

online-Fachfortbildung für den BBD

Schüßler-Salze für alle - wenn die Hormone streiken
Schilddrüse – Bauchspeicheldrüse – Nebennieren

Mittwoch, 12. Januar 2022

Angelika Gräfin Wolfskeel von Reichenberg

Heilpraktikerin, Buchautorin

Fachfortbildungsleiterin FVDH für Biochemie und Ernährung
Vizepräsidentin des Biochemischen Bundes Deutschland

Mit freundlicher Unterstützung:



Gesundheit erfahren.

„Die Gesundheit eines Menschen
ist nicht ein Kapital, das man
aufzehren kann, sondern sie ist
überhaupt nur dort vorhanden, wo
sie in jedem Augenblick des Lebens
erzeugt wird.“

Viktor von Weizsäcker

1886 – 1957

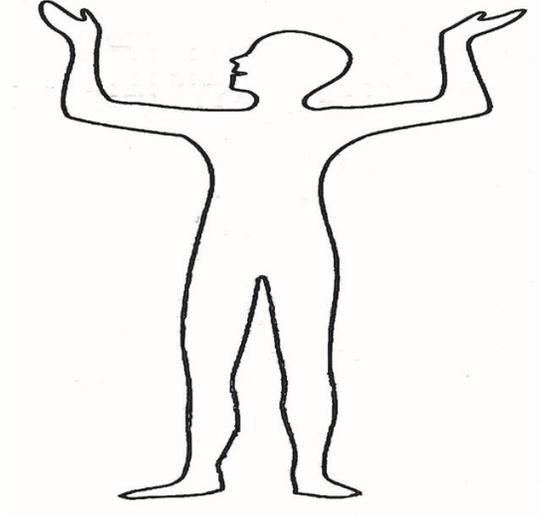
Deutscher Mediziner.

Er gilt als einer der Begründer der psychosomatischen Medizin und der modernen
medizinischen Anthropologie

Der Mensch und seine Natur

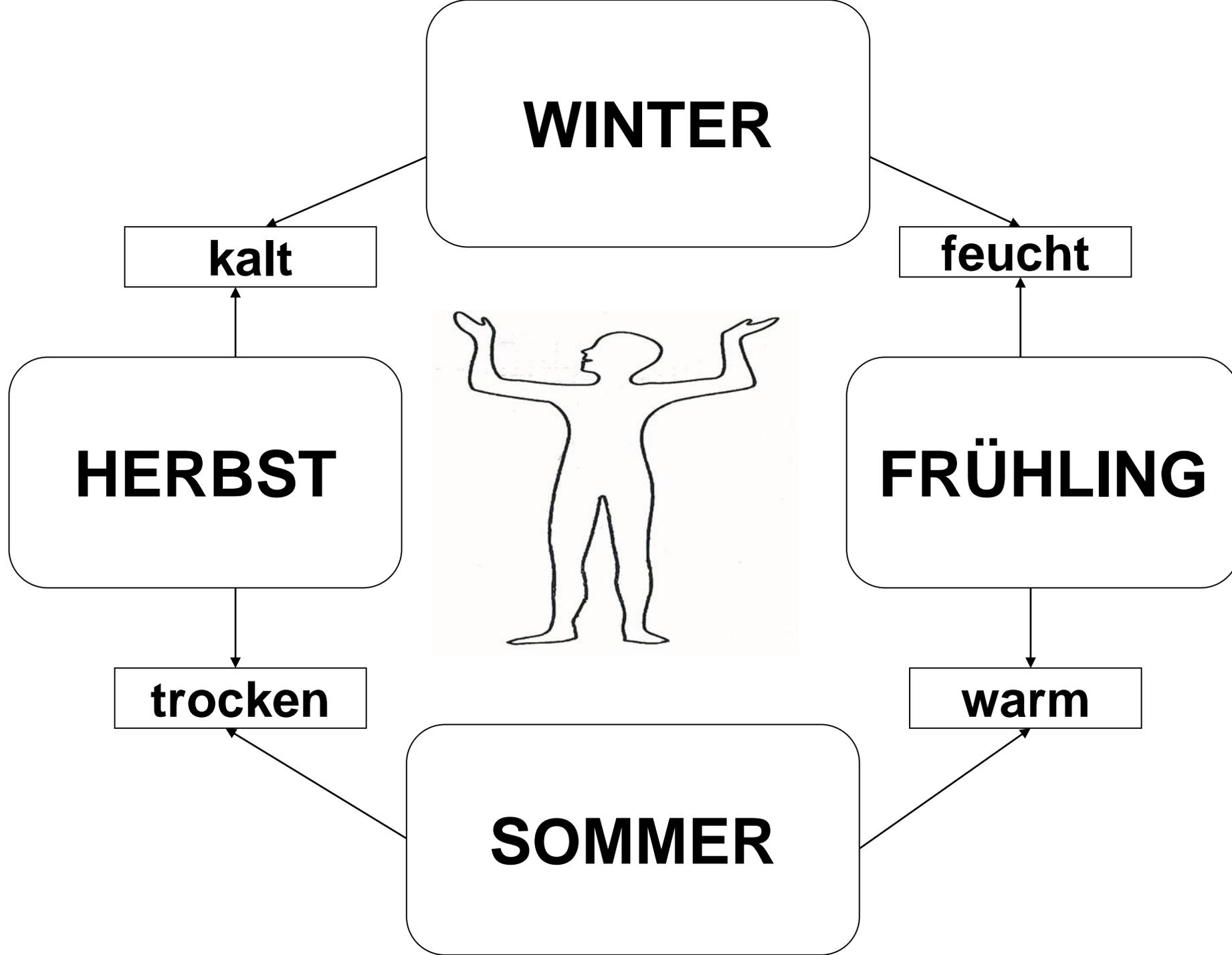
FRÜHLING

SOMMER



Winter

HERBST

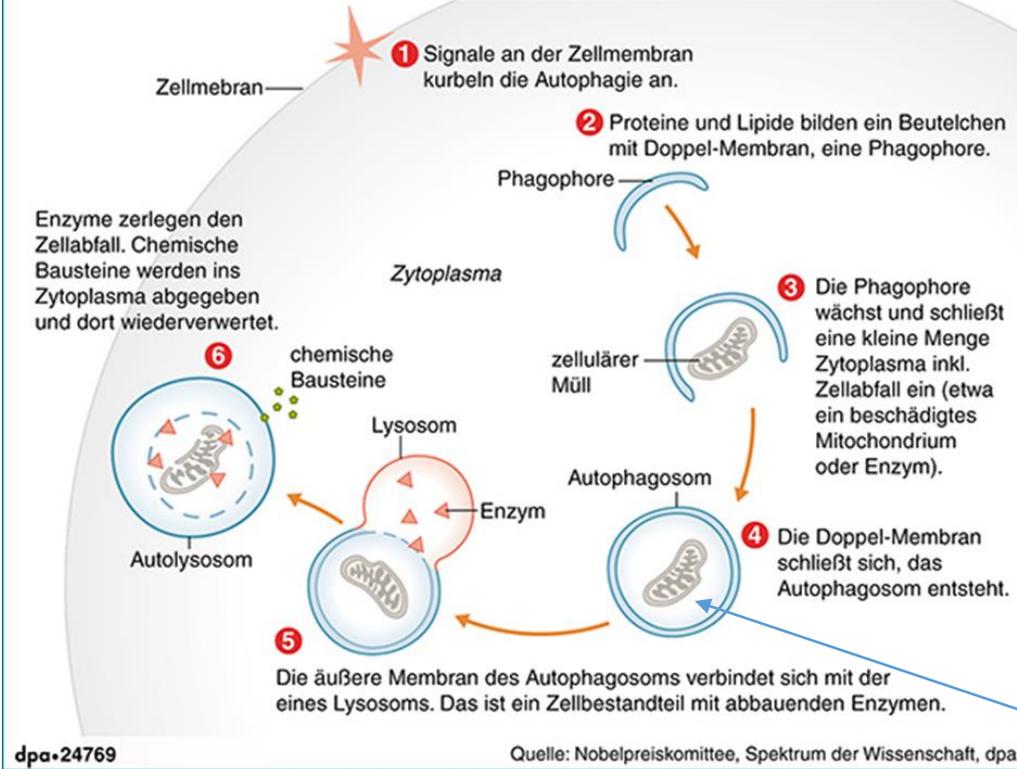


- Neues aus der Wissenschaft.....
- Neues aus der Zellforschung....
- Medizinnobelpreise

Medizin-Nobelpreis 2016

Medizin-Nobelpreis für Zellforscher

Der Japaner Yoshinori Ohsumi (71) erhält den Medizin-Nobelpreis 2016. Er erforschte, wie die lebenswichtige Müllentsorgung in Körperzellen funktioniert – die Autophagie.



