

DIE SCHILDDRÜSE

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite 3
Der Aufbau der Schilddrüse	Seite 4 – 5
Die Aufgabe der Schilddrüse	Seite 6
Die Nebenschilddrüse	Seite 7
Die Überfunktion der Schilddrüse nach westlicher Medizin	Seite 8 – 9
Die Überfunktion der Schilddrüse nach chinesischer Medizin	Seite 10 – 19
- Shaoyang – Feuer und deren Konsequenzen innerhalb der 5 Elemente	Seite 12 – 15
- Der Ursprung dieser Knotenbildung	Seite 15
- Behandlung von Struma und Kropf	Seite 16
- Zunge und Puls	Seite 16
- Kurz zusammengefasst	Seite 16
- Physiologisch	Seite 17
- Ernährungs- und Therapieempfehlung	Seite 18 – 19
Die Unterfunktion der Schilddrüse nach westlicher Medizin	Seite 20 – 21
Die Unterfunktion der Schilddrüse nach chinesischer Medizin	Seite 22 – 31
- Symptome	Seite 22 – 25
- Das Bild innerhalb der 5 Elemente	Seite 25 – 26
- Ernährungs- und Therapieempfehlung	Seite 27 – 29
- Rezepturempfehlung	Seite 29 – 31
Frühzeitiges Erkennen bei Kindern nach westlicher Medizin	Seite 32 – 33
Literaturnachweis	Seite 34
Ehrenwörtliche Erklärung	Seite 35

Vorwort:

Ich habe das Thema „Die Schilddrüse“ gewählt, da mich selber dieses Thema sehr stark berührt.

Tag täglich sehe ich korpulente Personen, die sehr wenig essen und trotzdem dabei zunehmen. Im Gegensatz dazu gibt es Menschen, die den ganzen Tag essen und trotzdem nicht zunehmen. So entstand mein Interesse dies zu hinterfragen.

Ebenso gab es innerhalb meiner Familie den Verdacht auf eine Schilddrüsenunterfunktion.

Daraufhin besorgte ich mir ein paar Informationen aus dem Internet und auch aus Fachbüchern. Zum Glück hat sich der Verdacht auf eine Hypothyreose jedoch nicht bestätigt. Der behandelnde Arzt diagnostizierte schlicht Alterserscheinungen.

Jedoch findet solch eine Problematik nicht immer einen so glimpflichen Ausgang.

Das allerwichtigste ist, immer unter der Leitung einer erfahrenen Therapeutin oder eines erfahrenen Therapeuten zu sein.
Nicht eigenständig handeln.

Ebenso wichtig ist eine vernünftige Diagnostik auf Grund von
Puls
Zunge
und
allgemein, was heute dazugehört
einer westlichen Untersuchung.

Dann kann auf Grund dieser Basis
eine ganz persönliche, individuelle Therapie
angepasst werden.

Die Schilddrüse

Der Aufbau der Schilddrüse

Die Schilddrüse – Glandula thyroidea – ist ein kleines, schmetterlingsförmiges Organ, das wie ein Schild vor der Luftröhre unterhalb des Kehlkopfes liegt.

Bei einem gesunden erwachsenen Menschen wiegt die Schilddrüse um die 20 Gramm und ist in der Regel weder sichtbar, noch tastbar.

Sie besteht aus zwei größeren Seitenlappen, dem Lobus Dexter und dem Lobus Sinister, welche am so genannten Isthmus miteinander verbunden sind.

Der Isthmus überspannt die vordere Seite der Luftröhre unterhalb des Kehlkopfes, die Schilddrüsenlappen legen sich beidseits an.

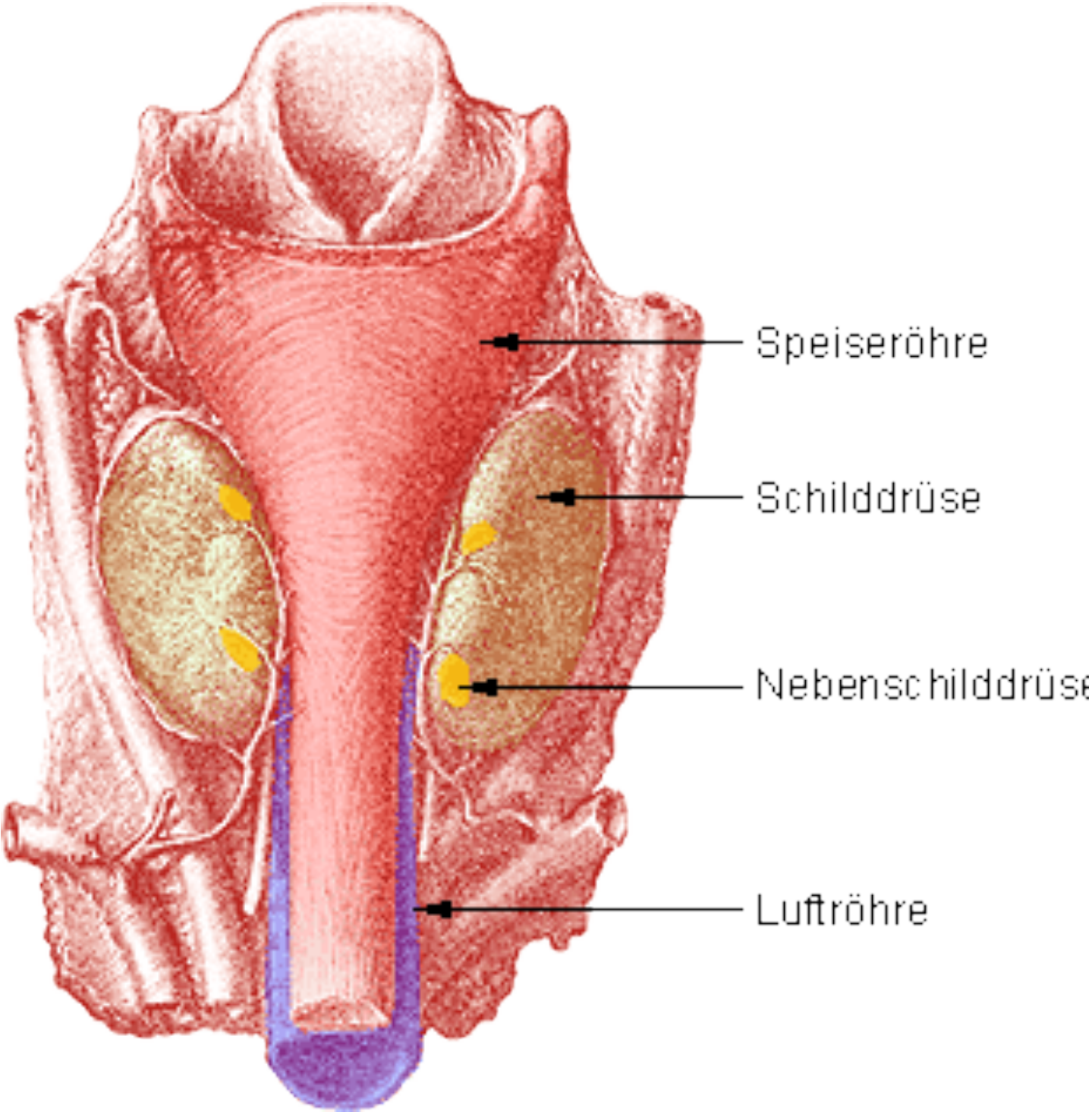
Die Schilddrüse wird von zwei Bindegewebskapseln umgeben:

