Mariendistel – der Name entstammt einer Legende. So soll einst die Jungfrau Maria auf der Flucht vor Herodes das Jesuskind gestillt haben. Dabei fiel ein Tropfen der Muttermilch auf eine gewöhnliche Distel und sie verwandelte sich zur Mariendistel … Doch neben dieser Legende hat die Pflanze auch eine legendäre Heilwirkung zu bieten: Schon im 1. Jahrhundert nach Christus verordnete Dioskurides die Mariendistel bei Vergiftungen. Im Mittelalter galt sie als Mittel gegen Gelbsucht und eine „verstopfte Leber“. Und auch die moderne Medizin nutzt die Wirkungen dieser Heilpflanze. Schauen wir uns daher ihre Wirkungen einmal genauer an.

Mariendistel gilt heutzutage als unübertroffene Heilpflanze für die Behandlung von Lebererkrankungen. Sogar bei lebensbedrohlichen Vergiftungen durch Pilzgifte, wird sie eingesetzt, um die Leber vor dem aufgenommenen, tödlichen Toxin zu schützen. Auch Patienten, die unter einer fortgeschrittenen Leberzirrhose leiden, können durch die Einnahme von Mariendistel-Präparaten ihre Überlebenszeit deutlich verlängern und zugleich ihre Lebensqualität steigern.

Es wird schnell klar, dass die Mariendistel uns als Hashimoto-Erkrankte sehr gut unterstützen kann.

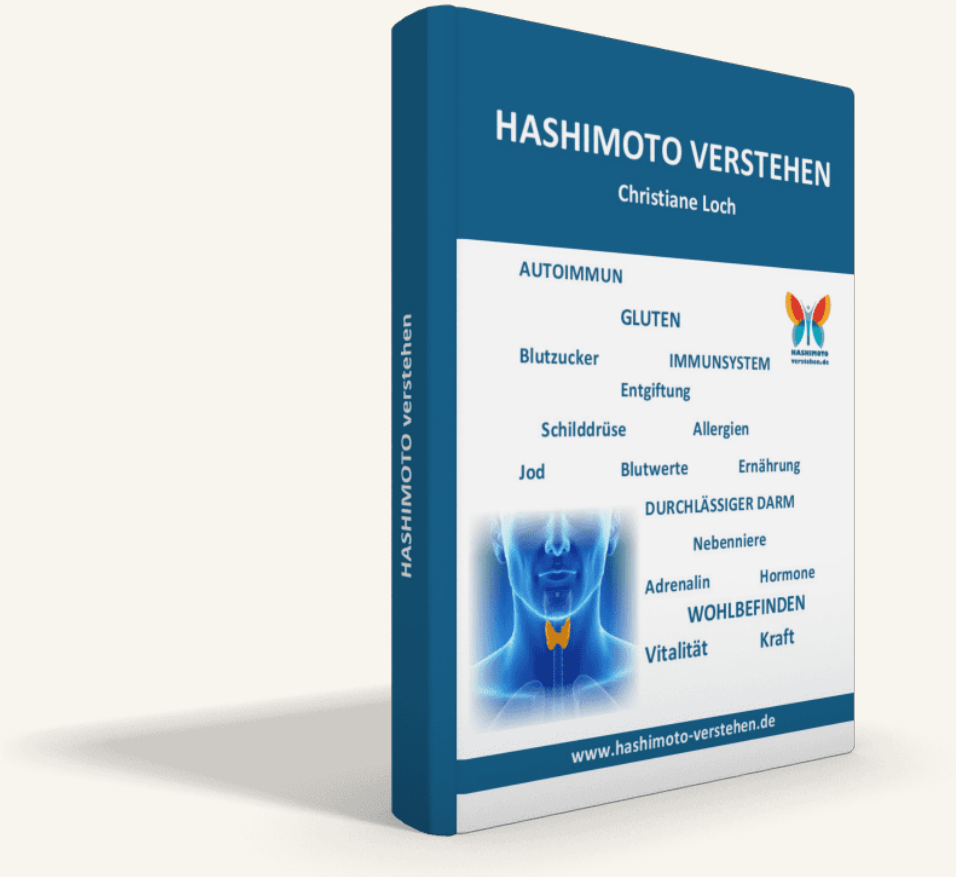
PASSEND ZUM THEMA · EBOOK-EMPFEHLUNG

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

Inhaltsverzeichnis

- 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:
- Leberstärkend, regenerierend und heilend
- Entzündungshemmend
- Häufig gestellte Fragen zu Mariendistel bei Hashimoto

- Das könnte dich auch interessieren



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

Leberstärkend, regenerierend und heilend

Wie wir wissen, ist eine gesunde und starke Leber wichtig für die nachhaltige und ganzheitliche Behandlung bei Hashimoto. Die Leber ist ein Entgiftungsorgan. Sie sorgt dafür, dass aufgenommene Umwelt- und Stoffwechselgifte neutralisiert oder ausgeschieden werden. Mit ihrer Entgiftungsleistung steht und fällt auch die Funktion der Schilddrüse. Denn diese reagiert prinzipiell sehr empfindlich auf Umweltgifte. Und ist sie durch Hashimoto bereits entzündet und somit geschädigt, schadet jedes Toxin, das sie erreicht, umso mehr.
Gleichzeitig steht die Leber auch im Zusammenhang mit der Bildung und Umwandlung von Schilddrüsenhormonen.
Je stärker also die Leber ist, umso positiver wirkt sich dies auch auf die Gesundheit und Heilung der Schilddrüse aus.

