



Beobachtungsplan für Schilddrüsen-Diagnostik

Symptome
Früh – Mittag

Symptome
Mittag – Abend

Schilddrüsen-Unterfunktion erkennt man an:

- Unerklärliche Gewichtszunahme, Übergewicht, schweres Abnehmen bei Diät
- Verdauungsträgheit, Blähungen, Verstopfung
- Häufiges Frieren oder Frösteln, immer kalte Hände / Füße oder Po /Nierenregion
- Unerklärliche Schwäche und Müdigkeit, häufiges Schlafbedürfnis
- Antriebs- und Motivationsschwäche, Depression, Mutlosigkeit
- Konzentrationsschwäche, benebeltes Denken, Gedächtnisschwäche
- Schwindel
- Trockene, juckende, rissige, schuppige Außenhaut und Kopfhaut
- Schleimhaut-Probleme, Entzündungsbereitschaft (Gelenke, Vagina, Kopf, Magen, Darm)
- Strohige Haare, Haarausfall gleichmäßig am ganzen Kopf
- Finger-/Zehennägel mit Rillen, wulstig und dick, schwer zu schneiden
- Lange Zyklen oder ausbleibende Regel, späte 1. Regel
- Zeugung-/ Empfängnischwierigkeiten bei Kinderwunsch
- Niedriger Blutdruck
- Nachlassende, fehlende Libido (wegen Müdigkeit und Kraftlosigkeit)
- Immunschwäche, Infektanfälligkeit
- Heisere, raue oder kratzige Stimme, ständiges Räuspern
- Schwellungen, Wasseransammlungen (Gesicht, Hände, Füße, Beine)
- Verschwinden der äußeren Augenbrauen und Wimpern

Typische (Fehl-)Diagnosen (vergebliche Behandlungen) bei unerkannter SD-Unterfunktion: Depression (= Psychopharmaka), Demenz/Alzheimer, frühzeitige Wechseljahre, Faulheit, Schlafkrankheit, Logopädie-Bedarf, Niereninsuffizienz, IVF (Künstliche Befruchtung), Morbus Crohn, Entwicklungsverzögerung in der Kindheit, Behinderung und Sonderschule

Symptome
Früh – Mittag

Symptome
Mittag – Abend

Schilddrüsen – Überfunktion erkennt man an:

- Großer Appetit (trotzdem kein Zunehmen)
- Durchfall, Tendenz zum weichen Stuhl
- Hitzeschübe mit Schwitzen, Schweißausbrüche
- Erschwertes Einschlafen und Durchschlafen
- Konzentrationsstörung, es wird alles schnell zu viel, Hyperaktivität, Zappeligkeit
- ÄNGSTE, Zwänge, extreme Reizbarkeit und Überreaktion
- Unruhe, getrieben sein, wie Hamster im Laufrad oder Tiger im Käfig
- Akne, viele Pickel und fettige Haut und Haare
- Keine, wenig Schleimhautsymptome trotz niedriger Estriolwerte!
- Haarausfall in Büscheln, extrem dünne, strähnige Haare
- Dünne, leicht reißende Fingernägel
- Häufige oder starke Regelblutungen, Dauerblutungen
- Erhöhte Abganggefahr oder Ängste in der Schwangerschaft
- Herzrasen, als hätte man zu viel Kaffee oder Red Bull getrunken
- Nachlassende Libido (wegen Verspannung)
- Neigung zu Verkrampfungen, Verspannungen
- Allergien, Unverträglichkeiten (aber geringe Infektanfälligkeit!)
- Häufiges Zittern, Restless Leg Syndrom
- Häufige Kopfschmerzen / Migräne
- Tinnitus
- Osteoporose
- Zystenbildung, PCO
- Bluthochdruck

Typische (Fehl-)Diagnosen (vergebliche Behandlungen) bei unerkannter SD-Überfunktion: Angststörungen, Psychosen und Psychopharmaka, (frühzeitige) Osteoporose, Kinderwunschbehandlungen (IVF), AD(H)S, Jodgaben in der Schwangerschaft, unerklärliche Hochlagen von Progesteron und Testosteron, späte Menopause!