Schüßler Salze:

Nr. 6 Kalium sulf. D 6
Nr. 10 Natrium sulf. D 6
Nr. 12 Calcium sulf. D 6

Schüßler Salben:

Nr. 6 Kalium sulf. D 4
Nr. 10 Natrium sulf. D 4
Nr. 12 Calcium sulf. D 4

Kraftwerke der Zelle:

Mitochondrien
Nr. 5 Kalium phos. D6
Nr. 7 Magnesium phos. D6
Nr. 3 Ferrum phos. D12, Sauerstoff

Medizin-Nobelpreis 2017

- ✓ Rhythmisierung des Lebens, des Alltags
- ✓ Schüßler Salze Nr. 2, 5, 7
- ✓ Biorhythmen berücksichtigen – vor allem Hormone
- ✓ Eine Verletzung die man sich am Tag zufügt, heilt schneller als eine die in der Nacht entsteht
- ✓ Operationen, die am Tag durchgeführt werden, sind in der Rekonvaleszenz besser als Notoperationen in der Nacht.
- ✓ Ernährung im Tages- und Jahreszeitenlauf
- ✓ Darmflora hat wesentlichen Anteil an der Gesundheit
- ✓ Regional – saisonal
- ✓ Bitterstoffe – wärmende Lebensmittel
- ✓ Generelle gute Wärmeversorgung des Körpers
- ✓ 37° warm in den Zellen
- ✓ Kältekrankheiten sind bestimmend und zunehmend



Medizin-Nobelpreis 2019

Atmen Sie jetzt tief durch!

Die Zellen unseres Körpers brauchen Sauerstoff. Einen Mangel spüren diese sofort und reagieren. Wie ihnen das gelingt, haben die Nobelpreisgewinner 2019 ergründet.

Folgerung:

Eisenmangelanämie (Schüßler Salze Nr. 2, 3, 8, 17, 19, 21)

(wird in Zukunft sicherlich anders bewertet und behandelt)

Tumorerkrankungen werden in den Fokus der Forschung rücken!

Wie dieser Mechanismus grundlegend funktioniert, haben die beiden US-Amerikaner William Kaelin, Gregg Semenza und der Brite Peter Ratcliffe erforscht. Für ihre Arbeit wurden die drei mit dem Nobelpreis für Physiologie oder Medizin 2019 geehrt.

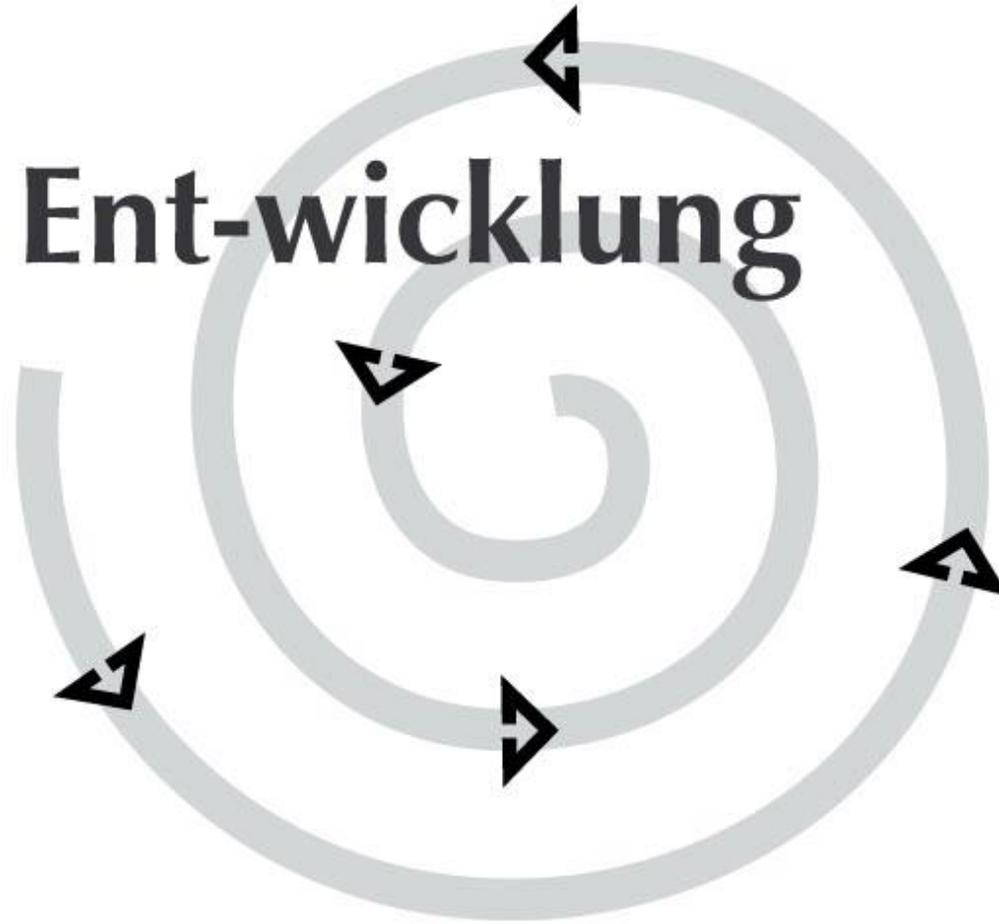
Medizin-Nobelpreis 2021

Julius und Patapoutian für die **Entdeckung von Temperatur- und Berührungs-Rezeptoren ausgezeichnet.**

Beide Druckrezeptoren übernehmen im Körper wichtige regulatorische Funktionen , **etwa beim Erhalt des Blutdrucks, in der Blasenkontrolle oder bei der Atmung.**

Piezo2 spielt für den Tastsinn eine wichtige Rolle und ist beteiligt an dem, was Wissenschaftler Propriozeption nennen: das intuitive Wissen über die **Haltung und Bewegung des Körpers.**

Ent-wicklung



Quelle: Die 12 Salze des Lebens, Mankau Verlag

Hormone

- **Hormone beeinflussen das ganze Leben**
- Verliebt sein, lässt das Herz schneller schlagen und die rosarote Brille vernebelt die Sinne und den Blick
- Hormone machen zu schaffen in der Pubertät aber auch im Klimakterium

- **Hormone beeinflussen:**
- das Verhalten,
- die Emotionen,
- die chemischen Stoffe im Gehirn,
- das Immunsystem,
- die Umwandlung von Nahrung in Energie.

Hormone

- Beeindruckend sind die enormen Effekte, mit denen die Hormone im Verhältnis zu ihrer geringen Konzentration und Größe wirken

Hormone

- Prof. Dr. Jürgen Schole und Dr. Wolfgang Lutz haben in ihren Arbeiten folgendes beschrieben:
- Sowohl die **einzelne Zelle** als auch der **gesamte Organismus** versuchen im hormonellen Gleichgewicht zwischen **aufbauenden und abbauenden**, zwischen anabolen und katabolen Kräften zu bleiben.
- Die Regulation des Zellstoffwechsels ist nur möglich, wenn die **katabolen Hormone Cortisol und Thyroxin** gleichzeitig und ausgewogen mit den **anabolen Hormonen Somatotropin und anabolen Peptiden in der Zelle** anwesend sind.
- Das wird als Basisregulation bezeichnet.

Hormone

- Die Sexualhormone Cortisol und Progesteron als katabole Kraft und Östrogen und Testosteron als anabole Kraft sollten ebenfalls im Gleichgewicht sein.
- Bei allen Veränderungen innerhalb der hormonellen Regulation versucht das limbische System eine Kohärenz der katabolen und anabolen Anteile herzustellen.
- So wissen wir, dass zu Beginn der **Pubertät, Schwangerschaft und Wechseljahre** es zu extremen Schwankungen kommen kann, die der Organismus versucht **auszugleichen**.
- Im **Zyklus der Frau** werden ständig die hormonellen Aktivitäten angepasst, um den Gesamtorganismus der Frau im Gleichgewicht zu halten.

Hormone

- Weit über 1000 verschiedene Hormone
- Noch nicht alle identifiziert
- Sind in ein komplexes System eingebaut, sowohl im lebendigen Organismus als auch in der Umwelt
- Da das **Hormon- und Stoffwechselsystem** einander bedingen, ist es erforderlich beide Systeme im diagnostischen Blick zu haben.
- Da Hormone individuell wirken, sollten die Behandler besonders respektvoll und besonnen mit Dosierung und Medikamentation umgehen.

Hormone

- Die Steuerung fast aller Körperfunktionen erfolgt chemisch über Hormone.
- Über die Blutbahn gelangen diese zum Zielort und wirken über spezielle Rezeptoren.
- Eine große Zahl von Hormonen wurde in der Zwischenzeit identifiziert.
- Das können Eiweiße, Peptide, Aminosäuren, Amine oder Steroide sein.

Hormone

- **Aminosäurenderivate:** Adrenalin, Noradrenalin, Thyroxin
- **Kleine Peptide:** Vasopressin, Thyrotropin releasing Hormon
- **Protein:** Insulin, Somatotropin, Parathormon, thyroideastimulierendes Hormon
- **Steroide:** Kortison, Progesteron, Östrogen, Testosteron, Calcitriol

Hormone

- Interessanterweise werden die gleichen Substanzen auch von Nervenzellen des Gehirns gebildet, die dann über Synapsen als Neurotransmitter andere Nervenzellen steuern können.
- Und es gibt Nervenzellen des Gehirns, die aus Nervenenden Hormone in die Blutbahn abgeben, die **Neurohormone**.
- Für eine Reihe von Verhaltensweisen konnte eine direkte Abhängigkeit von Neurohormonen gezeigt werden.
- Dazu gehören **Sexualverhalten, Brutpflegeverhalten oder die Stressantwort**.

Hormone

- Eine Substanz mit einer klaren Wirkung auf Verhalten, Befinden oder auf die Physiologie ist aus naheliegenden Gründen pharmakologisch äußerst attraktiv.
- Denn man kann damit Krankheiten oder deren Symptome relativ einfach behandeln. (So der Gedanke!)
- So ist **Cortison**, das Hormon der Nebennierenrinde, für die Behandlung von **Entzündungen** wichtig.
- **Östrogen**, das Hormon der Ovarien bessert die Depression bei Frauen in den Wechseljahren
- Insulin, das Hormon der **Bauchspeicheldrüse**, hilft dem Diabetiker.