- Die innere Kapsel, die dem Organ direkt anliegt, ist fest mit selbigen verwachsen.
- Die äußere Kapsel steht vorne mit der Zungenbeinmuskulatur und seitlich mit vielen wichtigen Gefäßen und Nerven in Verbindung. Nach hinten grenzt sie an die Luftröhre.
- Zwischen den Kapseln befinden sich lockere Bindegewebe, in das unter anderem Verzweigungen von Schilddrüsengefäßen eingebettet sind.

Eine wichtige Bedeutung hat auch die Nachbarschaft der äußeren Kapsel zum so genannten Nervus Laryngealis Recurrens, einem Nerv, der die inneren Kehlkopfmuskeln motorisch innerviert. Wird dieser bei Operationen beschädigt oder bei krankhaften Schilddrüsenvergrößerungen eingeengt, so kommt es zur Heiserkeit, im schlimmsten Fall sogar zur Stimmbandlähmung.

Die Schilddrüsenhormone regeln sämtliche Stoffwechselfvorgänge und halten diese im Gleichgewicht.

- Sie steuern das Wachstum
- Sorgen dafür, dass sich Nervensysteme, Kreislauforgane, Drüsen und Muskulatur im Kindesalter normal entwickeln und später reibungslos funktionieren.



Die Aufgaben der Schilddrüse

Die Schilddrüse ist ein Organ, das Hormone (Trijodthyronin, Tetrajodthyronin/Thyroxin und Calcium) bildet und diese an das Blut weitergibt.

Die Hormone werden aus Jod und Eiweißbausteinen gebildet. Diese werden in der Schilddrüse gespeichert und je nach Bedarf des Organismus an das Blut abgegeben. Die Hormone können alle Organe des Körpers erreichen, in denen sie für normale Funktionsabläufe sorgen. In der Regel durch Aktivierung von Stoffwechselprozessen.

Ohne die Hormone der Schilddrüse funktioniert im menschlichen Organismus nicht sehr viel.

- Die Herzschlagfrequenz und Schlagkraft des Herzens,
- die Körpertemperatur,
- der Energieumsatz der Zellen,
- die Arbeit der Skelettmuskulatur,
- Wachstum und Reifung des Zentralnervensystems,

alles wird mit Hilfe der Schilddrüsenhormone gesteuert. Wenn hier nun zu viele oder zu wenige Hormone zur Verfügung stehen, können Vielfältige Krankheitsbilder entstehen.

Die Nebenschilddrüsen

Bei den Nebenschilddrüsen handelt es sich um vier linsenförmige Drüsen, die auf der Rückseite der Schilddrüse zu finden sind. Die Aufgabe dieser Epithelkörperchen besteht in der Produktion des Hormons Parathyrin.

Parathyrin dient der Regulation des Calcium- und Phosphatspiegels im Blut. Bei einer gesteigerten Drüsenaktivität steigt auch der Calciumspiegel im Blut an. Dabei stammt das Calcium aus einem vermehrten Calciumabbau in den Knochen.

Bei einem Übermaß an Parathyrin kann dieser gesteigerte Abbau zu einer Erweichung der Knochen führen.

Ein Mangel an Parathyrin hingegen ist ursächlich für einen extrem niedrigen Calciumspiegel, der zu einer Übererregbarkeit des Nervensystems mit dem Symptom von Muskelkrämpfen führen kann.

Überfunktion der Schilddrüse nach westlicher Medizin

Werden in der Schilddrüse zu viele Hormone gebildet, wird der Stoffwechsel kräftig angekurbelt. Dies ist das Krankheitsbild einer Schilddrüsenüberfunktion auch Hyperthyreose genannt.

Charakteristische Merkmale einer Hyperthyreose sind:

- Unruhig
- Reizbar
- Nervös
- Leiden unter Konzentrationsschwäche
- Leiden unter nachlassender Leistungsfähigkeit
- Schlafstörungen
- Gewichtsverlust
- Schwitzen
- Wärmeunverträglichkeit
- Haarausfall
- Herzbeschwerden
- Empfindung von einem dauerhaft erhöhtem Pulsschlag (das Herz schlägt auch oft in Ruhe schneller)
- Kann sich schlecht beherrschen
- Muss mehrmals täglich auf die Toilette, früher fest geformter Stuhl ist jetzt weicher.
- Die Haut ist warm und weich
- Die Nägel brechen sehr leicht
- Die Augen sind empfindlicher als früher auch sehr stark lichtempfindlich
- Die Augen können auch stärker hervortreten, sodass man Doppelbilder sieht.
- Verschwommenes sehen
- Augenschmerzen
- Tränende Augen (wird oft als Glanzauge bezeichnet)
- Fremdkörpergefühl im Auge
- Kopfschmerzen

Gründe für eine ärztliche Untersuchung sind oft

- Eine zum Kropf vergrößerte Schilddrüse
- Auftreten von Augensymptomen (siehe Oben)

Zu viele Schilddrüsenhormone können zu

- Menstruationsstörungen
- Verminderung von Libido
- Potenz
- Konzeptionsfähigkeit führen

Überfunktion der Schilddrüse nach chinesischer Medizin

Klienten mit einer Überfunktion der Schilddrüse oder Kropfproblematik sind sexuell sehr unzufrieden. Sie haben starke emotionelle Belastungen.

Es besteht eine sehr nahe Beziehung zwischen dem Hals, dem Sprachzentrum und der Sexualität, unserem Geheimniszentrum.

Das wissen ganz besonders die Buben in der Zeit, in der sich die Stimme ändert – der Stimmbruch (Verbindung zwischen sexuellen Kräften und Sprachzentrum).

Von einer Überfunktion der Schilddrüse sind mehr junge Frauen betroffen als Männer.

