



Markus Ruppert

Heilpraktiker, Qigong Lehrer, Autor

Als Heilpraktiker in eigener Praxis seit 2006 selbständig. Sein Schwerpunkt liegt in der ganzheitlichen Sichtweise auf Patient und Krankheitsgeschehen. Dazu vereint er östliche und westliche Tradition. Neben der Symptombetrachtung liegt ihm insbesondere die Salutogenese am Herzen. Der Mensch als geistig-seelisches Wesen, sozial interagierend steht stets im Mittelpunkt.

Seit 2013 Referent für das Laboratorium SOLUNA und Verfasser div. Fachartikel. DDQT zertifizierter Lehrer und Ausbilder für Qigong und Autor des Buches „Qigong Grundlagen - Ein Wegbegleiter durch die ersten Jahre der Qigong Praxis“

Naturheilpraxis Markus Ruppert
Steinbacher Weg 12
87730 Bad Grönenbach
Tel.: 0 83 34 / 9 88 57 94
markus@naturheilpraxis-ruppert.de
www.naturheilpraxis-ruppert.de

Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto - eine ganzheitliche Betrachtung

Vor rund 100 Jahren stand im süddeutschen Raum aufgrund der mangelnden Jodversorgung der „Kropf“ noch im Fokus der Schilddrüsenerkrankungen. So ist auch heute noch die Versorgung mit Jod und der Ausgleich der Stoffwechsellage mit Thyroxin die häufigste Therapiemethode bei Hypothyreose und M. Hashimoto. Leiden Patienten unter starken symptomatischen Schwankungen und bringt eine Einstellung mit Thyroxin nicht den erwünschten Erfolg, ist eine ganzheitlichere Sichtweise auf das Stoffwechselgeschehen der Schilddrüse notwendig.

Ursachenforschung

Da auch heute noch Jodmangel eine häufige Ursache der Schilddrüsenunterfunktion und ihrer knotigen strumatosen Gegenregulation darstellt, erscheint die Jodierung und der medikamentöse Ausgleich des Hormonmangels eine einfache Therapieform zu sein. Diese Standardtherapie richtet sich jedoch nur an der letzten Erscheinungsform einer Störung aus, deren Wurzeln in den meisten Fällen nicht ergründet wird. Auch in der Verlaufskontrolle im Labor wird oftmals nur der TSH Wert als einziges Indiz der medikamentösen Einstellung verwendet.

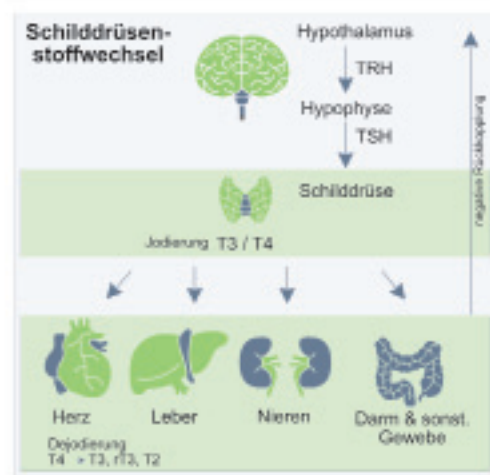
Die häufigste Störung der Schilddrüse sind die verschiedenen Formen der Hypothyreose, welche rund 5% der Bevölkerung betreffen. In der Naturheilpraxis begegnen mir hierbei jedoch hauptsächlich die Fälle, die eben gerade mit einer Standardtherapie unbefriedigende Ergebnisse erzielen. Sie klagen, Ihre Beschwerden würden nicht ausreichend Ernst genommen werden oder als Befindlichkeitsstörung abgetan.

Lassen Sie uns im Folgenden ergründen, wie es zu dieser häufigen Störung kommen kann und in welchem Zusammenhang wir die „Herunterregulation“ dieser wichtigen hormonellen Drüse noch sehen können.

Schilddrüsenstoffwechsel

Zur Beeinflussung des Energiestoffwechsels, der Körpertemperatur, der Nerventätigkeit und des Wachstums sezerniert die Schilddrüse, angeregt durch die Hypothalamus (TRH)- Hypophysen (TSH) -Achse die zuvor gebildeten Schilddrüsenhormone Thyroxin (T₄) und Trijodthyronin (T₃). Das Thyroxin gilt dabei als eine Art Speicherhormon, da es nur 8-10 % der Wirksamkeit von Trijodthyronin aufweist und eine wesentlich längere Halbwertszeit von ca. 8 Tagen aufweist, T₃ hingegen nur ca. 18-20 Stunden. Zum Transport im Blut werden die Hormone zu über 99% durch Eiweißbindung (Thyroxin bindendes Globulin TBG, Albumine und Transthyretin) in ihre wasserlösliche aber unwirksame Form gebracht. Nur die ungebundenen (freien) Hormone fT₃ und fT₄ sind biologisch wirksam.