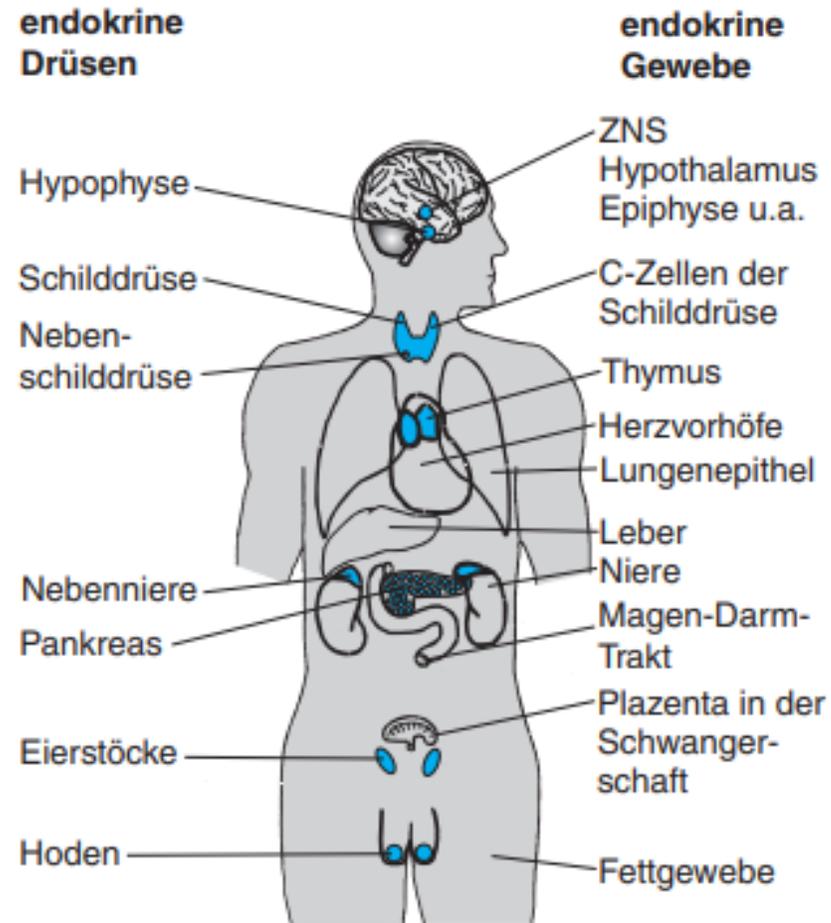
Hormone

- Hormone haben aber leider fast immer eine individuelle unterschiedliche Wirkung.
- Gründe sind vielfältig und nicht immer eindeutig erklärbar
- Der Verordner muss sich deshalb an die optimale Dosierung eines hormonellen Medikaments empirisch „herantasten.“
- Der **Patient** wird „eingestellt“.
- Das Problem dabei:
- Hormone bilden immer funktionelle Regelkreise, sie sind Teil eines Getriebes, das sich insgesamt verändert, wenn der Parameter sich verändert.
- Diese Veränderungen äußern sich dann als „Nebenwirkungen“.

Hormone

- **NW z.B. bei Cortison:**
- Schlafstörungen
- Depressionen
- Übergewicht
- Brüchigkeit von Haut und Schleimhäuten
- U.v.m.
- Dies fordert dann weitere Medikamente
- Die Kunst des „Pharmazeuten“ besteht nun darin die NW eines Medikamentes in ein anderes Fachgebiet fallen zu lassen.
- So muss der Patient nachdem er beim Endokrinologen behandelt wurde, möglicherweise zum Neurologen, Psychiater, Dermatologen oder einem anderen Facharzt.
- In dieser Misere stecken die Menschen.
- Lösungsweg?

7.1 Lokalisation der Hormonproduktion im menschlichen Organismus. Die glandotropen Hormone werden in den endokrinen Drüsen gebildet (linke Seite), während die Gewebshormone in den unterschiedlichsten Körpergeweben produziert werden (rechte Seite). Die Plazenta kann fast alle Körperhormone bilden und nimmt besonders während der Schwangerschaft eine besondere Rolle ein, da sie dann zusätzliche Hormone produziert. (Verändert nach Huch und Jürgens 2007.)



Hypothalamus

Gonadotropin-Releasing-Hormon (GnRH)



Hirnanhangsdrüse (Hypophyse)

Follikelstimulierendes Hormon (FSH) und
Luteinisierendes Hormon (LH)



Frau

- Reifung der Eizellen
- Bildung von Östrogenen und Progesteron



Mann

- Spermienproduktion
- Bildung von Testosteron und Dihydro-Testosteron

Lichteinflüsse und Körpergewicht beeinflussen die erste Menarche

Tabelle 7.2 Weitere Hormone des Körpers.

Hormon	Bildungsort	Wirkung	
		Stimulation	Hemmung
Gastrin	HG-Zellen der Magenschleimhaut	HCl (Magensaft), Gallensekretion, Pankreassekretion, Magenmotilität	
Cholecystokinin	Dünndarmschleimhaut	Pankreassekretion, Gallenblasenkontraktion, Darmmotilität	Magenmotilität
Sekretin	Dünndarmschleimhaut	Gallensekretion, Pankreassekretion (HCO ₃)	Magenmotilität, Magensekretion
Somatostatin	Verdauungstrakt, D-Zellen im Pankreas, Inhibiting-Hormon des Hypothalamus	Gallensekretion, Pankreassekretion	Magenmotilität, Magensekretion
vasoaktives intestinales Peptid	enterische Neurone		Magenmotilität, Magensekretion
Renin	juxtaglomerulärer Apparat	Renin-Angiotensin-Aldosteron-System	
Erythropoetin	Niere, Leber	Erythropoese	
ANP (atriales natriuretisches Peptid)	myoendokrine Zellen der Herzvorhöfe	Arteriolenquerschnitt, glomeruläre Filtration, Wasser u. Salzsekretion	Renin, Angiotensin, Aldosteron, ADH

Histamin	Mastzellen, ferner Neurotransmitter im Hypothalamus, Wirkung über H ₁ - oder H ₂ -Rezeptoren	Magensekretion (H ₂), Herzfrequenz (H ₂), glatte Muskulatur (H ₁), Kapillarpermeabilität (H ₁)	
Serotonin	Darmschleimhaut, Thrombocyten, Granulocyten, Neurotransmitter im ZNS	erweitert Blutgefäße in Skelettmuskulatur, Herzfrequenz, Schlagkraft	verengt Blutgefäße in Lunge, Niere, Tonus der Darmmuskulatur und Bronchien
Prostaglandine	im ganzen Körper, mehrere Subtypen	Entzündungen, Schmerzen, Fieber	
Leptin	Fettgewebe		Appetit, Energieumsatz
Ghrelin	Magenschleimhaut	Appetit, Magenmotilität, Magensekretion	
Insulin	B-Zellen des Pankreas	Glykogensynthese, Glucoseaufnahme in Zellen, Blutzuckersenkung, Fett- und Proteinaufbau	Gluconeogenese, Fettabbau
Glucagon	A-Zellen des Pankreas	Gluconeogenese, Glykogenabbau, Fett- und Proteinabbau	

Männer

- Hormontherapien für Frauen werden in großer Vielzahl angeboten
- Aber wie ist es mit den Hormonen des Mannes?
- Welcher Therapeut hat die männliche Hormonversorgung im Blick, wenn Cholesterinwerte steigen, wenn Herz, Leistungsfähigkeit oder Gelenke rätselhafte Symptome verursachen?
- Wenn Verdauung, Gewicht oder Haare Probleme bereiten?
- Bei Prostatavergrößerungen oder sexuellen Störungen sind Hormone schon eher im Fokus von Untersuchungen.

Es gibt kein Hormon, das nur die Frau hat

- Alle Hormone kommen **sowohl bei der Frau als auch beim Mann vor**, sogar das Progesteron, Estradiol, Estriol, die Hypophysen-Hormone FSH, LH, das Oxytocin oder das Prolactin.
- Die bisher bekannten Unterschiede sind die abweichenden Hormonverhältnisse **vom Estradiol zum Testosteron** (vermutlich auch zu den anderen Androgenen) und **zum Progesteron**.

Männer

- Männer können von ähnlichen Hormonstörungen betroffen sein, wie die Frau gleichen Alters.
- Oft erfordert das Aufdecken einer Hormonschwäche diagnostische Detektivarbeit.
- Sind Ursachen erkennbar, vermeidbar oder umkehrbar, dann kann man(n) sich eine Therapie mit Hormonpräparaten sparen.
- Sind die Drüsen erschöpft, zu schwach oder nicht mehr vorhanden, dann kommt man wohl um eine zusätzliche Unterstützung nicht herum.

Männer

- Schilddrüsenerkrankte oder Diabetiker können ja in der Unter- wie Überfunktion sein.
- Hier konzentriert man sich aber nur auf 1 Hormon.
- Wir sollten uns aber vor Augen führen, dass immer mehrere Hormonbereiche wie ein Zahnradwerk ineinander greifen und deshalb eine Rolle spielen könnten.
- So wäre es klug, auch bei Diabetikern oder Schilddrüsenpatienten nach den **Steroiden und Stresshormonen** zu schauen, denn diese haben mehrfachen Einfluss auf die Blutzuckerregulierung und Schilddrüsenfunktion.