Das Gallenblase – Qi ist massiv gestaut. Die Galle wird mehr betont als die Leber, weil emotionale Merkmale und Unzufriedenheit mehr im Aggressionsbereich sind. Bei einer Stagnation des Gallenblasen – Qi ist auch der freie Fluss des Qi innerhalb des Yang Ming (Magen und Dickdarm) beeinträchtigt. Hier haben wir den Ursprung für unsere Schleimproblematik und dadurch für unsere Stagnation im Halsbereich. Es ist letztendlich die Funktion des Yang Ming den Halsbereich, die Schilddrüse, mit Qi und Blut zu versorgen.

Der Yang Ming Meridian hat einen klaren deutlichen Verlauf. Der mächtige Meridian hat seinen Ursprung im Gesicht im Augenbereich, und bewegt sich abwärts bis zur Fußspitze bis zu dem Punkt Ma 45, und dieser Meridian durchdringt unseren Halsbereich.

Es gibt mehrere Meridiane die einen Bezug zum Hals oder der Schilddrüse haben, aber der Magenmeridian ist etwas ganz besonderes was die Aufgaben betrifft.

Die Stagnation des Gallenblasen – Qi reicht nicht aus, um eine Überfunktion zu bekommen, auch eine Stagnation des Magen – Qi nicht.

Was höchstens passieren kann:

- Erstickungsgefühl im Halsbereich
- Unwohlfühlen im Halsbereich, wenn z.B. jemand die Halspartie anfassen möchte.
- Shaoyang Patienten mögen in der Früh nicht angefasst werden, mögen keine Nähe, sind sehr grantig.

Die Stagnation des Magen – Qi beeinträchtigt die Resorptionsfähigkeit des Mittleren Erwärmers, man neigt mehr zu Völlegefühl, zu Blähungen, Verstopfungen, das Magen – Qi rebelliert nach oben – aufstoßen.

Mit der Zeit wird die Stagnation des Yang Ming zu einer Schleimproblematik.

Die Stagnation des Shaoyang - Qi beeinträchtigt indirekt die Nieren und das Herz. Rückwirkend wird auf der Wasserebene von der Stagnation des Gallenblasen – Qi wieder die Stagnation des Nieren – Qi hervorgerufen, und im Herzbereich verliert das Herz – Qi aufgrund der zeitlichen Opposition an Vitalität.

Mit der Zeit (1 Monat bis 1 Jahr) wandelt sich die Stagnation des Gallenblasen – Qi in einen Feuerzustand um, und wenn das Feuer aufgrund von Stagnation sich daraus entwickelt, dann kann eine Überfunktion der Schilddrüse entstehen.

Das Feuer ist notwendig um eine Stagnation des Gallenblasen – Qi / Hals – Qi zu erlangen.

Um Hitze bzw. Feuer zu erlangen müssen die Aggressionsmuster sehr stark sein. Ein Unzufriedenheitsmuster im Beziehungsleben, in Partnerschaft, ein sexuelles Leben muss vorhanden sein, damit derjenige aus einer Stagnation ein mächtiges Feuer, sogar ein toxisches Feuer entwickeln kann.

Das Shaoyang ist in einem Pluszustand, in einem Füllezustand.

Shaoyang bedeutet Zwillingsverbindung zwischen einem Organ, der Galle, einem Sonderorgan und einem Yang – Organ. Diese sehr wichtige Funktion, die im Grunde genommen einen Einfluss auf unser gesamtes Metabolisment ausübt, ist der Dreifache Erwärmer. Der Shaoyang ist blockiert und sehr stark entzündet.

Shaoyang – Feuer und deren Konsequenzen innerhalb der 5 Elemente

1.) Kontrollzyklus:

Holz kontrolliert Erde. Die Galle kontrolliert normalerweise den Magen (die Magenfunktion) und aufgrund dieser mächtigen Stagnation/Feuer entwickelt sich im Magenbereich genau das gleiche. Das Magenfeuer nimmt zu. Der Klient mit einer Überfunktion der Schilddrüse hat auch einen Heißhunger, verliert dabei aber auch an Gewicht. Der Gewichtsverlust hat mit einer Defizienz des Milz – Yin zu tun. Die Milz herrscht über die Form, dem Gewebe, dem Fleisch, das heißt, wenn das Magenfeuer zunimmt nach der so genannten Innen-, Außenposition dann nimmt das Milz – Yin ab.

2.) Das Shaoyang – Feuer beeinträchtigt das Herz

Der Zeitpunkt der Gallenblase ist zwischen 23 Uhr und 1 Uhr nachts, und der Zeitpunkt des Herzens ist zwischen 11 Uhr und 13 Uhr. Dadurch merkt man, dass die beiden Organe zeitlich in einer sehr engen Position liegen. Die Fülle der Galle verursacht eine Leere des Herzens. Wir haben es hiermit mit einem mächtigen Feuer zu tun, das heißt die Leere des Herzens betrifft ganz besonders eine Leere des Blutes und eine Leere des Herz – Yin .

Das bedeutet, der Klient

- ist sehr unruhig
- neigt zu Palpitationen
- Schlafproblematik und Schlaflosigkeit
- Nachtschweiß
- der Schlaf ist nicht erholsam
- Durchschlafstörungen
- Probleme in der Früh richtig munter zu werden

Nach der Fünf – Elementen – Lehre sagt man, das Holz kann das Feuer nicht versorgen, die Mutter verletzt das Kind, eine Gallenblasenfülle erzeugt eine Leere des Herzens.

Das Yang des Holzes ist mächtig, das heißt nach dem Innen- und Außengesetz wird mit der Zeit das Leber – Yin viel schwächer. Das Gallenblasen – Feuer verletzt zunächst das Leber – Blut und dann das Leber – Yin. Der Klient hat eine Sehnen- und Muskelproblematik und ganz besonders Augenprobleme.

Der Lebermeridian ist ein aufsteigender Meridian. Er hat seinen Ursprung an der großen Zehe und bewegt sich aufwärts zu den Flanken an dem Punkt Le 14. Es gibt einen inneren Verlauf des Lebermeridians, der durch den Magen, durch die Lunge, durch den Hals und durch die Augen geht und am Scheitel/Vertex am Punkt Dumei 20 mündet. Diesen Punkt nennt man Beiroi.

Diese Yin – Schwäche welche erstmals in der akuten Phase eine Blutschwäche verursacht, begünstigt eine beschleunigte Bewegung des Leber – Qi, was man erstmal in der TCM als beschleunigtes Leber – Qi übersetzt, und in weiterer Folge als aufsteigendes Leber – Yang. Diese aufsteigenden Bewegungen des Leber – Yang rufen Augenproblematiken hervor. (hervortreten der Augenäpfel mit weiten Lidspalten, oder Glanzauge). Dieses Augenproblem wird von der Leber kontrolliert. Sie herrscht über die Augen, aber nicht nur die Leber, sondern fast alle Meridiane haben einen Anschluss im Augenbereich. In diesem Zusammenhang ist es im Grunde die Schwäche des Leber – Yin und des aufsteigenden Leber – Yang was diese Symptome im Augenbereich verursachen.

