

Dr. med. Heike Kovacs

# Hilfe für die Schilddrüse

Alles über Symptome und Behandlungsmöglichkeiten bei **Störungen der Hormondrüse**; i§  
Mit gesunder Ernährung Schilddrüsenproblemen gezielt vorbeugen •-: ⌘



SUDWEST

"ULI

# Inhalt

## 4 Die Schilddrüse - das Multitalent

*Die Schilddrüse ist ein Organ, das lebenswichtige Stoffwechselfvorgänge im Körper organisiert. Kleinste Störungen können schwer wiegende Folgen für den Organismus nach sich ziehen.*

## 6 Leiden mit vielen Gesichtern

*Eine Vielzahl an Beschwerden kann durch eine Schilddrüsenstörung verursacht werden. Nur denkt man oft nicht an die Drüse als Ursache.*

6 Krank ohne Grund?

## 10 Kleines Organ - große Wirkung

*Die Schilddrüse ist die Produktionsstätte der lebenswichtigen Hormone Thyroxin und Trijodthyronin - sie sind an den meisten Stoffwechselprozessen maßgeblich beteiligt.*

10 Die Drüse am Hals

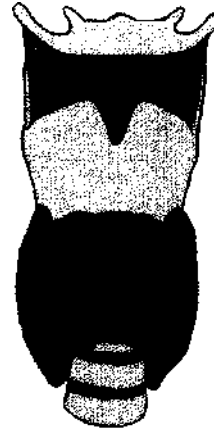
11 Botenstoffe der Energie

12 Regeln mit System

13 Wechselspiel der Hormone

14 Motoren des Stoffwechsels

*Garnelen enthalten viel Jod - ideal für Ihre Gesundheit.*



*Die schmetterlingsförmige kleine Drüse (rot) schmiegt sich an die Vorderseite des Luftröhrenanfangs an.*

## 18 Volkskrankheit Schilddrüsenstörung

*Krankhafte Veränderungen der Schilddrüse sind hierzulande weit verbreitet. Die Unterversorgung mit dem Spurenelement Jod ist eine der häufigsten Ursachen.*

18 Jodmangel in Deutschland

22 Wenn der Stoffwechsel entgleist

25 Krankheit als Erbe

## 28 Die kranke Schilddrüse

*Zu starke oder zu geringe Hormonproduktion, Entzündungen sowie unkontrolliert arbeitende Areale oder Zellentartungen: alles Störungen, die die Schilddrüse betreffen können.*

28 Der Kröpf (Struma)

31 Die Schilddrüsenüberfunktion

32 Die autonome Schilddrüse

35 Die Basedow-Krankheit



*Regelmäßig in der Küche verwendetes jodiertes Speisesalz hilft, Schilddrüsenerkrankungen vorzubeugen.*

- 40 Die Schilddrüsenunterfunktion
- 46 Die Schilddrüsenentzündung
- 51 Krebserkrankungen der Schilddrüse

## 56 Ärger mit der Schilddrüse

*Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse: Die auftretenden Beschwerden sind vielgestaltig. Beobachten Sie sich gut, und achten Sie auch auf kleinste Zeichen Ihres Körpers.*

- 58 Wenn die Schilddrüse zu viel tut
- 60 Wenn die Schilddrüse zu wenig tut
- 63 Leiden - oft im Verborgenen

## 64 Schilddrüsenerkrankungen auf der Spur

*Die rechtzeitige Erkennung einer Schilddrüsenerkrankung kann Sie vor größerem Schaden bewahren. Es stehen heute - je nach Krankheitsbild - diverse Erfolg versprechende Therapien zur Verfügung.*

- 64 Die Krankheit selbst erkennen
- 65 Die Untersuchungsmöglichkeiten
- 72 Die Behandlungsmöglichkeiten

## 80 Richtige Vorbeugung - einfach und effektiv

*Ausreichende Jodversorgung in der Schwangerschaft schützt Ihr Baby. Eine vitaminreiche Ernährung, durch Meeresfische und Jodsalz ergänzt, sorgen für Gesundheit und Vitalität.*

- 80 Jodvorsorge in der Schwangerschaft
- 81 Wunschkinder mit gesunder Schilddrüse
- 83 Regeln für die richtige Ernährung

## 86 Wichtige Fachbegriffe zur Schilddrüse

*Hier finden Sie einen Wegweiser durch den Fremdwörterdschungel der Mediziner: von Adenom bis Zytologie.*

- 94 Über dieses Buch
- 95 Register



*Milch und Milchprodukte sowie frisches Obst und Gemüse sind aufgrund ihrer Biostoffe das A und O für eine gesunde Ernährung.*

