfunktion und das Zellwachstum kontrollieren, und haben Einfluss auf die Hormonproduktion in der Schilddrüse.

Q10 und Omega3 im **DUO**