Rückwirkend verletzt das Gallenblasen – Feuer das Nieren – Yin. Das ist der Erschöpfungszyklus von Holz zu Wasser. Die Gallenblase ist der Vertreter des Nieren – Feuers, der Ebene des Mittleren Erwärmer. Normalerweise ist es die Aufgabe des Nieren – Yang das Gallenblasen – Qi aufrecht zu erhalten und mit genug Energie zu versorgen.

Die Erschöpfung des Nieren – Yin erzeugt noch mehr Erschöpfung, und dadurch noch mehr Leere im Leberbereich.

Aufgrund dieser Doppelkombination von Nieren – Yin – Problematik und Leber – Yin – Problematik entsteht im Körper ein inneres Windsymptom. Ein innerer Wind ist nichts anderes als ein Yang, das nicht mehr kontrolliert wird, und sich auf sehr gewaltige Weise nach oben entfaltet. Man könnte letztendlich sagen, eine innere Windsymptomatik ist eine Zentralnervensystemstörung.

Diese Symptome, die dadurch entstehen sind nicht nur lebhaftere Reflexe, es sind ganz besondere Tremor. Was zum Schluss noch dazu kommt, ist, dass dieses Gallenblasen – Feuer, das wiederum das Yang Ming beeinträchtigt, das heißt den Magen beeinträchtigt, das Magen – Feuer anregt, das Milz – Yin verletzt, das Leber – Yin erschöpft, das Herz – Blut erschöpft und rückwirkend das Nieren – Yin erschöpft. Denn dieses mächtige Gallenblasen – Feuer erzeugt auf der Blutebene richtige Bluthitzesymptomatik, und diese Bluthitzesymptomatik löst Symptome von Hyperthyreose aus.

Die Klienten haben eine deutliche Wärmeintoleranz. Diese Intoleranz hat erstmals nichts mit dieser aufsteigenden Yang – Problematik zu tun. Manche glauben vielleicht, dass diese Yang – Ansammlung an der Oberfläche mit einem aufsteigenden oder freigesetzten Yang zu tun hat. Dies ist aber nicht korrekt. Die Hyperthyreose hat letztendlich etwas mit einer Bluthitze – Problematik zu tun. Diese Bluthitzesymptomatik drückt sich bei Frauen mit Mens – Problemen aus.

Es gibt für Klientinnen mit einer Überfunktion mehrere Muster:

1.) Diese Klientin hat eine mächtige Stagnation des Gallenblasen – Qi.

Man kann davon ausgehen, dass diese Klientin PMS mit Aggressionsmustern hat. Sie ist sehr reizbar, grantig vor der Mens. Wenn dieses Feuer sehr mächtig wird, und auch das Yin den Körper verlässt, wird das Leber – Blut und Nieren – Yin ausgezehrt. Dann kann man grundsätzlich davon ausgehen, dass die Klientin eine nur spärliche oder sporadische Mens oder mit großen Pausen zwischen zwei Mensis hat. Dies entspricht ganz besonders der chronischen Form von Überfunktion der Schilddrüse mit mächtigem Gewichtsverlust.

2.) Blut – Hitze.

Wir haben es hier mit einer Klientin zu tun, wo die Blutungen spärlich sein können. Auf Grund von Defizienz von Yin und Defizienz des Blutes sind die Blutungen aber durch diese Blut – Hitze sehr ausgeprägt, sehr rot bis dunkelrot und können auch übel riechend sein.

So muss man in der Gynäkologie bei einer Überfunktion der Schilddrüse auf 3 Symptome ganz besonders aufpassen

- a) Qi – Stagnation (ist der Ausgangspunkt)
- b) Blut – Hitze
- c) Yin – Schwäche

Aus der Kombination von allen drei Symptomen können auch Mensesprobleme in Form von spärlichen Blutungen mit Blutklumpen auftreten. Das Blut kann dunkelrot sein, und wenn die Hitze so mächtig überwiegt kann das Blut auch übel riechen.

Der letzte Aspekt, der Hyperthyreose ist die Kropfkrankheit.

Das sind lokale Beschwerden, die aus der Schwellung der Schilddrüse eine Knotenbildung erzeugt.

Der Ursprung dieser Knotenbildung:

Die Stagnation des Shaoyang beeinträchtigt das Yang Ming Qi. Es ist wichtig, dass das Yang Ming eine absenkende Bewegung hat für die Resorption und für die Ausscheidung. Durch die Umkehrung des Qi und durch dieses Feuer das dazugekommen ist, entsteht im Hals eine Schleimproblematik.

Ein zusätzlicher Faktor, der diese Strumaproblematik so beeinträchtigt ist diese Defizienz /Schwäche des Yin. Eine Verletzung des Yin begünstigt eine zähe Schleimansammlung ganz besonders im Oberen Körperteil. Dadurch führt eine Yin – Schwäche zu einem aufsteigenden Leber –Yang. Die herabführende Bewegung des Qi, was von der Lunge kontrolliert wird, ist im Grund genommen vollständig. Das Qi geht an die Decke und Schleim bzw. zäher Schleim sammelt sich im oberen Körperteil an.

Dadurch bildet sich im oberen Körperteil und ganz besonders im Halsbereich, das Zentrum der Freude und Glückseligkeit, zäher Schleim. Das ist der Ursprung für Struma nach der traditionellen chinesischen Medizin.

Behandlung von Struma / Kropf:

Dies erfolgt auf mehreren Ebenen. Man wird nicht nur das Gallenblasen – Qi und das Yang Ming Qi bewegen und wieder regulieren. Man braucht auch sehr spezielle schleimlösende Kräuter und auch Kräuter, die eine Halswirkung haben. Zusätzlich muss man auch spezielle Kräuter nehmen, die gleichzeitig bewässernd wirken, als auch befeuchtend und Schleim auflösend wirken.

Man merkt, dass das Bild einer Überfunktion der Schilddrüse ganz schleichend von Fülle zu Leere übergeht.

Die Zunge ist normalerweise schmal, dünn, zittrig und rissig.

Der Puls ist üblicherweise oberflächlich, gespannt, dünn und wenn man drückt ist der Puls in der Tiefe leer und schnell.

Kurz zusammengefasst:

Der Ausgangspunkt ist Shaoyang - mächtige Aggressionsmuster – die das Yang Ming beeinträchtigen. Dann wandelt sich die Qi – Stagnation in Feuer um, erzeugt wiederum im Magen – Bereich mächtige Hitze. Nach der Koppelung Innen – Außen verliert die Milz an Yin – Anteil. Da die Milz die Formen kontrolliert, verliert sie ein wenig an Gewicht, dadurch bekommt der Klient Heißhunger, isst viel und nimmt aber trotzdem ab. Nach der Verbindung der Organzeiten bedeutet eine Fülle der Gallenblase eine Leere des Herzens.

