

Johann Grassl

Ernährung bei Erkrankungen der Schilddrüse

maudrich

INHALTSVERZEICHNIS

DIE SCHILDDRÜSE (GLANDULA THYREOIDEA) 8

HORMONE DER SCHILDDRÜSE 9

LABORPARAMETER UND DIAGNOSE 11

DIAGNOSE 11

GRUNDSÄTZLICHES ZUR ERNÄHRUNGSTHERAPIE 14

ENERGIEBEDARF 14

JOD 15

SELEN 16

KALZIUM 16

VITAMIN D 18

SCHILDDRÜSENERKRANKUNGEN 20

UNTERSUCHUNGSVORBEREITUNG FÜR SZINTIGRAFIE UND RADIOJODTHERAPIE 20

KROPF (STRUMA) 20

SCHILDDRÜSENENTZÜNDUNG (THYREOIDITIS) 21

AUTONOMES ADENOM 23

SCHILDDRÜSENKREBS UND „KALTE KNOTEN“ 24

HYPERPARATHYREOIDISMUS 24

ERNÄHRUNGSTHERAPEUTISCHE EMPFEHLUNGEN 25

AUSGEWOGENE MISCHKOST 27

REZEPTE	32
SUPPEN	34
SALATE	44
KLEINE SPEISEN	50
DIPS UND SAUCEN	55
BEILAGEN	59
HAUPTSPEISEN VEGETARISCH	65
HAUPTSPEISEN MIT FISCH	75
HAUPTSPEISEN MIT FLEISCH	80
SÜSSE HAUPTSPEISEN	91
DESSERTS UND KUCHEN	95

ABKÜRZUNGEN	102
--------------------	------------

KLEINES KÜCHENLEXIKON	103
------------------------------	------------

REZEPTÜBERSICHT	106
------------------------	------------

WICHTIGE ADRESSEN	110
--------------------------	------------

LITERATURVERZEICHNIS	111
-----------------------------	------------