Das wesentlich wirksamere T₃ entsteht durch Abspaltung eines Jodatoms vom Thyroxin in einer enzymatischen Reaktion mit Hilfe der Dejodase (selen-, zink-, kupfer- und eisenabhängiges Enzym). Dieser Vorgang vollzieht sich vorwiegend in der Leber (zu 80-95%), im Darm (bis zu 20%) und in den dezentralen Geweben von Herz, Nieren, Muskeln, Nervenzellen, etc.



Besteht ein Überangebot an Thyroxin, z.B. durch Medikation oder Überfunktion, so wird dies durch Dejodierung zum inaktiven reversen T₃ oder T₂ abgebaut. Beide Formen sind stoffwechselinaktiv und belegen zum Schutz der Zellen die Thyroxin Rezeptoren. Dies führt immer wieder zu einer Art „Thyroxin resistenter Hypothyreose“ durch Übermedikation.

Vitalstoffe

Lange wurde Jod als einzig relevantes Spurenelement für die Bildung der Schilddrüsenhormone gesehen. Die groß angelegte Jodierung in der Nahrungsmittelindustrie hat sicher einen Beitrag geleistet, warum wir heute kaum mehr fulminante Verläufe einer Strumausbildung in der Praxis beobachten können. Welche weiteren Auswirkungen eine mögliche Überjodierung durch diese Prophylaxe noch haben könnte soll an anderer Stelle diskutiert werden.

In der Naturheilpraxis bin ich heutzutage verhältnismäßig selten erstdiagnostizierender Therapeut. In den Fällen, in denen ich Jod als Spurenelement einsetzen möchte verwende ich eine natürliche Verbindung in Form einer spagyrischen Aufbereitung: SOLUNAT Nr. 22 Strumatik I. Hier kommt neben Antimonjodid vor allem Tang (*Fucus vesiculosus*) und isländisch Moos (*Cetraria islandica*) als jodhaltige Phytotherapeutika zum Einsatz. Fest steht jedoch, dass sowohl für die Jodierung der Hormone in der Schilddrüse, als auch die Dejodierung / Aktivierung dergleichen, eine Reihe an Vitalstoffen nötig ist. Ebenso können Minerale auch inhibitorisch auf den Schilddrüsenstoffwechsel wirken und therapeutisch bei Überfunktionen eingesetzt werden. Deren Untersuchung muss in der kassenärztlichen Praxis oftmals privat finanziert werden und der Patient kommt darüberhinaus häufig in Erklärungsnot.

Das kleine Schilddrüsen Einmaleins der orthomolekularen Substanzen:

- Antioxidantien (Vitamin A, C, E, Spurenelemente, etc.): Schutz vor oxidativem Stress der Schilddrüse, v.a. bei Hashimoto und Unterfunktion¹
- Chrom: relevant bei der Proteinsynthese und im Schilddrüsenstoffwechsel, wichtig bei der Dejodierung
- Coenzym Q₁₀: steuert die Durchblutung der Schilddrüse, beteiligt an der Jodierung und Dejodierung, beteiligt bei der Tyrosin Synthese, häufig durch Einsatz von Statinen im Mangel
- Eisen: wichtig bei der Dejodierung: Es wurde auch festgestellt, dass beim Eisenmangel die Umwandlung von LPhenylalanin zu L-Tyrosin um bis zu 50% reduziert wird.²
- Jod: Bestandteil der Schilddrüsenhormone T₃ und T₄
- Kupfer: wirkt inhibitorisch auf den Schilddrüsenstoffwechsel, wirkt antagonistisch auf Eisen und Zink, Bestandteil der Superoxiddismutase (wichtiger Radikalfänger)
- Magnesium: beteiligt an der Dejodierung
- Mangan: Bestandteil der Superoxiddismutase (wichtiger Radikalfänger), am Transport von T₄ in die Zelle beteiligt.
- Molybdän: verhindert den Aufbau von Fluorid in der Schilddrüse. Fluoridaufbau kann zu Schilddrüsen-Toxizität führen. Molybdän erzeugt auch Enzyme, die T₃ aus der Lagerung der Schilddrüse freisetzen.³
- Omega-3-Fettsäuren: positive Einwirkung auf Entzündungsprozesse
- oxidativer Stress: Metalle wie Eisen, Kupfer, Chrom und Kobalt erhöhen über eine vermehrte Bildung freier Radikale den oxidativen Stress, andere Metalle wie Kadmium, Arsen und Blei zeigen direkte toxische Effekte durch ihre Bindung an Sulfhydrylgruppen und ihren hemmenden Einfluss auf die Glutathion-Synthese⁴
- Selen: Bestandteil der Iodothyronin-deiodinase (Typ 1) und Glutathionperoxidase, dämpft den Angriff des Immunsystems auf die Schilddrüse, senkt oxidativen Stress
- Vitamin B₁₂: als Cofaktor beteiligt an der Jodierung
- Vitamin D: reguliert überaktives Immunsystem bei z.B. Hashimoto, wirkt über die Erhöhung des Calcium-Spiegels antagonistisch auf den Schilddrüsenstoffwechsel
- Zink: wichtig bei der Dejodierung, relevant als Cofaktor in vielen Enzymsystemen