Männer

- Es gibt fast keine menschliche Funktion, die nicht auf mehrere Hormone und deren altersgerechte Ausschüttungsmenge angewiesen ist.
- So brauchen z.B.
 - ✓ Gedächtnis
 - ✓ Gefühle
 - ✓ Fortpflanzung
 - ✓ Sexualität
 - ✓ Immunabwehr
 - ✓ Zellwachstum
 - ✓ Verdauung
 - ✓ Stoffwechsel
 - ✓ Knochendichte
 - ✓ Leistungsfähigkeit
 - ✓ Gewebefestigkeit
 - ✓ Körpertemperatur
- Einen körpereigenen, **geschlechtsspezifischen Hormon-Cocktail als Grundversorgung.**
- Nur so kann alles funktionieren
- Bei den Vitaminen und Mineralien ist es ja sehr ähnlich.

Männer

- Nicht nur der Hormonmangel bedeutet eine Beeinträchtigung unserer Gesundheit, sondern auch ein langfristiges Überversorgen mit Hormonimpulsen.
- Derzeit werden im gesundheitlichen Bereich beide Extreme propagiert.
- Die eine Seite blendet Hormonzusammenhänge weitgehend aus und die andere Seite unterstützt einseitig und mit fragwürdig hohen Dosierungen.
- Das gilt auch für die körpereigenen Hormonarten.
- Beim **Diabetes- und Schilddrüsenbereich kennen viele Therapeuten die Resistenz.**
- Das aber auch **dauerhaft angewendete Hormonüberschüsse in die Resistenz münden können, wird weitgehend ignoriert.**

Körper-eigene Hormonregulation

- Körper kann je nach Bedarf und Tageszeit die eigene Hormonausschüttung regulieren.
- Feedback Mechanismus
- Das dem Gehirnzentrum meldet, ob in der Peripherie mehr oder weniger Hormonbedarf vorliegt.
- Entsprechend der Botschaft sorgen Hypothalamus und Hypophyse dafür, dass die Drüsen, Leber und Enzyme die Hormonversorgung anpassen.
- Selbst wenn für spontane Herausforderungen nicht ausreichend Hormone zur Verfügung stehen, kann sich ein gesunder Körper mit mehreren Notfallmechanismen selbst helfen.

Körper-eigene Hormonregulation

- Manche Notmechanismen sind sofort abrufbereit und manche benötigen eine Weile, bis sie zum Zug kommen.
- So gibt es z.B. eine ganz besondere Reaktionsweise des Körpers auf **kurzfristigen Hormonnotstand**:
- Reichen spezielle Hormone für die derzeitigen Herausforderungen nicht aus, bekommen wir möglicherweise **Heißhungerattacken** auf diejenigen Nahrungsmittel, Getränke oder Süßigkeiten, die zum Hormonmangel passende Bausteine oder Enzyme enthalten.
- **Fragen Sie bitte in der Anamnese nach wiederkehrendem Appetit** oder nach Hunger auf spezielle Naschereien.

Körper eigene Hormonregulation

- Wichtige Elemente für die Hormonversorgung liefern z.B.
 - ✓ Schokolade
 - ✓ Nüsse
 - ✓ Eier
 - ✓ Sahne
 - ✓ Schmalz
 - ✓ Leber
 - ✓ Gurken
 - ✓ Sprossen
- Interessanterweise ist die Nachfrage von typischen Nahrungsmitteln in unseren verschiedenen Kulturen zu entdecken, die den jahreszeitlichen Überschüssen oder Mangelbereichen entsprechen.

Übersicht über die Schüßler-Salze für Hormone

- **Nr. 1 Calcium fluoratum D 12**
 - Weicht verhärtete Drüsen auf und unterstützt so deren Funktion, befeuchtet und erweicht trockene und verhärtete Lymphdrüsen – morgens „Heiße 1“ mit 5 Tab.
- **Nr. 2 Calcium phosphoricum D 6**
 - Wucherungen an den Drüsen, unterschiedliche Größe und auch Beschaffenheit (Konsistenz) der Drüsen – 3 x 2 Tab. täglich
- **Nr. 4 Kalium chloratum D 6**
 - Bildet Drüsenepithel, entgiftet das Blut und unterstützt somit die Wirkung der Drüsensekrete – vormittags und nachmittags - je 2 x 2 Tab.
- **Nr. 5 Kalium phosphoricum D 6**
 - Drüenschwellungen verbunden mit Nervosität und Schlafstörungen - 3 x 1 bis 3 x 2 Tab. bis 15.00

Hormone ausgleichend

- Hormone ausgleichend
- Nr. 4 Kalium chlor. D 6
- Wichtigstes Drüsenmittel
- Neutralisiert Fremdstoffe
- Nr. 6 Kalium sulf. D 6
- Aktiviert den Stoffwechsel intrazellulär
- Nr. 7 Magnesium phos. D 6
- Nährsalz für das Vegetativum – entspannt!

Anpassung der Essgewohnheiten

- Wenn Männer im Winter hauptsächlich im Freien arbeiten, ist ihr Verlangen nach deftigen und fetten Speisen größer als im Sommer.
- Der Körper benötigt mehr **Isolierschicht** in Form von **Winterspeck**.
- Ein Schmalzbrot mit Leberwurst schmeckt dann doppelt so gut.
- Die darin enthaltenen **Hormone Estron und Estradiol** sorgen unter anderem für zusätzliches Körperfett.
- In Sibirien wird von Ende September bis März aus gutem Grunde sehr fett gegessen.

Anpassung der Essgewohnheiten

- Hier wird im Sommer durch Sonne und Wärme das Vitamin D mehr produziert, dadurch eine reichere Estrogenversorgung.
- Wir essen lieber frisches Obst, leichte Speisen und weniger Fleisch.
- Aber ab November bis Januar liefern gebrannte Mandeln, Mandelgebäck oder auch Stollen (mit viel Marzipan) eine zusätzliche Estradiol- Nachhilfe, weil die Sonne fehlt.
- Solche körpereigenen und nahrungsbedingten Ausgleichsmechanismen im Hormonbereich zu kennen und zu unterstützen erleichtert die Therapie mit möglichst sanften Impulsen.
- Deswegen auch die Abfragen nach Leber- und Darmfunktion. Blutbild?
- Hier sind wichtige körpereigene Hormon-Regulierungsmaßnahmen verankert.

Was beeinflusst die Hormonversorgung

- ✓ Der Alltag von Männer (Frauen) ist sehr unterschiedlich geprägt.
- ✓ Gibt es Konflikte oder Druck im Beruf oder Familie?
- ✓ Sind hormonwirksame Chemikalien im Berufsalltag oder Pflegeprodukten zu finden? (z.B. in Lacken, Farben, Kleber, Plastik, Schmieröl, Spritzmitteln usw.)
- ✓ Werden häusliche oder berufliche Anforderungen zu viel?
- ✓ Wenig Schlaf und Bewegung oder Schichtdienst.
- ✓ Benutzt die Partnerin einen Hormonring oder Hormonzäpfchen?
- ✓ Enzym- und Nährstoffversorgung?
- ✓ Einseitige Ernährung dient nicht dazu die Hormonversorgung im Lot zu halten.
- ✓ Sind Männer (Frauen) stark belastet durch Arbeit und Sport?
- ✓ Zusätzliche Energie durch eiweißreiche Nahrung oder Energieriegel?
- ✓ Nahrungsergänzung mit Proteinkonzentraten?
- ✓ Auch hier gilt zu viel oder zu wenig sind ungünstig für die körpereigene Hormonregulierung.
- ✓ Nahrung wie Bierkonsum, Genussgifte, tierische Fette üben einen Einfluss aus.

Therapeutische Maßnahmen

- Auch für den Mann (Frau) steht eine Vielzahl an sanften Regulierungsmaßnahmen zur Verfügung
- Schüßler Salze
- Gemmoextrakte, z.B. Himbeere, Olive, Feige, Preiselbeere u.v.m.

Blutlabor

- Basisprofil
- Modul Anämie
- Modul Frau – Mann
- Modul Stress
- Modul Schilddrüse – Funktion und / oder Antikörper
- Männerprofil je nach Alter des Patienten

