

Schilderung einer Jodvergiftung

**Fallbericht ♀ 68 Jahre, 2006**

Heute Morgen bin ich so glücklich, wie ich es vor fast einem Jahr zuletzt war und das liegt nicht nur an dem traumhaft schönen Morgen. Es liegt einzig und allein an der totalen Umstellung meiner Lebens-, Ernährungs- und Trinkgewohnheiten (Wasser) **vor einem Vierteljahr**, genau am 17. November 2005.

Meine Jodvergiftung fing im Frühjahr 2005 an und nahm im Laufe des Sommers stetig zu, bis der Fast-Zusammenbruch im November 2005 mich auch **fast das Leben gekostet hätte**.

Seit fast 30 Jahren lege ich sehr, sehr großen Wert auf eine gesunde Ernährung mit Obst und Gemüse aus natürlichem Anbau und Fleisch aus natürlicher Zucht und Haltung. Mein Salz kaufte ich entweder im Reformhaus oder im Bioladen, mal Meersalz, mal Kristallsalz. Bei meinen Wasser-Trinkgewohnheiten waren Mineralwasser und Quellwasser (*Volvic*, *St. Leonhard's*) die bevorzugten Sorten.

Im Frühjahr 2005 brachte mir meine Tochter aus der Provence ein wunderbares Kräuter-Meersalz mit. Ich habe dieses Salz mal mehr, mal weniger zusätzlich bei der Nahrungszubereitung eingesetzt. Besonders bei der eigenen Herstellung von Wildsülze und Wildschweinrippchen setzte ich dieses Salz ein. Zudem trank ich jetzt vermehrt Leitungswasser, das ich in einem Glaskrug mit Bergkristallen und Amethyststeinen angereichert hatte.

Die ersten Veränderungen meines Körpers und meiner Befindlichkeit habe ich zwar registriert, aber nicht unbedingt als Warnsignal verstanden.

Mit der veränderten Verdauung fing es an; hatte ich bisher einen normalen Stuhlgang (Menge, Farbe, Konsistenz), so waren es jetzt nur noch Brei-Stühle. Da ich gern Weißwein trinke (zum Essen oder abends 1 bis 2 Gläser, aber nicht ständig) habe ich diese Gewohnheit als erstes gestrichen, was ohne Einfluss auf die Brei-Konsistenz blieb.

Dann fingen seltsame Strömungs-Gefühle in den großen Körperadern an. Das erste Mal in der Leiste. Es war ein Gefühl, als würde das Handy in meiner Hosentasche vibrieren. Das Handy lag aber abseits. Meist war es in der Leistengegend, aber auch im linken Oberschenkel und in der Halsschlagader, einmal im Körper-Inneren. Es dauerte nur Sekunden und passierte im Auto, beim Fernsehen oder beim Einkaufen.

Dann hatte ich oft ein Kribbeln in der Nasenspitze, als würden hundert Ameisen auf meiner Nasenspitze spazieren. Es dauerte auch nur Sekunden.

Am Unangenehmsten waren die Schulterschmerzen in der Nacht. Ich schlafe auf dem Rücken mit über dem Kopf verschränkten Armen ein und drehe mich dann vermutlich öfter um. Bei diesem Umdrehen schmerzten beide Schultergelenke derart, dass ich jedes Mal wach wurde.

Zunehmend bemerkte ich eine für mich unerklärliche Lethargie. Da ich einen kleinen Dackel habe, waren lange, manchmal stundenlange Spaziergänge die Regel. Ich musste mich jetzt regelrecht zwingen, die täglich nötigen Wege zu unternehmen. Zudem meinte ich zu bemerken, dass ich fast gebückt ging, eben wie eine uralte Frau und so fühlte ich mich auch.

Beim Treppen herunter gehen schmerzten meine Knie so sehr, dass ich manchmal fürchtete, wie eine Kasperle-Puppe zusammen zu fallen.