¹ Quelle: Ates I. et al, „the impact of levothyroxine sodium on oxidative stress in Hashimoto’s Thyreoiditis, Eur J Endocrinol, 2016, 176(6): S. 727-734

² <https://www.lifelinediag.eu/de/mineralstoffe-und-die-schilddrusenfunktion-2/>

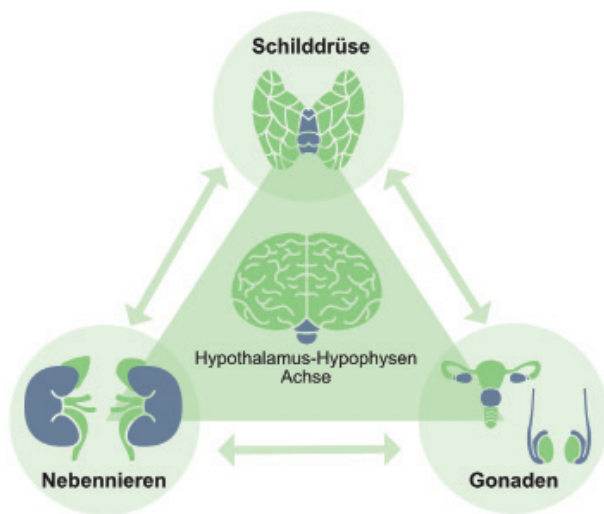
³ Quelle: https://ekolife.eu/smartD?id_post=21

⁴ Quelle: <https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Liegt-es-an-Kupfer-und-Selen-223846.html>

Hormonelles „Hitzedreieck“

Um die notwendige Energie im System zur Verfügung zu stellen, stehen uns neben dem Schilddrüsenstoffwechsel auch die Energetisierung durch die Stresshormone der Nebenniere und die gonadotropen Hormone zur Verfügung.

Alle drei hormonellen Systeme dürfen nicht isoliert betrachtet werden, da sich die Hormonspiegel gegenseitig beeinflussen. Auch die medikamentöse Beeinflussung mit Thyroxin, Kortison und Kontrazeptiva greift nie nur in das jeweilige System ein, sondern betrifft immer auch die beiden anderen Systeme.



Sexualhormone

Östrogen unterliegt zyklischen Schwankungen im Blutserum. Es ist bekannt, dass es die TSH Ausschüttung in der Hypophyse hemmt und die TBG Bindung erhöht. Dieses Sexualhormon steht in konkurrierendem Zusammenhang zu Progesteron. Vor allem die während der Schwangerschaft extrem schwankenden Hormonspiegel gelten als Auslöser eines M. Hashimoto.⁵

Progesteron unterstützt die Wirkung der Schilddrüsenhormone, insbesondere durch die Verstärkung der Jodierung mittels TPO. Als Gegenspieler zum Östrogen kann es die negativen Auswirkungen auf den Schilddrüsenstoffwechsel aufheben und die Wirkung der Schilddrüsenhormone verstärken.

Die Schilddrüsenhormone heizen die Produktion der Sexualhormone an. Bei Unterfunktionen der Schilddrüse

kann man so regelmäßig Zyklusstörungen, Unfruchtbarkeit, Libido- und Antriebsmangel durch sekundäre Ungleichgewichte der Sexualhormone beobachten.

