



PAJZSMIRIGY

Alulműködés

BELSŐLEGES FOGYASZTÁS

Olajok

8-10 csepp a Stimuláló Roll-on keverékből választva
üres kapszulában (Veggie Caps)
naponta szétosztva

Lemongrass, Szegfűszeg, Borsmenta, Fodormenta,
Mirha, Tömjén, Geránium

Táplálékkiegészítők

LLV Life Long Vitality Pack (2x3 normál adag)
Mito2Max (2x1)

Terrazyme Enzim (étkezésekkor)
PB Restore Probiotikum (napi 1)

Szelénpótlásra javasolt (a normál adag LLV mellé)
napi 1-2 szem Brazil dió

Ha már béláteresztő szindróma fennáll: először 1
hónap Cleanse and Restore (Tisztító és helyreállító)
Program javasolt!



Pajzsmirigy alulműködés

A pajzsmirigy alulműködése olyan állapot, amelyben a pajzsmirigy alulműködik, és nem termel vagy bocsát ki megfelelően pajzsmirigyhormonokat. A pajzsmirigy általában számos létfontosságú hormont szabadít fel, amelyek a véráramon keresztül eljutnak az egész szervezetben található receptorokhoz – így a pajzsmirigy működési zavara széleskörű, észrevehető egészségügyi problémákat okozhat.

A pajzsmirigy egy kis mirigy, amely a nyak alján található, néha pillangó alakúnak nevezik. Eközben az agy alján található az agyalapi mirigy, amely a pajzsmirigy-stimuláló hormont (TSH) választja ki. A TSH arra készteti a pajzsmirigyet, hogy termeljen és szabadítson fel tiroxint, a fő pajzsmirigyhormont.

A pajzsmirigy a „főmirigynek” tartják. Amellett, hogy döntő fontosságú hormonokat termel, segít szabályozni azt a folyamatot, amely során a tápanyagok az élelmiszerből hasznos energiává alakulnak, amelyekkel a szervezet működik. Mivel a pajzsmirigy jelentős szerepet játszik az anyagcserében, a diszfunkció a test szinte minden részét érintheti, beleértve az energiaszintet és a kalóriaégetés képességét.

A pajzsmirigy által termelt kulcshormonok szintén segítik a májat a véráramban keringő koleszterin lebontásában. A pajzsmirigy stimulálhatja a triglicerid zsírszint szabályozásához szükséges enzimeket is. Ez az oka annak, hogy a pajzsmirigy működésében bekövetkező változások szívproblémákat is okozhatnak.

Lényegében, ha a pajzsmirigy alulműködik, az anyagcsere lelassul, ami azt jelentheti, hogy mindig fáradtnak érzed magad, vagy nehezen tudsz leadni a súlyodból.

Megállapítás

Annak megállapítására, hogy van-e pajzsmirigy alulműködésed, kezelőorvosod vérvizsgálatokat fog végezni a T4 (tiroxin) és a TSH néven ismert hormonok szintjének ellenőrzésére.

A pajzsmirigy alulműködést a pajzsmirigyvizsgálat során diagnosztizálják, ha a TSH magas.

Figyelmeztető jelek

Fáradtság, Depresszió és szorongás, Hízás, Meddőség, Golyva (csomók a nyak tövében, néha torokszorulás, köhögés vagy duzzanat kíséretében), Hideg érzés, Székrekedés, Izomfájdalmak és érzékenység, Vese problémák, Merevség és duzzanat az ízületekben, Hajhullás, Érdes, repedezett bőr, Légzési nehézség, Változások a menstruációs ciklusban, Gyakoribb megfázás vagy influenza az alacsony immunrendszer miatt

Étrendi terv

- Vadon fogott hal
- Kókuszolaj
- Hínár
- Savanyú káposzta
- Csíráztatott magvak
- Tiszta víz
- Rostban gazdag ételek
- Csontleves
- Gyümölcsök és zöldségek

Tiltott ételek

- Nagy mennyiségű zöldség (szója, brokkoli, K betűsek)
- Csapvíz
- Glutén (búza, árpa, rozs)
- Hagyományos tejtermék (pasztőrözött)
- Cukor
- Finomított lisztből készült termékek

Stimuláló 10ml-es Roll-on keverék

20 csepp Lemongrass
15 csepp Szegfűszeg
10 csepp Borsmenta/Fodormenta
10 csepp Mirha/Tömjén
10 csepp Geránium