

[00:00:00] Music.

[00:00:05] Und herzlich willkommen bei endlich Hashimoto im Griff eurem Audioblog rundum Hashimoto ich bin Angelika Jäger Yoshimoto guide und ich freue mich dass ihr wieder dabei seid.

[00:00:18] In dieser 4. Folge erzähle ich dir etwas über die Verbindung von Epstein Barr mit Hashimoto.

[00:00:24] In den letzten Monaten hört und liest man überall, dass das Epidem-Virus Hashimoto auslösen kann.

[00:00:30] Ich sage jetzt mal, die Betonung liegt auf kann.

[00:00:40] Als ich den Test auf das Virus gemacht habe, wollte ich beweisen, dass man auch ohne den Virus an Hashimoto erkranken kann. Das war aber nix.

[00:00:51] Denn ich habe ihn auch und bin damit in bester Gesellschaft mit über 90% aller Menschen.

[00:01:01] 90% bedeutet das, fast jeder Mensch mit dem Virus infiziert ist.

[00:01:10] Ich hatte in den letzten Folgen von 10% aller Frauen gesprochen, die nicht wissen, dass sie Hashimoto haben.

[00:01:21] selbst wenn wir nur diese 10% nehmen, ist die Differenz zu 90% beachtlich.

[00:01:29] Epstein-Barr allein löst Hashimoto genauso wenig aus, wie das Borrelieninfektionen tun.

[00:01:39] Jetzt kommt aber das große aber.

[00:01:54] Die Infektion wird im Teenageralter durch küssen übertragen.

[00:02:01] Küssen und knutschen ist die häufigste Übertragungsart. Ich erinnere mich noch sehr gut an die Autokino Zeiten meiner Jugend,

[00:02:10] Erinnerst du dich auch an solche Vorkommnisse?

[00:02:19] Mit dem Virus ist es also nicht jeder, mit einer erkennbaren Erkrankung auf die Infektion konfrontiert. Das Pfeiffersche Drüsenfieber wird medizinisch Mononukleose genannt.

[00:02:33] Ich habe den Virus, aber nie diese Erkrankung durchlebt.

[00:02:36] Muss man auch nicht, denn eine vermeintliche Grippe kann auch eine Reaktion auf das Virus sein.

[00:02:45] Mein Arzt hat mir nach dem Test gesagt, ich würde wohl mal eine heftige Reaktion gehabt haben.

[00:02:58] Es ist nur möglich festzustellen, ob eine aktive Infektion in den letzten 6 Monaten stattgefunden hab.

[00:03:08] Ach ja, ich hatte heftige Windpocken als mein Sohn die aus dem Kindergarten mitgeschleppt hat, und ich hatte vor einigen Jahren eine Lungenentzündung von der ich nicht wußte woher sie kam.

[00:03:21] also so ein paar Dinge sind mir schon eingefallen die durchaus eine solche Reaktion auf das Virus hätten sein können aber wie gesagt können und nicht müssen.

[00:03:31] Es gibt aber einige Studien, die das Virus für die Produktion des Thyrotropin-Rezeptor-Antikörper verantwortlich machen, was sowohl Hashimoto wie auch Morbus Basedow auszulösen.

[00:03:45] Was ist denn mit dem Virus?

[00:03:50] Es löst Mononukleose, das Pfeiffersche Drüsenfieber aus und wird durch Speichel übertragen. Daher der Name Kusskrankheit.

[00:04:01] Zu den Symptomen einer Erkrankung zählen Müdigkeit Halsschmerzen und geschwollene Lymphknoten

[00:04:09] Symptome klingen nach wenigen Wochen ab und alles ist wieder im Normalzustand.

[00:04:13] Es gibt aber Fälle, in denen das Virus mit der Entwicklung von Krebserkrankungen chronische Müdigkeitssyndrom und der Entwicklung von multiplen Autoimmunerkrankungen in Zusammenhang gebracht wird.

[00:04:26] Eine aktuelle Infektion führt nicht immer auch zu Symptomen

[00:04:31] Er spielt auch eine Rolle, wenn man nicht an Mononukleose erkrankt sind, oder keine der genannten Symptome verspürt haben.

[00:04:43] Das bedeutet aber auch, dass alle Funktionen der Abwehr gegen das Virus aktiv sind.

[00:04:50] Das heißt, es beginnen die natürlichen Abwehrmechanismen des Körpers, um das Virus anzugreifen.

[00:04:56] Bei einer Person mit unzureichender Ernährung und Schwachstellen

[00:05:04] Die Produktion der Immunzellen CD8 und T-Zellen nimmt zudem im Alter ab.