Testosteron führt unter Umständen zu einer vermehrten Umwandlung von T₄ zu rT₃, was eine Schilddrüsenhormonresistenz an den Zellen zur Folge haben kann.

Nebenniere und Stresshormone Cortisol/Adrenalin

Eine langanhaltende „Stresskarriere“ führt zu einer Erhöhung des Thyroxin bindenden Globulins (TBG), wodurch das T₄ nicht mehr in die Körperzellen gelangt. Die Dejodierung wird gestört. Darüberhinaus werden die Entgiftungsbahnen gestört, die nicht benötigte Schilddrüsenhormone ausleiten, wodurch eine Art Resistenz gegenüber Schilddrüsenhormonen an den Zellen entsteht.⁶

Der Nebennierenschwäche geht meist mit einem Hypercortisolismus einher. Der erhöhte Energielevel wird durch Erhöhung des Insulinspiegels und der Herunterregulierung der Schilddrüse gegenreguliert.

Erst nachdem die Nebenniere durch funktionale Insuffizienz in den Hypocortisolismus verfällt, erholen sich der Insulinspiegel und die Schilddrüsenfunktion wieder. In manchen Fällen muss die Schilddrüse durch eine „funktionalentzündliche“ Überfunktion die Nebennierenschwäche gegenkompensieren.

Insulin

Insulin steht mit der Produktion von Thyroxin im Wettbewerb. Der Insulinspiegel im Blutserum, der während der Schwangerschaft mit der zunehmenden Östrogenkonzentration steigt, wird auch durch eine Östrogen-Therapie erhöht.

Insulin fördert die Synthese von Vitamin D, und vice versa -Vitamin D erhöht die Synthese von Insulin. Man erkennt zunehmend den Zusammenhang zwischen der Häufigkeit von Schilddrüseninsuffizienz bei Diabetikern, die mit Insulin behandelt werden.

Serotonin

Das Glückshormon Serotonin stimuliert die Ausschüttung der Stresshormone und entlastet so die geschwächten Nebennieren. Es kann den Hypothalamus stören und damit die Kommunikation zwischen Gehirn und Schilddrüse verschlechtern.

⁵ Guan HX, Li CY, Li FS, et al. Thyroid function and thyroid autoimmunity at the late pregnancy: data from 664 pregnant women. *Zhanghua Fu Chan Ke Za Zhi* 2006; 41(8) 529-32

⁶ Quelle: Datis Kharrazian, „Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto anders behandeln“, VAK Verlags GmbH Kirchzarten 2014, S.144

Thyreoididen und das Immunsystem

Die Häufigste Form der entzündlichen Schilddrüsenerkrankung ist der M. Hashimoto. In vielen Fällen verläuft die entzündliche Autoimmunerkrankung subklinisch und wird erst durch die später auftretende Unterfunktion entdeckt. Wiederum wird der M. Hashimoto als die häufigste Ursache einer erworbenen Hypothyreose im Erwachsenenalter betrachtet, was eine Untersuchung der Immunsituation in jedem Fall begründen sollte. Verläuft die entzündliche Phase dieser Autoimmunerkrankung nicht asymptomatisch, und werden durch den Zelluntergang viele Schilddrüsenhormone ausgeschüttet, so klagen Patienten über typische Symptome, die durch die Hyperthyreose und die entzündliche Anschwellung der Schilddrüse erklärbar sind:

- Wärmeunverträglichkeit und warme, schwitzige Haut, Hitzewallungen
- Haarausfall, trockene Haut, brüchige Nägel
- Gewichtsabnahme bei gesteigertem Appetit
- psychische Leiden, Nervosität, nächtliche Unruhe
- Stuhldrang, Durchfall
- Herzklopfen, evtl. Bluthochdruck
- Zyklusstörungen, Potenzstörungen
- Heiserkeit, Druckgefühl im Hals

Neben immunologischen Ungleichgewichten und Stress stehen auch verschiedene Viren im Verdacht einen M. Hashimoto auslösen zu können, in dessen Folge nach einigen turbulenten Monaten bis Jahren die Schilddrüse in die Unterfunktion verfällt. Die viral bedingte Entzündung der Schilddrüse (Thyreoiditis de Quervain) kann Folge eines banalen viralen Infektes sein, insbesondere Herpes Viren und der Eppstein-Barr-Virus sind bekannte Auslöser der Schilddrüsenentzündung. Aktuelle Studien zeigen auch, dass der Coronavirus SARS-CoV 2 eine solche hervorrufen kann.

