Allergien plagen immer mehr Menschen. Seien es Pollen, Hausstaub, Lebensmittel oder Zusatzstoffe, Aromen oder Bestandteile in Kosmetika: Immer öfter reagieren Menschen mit Hautausschlägen, Nesselsucht, Heuschnupfen, Asthma, Magen-Darm-Beschwerden oder sogar allergischen Schockzuständen. Doch warum ist das so? Wie entsteht eine Allergie? Was passiert während einer allergischen Reaktion? Und vor allem: Was hat das alles mit Hashimoto zu tun? Auf den ersten Blick wenig, doch wenn wir genauer hinschauen, offenbart sich uns der Zusammenhang.

Allergien verursachen Entzündungsreaktionen. Genau genommen identifiziert das Immunsystem eigentlich harmlose Stoffe als Gefahr. Es attackiert die Allergene, wodurch eine Entzündung entsteht. Die Nasenschleimhaut schwillt an, wenn Gräserpollen sie erreichen; die Lippen prickeln und schwellen an, beim kleinsten Stück Apfel. Es ist wirklich ein schweres Los – gerade auch, wenn man ein Pollenallergiker ist. Schließlich kann man diese Allergene nicht wirklich meiden. Und viele Menschen reagieren gleich auf mehrere Baum- und Gräserpollen, weshalb sich die Beschwerden durchs ganze Jahr hindurch ziehen. Die Klimaerwärmung bewirkt zudem, dass beispielsweise die Hasel immer früher blüht, während auch die Gräser immer länger ihre Pollen verteilen. **Einen bequemen Allergietest kannst du dir hier bestellen.**

Doch was hat es mit diesen allergischen Überreaktionen auf sich? Und inwieweit läst sich nun eine Verbindung zu Hashimoto herstellen?

Fehlgeleitetes Immunsystem

Inhaltsverzeichnis

- Fehlgeleitetes Immunsystem
- Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto
    - Was erfährst du alles in diesem Buch?
    - Hier kannst du es kaufen:
- Auch Allergien sind ein Problem im Darm
- Übersäuerung
- Ganzheitlich gesund
- Die Sache mit der Kuh und den Hörnern …

- Chemikalien im Alltag
- Häufig gestellte Fragen zu Allergien und Hashimoto
    - Das könnte dich auch interessieren



Das Problem besteht vor allem darin, dass innerhalb des Immunsystems die Information verbreitet wird, ein bestimmter Eindringling sei schädlich für den Körper und müsse bekämpft werden. Die Lymphozyten sind die Protagonisten bei einer solchen Attacke. Sie zählen zu den Leukozyten, sind jedoch hauptsächlich im Lymphsystem unterwegs. Dieses besteht aus einer Art Netzwerk, das sich durch den kompletten Körper zieht und sich zwischen Knotenpunkten (Lymphknoten) sowie Lymphorganen (Milz, Thymusdrüse, aber auch Blinddarm, Gaumen-, Rachen und Zungenmandeln) erstreckt.
Die Lymphozyten sind lernfähige Killerzellen, die darauf ausgerichtet sind, körpereigenes von körperfremdem Gewebe zu unterscheiden. Sie erkennen also, ob es sich bei vorhandenen Zellen um schädliche Bakterien oder aber um nützliche Keime handelt. Zugleich können sie auch mutierte oder infizierte Körperzellen entdecken und zum Angriff blasen.
Diese Killerzellen sind unentwegt unterwegs, um potenzielle Feinde zu erkennen.

Soweit die Theorie. Die Praxis sieht heute leider immer öfter anders aus. Diese Zellen erkennen zunehmend harmlose Stoffe wie Pollen als Feind und blasen zum Großangriff. – Mit fatalen Folgen.
Nun wird auch der Zusammenhang zwischen der Allergie und einer Autoimmunerkrankung wie Hashimoto deutlich. Denn ähnlich verhält sich das Immunsystem auch bei einer autoimmunen Reaktion: Es attackiert irrtümlicherweise körpereigenes Gewebe, wie das der Schilddrüse. Doch warum tut es das überhaupt?

PASSEND ZUM THEMA · EBOOK-EMPFEHLUNG

Hashimoto im Griff mit dem Wissen um deinen Körper und das Wesen von Hashimoto



Deshalb habe ich dir im E-Book „Hashimoto verstehen“ alles Wichtige, das du wissen musst um die Funktionen im Körper bei Hashimoto einfach und ohne medizinisches Wissen vorauszusetzen zusammengefasst. Das Buch beantwortet dir die wichtigsten Fragen rund um das Thema „Was ist Hashimoto?“

Was erfährst du alles in diesem Buch?