Am Schlimmsten war die Schlaflosigkeit oder das unvermittelte Wachwerden mitten in der Nacht mit folgender Schlaflosigkeit über zwei bis drei Stunden.

Mitte August 2005 fuhr ich für zehn Tage nach Österreich. Fast vom ersten Tag an war meine Verdauung in Ordnung, mein Schlaf tief und fest und eine ungebremste Lauf- bzw. Wanderfreude mit Hund. Die Hotelküche verwendet Steinsalz, wie ich hinterher erfuhr.

Außerdem trank ich zum Abendessen regelmäßig ein Viertel Weiß- oder Rotwein, was ohne Wirkung auf meine Verdauung blieb (kein Breistuhl).

Nach meiner Rückkehr kamen all die Weh-Wehchen zurück.

Im Laufe des Septembers 2005 glaubte ich, mir eine Blasen-Entzündung zugezogen zu haben. Ich hatte Unterleibsschmerzen und Urin floss spärlich, obwohl ich das Gefühl hatte, die Blase wäre zum Platzen gefüllt. Ich trank literweise Blasen-Nieren Tee ohne nennenswerte Besserung. Nach mehreren Telefonaten mit meinem Homöopathen und verschiedenen homöopathischen Mitteln, die keine wesentliche Besserung ergaben, habe ich mich zu einem Besuch bei meiner Internistin entschlossen.

Urin Untersuchung: negativ.

Ich benutzte weiter das französische Kräuter-Meersalz, jetzt auch für Salate und auf Tomatenbrot usw.

Am 17.10.05 war ich zur Blutabnahme und EKG bestellt. Blutwerte und EKG total in Ordnung. Ich trank weiter Blasen-Nieren Tee bis es mich schüttelte, sobald ich den Tee sah. Dann versuchte ich Lapacho Tee und verzeichnete eine leichte Besserung.

Am 11. November 05 ging mein normales Salz (Steinsalz) zu Ende. Als ich zum Einkaufen fuhr, war das Reformhaus schon geschlossen, also bot sich der benachbarte Supermarkt an.

Ich sah die Riesenauswahl an Salz und dachte noch, ich kann doch mal das so gepriesene Jodsalz mit Fluor und Folsäure nehmen. Also nahm ich es mit.

Am 12. November 05, ein Samstag, hatte ich von meiner letzten Bestellung bei einem Lebensmittel-Versand noch einen kleinen Weißkohlkopf. Ich wollte mir einen Krautsalat mit Weißwurst zubereiten. Morgens raspelte ich den Kohl und streute das französische Meersalz darüber und stellte es beiseite. Mittags habe ich den Kohl kurz gedünstet und beim Abschmecken stellte ich fest, dass noch Salz fehlte. Also kam zum ersten Mal das Jodsalz zum Einsatz.

Nach dem Essen bleibe ich gern noch einen Augenblick am Tisch sitzen und lese die Zeitung.

Nach einer halben Stunde glaubte ich zu explodieren. Mein Innerstes tobte und polterte und drängte nach draußen. Ich kam fast drei Stunden nicht aus dem Badezimmer raus. Zum Schluss kam nur noch Wasser. Mein erster Gedanke war der Kohl! Warum vertrug ich ihn nicht mehr?

In dieser Nacht von Samstag auf Sonntag habe ich kaum geschlafen. Ich kam nicht zur Ruhe. Nachts um ein Uhr habe ich zum ersten Mal meinen Blutdruck gemessen: 225/120 bei Puls 109.

Ich nahm eine Schlaftablette und trank noch ein Glas Wein. Es half nichts. Ich bin so gegen vier Uhr in einen unruhigen Schlaf gefallen.

Am nächsten Morgen Blutdruck 160/100 bei Puls 85. Was war mit mir?

Sonntag, 13. November 05 wieder Salat mit Kräuter-Meersalz, Fleisch und Gemüse mit Jodsalz gewürzt. Nachmittags wieder starker Durchfall.