Betroffene Patienten sollten auf jeden Fall eine Reaktionsfähigkeit des Immunsystems sicherstellen, im Sinne einer TH1-TH2 Flexibilität. Ist das Immunsystem zu Lasten der TH2 Immunantwort blockiert ($TH1 > TH2$), wird es schwerlich aus einer Autoimmunerkrankung herausfinden (betrifft rund 80% der Hashimoto Patienten).

Die vermehrte TH1 Antwort des Immunsystems hält den Patienten in der Entzündung fest, da sie die zelluläre Immunantwort über NK-Zellen und CTL (MHC-I) aktivieren. Hängt das Immunsystem dagegen im TH2-Bereich fest, wird die humorale Anikörperbildung überstimuliert.

Vor einer Therapie sollte mit Hilfe einer Lymphozyten-differenzierung oder indirekt über die Bestimmung der Zytokine die Immunlage eingeschätzt werden. Einen ersten Hinweis kann auch schon das Differentialblutbild

geben. Bei einer TH1 dominierten Immunlage überwiegen die neutrophilen Granulozyten (Neutrophilen-Lymphozyten-Ratio $<1,5$), bei einer TH2 dominierten Immunlage die Lymphozyten (Neutrophilen-Lymphozyten-Ratio $>3,5$).

Bei TH1 Überaktivität, Induktion von TH2 bzw. Hemmung von TH1

- Silymarin (Mariendistel-Extrakt)
- Urtica urens (Brennnessel-Extrakt)
- Boswellia (Weihrauch)
- Harpagophytum (Teufelskralle)
- Bromelain (Ananas-Enzym)
- Resveratrol
- Omega-3-Fettsäuren
- Kurkuma
- Grüntee-Extrakt
- Ingwer
- MSM (Methylsulfonylmethane)
- Lycopin (gehört zu den Carotinoiden, aus Tomaten)
- Bromelain (Ananas-Enzym)

Bei TH2 Überaktivität, Induktion von TH1 bzw. Hemmung von TH2

- Shitake
- Colostrum
- Katzenkrallen
- Colibiogen
- Sanum Utilin S, Latensin, Recarcin
- Mistel-Präparate, z.B. Helixor M, Iscador M
- Organpeptide, z.B. Thymuspräparat Schwein
- Kurkuma
- Glutathion
- Selen, Zink, Vitamin C, Coenzym Q10
- L-Arginin

Zur Herstellung der TH1-TH2-Flexibilität

- orale Eigenbluttherapie: SOLUNA Kombiset Nr. 30
- SOLUNAT Nr. 3 Azinat (insb. bei Entzündung)
- SOLUNAT Nr. 18 Splenetik (insb. bei EBV Belastung)
- modifizierte Eigenbluttherapie, ansteigende Dosierung Eigenblut (0,1ml - 0,3ml - 0,5ml - 0,7ml - ...) mit Heel Ubichinon comp., Heel Coenzyme comp., Metafackler Meta virulent

Toxikose der Schilddrüse

Neben den viralen Belastungen ist eine Intoxikation eine mögliche Ursache für Störungen im Immunsystem und die entzündliche Reaktionen der Schilddrüse. Im Rahmen eines Stoffwechselprogrammes untersuchte ich rund 300 Patienten anhand konventioneller Laboranalysen und parallel mit Hilfe nicht linearer Systemanalyse (NLS) durch eine Mitarbeiterin. Weder Patient noch die Therapeuten wussten zum Zeitpunkt der Untersuchung vom Ergebnis des jeweils anderen. Dabei wurde in allen Fällen einer Schilddrüsenfunktionsstörung (TSH $> 2,5$) in der NLS eine „Thyreotoxikose“ an oberster Stelle angegeben.

Entgiftungsprotokoll



Diese Ergebnisse führten dazu, dass ich vor jeder Behandlung des Schilddrüsenstoffwechsels eine ausleitende Therapie empfohlen habe.

In den meisten Fällen konnte der Stoffwechsel dadurch schon weitgehend normalisiert werden.