[00:05:10] Damit begünstigen sich die Voraussetzungen für das Virus, sich in Organen, wie auch der Schilddrüse anzusiedeln.

[00:05:18] Habt ihr schon mal gehört, wenn man einmal Epstein-Barr-Virus oder Herpesviren hat hat man sie immer?

[00:05:26] Tatsächlich sind diese Viren über Jahre in unserem Körper.

[00:05:37] Das EBV auch die Abkürzung für Epstein Barr Virus löst eine latente Infektion aus.

[00:05:48] Infektion, Entzündung, klingelt da etwas bei euch. Ich war in den letzten Folgen auf Entzündungen eingegangen.

[00:05:58] Deshalb müssen wir uns auch über die Reaktion unseres Körpers auf EBV nicht wundern.

[00:06:07] Das reaktivierte Virus kann die Produktion von Schilddrüsenantikörpern induzieren, und so auch viele der schwächenden Symptome verstärken.

[00:06:15] Um herauszufinden, ob ein Reaktiver Virus vorliegt, kannst du bei deinem Arzt einen Epstein-Barr-Virus-Antigen Test vornehmen lassen. 1

[00:06:27] Also hat dieser Test bei mir ein Nukleares Antigen gefunden.

[00:06:39] Nach so einem Test weißt du, auch ob das Virus aktiv ist, ob es reaktiviert wurde, oder möglicherweise wie bei mir, schläft.

[00:06:49] Die meisten Ärzte gehen davon aus, dass alles in Ordnung ist, solange das Virus nicht aktiv ist.

[00:06:59] Aber auch mit der Folge, dass es uns auch bei unserem Hashimoto helfen kann.

[00:07:04] Ja, richtig gehört, ich weiß es klingt blöd, ist aber so.

[00:07:10] Maßnahmen die das Virus zu bekämpfen, wirken auch positiv auf Hashimoto

[00:07:20] Also wir wissen jetzt dass wir das Virus nicht wirklich loswerden können aber wir können uns unterdrücken,

[00:07:25] Es ist das Ziel die Reaktivierung zu verlangsamen und zu vermeiden.

[00:07:31] Antivirale Medikamente für sehr lange Zeit eingenommen, können das Virus möglicherweise sogar ausrotten.

[00:07:38] Die Einnahme von antiviralen Medikamenten, dazu zählen auch Medikamente mit denen rheumatoide Arthritis behandelt wird,

[00:07:49] können nach etwa sechs Jahren Einnahme, eine Remission von Hashimoto, wie auch der Graves Krankheit und Verbesserungen, beim chronischen Müdigkeitssyndrom bewirken.

[00:08:00] Aber die dunkle Seite dieser Medaille ist diese Medikamente beinhalten erhebliche Risiken wir hatten fragte immun Toxizität bisschen zur Reaktivierung anderer Virusinfektion.

[00:08:13] Also ich würde da mal sagen dann lieber nicht.

[00:08:17] Wenn wir die antiviralen Abwehrkräfte des Körpers unterstützen, können wir das Virus in einem Dauerschlaf versetzen.

[00:08:30] Als sehr hilfreich hat sich dabei auch die Nutzung eines Heilpilz ist erwiesen, nämlich Cordyceps.

[00:08:37] Cordyceps, 750 mg, 2 x 3 Kapseln über 90 Tage, in Kombination mit Olivenblattextrakt zweimal täglich eine Kapsel, ist in diesen Fällen sehr hilfreich.

[00:08:52] Bei zwei meiner Kunden hat die Nutzung der beiden Ernährungsergänzungen zu einer Senkung der Schilddrüsenantikörper geführt,

[00:09:00] dabei haben nicht einmal nach EBV geguckt, sondern einfach nur positiv auf die Schilddrüsen Antikörper wirken wollen.

[00:09:10] Was hilft uns noch,

[00:09:11] N-Acetylcystein kurz NAC, das ist ein kleiner Tausendsassa, ich empfehle 1800 mg pro Tag.

[00:09:21] Damit bekommst du noch den Bonus, das dieses Antioxidationsmittel, die Leberfunktion unterstützt und die Darmgesundheit fördert.

[00:09:31] Adaptogene für Kräuter wie Ashwaghanda, Schisandra und Astragalus stärken das Immunsystem.

[00:09:39] Vitamin D, hier solltest du mit deinem Arzt die richtige Dosis besprechen, um die CD8 und die T-Zellen zu stärken.