Abends bemerkte ich eine große Unruhe in mir. Gegen 22 Uhr ging ich zu Bett, d.h. ich wollte zu Bett gehen. Ich war von der vorhergehenden Nacht zum Umfallen müde, aber sobald ich lag, überkam mich eine Sterbensangst.

Blutdruck wieder 240/130 bei Puls 120. Kopfschmerzen, dass ich glaubte er platzt. Herzrasen, Herzstolpern, Nasenbluten. In meiner Not habe ich erst eine Aspirin, dann eine

Schlaftablette genommen, eine Flasche Sekt aufgemacht (hat mir oft bei Einschlafschwierigkeiten geholfen), sämtliche homöopathische Mittel rausgesucht, die mit hohem Blutdruck in Verbindung bzw. als Hilfe aufgeführt waren und eingenommen. Mir fiel auch noch ein Beta-Blocker ein, den ich vor ca. sechs Jahren als Ärztemuster bekommen hatte, als ich einen extrem hohen Puls hatte. Die Tabletten hatte ich wegen Nebenwirkungen nach zwei Tagen abgesetzt. Diese Tabletten lagen zum Entsorgen schon einige Monate in der Garage. Ich bin im Pyjama in die Garage gegangen und habe mir die seit fünf Jahren abgelaufenen Tabletten geholt und gleich eine eingenommen.

Ich war drauf und dran den Notarzt zu rufen und überlegte bereits, was ich mit dem Hund machen sollte. Ich fing an, meine Tasche zu packen, als mir in der Panik noch ein halbwegs vernünftiger Gedanke kam:

Warum habe ich plötzlich diesen Wahnsinns-Bluthochdruck? Was habe ich in den letzten Tagen anders gemacht als sonst? Was habe ich gegessen und getrunken?

Das **einzige Neue** in meinem Leben war das **Jodsalz**. Plötzlich kam mir die Erleuchtung! Mein alter Hausarzt (inzwischen verstorben) sagte einmal beiläufig: Du hast eine leichte Überfunktion der Schilddrüse! Glücklicherweise konnte ich noch etwas kombinieren.

**Schilddrüse – Jod – Überfunktion!** Sämtliche Alarmglocken klingelten.

Es war ca. ein Uhr oder auch zwei Uhr als ich meinen PC anwarf und bei Google das Thema Jodsalz eingab.

Die ganze Bandbreite der Jod-Befürworter und der Jod-Gegner lag vor mir. Bei [www.jodkrank.de](http://www.jodkrank.de) habe ich mich dann fest gelesen. Bis um vier Uhr morgens hatte ich meine Lektion in Sachen Jod gelernt.

Noch in der Nacht habe ich als Erstes das **GUTE WERTVOLLE JODSALZ** in den Müll geworfen. Am nächsten Tag bin ich in das Reformhaus gegangen und habe das mir bekannte Salz gekauft.

Das französische Kräuter-Meersalz habe ich meinem Cousin geschickt, der Chemiker in Süddeutschland ist, um heraus zu finden, ob künstliches Jod zugefügt wurde oder die Salzgärten der Provence eventuell mit Schadstoffen (Schwermetalle aus dem Mittelmeer) belastet sind. *Untersuchungsergebnis 21.03.06: das französische Kräutersalz enthält 400 mg/kg J O D und die Rieselhilfen E 535 bzw. 536. Es konnte nicht festgestellt werden, ob mit organischem Jod oder jodangereichert, was oft bei Meersalz praktiziert wird.*

Meine Trinkgewohnheiten bezüglich Wasser habe ich auch reformiert, d.h. kein Leitungswasser mehr, nur noch Quellwasser. Dazu gab mir mein Bio-Händler noch den Tip, mir das Buch „**Wasser & Salz**“ von Dr. Barbara Hendel und Peter Ferreira zu kaufen.