Spagyrische Ausleitungskur „Matrix“

Solunat Nr. 8 Hepatik, Solunat Nr. 9 Lymphatik, Solunat Nr. 16 Renalin jeweils 25-30 Tropfen tgl. auf 1 Liter Wasser mischen und über den Tag verteilt trinken. Nach ca. 3-4 Wochen an Stelle von Lymphatik wird Solunat Nr. 6 Dyscrasin bis zu 25 Tropfen täglich eingesetzt, um die Gifte im Parenchym zu lösen, Dosierung langsam einsteigern!

Rhythmusstörung

Die Schilddrüse steuert den Energiehaushalt und den Stoffwechsel. Sie unterliegt damit nicht nur den zirkadianen Rhythmen sondern vor allem den Anreizen und Anforderungen die aus dem Nervensystem und Energiehaushalt an sie gestellt werden.

Viele Menschen klagen in der heutigen Zeit über zunehmende Stressbelastung. Die Arbeitswelt fordert Leistungen, die über das Leistbare hinausgehen. Gleichzeitig findet das Thema „Resilienz“ in der schulischen oder beruflichen Bildung keinen adäquaten Stellenwert. Der Energiestoffwechsel und das

Hormonsystem wird so auf Dauer überlastet und die Hormondrüsen reagieren konsequent mit anfänglicher „Befeurung“ und schließlich mit Erschöpfung und Unterfunktion.

Vor allem während der entzündlich hyperthyreoten Phase des M. Hashimoto spüren Patienten deutlich den Zusammenhang zwischen Stress und der hormonellen Überfunktion. Eine „lunare“ Beruhigung des Nervensystems, Hormonsystem und des Vegetativums sind in dieser Phase empfehlenswert. Natürlich sollte vor der medikamentösen Unterstützung dringend die Aufklärung und Verhaltensänderung des Patienten stehen.

Anregende Spagyrische Rhythmisierungsanreize⁷

Arzneiempfehlung	Wirkung	Dosierung
„solare“ Aktivierung		
SOLUNAT Nr. 2 Aquavit	<p>körperliche Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stärkt alle körperlichen Energieprozesse • vertieft die Atmung • stärkt das Verdauungsfeuer / regt Verdauungssäfte an • stärkt das Nervensystem (wirkt also beruhigend) • stärkt und kräftigt die Muskulatur • stabilisiert das Nebennierenhormonsystem <p>geistig-seelische Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • steigert die Lebensfreude / das innere Licht • steigert die LebensLUST / wirkt aphrodisierend 	morgens + mittags 5-10 Tropfen

⁷Die aufgelisteten Arzneien sind nicht als Rezeptur zu verstehen. Bitte wählen Sie die passenden Arzneien für Ihren Patienten aus, wobei nicht gleichzeitig mehrere Goldpräparate gemischt werden sollten. Sie könnten jedoch z.B. morgens Aquavit verordnen und mittags Sanguisol. Die anregenden und die retardierenden Mittel werden i.d.R. im Tagesverlauf so verteilt, dass morgens und mittags die anregenden Arzneien verordnet werden, zur Nachtruhe die beruhigenden. Regulierende Arzneien wie Renalin oder Matrigen I

<p>SOLUNAT Nr. 217 Sanguisol</p>	<p>körperliche Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Begleitmittel / Verstärker für andere Gold-SOLUNATE • reines Goldmittel im Sinne der Homöopathie • lösend im Solar-Plexus, bei Brustenge und Palpitationen <p>geistig-seelische Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • geistig-seelisches Lebenselixier • bei Melancholie, depressiven Zuständen, suizidalen Gedanken • bei tiefer Kränkung und schwerem Kummer, wenn das „ICH“ zerbricht • bei Schlaflosigkeit aufgrund wilder Träume 	<p>morgens + mittags 5-10 Tropfen</p>
<p>Wala Thyreoidea/ Ferrum Globuli</p>	<ul style="list-style-type: none"> • bei hypothyreotem Hashimoto • insb. bei gestörtem Eisenstoffwechsel • Anregung der Marskräfte (Ausdruck, Aggression) 	<p>morgens + mittags 5-10 Tropfen</p>
<p>„lunare“ Retardierung</p>		
<p>SOLUNAT Nr. 14 Polypathik</p>	<p>körperliche Ebene</p> <ul style="list-style-type: none"> • lunares Lunarikum: beruhigt den Körper • beruhigt das Nervensystem (Wirkung der Bromide) • bei Panik • wirkt spannungs-, krampf- und schmerzlösend • entspannt das arterielle System, wirkt blutdrucksenkend • löst Stauungen, bei Ödemen und gestauten Körpersäften <p>geistig-seelische / psychoSOMATISCHE Ebene</p> <ul style="list-style-type: none"> • bei psychischen und nervlichen Spannungs- und Krampfzuständen 	<p>2-3 x tgl. 5-10 Tropfen in akuten Erregungszuständen: 15 Tropfen sublingual</p>
<p>SOLUNAT Nr. 4 Cerebretik</p>	<p>körperliche Ebene</p> <ul style="list-style-type: none"> • fördert den Schlaf • wandelt geistige Energie (Gedankenflut, Belastung durch Kunstlicht, Elektromog, etc.) in körperliche Energie (Bewegung, Wärme) <p>geistig-seelische / psychoSOMATISCHE Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • bei psychischen und nervlichen Spannung- und Krampfzuständen • lunar retardierende Rhythmisierung der Psyche • „entleert“ den Geist 	<ul style="list-style-type: none"> • abends zur Nachtruhe 1-6 Tropfen • Dosierung langsam steigern, bis gewünschte Wirkung erzielt wird • zu hohe Dosierungen führen zu Schlaflosigkeit, Unruhe, unruhigen Beinen, zu starken Entladungsreaktionen über Nerven und Muskeln