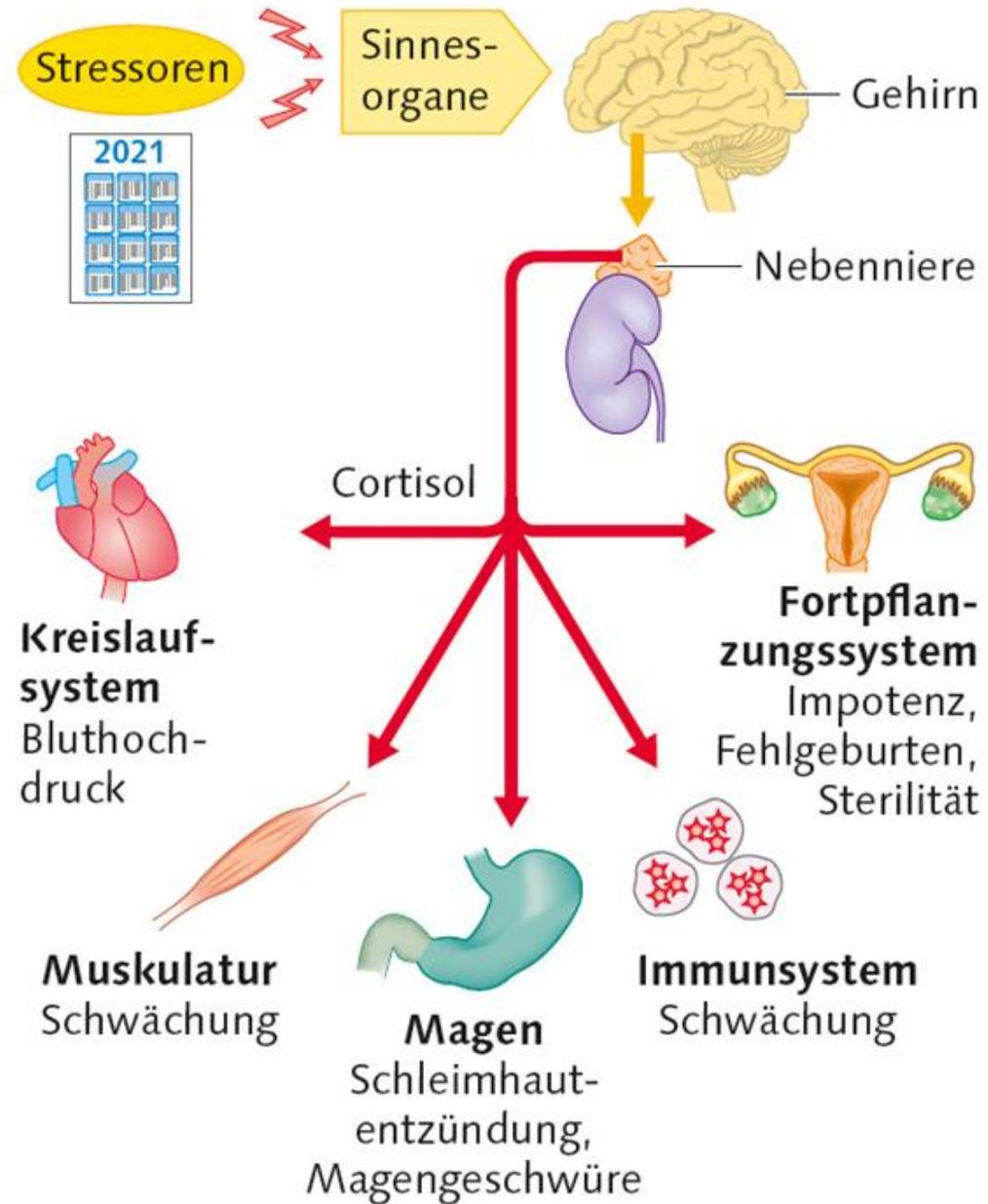
Hormone Mann	Cortisol, DHEA-S, FSH, LH, Testosteron	Nebenniereninsuffizienz an Cortisol und DHEA-S (Allergosen, Dermatosen, Asthma, Rheuma, Erschöpfungszustände, Immunschwächen), Hypophyseninsuffizienz, Gonadeninsuffizienz, erektile Dysfunktion
-----------------	---	---

Stresshormone

Hintergrund

- Fight-or-Flight Situation
- Ausgelöst durch:
- Schwere Allgemeinerkrankungen
- Hohe körperliche Belastungen (Leistungssport, Silent Inflammation)
- Reizüberflutung (Lärm)
- Psychische Traumen (Verlust einer Bezugsperson, Todesangst)

Stresshormone



Stresshormone

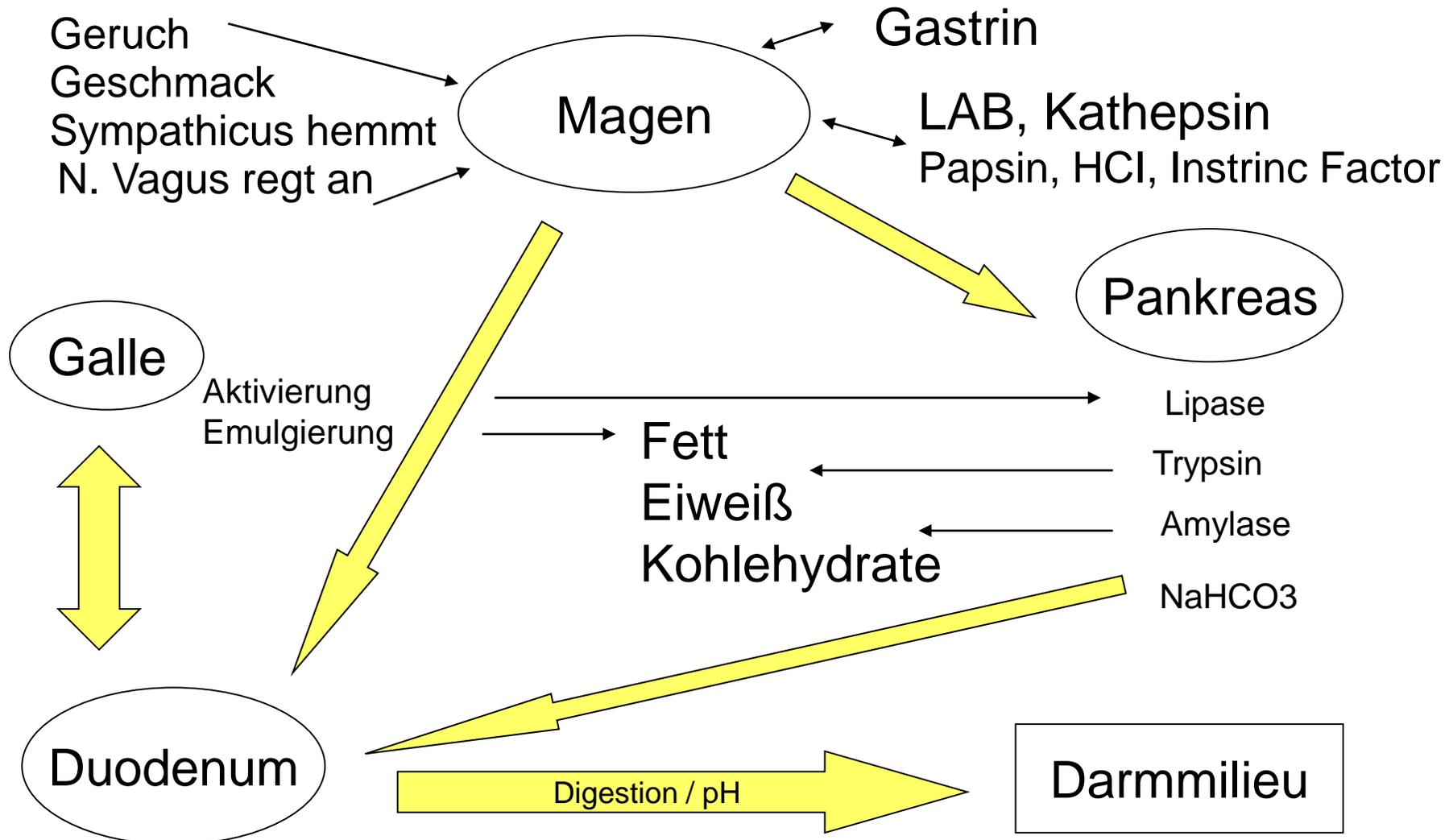
- Stresshormone sind nicht fest umrissen, es kommt in den geschilderten Situationen zu einer Vielzahl endokrinologischer Veränderungen.
- Die wichtigsten Stresshormone, die bei kurzfristigen Belastungssituationen ausgeschüttet werden, sind:
 - **Katecholamine, Adrenalin, Noradrenalin, Dopamin**
- Eine weitere wichtige Gruppe von Hormonen, die bei Stressreaktionen eine große Rolle spielen sind die Glukokortikoide.
 - **Cortisol aus der NNR, wird über die Steuerungshormone CRH und ACTH geregelt**
 - **Andere Hormone sind Antidiuretische Hormon (ADH), Prolactin und β -Endorphin**
- Hintergrund:
 - Das Corticotropin-releasing Hormone (CRH) bzw. der Corticotropin Releasing Factor (CRF), auch Corticoliberin genannt, ist ein Polypeptid, das aus 41 Aminosäuren besteht und im Nucleus paraventricularis des Hypothalamus gebildet wird.
 - ACTH wird in den basophilen Zellen des Hypophysenvorderlappens unter dem Einfluss des Corticotropin-Releasing-Hormons (CRH) aus dem Hypothalamus gebildet. Es regt die Nebennierenrinde zur Synthese von Glukokortikoiden an und nimmt indirekt Einfluss auf die Produktion von Insulin.