Der Klient hat eine Blutschwäche und eine Yin – Schwäche des Herzens mit Herzklopfen, einer Hypersensibilität, Nachtschweiß, Unruhe und Palpitationen. Innerhalb dieses Holzelementes eine Fülle der Gallenblase bedeutet eine Leere der Leber.

Der Grund für das hervortreten der Augenäpfel ist, dass das Leber – Blut und das Leber – Yin abnehmen.

Das Gallenblasen – Feuer verletzt rückwirkend von Holz zu Wasser das Nieren – Yin und erzeugt damit in Verbindung mit Leber –Yin Windbeschwerden, das heißt zittern,

lebhaftere Reflexe, aber auch Krampfstörungen. Als letztes erzeugt die Qi – Stagnation mit Feuer, zusammen mit Yang Ming – Problematik und Yin – Schwäche, das was wir Struma bzw. Kropfproblematik nennen. Die Chinesen diagnostizieren dies als eine Schleimansammlung.

Physiologisch

übersetzt könnte man sagen, dass die Schilddrüse von 3 Organen kontrolliert wird. 3 Organe – 1 Funktion. Die 3 Organe sind die Niere, die Gallenblase und das Herz (das Perikardensystem) und diese werden von 1 Meridian versorgt und das ist der Yang Ming Meridian.

Eine Überfunktion der Schilddrüse auf Grund einer massiven Erschöpfung des Yin (z.B.: Entbindung, Wechselproblematik) reicht nicht aus. Psychosomatische Komponenten spielen eine entscheidende Rolle, was die Überfunktion einer Schilddrüse betrifft. Ebenso ist es klar, dass wenn eine Frau nach einer Entbindung eine Überfunktion der Schilddrüse bekommt, hier Beziehungsprobleme die Auslöser sind.

Ernährungs- und Therapieempfehlung für eine Strumabildung (Schilddrüsenvergrößerung)

Empfehlung:

Bei einem Leber – Qi – Stau liegt das Hauptproblem nicht an der Kombination der Nahrungsmittel und deren Zubereitung, sondern an der emotionalen Verfassung des Klienten/ der Klientin.

Wichtig ist, dass die Speisen mit Freude gegessen werden.

Einengende Diätvorschriften sind für einen Klienten mit einem Leber – Qi – Stau möglicherweise von Nachteil.

Viele Gewürze sollen bei der Zubereitung der Speisen verwendet werden (Estragon, Rosmarin, Thymian,.....)

Mit Rotwein kochen

Zeit nehmen bei der Einnahme der Mahlzeiten

Gerichte optisch schön gestalten

In angenehmer Atmosphäre mit Freunden speisen.

Westliche Kräuter:

Schafgarbe

Gänsefingerkraut

Kamille

Pfefferminzblätter

Weißdornblüten

Baldrianwurzel

Kalmuswurzel

Gelbwurz

Rote Pfingstrosenwurzel

Birkenblätter

Ernährungsempfehlung:

Das Yin gehört genährt

Die Hitze muss man klären

Schleim auflösen und diese Schleimansammlung gehört zerlegt.

Die Klientin sollte auf Kaffee verzichten.

Eine Psychotherapie wäre sehr wichtig.

- Adzukibohnen
- Algen
- Brombeeren
- Buchweizen
- Dinkel
- Hirse
- Champignon
- Fiolen
- Karotten
- Khaki
- Krebse
- Lorbeer
- Gekochtes Wasser trinken
- Orangenschale
- Reis
- Salz
- Sonnenblumenkerne
- Zwiebel

Unterfunktion der Schilddrüse nach westlicher Medizin

Wenn in der Schilddrüse zu wenig Hormone gebildet werden, führt dies zu einer Verlangsamung der Körperfunktionen. Diese Erkrankung der Schilddrüse nennt man auch noch Hypothyreose.

Charakteristische Merkmale einer Hypothyreose sind:

- Extrem kälteempfindlich
- Leiden unter dauernder Müdigkeit und Antriebsschwäche
- Konzentrationsschwierigkeiten
- Nachlassende Leistungsfähigkeit
- Verlangsamter Herzschlag
- Niederer Blutdruck
- In schweren Fällen ist das Herz allseits vergrößert
- Neigung zur Arteriosklerose wird mit dem erhöhten Cholesterinspiegel in Verbindung gebracht
- Wasseransammlungen an verschiedenen Stellen des Körpers -> Gesicht kann langsam anschwellen
- Die Ödeme verdicken auch oft die Zunge, dadurch können die Betroffenen oft nur sehr langsam und verwaschen sprechen.
- Zunahme an Gewicht
- Menstruationsstörungen
- Verminderung von Libido
- Potenz- und Konzeptionsfähigkeit
- Kühle, dicke bis leicht schuppige und blasse Haut, die sich pastenartig oder teigig anfühlt
- Die Haare sind trocken und stumpf und gehen oft aus
- Achsel- und Schambehaarung, sowie die Augenbrauen sind kaum vorhanden.
- Verstopfung, Blähungen, Gefahr eines Darmverschlusses

Eine der Hauptursachen für die Hypothyreose ist durch eine chronische Entzündung zerstörtes Schilddrüsengewebe, das keine Schilddrüsenhormone mehr produzieren kann. Ebenso kann dies angeboren oder durch eine teilweise oder eine ganz entfernte Schilddrüse entstehen.

Allgemeine Beschwerden:

- Leistungsminderung
- Schwäche
- Verstopfung
- Lethargie
- Antriebsmangel
- Müdigkeit
- Kältegefühl und Frieren
- Gedächtnisminderung
- Verminderte Schweißneigung

Selten:

- Depressive Stimmungen
- Gewichtszunahme
- Herzbeschwerden
- Haarausfall
- Appetitlosigkeit
- Gliederschmerzen

Unterfunktion der Schilddrüse nach chinesischer Medizin

Symptome:

- Deutliche Symptome von Defizienz des Qi
- Defizienz des Yang
- Feuchtigkeit
- Feuchte Kälte
- Schleim – Kälteansammlung
- Apathie
- Deutliche psychische Störung
- Neigung zu Depression; Depression heißt Feuchtigkeit und Schleim
- Das Yang Qi fehlt
- Kälte – Merkmal überwiegt.
- Herabsetzung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit.
- Das Nieren – Yang ist verletzt
- Kälte Intoleranz, der Klient friert sehr leicht. Das ist, weil bei einer Unterfunktion der Schilddrüse das Nieren – Yang und Milz – Yang mit beteiligt sind.
- Mimische Starre. Das ist oft, weil die Herz/ Shen - Energie blockiert ist. Dadurch entsteht die Erstarrung im Gesicht, Mangel an Ausdruck
- Extreme Stuhlverstopfung.

