

## Leni Reuters

---

**Von:** "Leni Reuters" <leni@hl-reuters.de>  
**An:** <chefredaktion@zeitungsverlag-aachen.de>  
**Gesendet:** Sonntag, 29. Juni 2008 20:25  
**Betreff:** Leserbrief

Sehr geehrte Damen und Herren,

Fit statt fett: Deutschland soll abspecken, so stand es am 26. Juni auf der Titelseite. Ein internationaler Aktionsplan „Deutschland in Form“ soll die Pfunde purzeln lassen.

Es ist ja schön, dass die Regierung sich Sorgen um die dicke Bevölkerung macht, aber die Maßnahmen finde ich zu einseitig. Bewegung und richtige Ernährung, und schon wird man schlank. Schön, wenn es immer so einfach wäre!

Es gibt nämlich ein sehr wichtiges Organ, das eine wesentliche Rolle dabei spielt, ob jemand dick oder dünn ist: die Schilddrüse. Eine Unterfunktion der Schilddrüse bringt es mit sich, dass Menschen zunehmen, obwohl sie eher wenig Appetit haben. Häufigste Ursache einer Unterfunktion ist heute die Autoimmunerkrankung Hashimoto Thyreoiditis und nicht der viel beschworene Jodmangel.

Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind betroffen. Nach Prof. Dr. med. Dr. h.c. Lothar-Andreas Hotze, Schilddrüsenexperte aus Mainz sind in Deutschland wahrscheinlich über 10 Millionen Menschen erkrankt. Man nimmt in einer Unterfunktion nicht ab, das Gegenteil ist der Fall. Diäten und Bewegung helfen bei Hashimoto recht wenig. Hausärzte übersehen häufig die Störung, und es wird falsch behandelt, nämlich mit Jodtabletten. Wie internationale Studien zeigen, wird Hashimoto in erster Linie durch zu viel Jod in der Nahrung ausgelöst. Wenn man erkrankt ist, so soll man sich jodarm ernähren.

Die Schilddrüse ist das hormonelle Herz des Körpers. Sie findet viel zu wenig Beachtung. Sinnvoll wäre eine jährliche Schilddrüsenuntersuchung mit allen wichtigen Werten ( ft3, ft4, TSH, Antikörper, Ultraschall ). So manche Unterfunktion könnte dann behandelt und das Gewicht gesenkt werden.

Mit freundlichen Grüßen

Leni Reuters  
Kapellenstraße 15  
52441 Linnich-Ederen

--

"Alle Dinge sind Gift und nichts ist ohne Gift; allein die Dosis macht, dass ein Ding kein Gift ist."  
Paracelsus (1493 - 1541)

E-Mail: [leni@hl-reuters.de](mailto:leni@hl-reuters.de)  
Internet: <http://hl-reuters.de>