Blutlabor

Stress	FT3, FT4, TSH, Cortisol, DHEA-S	alle vegetativen und psycho-sensitiven Symptome (Stress, Depressionen, Burnout), Hypo- und Hyperthyreose Beachte: Bei Verdacht auf Autoimmunthyreopathie (Hashimoto) und TSH > 2 zusätzlich TPO-AK
--------	---	---

Darmmilieustörungen

Nervale, hormonelle und enzymatische Steuerung



Stresshormone

Wirkung von Adrenalin und Cortisol

	Adrenalin	Cortisol
Ausschüttung bei Stress	sofort	Nach ca. 10 Minuten
Immunsystem		unterdrückend
Energiestoffwechsel	Abbau von Fett, Protein, Glukose	Abbau von Fett, Protein, Glukose
Insulin	Hemmt die Produktion	Steigert die Produktion
Verdauung	Hemmend, fördert die Ausscheidung	
Entzündungsprozesse		hemmend
Säure-Basen-Stoffwechsel	Übersäuerung durch Abbau von Proteinen	Rückresorption von Natrium und Wasser, Ausscheidung von Säuren, Kalium, Magnesium, Calcium

Serotonin – Nicht nur ein Glückshormon

- Serotonin ist bekannt als Glückshormon im Organismus
- Forscher aus Kanada, USA, Deutschland und Großbritannien haben den Botenstoff näher untersucht und fanden heraus, dass er sich auf viele weitere (gesundheitliche) Faktoren auswirkt als „nur“ auf unsere Gefühlslage.
- Serotonin gehört zu der Gruppe der Neurotransmitter, ein Botenstoff, der bei der Übertragung von Signalen, vor allem im Gehirn, eine tragende Rolle spielt.
- Bisher wusste man, dass es die Gefühlslage und die Sexualität beeinflusst.
- Es verbessert außerdem den Stress (durch Cortisolsenkung), erhöht signifikant die **Zellatmung in den Mitochondrien** und **verbessert den Schlaf**.
- Etwa 80% aller Stoffwechselprozesse sind mit dem Serotoninspiegel verbunden.

Serotonin Balance

Serotonin Hoch



Serotonin Balance

Serotonin niedrig

Schlaf

Schlafapnoe
Schlaflosigkeit
Schlafzyklus

Sinnesorgane

Katarakt
Tinnitus

Gastrointestinale Erkrankungen

Morbus Crohn
Colitis ulcerosa
Reizdarm-Syndrom

Psyche

ADHS/Autismus
Gedächtnis, Zwangstörung
Aggression, Alkoholismus
Neg. Gedanken, Lernen
Bulimie, Depressionen
Schizophrenie, Kongn. Verfall
Sucht, Sozialphobie
Panikattacken

Sonstige Erkrankungen

Alzheimer/Parkinson/MS
Chron. Schmerzen, Epilepsie
Niedrige Libido, Energiemangel
Heißhunger, PMS
Ekzeme, Herzinsuffizienz

Stoffwechsel

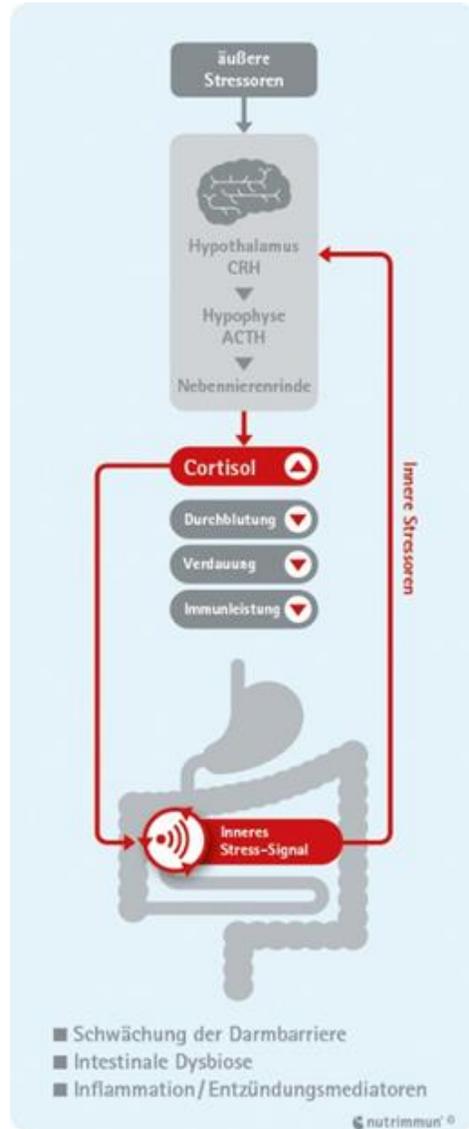
Diabetes, rheum. Arthritis
Fatigue, Entzündungen
Fibromyalgie, Adipositas
Osteoporose

Hormonelle Dysbalancen

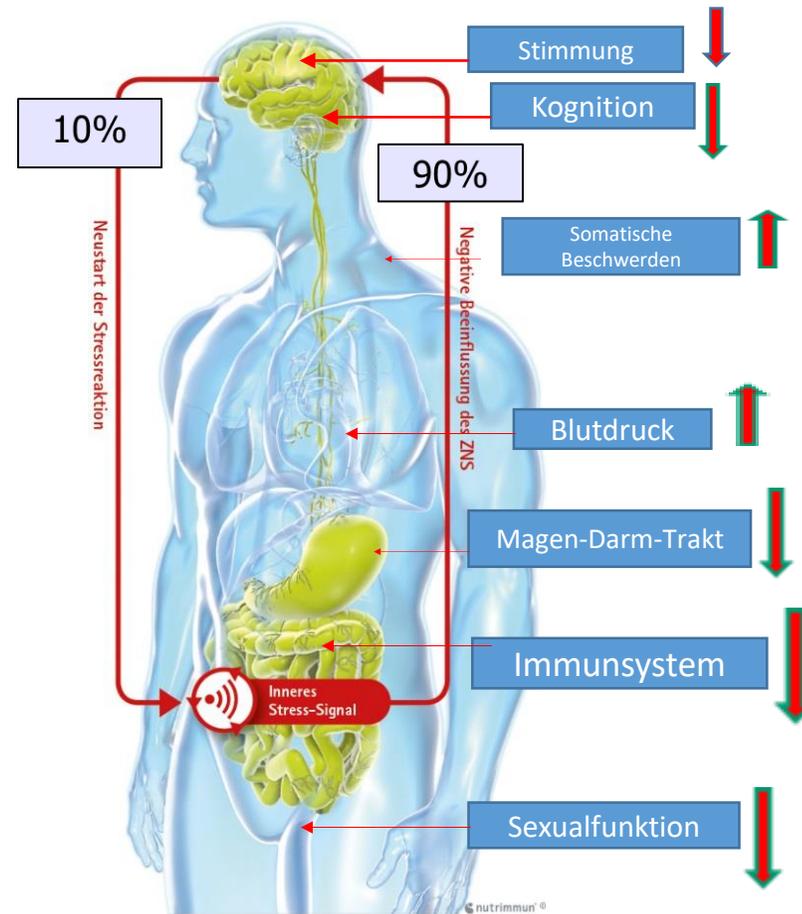
Cortisol Dysfunktion
PMS

Abbau von Neurotransmittern

Chronische Erkrankungen
Chronischer Schmerz
Chronischer Stress



Äußere Stress-Signale



Insulin

Auslöser für hormonelle Beschwerden

- Insulin, als ein anabol wirkendes Hormon, hat keine Stoffwechselaktivität in der Zelle, aber eine große Bedeutung im Gesamtstoffwechsel.
- Sorgt für den Einlass aller Nährstoffe in die Körperzellen, darum anabol.
- Der heutige genetische Grundstoffwechsel, der noch aus der Jäger- und Sammlerzeit stammt, ist nur auf ein geringes Maß an Kohlenhydratzufuhr eingestellt.
- Wird die Menge überschritten, insbesondere die der schnell aufschließbaren KH, steigt die anabole Seite des Gesamtstoffwechsels an.

Insulin

Auslöser für hormonelle Beschwerden

- Das limbische System versucht daraufhin einen Ausgleich zwischen den anabol und katabol wirkenden Hormonen herzustellen.
- Das kann dadurch erfolgen, dass die übrigen anabolen Hormone, Wachstums- und Sexualhormone reduziert werden.
- Die Produktion des Wachstumshormons wird durch das parallel zum Insulin ansteigende und von der Hypophyse gebildete **Somatostatin** gemindert.

Insulin

Auslöser für hormonelle Beschwerden

- Bleibt der **Mangel an Wachstumshormonen über einen längeren Zeitraum bestehen**, kommt es zu Störungen im
 - ✓ **Immunsystem,**
 - ✓ **im Bindegewebe (Knochen, Knorpel gehören dazu),**
 - ✓ **an der Muskulatur,**
 - ✓ **am Epithel,**
 - ✓ **am Endothel.**
- Im Zusammenhang der Erkrankungen stehen dann:
 - ✓ **Diabetes mellitus, Herz- und Hirninfarkt, Atherosklerose, Alzheimer, Krebs, Hypertonie, Wechseljahresbeschwerden, Osteoporose**

Diabetes

- **Direkt Progesteron abhängig scheint Diabetes zu sein.**
- Etwa 10 % der Frauen erkranken während der Schwangerschaft an Diabetes, der sich meistens wieder zurückbildet. Und dass das Progesteron und nicht ein anderer Faktor während der Schwangerschaft so eine entscheidende Rolle spielt, kann man auch daran sehen, dass künstliche Progesterone ebenfalls Diabetes auslösend wirken (Rebarber A 2007).
- Vorhandener Diabetes kann sich dagegen während der Schwangerschaft verschlechtern. Das Progesteron aus den Milchprodukten ist als Diabetes auslösender Faktor aber nicht untersucht, weil die Ärzte nicht darauf kommen, dass man über die Nahrung so viel Progesteron zu sich nimmt. Wie sollten sie auch, sie sind ja keine Molkereifachleute. Auch unter der Hormonersatztherapie mit Progestinen gegen Wechseljahrsbeschwerden entwickelt sich eine Insulinresistenz wie beim Diabetes Typ 2 (Cooper BC 2007). Diabetes-Spätschäden und das progesteronabhängig gebildete VEGF.
- Aus dem Englischen **übersetzt-VEGF-Rezeptoren sind Rezeptoren für den vaskulären endothelialen Wachstumsfaktor**. Es gibt drei Hauptuntertypen von VEGFR, nummeriert mit 1, 2 und 3. Außerdem können sie je nach alternativem Spleißen membrangebunden oder löslich sein. Inhibitoren von VEGFR werden bei der Behandlung von Krebs verwendet. Wikipedia