Die Leber ist zudem sehr wichtig für den Glukosestoffwechsel. Ein Überschuss an Glucose wird als Glykogen gespeichert. Wenn im Körper Energiebedarf besteht, wird dieses Glykogen wieder in Glucose umgewandelt und ins Blut abgegeben. Somit ist es möglich, unabhängig von der Nahrungsmittelzufuhr den Blutzuckerspiegel konstant zu halten.
Eine geschwächte Leber hat somit auch Auswirkungen auf den Blutzuckerspiegel. Ist dieser zu hoch oder zu niedrig, kommt es zur Ausschüttung des Stresshormons Cortisol. Und dieses trägt wiederum zur Zerstörung der bereits vorgeschädigten Schilddrüse bei.

Tun wir daher unserer Leber etwas Gutes, leisten wir einen wichtigen Beitrag zur allgemeinen körperlichen Gesundheit und speziell zur Heilung unserer Schilddrüse.

Und hierfür eignet sich, wie wir gesehen haben, die Einnahme von Mariendistel hervorragend.

Entzündungshemmend

Die Mariendistel ist vorwiegend für ihre positiven Auswirkungen auf die Leber bekannt. Doch zugleich enthält das Heilkraut Flavonoide. Diese entfalten antioxidative Eigenschaften und wirken auch entzündungshemmend – auf die Leber und allgemein auf chronische Entzündungsprozesse im Körper. Auch vor diesem Hintergrund ist die Anwendung der Distel bei Hashimoto sehr sinnvoll.

Nutzen wir die Kraft der Natur, die sie uns bietet. Gerade die Mariendistel wird bereits seit vielen Jahrhunderten eingesetzt und sie bietet sich geradezu an für die Behandlung von Hashimoto.

Ein **gutes natürliches Lebermittel** enthält also immer Mariendistel. Ich nehme das in Kapselform abends 2–3 Stück ein, damit sich die Leber über Nacht schön erholen kann. In Kombination mit einem morgentlichen grünen Smoothie kannst du deiner Leber so richtig gut unter die Arme greifen und ihr dabei helfen T4 besser in T3 umzuwandeln.

Häufig gestellte Fragen zu Mariendistel bei Hashimoto

Wie wirkt Mariendistel auf die Leber bei Hashimoto?

Mariendistel gilt als unübertroffene Heilpflanze für die Leber: Sie unterstützt deren Entgiftungsleistung und wird sogar bei lebensbedrohlichen Vergiftungen durch Pilzgifte eingesetzt, um die Leber zu schützen. Eine starke Leber ist für Hashimoto-Erkrankte besonders wichtig, da sie Umweltgifte neutralisiert und an der Umwandlung von T4 in das aktive Schilddrüsenhormon T3 beteiligt ist.

Kann Mariendistel auch bei Leberzirrhose helfen?

Ja. Studien zeigen, dass Patienten mit fortgeschrittener Leberzirrhose durch die Einnahme von Mariendistel-Präparaten ihre Überlebenszeit verlängern und ihre Lebensqualität verbessern konnten.

Wirkt Mariendistel auch entzündungshemmend?

Ja. Mariendistel enthält Flavonoide, die antioxidativ wirken und sowohl die Leber als auch allgemeine chronische Entzündungsprozesse im Körper hemmen können – ein wichtiger Aspekt bei der entzündlichen Autoimmunerkrankung Hashimoto.

Wie und wann sollte man Mariendistel am besten einnehmen?

Eine bewährte Variante ist die Einnahme von 2–3 Kapseln Mariendistel abends, damit sich die Leber über Nacht gut erholen kann. In Kombination mit einem morgendlichen grünen Smoothie lässt sich die Leber zusätzlich unterstützen.

Warum ist eine starke Leber für die Schilddrüse bei Hashimoto so wichtig?

Die Leber wandelt das Schilddrüsenhormon T4 in das aktive T3 um und ist zugleich für die Entgiftung sowie die Regulierung des Blutzuckerspiegels zuständig. Eine geschwächte Leber kann über Blutzuckerschwankungen und die Ausschüttung des Stresshormons Cortisol die bereits vorgeschädigte Schilddrüse zusätzlich belasten.

Das könnte dich auch interessieren

Gluten und Hashimoto →
Löwenzahn – Unkraut oder Superfood? →
Kurkuma, gelb für die Leber →