<p>SOLUNAT Nr. 10 Matrigen I</p>	<p>körperliche Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • reguliert das weibliche Hormonsystem • wirkt mercuriell krampflösend (bei hormonell bedingten Krampfstörungen, Migräne, PMS, klumpigen Blut, Knoten, Myomen, Zysten, etc.) • rhythmisiert den weiblichen Zyklus • stärkt das weibliche Hormonsystem z.B. nach langjähriger Pilleneinnahme (Kinderwunsch) • entzündungshemmend (Kamille) • bei Wechseljahrsbeschwerden • Metallprinzip: Calcium (Knochenbau) • Bindegewebe & Skelett (Equisetum, Calcium) <p>geistig-seelische Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Alchemilla (Frauenmantel) steht für das JA zum weiblichen Rhythmus und zur Weiblichkeit • Equisetum arvense (Schachtelhalm): bei geschwächter oder übertriebener Struktur- und Formbildung, Klarheit • Chamomilla (Kamille): Geborgenheit vs. Sinnesüberreizung, Geduld, Sanftmut, Mutter 	<p>3 x tgl. 5-10 Tropfen oder 15-30 Tropfen in 1 Tasse Melissentee schluckweise über den Tag verteilt trinken</p>
<p>SOLUNAT Nr. 16 Renalin</p>	<p>körperliche Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stärkt die Nieren und den Nierenfunktionskreis • stärkt die Entgiftungskraft der Nieren / Blutreinigung • regt die Diurese an (bei Dosierungen ab ca. 3 x tgl. 5 Tropfen) • beruhigende Kraft durch kolloidales Kupfer • Kupfer beruhigt den Schilddrüsenstoffwechsel <p>geistig-seelische / psychoSOMATISCHE Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stärkt die LebensLUST, das Begehren (Venus), die Freude zu Leben • stärkt das Urvertrauen • stärkt die Bindungsfähigkeit • stärkt bei emotionalen Verletzungen und Enttäuschungen in engen Bindungen • stärkt die Essenz bei Geburt und Tod 	<p>3 x tgl. 5-10 Tropfen</p>
<p>Wala Thyreoidea comp.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kupfer (hier Chalkosin = Kupferglanz) stellt die richtige Wärmeverteilung zwischen Zentrum und Peripherie her • insb. zur Entkrampfung und Umverteilung der Wärme ins Nerven-Sinnessystem und zur Atmung • insb. bei Schilddrüsenüberfunktion 	<p>nachmittags + abends 5-10 Globuli</p>
<p>Loges ThyreoLoges comp.</p>	<p>körperliche Ebene</p> <ul style="list-style-type: none"> • Uferwolfstrapp (lycopus europaeus) zur phytotherapeutischen Hemmung bei Schilddrüsenüberfunktion 	<p>morgens + abends 10 Tropfen</p>

Kehlkopf-Chakra (Vishuddha)

Die Schilddrüse liegt mitten im energetischen Zentrum des Kehlkopf-Chakras. Dieses Energiezentrum und der Kehlkopf dienen der Kommunikation und des Ausdrucks unseres Wesens. Durch diese nach außen gerichtete Kraft nehmen wir Raum ein und grenzen unsere Wesenhaftigkeit (Ich-Haftigkeit) zu anderen ab.