Nach der Organzeit besteht eine Dickdarm – Feuchte – Kälte – Stagnation. Niere und Dickdarm sind zeitmäßig in Opposition, so wenn das Yang des Dickdarms fehlt, dann sammelt sich Feuchte – Kälte. Das heißt die Darmperistaltik ist sehr geschwächt. Das Yang ist nicht vorhanden. Die Treibkraft ist nicht da und die Defizienz des Milz – Qi und Milz – Yang begünstigen wiederum noch mehr Feuchte – Kälte – Ansammlungen im Dickdarmbereich. Ebenso haben wir eine Verlangsamung des Stoffwechsels. Der 3 – fache – Erwärmer funktioniert nicht gut. Wir haben eine Anämie oder Resorptionsstörung von Eisen oder Vitamin B12. Hier besteht eine Problematik des 3 – fachen – Erwärmers. Dadurch kann man sagen, dass eine

Unterfunktion der Schilddrüse seinen Ursprung in der Niere hat und im Milz – oder Magen – Bereich zum Ausdruck kommt. Der Klient/ die Klientin nimmt trotz wenig zu. Weil die Extraktion verlangsamt ist, ist die Transportfunktion der Milz verlangsamt. Das Yangqi fehlt.

Als nächste Stufe bilden sich sogar Milz – Ödeme (Flüssigkeitsproblematik). Das Muskelgewebe ist teigig und geschwollen. Dies ist ein typische Milz – Symptom. Die Milz – Ödeme – Bildung teilt sich auf 3 Organen auf (Nieren, Milz, Herz) und 1 Funktion (3 – facher – Erwärmer). Die Milz überwiegt. Sie ist in Zeitposition mit dem 3 – fachen – Erwärmer. Von der Yang – Schwäche der Milz begünstigt eine Stagnation der Körperflüssigkeiten (= Fülle des 3 – fachen – Erwärmers) und es ist hier eine massive Defizienz des Nieren – Yang und Milz – Yang, so dass der Klient / die Klientin zu einer Flüssigkeitsstagnation neigt. Der Klient /die Klientin ist aufgeschwemmt.

Auch bei einer Unterfunktion der Schilddrüse kann es zu einer Kropfproblematik / Vergrößerung der Schilddrüse kommen.

Man muss schon bedenken, dass ein Kropf gutartig aber auch bösartig sein kann. Bösartige Formen sind sehr selten ~ 1% von allen Schilddrüsenneubildungen. Es müssen aber trotzdem sorgfältige Abklärungen erfolgen.

Eine Gesundheitsorganisation hat
folgende Größeneinteilungen des Kropfes festgelegt:

Stadium 0: keine Struma

Stadium 1: sichtbare und tastbare Vergrößerung der Schilddrüse

Stadium 2: gut sichtbare und tastbare Vergrößerung der Schilddrüse

Stadium 3: Struma bereits aus größerer Entfernung sichtbar

Es kommt dann zu lokalen Komplikationen wie Behinderung der Luft- und Speiseröhre oder Ausbreitung der Schilddrüse hinter dem Brustbein.

Der Kropf muss je nach Ursache behandelt werden.

Wenn z.B.: nach westlichen Kriterien ein Jodmangelkropf zu Grunde liegt, werden Jod und Schilddrüsenhormone verabreicht.

Ein Kropf wird erst dann operiert, wenn es zu Komplikationen gekommen ist oder auch bei einer bösartigen Form des Kropfes.

Die Radiojodtherapie kommt bei nichtoperationsfähigen oder bei nichtoperationswilligen Klienten zur Anwendung.

Es gibt eine Autoimmunologische Form. Das ist eine Schilddrüsenentzündung. Sie verläuft meist unbemerkt. Sie wird erst dann bemerkt, wenn sich deutliche Zeichen einer Hypothyreose entwickeln. Zu diesem Zeitpunkt ist bereits ein großer Teil des Schilddrüsengewebes zerstört. Das ist die Vorstufe der Unterfunktion der Schilddrüse.

Chinesen gehen davon aus, dass alle Immunproblematiken letztendlich mit einer Fehlfunktion der Nieren – Energie zu tun haben (Nieren – Qi, Nieren – Yin, Nieren – Yang). Es hat tatsächlich was mit der Nieren – Problematik zu tun.

Die Unterfunktion der Schilddrüse kann auch sehr schleichend beginnen.

Man merkt es zu Beginn nicht.

- Man nimmt einfach etwas zu
- Man hat weniger Appetit
- Im Gesicht sieht man ein wenig traurig aus (wenig Glanz im Gesicht)
- Man neigt in der Früh zu Ödemen
- Man ist beim Aufwachen etwas geschwollen und aufgedunsen im Gesicht.
- Eine allgemeine Schwäche der Muskulatur
- Die Haare werden dünn, brüchig, können auch ausfallen
- Die Haut wird trocken. Die Trockenheit hat damit zu tun, dass das Yangqi die Säfte an der Oberfläche nicht verteilen kann.
- Die Haut wird sehr dick, Orangerhaut, aufgedunsene Haut
- Die Fingernägel werden brüchig und bekommen Längsrillen
- Man neigt zur Verstopfung
- Sprache und Denken ist langsam, man wird vergesslich
- Die Sexualität wird beeinträchtigt

- Das Nieren – Yang ist zu schwach und man merkt eine allgemeine Veränderung der Persönlichkeit.
- Der Zungenkörper schwellt auf, wird breit.
- Die Feuchtigkeit wird auch mehr und der Herzrhythmus wird langsamer.
- Es können auch Taubheitsgefühle der Gliedmaßen auftreten.
- Reflexe sind langsamer
- Klientinnen neigen zu starken Blutungen auf Grund des Kollaps des Qi und Schwäche des Yang. Nach dem Muster die Milz kann das Blut nicht kontrollieren und die Gefäße nicht abdichten. Andererseits kann es auch passieren, dass die Klientinnen keine Mens bekommen. Das Yangqi, das Qi ist so schwach, dass die Produktion des Blutes so beeinträchtigt ist.

Die Unterfunktion der Schilddrüse kann man mit einer Unfruchtbarkeit vergleichen.
Die Gebärmutter ist zu kalt.

Hier haben wir es mit einer Defizienz des Yang und Defizienz des Qi zu tun. Die Unterfunktion wird in der chinesischen Medizin in Milz und Niere aufgeteilt. Defizienz des Yang der Milz und Defizienz des Yang der Niere.

Das Bild innerhalb der 5 Elemente:

Man geht vom Nieren – Yang als Hauptursache aus. Defizienz des Nieren – Yang löst im Gallenblasenbereich eine Schleim – Kälte – Ansammlung, was Symptome wie Kopfschmerzen oder Schwindel verursachen, aus. Die Nieren – Yang – Problematik führt zu einer Magen – Kälte. Das heißt es ist wenig Hungergefühl vorhanden, sogar Übelkeit, Aufstoßen oder ein rebellierendes Magen – Qi, das wiederum Schleim – Kälte – Ansammlung im Halsbereich verursacht.

