

Jodsensibel ?!

Jodsensibel sind Menschen, die durch unsere landesüblich künstlich erhöhte Jodversorgung an vielfältigen Beschwerden leiden. Diese Beschwerden umfassen körperliche und seelische Störungen aller Art. Ausgelöst werden sie durch jodbedingte Autoimmunerkrankung der Schilddrüse wie Hashimoto Thyreoiditis und Morbus Basedow („Jodbasedow“) oder durch jodbedingte Bildung von „heißen Knoten“. Alleine von Hashimoto sind mindestens **zehn Prozent der Bevölkerung** betroffen, weit überwiegend Frauen. Obwohl Jod ein lebenswichtiges Spurenelement ist, kann ein Übersteigen des individuellen Bedarfs die Gesundheit zerstören.

Wesentlich durch eine **konsequente Verringerung der Jodaufnahme** können Betroffene den drohenden Verlust ihrer Schilddrüse – Verlust durch Selbstzerstörung im Verlauf einer Hashimoto oder Verlust durch aggressive Behandlungsmethoden wie operative Entfernung oder Verstrahlung bei Morbus Basedow und Knoten - vermeiden helfen. Mit der Stabilisierung der Schilddrüsenfunktion bilden sich körperliche und seelische Symptome zurück.

Hilfreich wäre Überwachung und **Deklaration des Jodgehaltes** unseres Trinkwassers, unserer Ernährung, unserer Kosmetik und Hygiene sowie ein sorgfältiger Umgang in der medizinischen Anwendung von jodhaltigen Stoffen. Die für Jodsensible ähnlich wie für Diabetiker/innen notwendige Deklaration gibt es bisher weitgehend nicht. kb

info abend

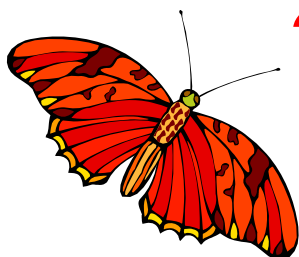
Der Jodgehalt unserer Lebensmittel – wie viel ist wirklich drin



„Die Jodarmut unserer Lebensmittel wird oft beschworen. Doch wie sieht die aktuelle Situation aus ? Wie viel Jod enthalten Milch und Eier, ist nur Seefisch jodhaltig, was steckt drin in Brot, Wurst und Fertiggerichten – und wird der Jodzusatz immer deklariert ? Wie verlässlich sind die Daten und Stellungnahmen der Spezialisten ?“

Claudia Arnold

29. nov. 07



Einlass ab 17:30 Uhr
Beginn 18 Uhr – Ende 20 Uhr

SHK Mitte / Tiergarten in 10559 Berlin
Perleberger Strasse 44 / Ecke Lübecker
☎ 030 / 394 63 64

Informationen rund um die durch die allgemeine Jodprophylaxe entstehende Problematik jodsensibler Menschen mit +++ Kali Balcerowiak Hp +++ Prof. Dr. Jürgen H. Hengstmann Endokrinologe +++ Claudia Arnold Dipl. oec-troph. Düsseldorf +++ Conny Boldt Hashimoto Patientin +++ Marion Eisenbruch Chemikerin +++

+++ Gefördert durch die AOK Berlin +++

Kontakt Kali Balcerowiak ☎ 030 / 345 32 58 AB email jodsensibel_berlin@yahoo.de

Unsere Arbeitsgruppe für Information und Öffentlichkeit trifft sich am vierten Donnerstag im Monat um 18:00 Uhr