Somit ist die energetische Verbindung zum Leber-Galle-System erklärbar, das für Abgrenzung steht. Vishuddha liegt zwischen dem Herz- und dem Stirn-Chakra, es verbindet somit die Kopf- (Denken) und die Herz-Energien (Fühlen).

Dysharmonien drücken wir gerne sprachlich aus: „Es ist mir im Hals stecken geblieben“, „da bekomme ich einen dicken Hals“. So zeigen wir an, dass Unverarbeitetes nicht im Fluss ist, weiter „gekaut“ werden muss, um Klarheit zu erzeugen.

Vibrationen im Kehlkopf stimulieren den N. recurrens, einen Ast des N. Vagus. Diese Laute animieren das Vegetativum und beruhigen das Nervensystem über die antagonistische Wirkung auf den Sympathikus.

<p>SOLUNAT Nr. 18 Splenetik</p>	<p>körperliche Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • stärkt die Milz • stärkt das Endokrinum des Pankreas • stärkt die Wandlungskraft und Transformationskraft der Milz (flüssig-schleimig-fest-schleimigflüssig) • bei Schleim- und Steinproblemen • stärkt den Speichelfluss • bei „Milzwassersucht“ • stärkt die hebende Leichtkraft der Milz (hält Organe, hebt das Blut aus den Beinen, richtet den Körper über der Milz auf) <p>geistig-seelische / psychoSOMATISCHE Ebene:</p> <ul style="list-style-type: none"> • trennt das Klare vom „Trüben“ • klares Denken, klare Sprache • Konzentration, Intellekt • hilft Grenzen zu erkennen (Saturn-Prinzip) 	<p>3 x tgl. 8-10 Tropfen</p>
<p>Atemübung</p>	<p>Brummen Sie mit leicht geschlossenen Lippen (Lippenbremse), wie ein Dampfer, der Druck ablässt. Neben der stimmlichen Aktivierung betont diese Atemtechnik die Ausatmung, was zusätzlich beruhigend wirkt.</p>	
<p>LUNASOL Lavendelöl</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Lavendel hat eine beruhigende Wirkung auf das Nervensystem • aktiviert das Halschakra 	
<p>Steinheilkunde Chalcedon</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Chalcedon stärkt und öffnet das Hals Chakra • Durch die Wirkung auf die Schilddrüse kann der Stein träge oder apathische Menschen wieder Bewegungsdrang und Lebenslust verschaffen • positive Auswirkung auf Stimmbänder, Kommunikation und Ausdruck 	

Darm und Schilddrüse

„Der gesunde Darm ist die Wurzel aller Gesundheit.“, proklamierte bereits Hippokrates vor über 2000 Jahren. Rund 80% der schleimhautschützenden Immunglobuline (IgA) entspringen dem Darm assoziierten Immunsystem. Sieht man, dass virale Infektionen und Immundefekte eine der Hauptursachen der heutigen Schilddrüsenerkrankungen darstellen, so darf die Homöostase der Darmflora nicht außer Acht gelassen werden. Des Weiteren werden rund 20% des T3 im Darm deiodiert. Eine gesunde unentzündliche Darmschleimhaut und eine intakte Verdauung sind therapeutisch anzustreben.

Die funktionelle Betrachtung der Darmschleimhaut und seiner bakteriellen Besiedelung sind eine Domäne der naturheilkundlichen Praxis. Sie geht über die Suche nach pathogenen Keimen hinaus und stellt die Physiologie in den

Mittelpunkt. Untersucht werden sollten: Darmflora, pH-Wert, Entzündungsmarker (Lysozym, Alpha-1-Antitrypsin, Lactoferin, Calprotectin) und das sekretorische IgA. Die Wiederherstellung der Darmflora mit Pre- und Probiotika sowie die Schleimhautsanierung sei an anderer Stelle diskutiert.

Fazit

Die Spagyrik versucht den Mensch in seiner Umwelt zu erkennen. Ebenso wird jeder Krankheitsprozess in einem körperlichen Kontext gesehen - den Mikrokosmos im Makrokosmos erkennen. Die Fehlfunktion der Schilddrüse einzig durch Jodmangel zu erklären oder Unterfunktionen durch Thyroxin zu behandeln sind zwar kausale Anwendungen, führen jedoch schnell in die Irre und am Gesundwerden des Patienten vorbei. Die moderne Pharmakologie ist ein Segen und kann vielen Patienten weiterhelfen. Dennoch sollte der Patient dabei nicht übersehen werden.