- was eine Autoimmunkrankheit ist,

- woran man/dein Arzt bzw. deine Ärztin Hashimoto erkennt,
- Symptome bei Hashimoto,
- wie der Stresskreislauf funktioniert,
- warum die Schilddrüsenunterfunktion nicht hauptsächlich durch die Zerstörung der Schilddrüse durch dein Immunsystem kommt,
- welche Rolle Leber, Nieren und Verdauung spielen
- und wie dein Immunsystem funktioniert.

Alles rundherum, wie Hashimoto funktioniert. Denn wenn du weißt, wie es funktioniert, dann weißt du auch, wie du es stoppen kannst.

Hier kannst du es kaufen:

Hashimoto verstehen bestellen 4,99 (#9) (#13)
Email Adresse

Hashimoto verstehen kaufen
Preis - €4.99
Jetzt kaufen

↓ Weiter geht’s mit dem Artikel

Auch Allergien sind ein Problem im Darm

Wie wir wissen sitzt das Immunsystem im Darm und hängt eng mit der bakteriellen Besiedlung auf der Darmschleimhaut zusammen. Das heißt, eine gute Darmflora wirkt sich auch auf das Immunsystem positiv aus. Eine Fehlbesiedlung dagegen, bei der Kolibakterien regelmäßig Toxine ausstoßen und somit Giftstoffe an den Darm und das umliegende Gewebe abgeben, hat natürlich auch negative Konsequenzen auf das Immunsystem. Es wird geschädigt und geschwächt, wird dauerhaft belastet. Wen wundert es da, dass das Immunsystem irgendwann fehlgeleitet auch auf

harmlose Gegner losgeht und dadurch Entzündungsprozesse verursacht?

Übersäuerung

Eine chronische Entzündung – sei sie durch eine allergische oder eine autoimmune Reaktion verursacht – begünstigt zudem weitere Entzündungen. Entzündetes Gewebe erleidet auf Dauer einen Sauerstoffmangel. Die Zellen können nicht mehr korrekt arbeiten, schalten in eine Art von Notfall-Modus. Dabei produzieren sie Milchsäure, die an das Gewebe und den Körper abgegeben wird.
Aufgrund unseres westlichen Ernährungsstils ist der Säure-Basen-Haushalt unseres Körpers ohnehin oftmals eher im sauren Bereich. Es kommt somit zu einer Übersäuerung im Körper, was eine weitere Förderung der Entzündungsneigung nach sich zieht …

Doch wir können etwas tun – gegen Allergien und zugleich gegen autoimmune Reaktionen. Wir können unsere Darmflora stärken, unsere Ernährung umstellen und somit auch eine Übersäuerung des Körpers verhindern, den Säure-Basen-Haushalt wieder harmonisieren.

Ganzheitlich gesund

Die Darmflora spielt eine wichtige Rolle im Zusammenhang mit dem Immunsystem. Doch nicht nur eine falsche Ernährung kann sie schädigen. Vor allem sind es auch Umweltgifte, wie Pestizide, Herbizide oder andere Chemikalien, die den guten Keimen böse zusetzen können. Es sind auch Antibiotika – sei es durch die Verordnung von Ärzten nach dem Gießkannenprinzip oder aber durch den Verzehr von belastetem Fleisch aus der konventionellen Haltung. Selbst im Trinkwasser finden sich Antibiotika-Rückstände.
Es wird daher klar, dass Produkte aus dem Ökolandbau der Darmflora deutlich zugutekommen. Zugleich schützen wir durch unbelastete Lebensmittel unsere Leber, die einen wichtigen Beitrag zu einer gesunden Schilddrüse leistet.
Und auch hier existiert wieder ein Zusammenhang zu den Allergien. Er darin, dass eine gestörte Darmflora maßgeblich an der Fehlreaktion des Immunsystems auch bei Allergien beteiligt ist. Die westliche und somit darmfloraschädliche Ernährung trägt daher auch zur Entwicklung von Allergien bei.
Außerdem besteht jedoch auch eine deutliche Verbindung zwischen der Häufung von Lebensmittelallergien und dem vermehrten Verzehr überzüchteter Obst- und Gemüsesorten.

Die Sache mit der Kuh und den Hörnern …

Es ist bekannt, dass Menschen mit einer Allergie gegen Äpfel auf die alten und nicht „optimierten“ Sorten oftmals gar nicht allergisch reagieren. Menschen mit einer Milchunverträglichkeit vertragen Milch, die von Kühen mit Hörnern stammt.