Hypoglykämie

funktionelle, reaktive, sekundäre, nahrungsbedingte
Hypoglykämie

- Symptome:
- Abgeschlagenheit, Konzentrationsschwäche
- Kopfschmerzen
- Reizbarkeit, Nervosität
- Depression, Weinkrämpfe
- Geistige Verwirrung, Vergesslichkeit
- Hypotonie, Hypothermie

Auswirkungen der Sexualhormone

- Was passiert im regulierenden System, wenn es zum erhöhten Insulin **zusätzlich** in der Pubertät oder zu Beginn der Schwangerschaft zu einer Überschwemmung des Organismus mit Sexualhormonen kommt?
- Die vermehrte Produktion der Östrogene oder Testosteron führt zu einem weiteren Anstieg der anabolen Aktivität.
- Nun gelingt der Ausgleich allein durch die Adaption der anabolen Seite nicht mehr.
- Um wieder ein **hormonelles Gleichgewicht herzustellen**, müssen **Nebennieren und / oder Schilddrüse aktiv werden.**

Auswirkungen der Sexualhormone

- Häufig sieht man sowohl beim Jugendlichen in der Pubertät als auch bei Schwangeren eine Vergrößerung der Schilddrüse.
- Sie muss wachsen, um den erhöhten Bedarf der katabolen Seite zu decken.
- Die leicht erhöhten TSH-Werte im Blut ($>2,0$) führen häufig dazu, dass in der Pubertät und während der Schwangerschaft ein Schilddrüsenhormon verordnet wird.
- Als **natürliche Konsequenz** wäre auch mgl., **über die Ernährung** den **Insulinspiegel zu senken** und damit die **Schilddrüse** und die **Nebennieren** zu entlasten.

Auswirkungen der Sexualhormone

- Da der Gegenspieler des Östrogens Progesteron ist, kann auch vorübergehend ein bioidentisches Hormon bis zur Regulierung in den Einsatz gelangen.
- Der Anstieg des Cortisolspiegels unterliegt zwei unterschiedlichen Mechanismen.
- Zum einen gleicht es den zu hohen anabolen Schenkel aus und zum anderen kompensiert Cortisol Unterzuckerungen, indem es Eiweiß in Glukose umbaut. (Gluconeogenese).
- Wir finden bei einer Gluconeogenese im Laborbefund einen erhöhten Harnsäurespiegel.

Auswirkungen der Sexualhormone

- Die täglichen Eiweißopfer bleiben nicht ohne Folgen für die Gewebequalität.
- Wird zu viel Eiweiß verzuckert, kommt es zum Abbau der Rückenmuskulatur in der Folge entstehen Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfällen.
- Auch die Haut leidet, es entstehen **Dehnungsstreifen**.
- In der Pubertät zeigen sie sich häufig an Brüsten, in der Schwangerschaft am Bauch.

Faszien

- Faszienforschung brachte in den letzten Jahren so manches ans Licht und der Ausdruck „verklebte Faszien“ ist uns vertraut.
- Wir wissen, diese können sehr weh tun.
- Doch wie kommt es dazu?
- Zuerst werden **Stresshormone aktiv**
- Durch Stress wird das **Hormon Adrenalin** ausgeschüttet, welches die Herzrate erhöht, um sofort Energie bereitzustellen und den Körper auf Höchstleistungsniveau zu bringen.
- Die verbrauchte Energie wird durch das daraufhin ausgeschüttete **Stresshormon Cortisol wieder aufgefüllt.**
- Dieses sorgt dafür, dass Einfachzucker aus dem Stoffwechsel abgezogen wird, um Energie bereitzustellen.
- Die besprochenen Stresshormone bringen die Faszien unter Spannung.

Nebennieren

- Durch den Verzehr von schnell aufschließbaren KH ist die Nebennierenrinde mit der Aufgabe befasst, vermehrt Cortisol zu produzieren, damit ein Ausgleich der anabolen und katabolen Stoffwechselebene gewährleistet ist.
- Diese Dauerbelastung führt zu einer verminderten Variabilität der NN.
- In der Folge können kurzfristige Belastungen wie:
 - **Witterungseinflüsse**
 - **Alkohol oder auch der Abfall des Progesteronspiegels** zum Ende der Periode hin, weniger gut ausbalanciert werden.
- Aus Sicht der Regulationsmedizin ein relativer Cortisolmangel.
- **Schüßler Salz Nr. 5 Kalium phos. D 6 morgens und Salbe Nr. 5 auf die NN**
- **Schüßler Salz Nr. 7 Magnesium phos. D 6 abends und Salbe Nr. 7 auf die NN**

Jod und seine Bedeutung für die Hormone

- Jod wurde in der Vergangenheit in seiner Bedeutung als essenzielles Element für den Organismus unterschätzt.
- In der orthomolekularen Medizin aber zunehmend wahrgenommen
- **Jod und seine Bezugsorgane: Schüßler Salze Nr. 1 D 12 und Nr. 15 D 6**
 - ✓ Schilddrüse
 - ✓ Brustdrüse
 - ✓ Ovarien
 - ✓ Prostata
 - ✓ Nebennieren
 - ✓ Gehirn und seine Entwicklung
 - ✓ Haut
 - ✓ Kind – Entwicklung – Wachstum - Schilddrüse

Symptome des Jodmangels

- Schilddrüsenunterfunktion
- Schilddrüsenvergrößerung (Kropf) sowie Knotenbildung
- Schilddrüsenveränderungen im Alter, Gehirnleistungsstörungen
- Burnout bei Schilddrüsenerkrankungen
- Chronische Erschöpfung und Müdigkeit
- ADHS/ADS bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen
- Entwicklungsstörungen in der Kindheit
- Fruchtbarkeitsstörungen
- Fibrozystische Mastopathie (sehr häufige, gutartige Brusterkrankung)
- Brustkrebs
- Eierstockzysten
- Chronische Prostataerkrankungen

Arzneistoffe

- Können Auslöser sein.
- Amiodaron (jodhaltiges Herzmittel)
- Interferon-alpha
- Antivirale HIV-Medikamente
- Lithium
- Jodhaltige Kontrastmittel
- Jodhaltige Tinkturen

Schilddrüse

- Morbus Basedow
- Hashimoto Thyreoiditis

Organzone Schilddrüse

Der Schilddrüse ist der Bereich zwischen Nase und Oberlippe, unter den beiden Nasenflügeln, zugeordnet. Hier können wir Hinweise auf die Schilddrüse im All-

gemeinen und mögliche Erkrankungen im Zusammenhang mit dem Hormonsystem finden. Auch die Augenbrauen geben Hinweise.



Bild 25: unter den Nasenflügeln, Augenbrauen

Aus Sicht der Naturheilkunde

- Immer dann, wenn im Energiehaushalt oder in der Stressverarbeitung Probleme auftreten, könnte die Schilddrüse dahinterstehen; **Stichwort: Burnout!**
- Sie kann dahinter stehen, wenn Stress nicht mehr ertragen wird.
- Stress ist relativ und wird unterschiedlich empfunden.
- Sonstige Lebenssituationen von früher sollten mit hinterfragt werden.
- Sobald die Schilddrüse auffällig wird, sollte sie wenigstens mittherapiert werden.

Muskulatur des Halses

- Setzt sich aus vielen Muskeln zusammen, diese sitzen zum Großteil im Nacken.
- Sind diese verkrampft, blockieren sie den Blutfluss in den Blutgefäßen des Halses und drosseln auch die Blutversorgung von Nerven, die zur Schilddrüse hin ziehen.
- Wahrscheinlich ist die daraus entstehende **Nervenstörung** im Gewebe einer der Hauptfaktoren, die **Veränderungen** in der **Schilddrüse** hervorrufen.
- **Schüßler Salze Nr. 1, 3, 7, Salbe 1 und 7**

Hypothyreose

Typische Symptome

- Kälteempfindlichkeit, keine ideale Körpertemperatur von 36,8 ° C
- Unfähigkeit Gewicht abzunehmen
- Haut- und Haarprobleme
- Hornhaut an den Fersen
- Häufige Obstipation
- Herabgesetzte Leistungsfähigkeit
- Depressive Verstimmung
- Herabgesetzte Libido
- Ev. verfrühte Menopause
- Können perimenopausale- und menopausale Beschwerden verschlimmern
- Frauen landen möglicherweise auf dem OP-Tisch zur unnötigen Entfernung des Uterus, aufgrund ihrer Beschwerden
- Blutzuckerspiegel wird beeinflusst, dass führt zu Gewichtszunahme (Bauchfett), trotz weniger Kalorien
- Depressiv und gestresst oder auch beides (Antidepressiva und Schlafmittel werden fälschlicherweise verordnet! Gedächtnis lässt nach, Gedanken vernebelt, Symptome wie bei Alzheimer!)
- Oft auch die Ursache für erhöhtes Cholesterin und erhöhte Triglyceride
- Blutdruck kann steigen
- Haarausfall, Hautprobleme
- Energielosigkeit
- Fatigue-Syndrom
- Schlafstörungen
- Ausgeprägte Hypothyreose: Gelenk- und Muskelschmerzen
- Typisch: Myxödem