[00:09:49] Vitamin C hier werden 500 bis 3000 mg pro Tag benötigt,

[00:09:54] Natürlich ist es eine intravenöse Verabreichung optimal, die dir aber nur ein funktional arbeitender Arzt anbieten kann.

[00:10:06] Lysin ist eine eine Aminosäure und diese wird zur Bekämpfung von Herpesviren verwendet.

[00:10:21] Tierfett und Knochenbrühe unterstützen dabei, das Virus zu unterdrücken.

[00:10:30] Glycerylsäure, ein Inhaltsstoff der Süßholzwurzel hemmt ebenfalls die Reaktivierung.

[00:10:36] Quercetin und Coenzym Q10 besitzen ebenfalls antivirale Eigenschaften die sich schon beim chronischen fertig Syndrom als hilfreich erwiesen haben.

[00:10:47] Und ja sicher magst du auch sehr gerne Kokosöl und Kokosöl wirkt Wunder.

[00:10:53] Das Monolaurin der Laurinsäure, hat sich als sehr wirksam erwiesen. Und täglicher Genuss von Kokosöl bildet eine Fetthülle um das Virus,

[00:11:05] mit anderen Worten, wir sperren ist ein.

[00:11:08] Ebenso hilfreich hat sich eine intensive Verwendung von Immununterstützenden Pilzen und kolloidalem Silber erwiesen.

[00:11:16] Ich rate dir aber für eine wirksame Behandlung des Virus, mit einem funktional arbeitenden Arzt, oder einem auf Epstein-Barr-Virus spezialisierten, Heilpraktiker zu arbeiten.

[00:11:29] Das stellt sicher das die Maßnahmen auf deine Bedürfnisse zugeschnitten sind.

[00:11:34] Ich habe immer gerne experimentiert und habe auch viele Selbstversuche gemacht. Hier rate ich dir davon ab.

[00:11:51] Ich weiß, es ist nicht ganz einfach, so einen Arzt oder Heilpraktiker zu

finden.

[00:11:56] Wenn gerade ein solcher dem Podcast zuhört, darf er oder sie sich gerne melden. Vielleicht ergibt sich sogar eine fruchtbare Zusammenarbeit.

[00:12:08] Bis du einen geeigneten Arzt oder einen Heilpraktiker gefunden hast, kann ich dich unterstützen.

[00:12:19] Ist denn nun EBV die Ursache für Hashimoto?

[00:12:23] In den letzten Jahren ist das Bewusstsein für dieses Virus gewachsen. Es wird behauptet, dass es nicht nur für Hashimoto, sondern auch für viele andere Fälle, von chronischen Krankheiten verantwortlich ist.

[00:12:36] Aber ich habe schon erwähnt, dass 90% der Menschen mit dem Virus infiziert sind und nicht jeder Hashimoto hat.

[00:12:43] Epstein Barr nicht immer die Hauptursache für Hashimoto.

[00:12:48] Es gibt so viele andere Ursachen wie Nährstoffmangel, mangelnde Fähigkeit zur Stressbewältigung, Probleme mit den Entgiftungswegen um Schadstoffe aus dem Körper zu bekommen,

[00:13:02] eine Belastung mit H pylori, Borreliose-Infektion und auch Sibo, die Dünndarmfehlbesiedlung.

[00:13:10] Daraus folgt, dass auch eine Beeinflussung von Epstein-Barr nicht zwingend Hashimoto verbessert.

[00:13:19] Wir können uns aber auch merken, dass das Virus die genannten Auslöser triggern kann.

[00:13:30] Eine kleine Empfehlung habe ich noch für euch, eine amerikanische Frau, sie heißt Kasia Kines.

[00:13:38] betreibt auch eine eigene Website und war stark von Epstein Barr betroffen.

[00:13:46] Sie hat daraus eine Passion gemacht

[00:13:50] Epstein Barr Solution, leider ist dieses Buch allerdings nur in Englisch verfügbar.

[00:14:04] Wenn ihr noch Fragen dazu habt, schreibt mir in die Kommentare, oder sendet mir eine E-Mail an ketoleo@ketoleo.de

[00:14:13] Mein Kurs, der Leichte sanfte Reset bei Hashimoto, ist geeignet um das Epstein Barr Virus stillzuhalten. Wir kümmern uns um die Verbesserung der Entgiftungswege, gute Nährstoffzufuhr und Stärkung der Leber.

[00:14:28] Alles Schritte um endlich Hashimoto im Griff zu haben.

[00:14:34] Ich sage für heute danke, fürs zuhören und freue mich darauf, euch in der nächsten Folge wieder zu begrüßen zu dürfen, eure Angelika - euer Hashimoto Guide.

[00:14:43] Music.