In der Milchviehhaltung bekommen Kühe die Hörner in jungem Alter nämlich abgesägt und ausgebrannt, angeblich um Verletzungen zu vermeiden. Dass das Horn jedoch Teil des Verdauungsorgans ist und sich auch auf die Qualität der Milch auswirkt, bekommen offenbar immer mehr Menschen mit einer Unverträglichkeit zu spüren.
Um die Darmflora zu stärken und zugleich den Körper mit gesunden Vitalstoffen zu versorgen, ist die Nutzung von Bio-Produkten wichtig. Denn in diesen stecken deutlich mehr und vielfältigere Vitalstoffe, als in den konventionellen. Wobei speziell alte Obst- und Gemüsesorten zusätzliche gesundheitsfördernde Stoffe enthalten.

Chemikalien im Alltag

Ebenso der Einsatz von chemischen Keulen in Küche, Bad und WC gilt als Ursache für die Ausbildung allergischer Reaktionen.
Möglichst „keimfrei“ soll alles sein. Die Schmutzmonster werden in den Werbespots für Chemie-Reiniger möglichst hässlich und gruselig dargestellt. Und natürlich vernichtet das angepriesene Produkt über 90 % aller Keime. Doch warum soll das gesund sein? Und wie wirkt sich das Produkt dann auf die guten Keime in unserem Körper aus? Davon erzählen uns Werbestrategen nichts!
Überhaupt benötigt das Immunsystem sehr wohl Keime für das Training. Für eine keimfreie Welt wurde unser Körper nie geschaffen!
Die in Bad, Küche und WC eingesetzten Gifte wiederum belasten natürlich auch unseren Körper, die Leber und die Schilddrüse.

Unser Körper ist geschaffen für die Existenz mit und in der Natur. Schließlich sind wir daraus entstanden und existieren erst durch die natürlichen Prozesse und Lebenskreisläufe. Um Allergien vorzubeugen oder sie zu behandeln, sollten wir gerade den Kontakt zur Natur suchen. Dies bewirkt auch einen gewissen Schutz vor Allergien. Die Devise sollte daher lauten: Nicht weniger, sondern mehr Natur!
Dies gilt natürlich abhängig von der Pollen- und Allergenbelastung.

Auch hier offenbart sich ein Zusammenhang mit Hashimoto: Raus in die Natur,

Tageslicht und Sauerstoff tanken. Unser Körper produziert dadurch Vitamin D3, was zur nachhaltigen Behandlung von Hashimoto beiträgt. Ebenso entsteht durch Bewegung in der frischen Luft das Glückshormon Serotonin, das die psychische Komponente bei Hashimoto unterstützt.

Wie wir sehen stehen Allergien und Autoimmunerkrankungen durchaus in engem Zusammenhang. Wir können beide Krankheiten behandeln, indem wir die natürlichen Zusammenhänge beachten und unseren Lebensstil entsprechend durch neue Ernährungs- und Verhaltensweisen bereichern.

Häufig gestellte Fragen zu Allergien und Hashimoto

Warum stehen Allergien und Hashimoto in Zusammenhang?

Bei beiden reagiert das Immunsystem fehlgeleitet: Bei Allergien greift es eigentlich harmlose Stoffe an, bei Hashimoto körpereigenes Schilddrüsengewebe. Beides hat seinen Ursprung oft im selben gestörten Immunsystem.

Welche Rolle spielt der Darm bei Allergien und Hashimoto?

Eine sehr große. Das Immunsystem sitzt größtenteils im Darm, und eine gestörte Darmflora kann sowohl Allergien als auch autoimmune Reaktionen wie Hashimoto begünstigen.

Kann eine Ernährungsumstellung Allergien verbessern?

Eine Ernährungsumstellung, die die Darmflora stärkt und eine Übersäuerung des Körpers reduziert, kann sich positiv auf Allergien und auf Hashimoto auswirken.

Welche Alltagsfaktoren können Allergien begünstigen?

Unter anderem Umweltgifte, Pestizide, Antibiotikarückstände und aggressive Reinigungschemikalien, die die Darmflora und das Immunsystem belasten können.

Hilft Zeit in der Natur gegen Allergien und Hashimoto?

Ja, Tageslicht und Bewegung an der frischen Luft fördern die Vitamin-D3- und Serotoninbildung, die beide eine unterstützende Rolle bei Hashimoto spielen.

Das könnte dich auch interessieren

Das Immunsystem – Tipps zur Immunstärkung bei Hashimoto →
Übersäuerung – die Quelle fast allen Übels →
Detox bei Hashimoto – Entgiftung für dein Wohlbefinden →