Der Nieren – Yang – Mangel greift die Milz an und löst im Milz – Bereich eine Defizienz des Milz –Yang aus (Flüssigkeitsstagnation, Ödeme, Gesichtsödeme in der Früh,...). Der Nieren – Yang – Mangel greift das Herz an (langsamer Herzrhythmus). Durch die Kombination von Magen und Gallenblasen – Schleim –Kälte und dadurch, dass die 2 Meridiane einen Treffpunkt im Herzbereich haben, neigt der Klient/ die Klientin auch zu etwas depressiven Stimmungen.

Die Blutschwäche und die Defizienz des Yangqi begünstigt mit der Zeit leichte Windproblematik und im Grund genommen wird das Bild sehr pathologisch, wenn aus dieser Yang – Schwäche sich eine innere Trockenheit bildet. Daraus entsteht dann Innerer Wind.

Dieser aufsteigende Wind löst noch mehr diesen Schleim aus. Diese Schleimproblematik wird in den oberen Körperteil hinaufgezogen und deshalb ist diese Kropfproblematik vorhanden.

Der Klient hat eine deutliche Unverträglichkeit von Flüssigkeit. Er mag nicht viel trinken, hat auch keinen Durst. Der Magen ist kalt. Er hat eine Abneigung gegenüber dem trinken, und wenn man ihn zum Trinken zwingt wird ihm übel.

Das ist die Kombination der Yang – Schwäche – Trockenheit, aufsteigende Wind – Problematik und Schleimansammlungen im Halsbereich und Herzzentrum, was wiederum zu Depression und Kropfproblematik führt.

Dann kommt es zu einem degenerativen Prozess. Diese Schleimproblematik erhitzt sich mit der Zeit, entzündet sich und das ist die schleichende Form von der Immundefizienz.

Es ist klar, dass wenn die Schilddrüse so richtig angegriffen wird, dass die Yang – Schwäche noch mehr zur Geltung kommt und der Klient nun entweder Kräuter oder westliche Präparate (L – Thyroxin) benötigt.

Die Symptome sind sehr interessant, weil der Klient zum Teil in einen manischen Zustand geratet. Das ist eine Schleim – Hitze – Problematik. Wenn der Klient in einen manischen Zustand geratet, ist es wichtig das Präparat (L –Thyroxin) abzusetzen. Das Problem ist eine Defizienz des Qi und eine Defizienz des Yang.

Ernährungs- und Therapieempfehlung

Therapieempfehlung:

Yang des Körpers muss aufgebaut werden.

Die Therapie bei einer Unterfunktion der Schilddrüse ist sehr kompliziert. Man sagt der Klient hat eine Nieren – Yang Problematik. Man denkt zunächst an Yang wärmende Kräuter und Qi tonisierende Kräuter. Aber es reicht weit nicht aus, da eine Yang – Schwäche des Körpers zu einer Blutproblematik führt. Dann führt es wiederum zu einer Blut – Stagnation. Das ist der erste Faktor.

Der zweite Faktor ist, dass wir eine Yang – Problematik mit Feuchtigkeit, aber auch mit einer Schleimproblematik haben.

Der dritte Faktor ist auf Grund der Antriebslosigkeit, des Yang – Mangel und der Schleimproblematik.

Der Klient neigt ein wenig zu Depression. Zusätzlich kommt eine große Qi – Stagnation – Problematik dazu. Es ist nicht nur Qi – Mangel, sondern auch eine Qi – Stagnation.

Eine Qi – Stagnation, weil man frustriert ist, man nimmt zu, man ist kalt, unfruchtbar, man hat Probleme mit der Mens, die Sexualität ist nicht berauschend. Es gibt keine Treibkraft. Das Qi ist gestaut.

Ernährungsempfehlung:

- auf kalte Speisen verzichten (kein Salat)
- kein schwarzer und kein grüner Tee
- keine Früchtetees, da sie säuerlich und kühlend sind und so mehr Flüssigkeitsstagnation im Körper hervorrufen
- kein Kaffee
- Milchprodukte und ganz besonders Joghurt weglassen. Gekochte Milch kann man verwenden.
- Vorsicht mit allen Gesundheitskräutertees auf der Basis von Kamille, Pfefferminze, Lindenblüten und Löwenzahn.
- Vegetarische Umstellung. Vegetarisch yangig wie die Hindus oder Chinesen ist erlaubt
- Das Essen sollte so richtig gekocht werden.

- Gewürze, wie Ingwer, Pfeffer, Kümmel,...sind gut
- Seetang, Doufu
- Etwas Geflügelfleisch, Rindfleisch, etwas Lamm
- Auch etwas Wein ist erlaubt

Man kann sich nicht auf einmal yangisieren.

Das, was man über Jahre hinaus auf Grund von schlechten Essgewohnheiten verletzt wurde, kann nicht innerhalb von 12 – 13 Tagen aufgebaut werden.

Das aufbauen des Yangqi oder des Yang, braucht ungefähr 3 Jahre.

Das aufbauen des Yin dauert ungefähr 7 Jahre.

Das aufbauen des Qi dauert ungefähr 12 Tage.

Um Yang zu fixieren braucht man Zeit und Substanz.

Das aufbauen der Körperflüssigkeiten, ganz besonders des Blutes braucht man ungefähr 4 Monate (120 Tage)

Die Yang Therapie ist auf 3 Jahre gedacht. Der Klient muss regelmäßig Kräuter zu sich nehmen.

Westliche Kräutertees, die dafür gut geeignet sind:

Kümmel

Fenchel

Sternanis

Nelken

Muskatnuss

Westliches Zimt

Lorbeer

Rosmarin

Thymian

All diese sind thermisch warm und zum Teil trocknend.

Die Ernährungsumstellung ist für die Unterfunktion viel wichtiger als für die Überfunktion der Schilddrüse, da die Unterfunktion der Schilddrüse oft eine genetische, angeborene Problematik ist.

Eine Ernährungsumstellung auf lange Zeit gesehen bringt eine Immunstärkung und es wirkt befruchtend.

Rezepturempfehlungen:

Milz – Yang – Mangel:

Tee für Vegetarier:

Getrockneter Ingwer

Zimtrinde

Geröstetes Süßholz

Fenchelsamen

Sternanis

Feuchte – Kälte in der Milz:

Tee 1: leitet Feuchte – Kälte aus

Rosmarin

Kardamom

Mandarinenschalen

Geröstetes Süßholz

Nelken

Gerösteter Kümmel

Birkenrinde

Tee 2: vertreibt Feuchte – Kälte der Milz, die durch äußere Feuchte Kälte entstanden ist:

Gerösteter Ingwer

Rosmarin

Kardamom

Geröstetes Süßholz

Pfefferminze

Feuchte Hitze in der Milz:

Tee: vertreibt Ansammlungen von Feuchte – Hitze in der Milz, die sekundär aus einer Feuchten – Kälte entstanden ist.