Hashimoto-Thyroiditis vergesellschaftet mit weiteren Autoimmunerkrankungen

- **Vitiligo**
- **Sklerodermie (Haut, Drüsen)**
- **Morbus Basedow**
- **Morbus Addison (NN)**
- **Morbus Crohn**
- **Myasthenia gravis**
- **Alopecia areata**
- **Lupus erythematodes**
- **Zöliakie**

Hashimoto-Thyroiditis vergesellschaftet mit weiteren Autoimmunerkrankungen

- **Diabetes mellitus**
- Jeder zehnte **Typ-1-Diabetiker** muss später mit einer Hashimoto Thyreoiditis rechnen
- Durch die NW einer Unterfunktion (Gewichtszunahme) wird die **Insulinresistenz** gefördert und es birgt die Gefahr an **Diabetes Typ 2 zu erkranken**

Hashimoto-Thyroiditis vergesellschaftet mit weiteren Autoimmunerkrankungen

- Perniziöse Anämie
- (Gastritis beachten)

- Rheumaerkrankungen
- Gelenkprobleme sind typische Symptome zahlreicher Autoimmunerkrankungen
- Bei Hashimoto Thyreoiditis können sich im Verlauf durchaus Gelenkbeschwerden einstellen

Hashimoto

Basis-Kur mit Schüßler Salzen

- **Als Erstmaßnahme bei Hashimoto, in jedem Stadium der Krankheit anwendbar**
- Hier finden Sie alle Salze, die bei chronischen Entzündungen im Körper zum Einsatz kommen.
- Entscheiden Sie nach 3 Wochen, wie es den Patienten geht und ev. verlängern Sie noch einmal um 3 Wochen.
- Ev. über Monate fortsetzen!

Hashimoto

Basis-Kur mit Schüßler Salzen

- **Nr. 3 Ferrum phos. D 12**
- (Sauerstoffträger, Durchblutung der Gewebe wird befördert, Lebenskräfte gestärkt, entzündungshemmend, Eisenmangelzustände können mit ausgeglichen werden (Anämie: Nr. 2, Nr. 3 + Nr. 8))
- **Nr. 6 Kalium sulf. D 6**
- (Lebersalz, fördert die Eiweißbildung, die für die Immunabwehr gebraucht wird)
- **Nr. 11 Silicea D 12**
- (bindegewebsstabilisierend, entzündungshemmend, erhöht die Widerstandsfähigkeit der Schilddrüsenzellen)
- **Nr. 12 Calcium sulf. D 6**
- Wirkung wie unter Nr. 11 Silicea D 12
- **Je 5 Tab. täglich, über den Tag verteilt getrennt lutschen, 3 Wochen lang!**
- **Pause, eventuell erneut beginnen über 3 – 4 Monate durchführbar!**

Hashimoto Thyreoiditis im aktiven Stadium

- Angst und Schwäche herrschen vor
- **Nr. 24 Arsenum jodatum D 6**
- **Häufiger am Tag als Heiße Trinklösung mit 5 – 10 Tab.**, gerade, wenn es sich die Ängste zu einer Panikattacke zuspitzen
- In der Regel bei Hashimoto nur selten der Fall, vor allem im akuten Entzündungsstadium möglich.
- Wird von den Menschen genauso erlebt wie beim Morbus Basedow

Hashimoto und eventuell mögliche seelische Kernkonflikte

- Nr. 1 Calcium fluor. D 12
- Mögliches Beispiel:
 - Ängste werden durch einen Verlust von Sicherheit und Schutz hervorgerufen.
 - Existenzängste, Gewichtsverlust, Körper wird sichtlich weicher und schlaffer, Wunden heilen schlecht, Zähne entwickeln Karies und verfärben sich.

Hashimoto und eventuell mögliche seelische Kernkonflikte

- Nr. 5 Kalium phos. D 6
- Mögliches Beispiel:
 - Der Bedarf an Kalium phos. entsteht über Monate bis Jahre durch Stress und manifestiert sich in Form von Schwäche und Abgeschlagenheit in Verbindung mit einer Durchschlafstörung.
 - Es gehen viele Termine durch den Kopf, dadurch leidet der Schlaf.
 - Man trägt viel Verantwortung und weiß nicht mehr, wie man es schaffen soll.
 - Man entwickelt ev. Mundgeruch und die Hautfarbe wird grau.

Hashimoto und eventuell mögliche seelische Kernkonflikte

- Nr. 13 Kalium arsenicosum D 6
- Es wirkt am besten bei Menschen, die jenseits der 50zig sind und zunehmend Angst vor Alter und Sterben entwickeln.
- Frieren leichter (Lebenswärme lässt nach)
- Neigen zu Herzhrythmusstörungen
- Sind häufig ängstlich und verkrampft
- Neigen zu Ordnungszwang

Abnehmen mit Schüßler-Salzen wegen Gewichtszunahme bei Hypothyreose

- Schüßler-Salze sind hilfreich um Stoffwechselaktivitäten in Gang zu setzen und können zur inneren Reinigung beitragen.
- Mein Tipp:
 - **Nr. 4 Kalium chlor. D 6** - Das Salz der Schleimhäute
 - Morgens **5 Tab.** auflösen
 - **Nr. 9 Natrium phos. D 6** – Das Salz des Stoffwechsels
 - Abends **5 Tab.** auflösen
 - **Nr. 10 Natrium sulf. D 6** – Das Salz der inneren Reinigung
 - Abends **5 Tab.** auflösen

Morbus Basedow

- Kommt zum Glück nur selten vor.
- Zur Begleitbehandlung einer thyreostatischen Therapie:
 - Nr. 5 Kalium phos. D 6
 - 2 x tägl. 1 Tab. bis 15.00 Uhr lutschen
- Wegen Engegefühl im Hals
 - Nr. 7 Magnesium phos. D 6
 - Bis zu 5 x 2 Tab. über den Tag lutschen

Biochemische Synthese der Schilddrüsenhormone

- Unter anderem sehr wichtig:

- Selen

- Jod

- Vitamin B 2 und B 3

- Glutathion

- H_2O_2

- Verschiedene Enzyme wie Thyreoperoxidase

- **Zusätzlich zur Diagnostik:**

- Ultraschall-Untersuchung

- Schilddrüsenzintigramm (Struma oder Autonomes Adenom)

Zusammenfassung

- Es sollte der Schilddrüse mehr Beachtung geschenkt werden!
- Wir erleben eine Flut von Schilddrüsenfunktionsstörungen, meist in Form einer Unterfunktion und diese sehr oft nach abgelaufener Autoimmun-Thyreoiditis Hashimoto.

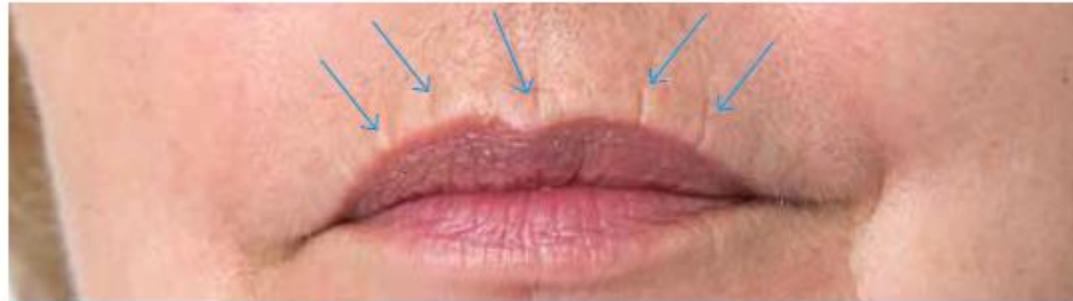


Bild 39: Oberlippensteilfalten

Steile Oberlippenfalten finden sich nur bei Frauen. Hier finden Sie ein sicheres Zeichen für einen Mangel an weiblichen Hormonen, vor allem an Östrogen.

Hier ist in jedem Falle ratsam, auch die Ovarien wie die Nebennieren mit anzuregen.

Fazit

- Es gibt viele Überlegungen
- Ein Blutlabor, eine Analyse des Metabolismus ist sicher richtungsweisend.
- Die kohlenhydrathaltigen Lebensmittel, die den Blutzuckerspiegel schnell ansteigen lassen und somit für den Stoffwechsel ein Problem darstellen, sind die eigentlichen Verursacher.
- Hier ist Aufklärungsarbeit, in den Praxen die Patienten führen mit der Ernährung, der Hinweis auf eine „artgerechte“ Ernährung sicherlich zielführend.



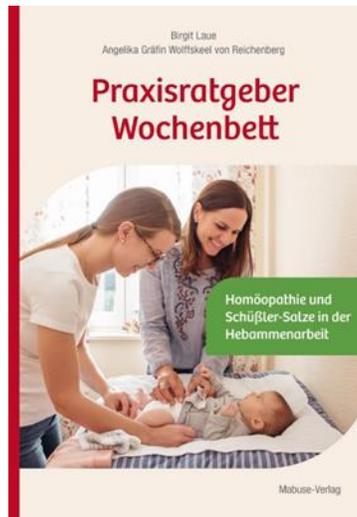
Foto: Norbert Schmelz

Mit freundlicher Unterstützung:



Gesundheit erfahren.

Ich danke Ihnen für Ihre Aufmerksamkeit und wünsche Ihnen viel Gesundheit mit den „Gesundheitserreger“ Dr. Schüßler und meinem Buch „Schüßler Salze Gesichts- und Handdiagnostik“



Meine Bücher