

## SCHÜSSLERZOUTEN EN DE SCHILDKLIER

Voor de productie van zijn hormonen heeft de schildklier het sporen element jood nodig. Het moet regelmatig onderdeel uitmaken van onze voeding, omdat het lichaam dit niet zelf kan maken. Volgens de theorie van Dr. Schüssler wordt daarom de mineraalverbinding **Kalium jodatum Nr. 15** geadviseerd.

De schildklier hormonen worden uit (de opslagvorm) het aminozuur tyrosine gevormd. Thyroxine, de actieve vorm (T4) bevat vier joodatomen en Trijoodthyronine (T3) bevat 3 joodatomen. Als bron hebben we voeding met (voldoende) jood nodig; bijzonder joodrijke voeding zijn planten die op jodiumrijke bodem leven zoals algen (bijvoorbeeld spirulina) of zeevissen zoals zalm, kabeljauw of schol; verder bevatten schaal- en schelpdieren relatief meer jood. In Nederland is het "bakkerszout" geïodeerd waardoor wij via het brood ook jodium binnen krijgen. Van de door het lichaam opgenomen jood wordt 98% opgeslagen in de schildklier. De dagelijks noodzakelijke hoeveelheid wordt gesteld op 150-250 microgram.



### Het universele middel Kalium jodatum?

Deze aanbevolen dagelijkse hoeveelheid wordt zeker niet gehaald door middel van inname van het **Schüsslerzout Nr. 15 Kalium jodatum (D6)**, omdat een tablet van 250mg een hoeveelheid in een D6 verwijving ongeveer 0,25 microgram bevat. Schüsslerzouten worden dan ook niet ingezet als voedingssupplement ter aanvulling, maar volgens de therapie van Dr. Schüssler op celniveau ter bevordering van de opname van jood in dit geval uit de voeding en transport naar en in de cel. De functie(s) van de schildklier wordt gereguleerd zowel bij overactiviteit (hyperthyreoïdie) als onderactiviteit (hypothyreoïdie). De schildklier reguleert o.a. de stofwisseling. Daarom kan dit Schüsslerzout dan ook worden ingezet bij gewichtstoename op grond van een trage stofwisseling of juist een ongewenste gewichtsafname ten gevolge van een versnelde stofwisseling. Verder ondersteunt het ons zenuwstelsel en vermogen van het hart. Tekenen van een tekort of (extra) behoefte zijn: overprikkelde zenuwen, onrust en daardoor vaak slapeloosheid, vermoeidheid en traag denken. Inname van dit Schüsslerzout kan dan leiden tot stabilisatie van de stemming en psyche, verminderen van angsten, innerlijke onrust en prikkelbaarheid.

### Toepassing en dosering

Preventief kunnen 1-3 tabletten dagelijks worden ingenomen; bij voorkeur 's morgens/middags.

Bij een tekort of over- of onderfunctie van de schildklier worden 5-7 tabletten per dag geadviseerd. Ondervindt de gebruiker een (begin)verergering van zijn klachten dan is het advies om het op gebruik op te bouwen; de eerste week 3 tabletten per dag en dan per week 1 tablet verhogen tot 5-7 tabletten.

Profylaxe & verstoringen (ter versterking van de schildklieren):

Nr. 4	Kalium chloratum	(stimuleert de klierfunctie(s))	6 tabletten per dag
Nr. 7	Magnesium phosphoricum	(ontspant de zenuwen)	6 tabletten per dag
Nr. 15	Kalium jodatum	(opname en regulatie schildklier/functies)	3-7 tabletten per dag.

Bij zwakte: Nr. 5 Kalium phosphoricum toevoegen (3-6 tabl.)

MEER PLEZIER MET EEN GEZONDE SCHILDKLIER