



Hashimoto - Checkliste

Ursachen:

frühkindliche Traumata, Schwermetalle, Antibiotika, Röntgenaufnahmen im Kieferbereich, Implantate, Impfungen, Hormonspirale, Elektrosmog, Psychopharmaka, Desinfektionsmittel

Begleiter:

Nahrungsmittelintoleranzen, Autoimmunerkrankungen wie z.B. Colitis Ulcerosa, Diabetes Typ 1, Zöliakie uvm., HPU – Hämopyrrolaktamurie, HWS-Instabilität, Mitochondriopathie, Burnout, HSP, AD(H)S, Störungen des Hormonstoffwechsels (z.B. PMS), Insulinresistenz, Hypoglykämie, Nebennierenschwäche, Darmfehlbesiedelung, Candida albicans, Leaky Gut

Blutwerte:

Serum: bTSH, FT3, FT4, rT3, TPO-AK, TRAK, TGAK, Selen, D3, B12, Folsäure, Ferritin
Vollblut: Mg, Kal, Cal, Zn, Cu, Q10

Ernährung:

glutenfrei, kaseinfrei, laktosefrei, jod (typabhängig), soja (bei Ü-fkt. Ja, bei U-fkt. nein)

Nährstofftherapie:

L-Thyrosin, Phenylalanin, **Selen**, Q10, Zink, B-Komplex (B5, B12), Omega 3 (EPA), Ester C
Phosphatidylserin, Rhodiola Rosea, L-Glutamin, Süßholz, Taurin, Alpha-Liponsäure,
Red. Glutathion, Eisen, Vitamin D (meist Verwertungsstörung), Probiotika

Phytotherapie:

Beinwellwickel, Schwedenbitterwickel, Johannisbeere, Heckenrose, grüner Lehm, Weihrauch, Wolfstrappkraut bei Schub bzw. Überfunktion

Homöopathie:

Glandula Thyreoidea D4, Lac maternum C200, Lac caninum C200, Argentum nitricum, Gelsemium, Lilium tigrinum, Phosphor, Pulsatilla, Staphisagria, Natrium chloratum

Hormone:

Progesteron, DHEA, Cortisol, Testosteron nur mit vorherigem Speicheltestbefund

Aromatherapie: Vanille, Rose, Basilikum, Hyazinthe, Lilie, Flieder

Immunsystem stärken:

Gesunde Ernährung, Nährstoffe, Ausreichend Schlaf, Ausdauertraining, Sauna und Kneipp, Methoden zur Stressbewältigung, Sonne, Vermeiden von Giftstoffen, Darmsanierung

Tests:

Glukosetoleranz, Serotonin, Dopamin, Cortisol-Tagesprofil, Sexualhormone, Darmcheck, Casomorphin, Gliadorphin, Zonulin, IgG/IgG4 Allergo Screen