Gerösteter Kardamom

Gerösteter Fenchelsamen

Geröstetes Süßholz

Rosmarin

Geröstete Engelwurz

Birkenrinde

Kalmuswurzel

Magen – Kälte:

Wirkt Magen – Kälte entgegen; tonisiert das Nieren – und Milz – Yang

Dillsamen

Sternanis

Thymian

Ingwer

Basilienkraut

Tonisiert das Nieren – und Milz – Yang

Bei Neigung zu Ödemen sollten Birkenblätter oder eine Birkenrinde dem Tee zugefügt werden, um dadurch die Feuchtigkeitsansammlung über die diurese auszuleiten.

Tee 1:

Zimtrinde

Nelken

Fenchelsamen

Geröstetes Süßholz

Getrockneter Ingwer

Tee 2:

Dillsamen

Fenchelsamen

Bockshornkleesamen

Wacholderfrüchte

Thymian

Tee 3:

Rosmarin

Blutwurzel

Dillsamen

Zimtrinde

Frühzeitiges Erkennen bei Kindern nach westlicher Medizin

- Auffällige Unruhe
- Besondere Müdigkeit
- Die Zähne entwickeln sich nicht richtig
- Das Knochengesüst wird nur langsam stabiler
- Die körperliche Entwicklung ist verzögert
- Die Auffassungsgabe ist vermindert
- Die Schulleistungen verschlechtern sich auffällig
- Klagen über ein Druckgefühl im Hals, zu enge Kragen oder Kleidung
- Schwäche des Bindegewebes
- Extremitäten sind kurz und zeigen nicht die richtigen Proportionen
- Der Hals ist kurz und dick
- Kinder bleiben immer etwas kleiner oder sogar minderwüchsig
- Gesicht ist oft rund und breit mit einer niedrigen Stirn und einem flachen Nasenansatz. Die Mimik ist bewegungsarm
- Innenohrschwerhörigkeit oder sogar Taubheit
- Ausgesprochene Gütigkeit ist ein Wesensmerkmal

Diese zuvor aufgezählten Punkte können auf eine Schilddrüsenerkrankung hinweisen.

Sollte eine Therapie notwendig sein, gibt es heute schon wirksame und nebenwirkungsarme Jodtabletten.

Die häufigste Schilddrüsenerkrankung ist der Schilddrüsen – Kropf, der sich auch am häufigsten bereits in der frühen Jugend entwickelt.

Oft tritt die Vergrößerung des Schilddrüse – Kropfes – während der Pubertät im Alter von 11 – 17 Jahren auf. Die Mädchen sind dabei öfter betroffen, als die Knaben.

Bei einer starken Vergrößerung der Schilddrüse und bei deutlichen Beschwerden, kann diese nur durch Einnahme von Schilddrüsenhormontabletten verkleinert werden.

Diese Dosis deckt einen großen Teil des täglichen Hormonbedarfs, dass sozusagen die Schilddrüse ruhig gestellt wird. Dadurch wächst der Kropf nicht weiter, sondern wird allmählich immer kleiner.

Kinder, die mit dem Vollbild einer Hypothyreose zur Welt kommen, stellen in der Diagnostik keine Problemfälle dar. Schwierig wird es bei Kindern, die noch eine Schilddrüsenrestfunktion besitzen und so gut wie keine Krankheitszeichen zu Anfang aufweisen. Das Krankheitsbild wird dann erst später sichtbar.

Typische Symptome bei einem Vollbild der Neugeborenen – Hypothyreose:

- Ein hohes Geburtsgewicht
- Eine weite Fontanelle
- In schwierigen Fällen auch der typische Gesichtsausdruck mit dem offenen Mund.

Je älter man wird, desto schwieriger wird es eine Schilddrüsenerkrankung zu diagnostizieren.

Der Umwandlungs- und Alterungsprozess der Schilddrüse beginnt bereits zwischen dem 30. und 40. Lebensjahr. Dadurch werden im Alter Schilddrüsenprobleme zu spät erkannt.

Das Schilddrüsengewebe schrumpft, atrophiert und degeneriert. Es bilden sich Zysten, Knoten und Verkalkungen. Die Folge ist eine Veränderung im Hormonhaushalt.

Frauen sind deshalb öfter von einer Schilddrüsenerkrankung betroffen, da sie verschiedene Lebensphasen (Pubertät, Schwangerschaft,...) durchmachen. Dabei muss sich der Hormonbedarf immer anpassen.

Ebenso wird dies durch Einnahme von Verhütungsmitteln und östrogenhaltigen Wechseljahrespräparaten beeinflusst.

Literaturverzeichnis:

- www.medizininfo.de/endokrinologie/schilddruese/schilddruese.htm
- Themen: im Internet:
 - Die Schilddrüse
 - Der Aufbau und Funktion der Schilddrüse
 - Jodmangel
 - Jodmangel und seine Folgen
 - Schilddrüsenüberfunktion
 - Schilddrüseunterfunktion
 - Arzneimittelinformation
 - Diagnose
- Kasette von Claude Diolosa
- Bild der Schilddrüse auch von der Internetadresse
- Diagnostik und Therapie
 - Von Florian Ploberger
 - Bacopa Verlag
- Rezepturen aus westlichen Kräutern für Syndrome der TCM
 - Von Florian Ploberger
 - Bacopa Verlag
- Westliche Kräuter
 - Von Florian Ploberger
 - Bacopa Verlag
- Duden: das Wörterbuch medizinischer Fachausdrücke
- Leitfaden chinesische Medizin
 - Focks Hillenbrand
 - Urban & Fischer
- Propädeutik der chinesischen Diätetik
 - J. Kastner
 - Hippokrates

Meine ehrenwörtliche Erklärung:

Ich erkläre hiermit ehrenwörtlich, dass

1. ich meine Diplomarbeit eigenständig und ohne fremde Hilfe angefertigt habe;
2. ich die Übernahme wörtlicher Zitate aus der Literatur / Internet sowie die Verwendung der Gedanken anderer Autoren an den entsprechenden Stellen innerhalb der Arbeit gekennzeichnet habe.
3. ich meine Studien bzw. Diplomarbeit bei keiner anderen Prüfung vorgelegt habe.

Ich bin mir bewusst, dass eine falsche Erklärung die Aberkennung des Fachdiploms / Titels zur Folge haben wird.

Linz, August 2005

Lederer Barbara