Mediziner:Innen klären auf: Auf **gesund24.at** haben **Leser:innen** die Möglichkeit, Fragen an **Gesund-Profis** zu stellen. Einige davon werden hier beantwortet.

SPRECHSTUNDE

DR. DORIS GAPP
Ärztin für Allgemeinmedizin und Vitalstoffexpertin; homeofhealth.at

VITAMINE FÜR DIE SCHILDDRÜSE

Ich (39) leide an der Schilddrüsenunterfunktion Hashimoto, nehme Medikamente und bin gut eingestellt. Ich habe gelesen, dass spezielle Vitamin-Infusionen für Hashimoto-Betroffene angeboten werden. Was bringen sie?

ANTWORT: Gerade wenn man an einer Autoimmunthyreopathie leidet, ist eine gute Versorgung mit Zink, Selen und Vitamin D zur Unterstützung der Schilddrüsenfunktion essenziell. Bisher wurde meist die regelmäßige Einnahme bestimmter Nahrungsergänzungsmittel begleitend zur Schilddrüsentherapie empfohlen. Wir empfehlen vorab die Bestimmung dieser Laborparameter (Zink, Selen, Vit D). Oft reichen ein bis zwei Infusionen, um den Zink-und Selen-Haushalt aufzufüllen, Vitamin D wird bei Bedarf als Depot in den Muskel injiziert. Die Laborwerte werden alle vier bis sechs Monate kontrolliert. Bei bereits diagnostiziertem Hashimoto bei noch normaler SD Funktion – das heißt, es müssen noch keine Medikamente eingenommen werden – sollte ebenfalls auf eine ausreichende Versorgung geachtet werden.

PRIM^A DR.^IN JASMIN KECHVAR
FÄ für Neurologie, Wien, neurospa.at

STÄNDIG MÜDE: WAS HILFT?

Seit einer hartnäckigen Virusinfektion im Mai bin ich immer noch häufig müde, antriebslos und beim Sport rasch erschöpft. Kann das eine Folge davon sein?

ANTWORT: Chronische Müdigkeit nach einer Virusinfektion ist durchaus möglich, sollte aber von einem Neurologen genau abgeklärt werden. Dazu ist u. a. ein Bluttest erforderlich, der Entzündungswerte, Eisen-, Vitamin-,und immunologischen Status sowie die Viruslast erhebt. Gibt es Auffälligkeiten, sind diese zu behandeln. Oft benötigt es neben der klinisch-neurologischen Untersuchung eine apparative Diagnostik wie EEG, Messung der Nervenleitgeschwindigkeit und eine zerebrale Bildgebung. Sollte sich bei Ihnen ein chronisches Erschöpfungssyndrom bestätigen, so gibt es zahlreiche gute medikamentöse Behandlungen. Chronische Erschöpfung ist ganzheitlich zu behandeln. Hilfreich zur Unterstützung sind gesunde Ernährung, gezielte Entspannungstechniken zur Steigerung der Schlafqualität, individuelle Verhaltenstherapie sowie Pacing, ein sanftes Aufbautraining unter Anleitung. Sportliche Aktivitäten bitte sehr langsam und nach Rücksprache mit Ihrem Neurologen angehen.

So funktioniert es: Stellen Sie Ihre persönliche Frage an Expert:innen auf

gesund24.at

Beigestellt