Das folgende Vierteljahr hat mir durch die Entgiftung sehr große gesundheitliche Probleme beschert, aber auch viele positive Momente geschenkt.

Meine Blase und Nieren fingen an normal zu arbeiten, ich konnte wieder große Urinmengen abgeben. Mein Blutdruck bewegte sich wieder in akzeptablem Rahmen, was aber meinen Kreislauf und mein Herz mit „Auf's und Ab's“ belohnte.

Mal hatte ich plötzlich ohne Erkältung starken Schüttelfrost, mal wurde ich nachts wach, weil mir eine salzige, klare Flüssigkeit in großen Mengen aus der Nase lief.

Als Letztes kam meine Verdauung wieder in Ordnung. Nach fast einem Jahr Brei-Stuhlgang hatte ich erstmals wieder die Vor-Jod-Zeit-Verdauung. Das Allerbeste aber war der Schlaf, ich schlafe jetzt tief und fest die ganze Nacht durch – ohne Schlaftabletten.

Die Internistin hat meine Glaubwürdigkeit in Bezug auf meine Beschwerden nie in Abrede gestellt. Sie wollte aber die gesamte schulmedizinische Abklärung haben. Es wurde ein Bluttest (Basophiler Degranulations-Test) erstellt: negativ.

Eine Stuhluntersuchung folgte: negativ.

Ein Langzeit-Blutdruckmessgerät: keine Beta-Blocker Notwendigkeit.

Fazit: ich bin kerngesund.

Jod-Allergie: nicht erwiesen.

Z.Zt. bin ich noch immer in der Entgiftungsphase, mache aber Fortschritte. Meine Ernährung gleicht einer Lebensmittel-Versuchsreihe.

(Und es vergiftet mich doch !!!)

Sobald ich mit irgendeiner klitzekleinen Jodmenge in Berührung komme: Durchfall, Blutdruckwerte 160/110 usw., usw.

Wenn ich in der Nacht der Jodkrise (13. November 2005) einen Gehirnschlag bekommen hätte oder einem Herzversagen erlegen wäre, hätte mit Sicherheit auf meinem Totenschein gestanden: **Tod durch Medikamenten- und Alkoholmissbrauch**. Kein Arzt der Welt wäre auf die Idee: **Tod durch Jod** gekommen. Ich möchte nicht wissen, wie viel Todesfälle auf das Konto **J O D** gehen?

Danken muss ich meinem guten Freund und Internisten *Dr. Karl Bauer-Hack* (leider schon verstorben), der vor vielen Jahren die Diagnose: leichte Überfunktion der Schilddrüse! gestellt hat, mit der ich überhaupt erst auf die Verbindung Jodsatz/Schilddrüse gekommen bin.

Danken möchte ich auch den Initiatoren der Webseiten:

[www.jodkrank.de](http://www.jodkrank.de),

[www.jod-kritik.de](http://www.jod-kritik.de)

[www.lipka-online.de](http://www.lipka-online.de)

und *Leni Reuters* [www.hl-reuters.de](http://www.hl-reuters.de)

durch deren Beiträge ich dem Problem **J O D** auf die Schliche kam. Dank auch den Verfassern des Buches „*Wasser & Salz*“, *Frau Dr. Barbara Hendel* und *Biophysiker Peter Ferreira*.

Weitere positive Veränderungen: März 06 stelle ich fest, dass meine Haare, die immer durch eine fettige Kopfhaut nur für einen Tag ansehenswert waren, plötzlich zwei Tage locker und glänzend blieben.

Die so lange unentdeckt gebliebene Jod-Überempfindlichkeit habe ich vermutlich schon durch vorgeburtliche Jod-Prophylaxe meiner Mutter bekommen, die mir berichtet hat, sie habe während ihrer Schwangerschaft mit mir einen Kropf bekommen. Da meine Mutter für die damalige Zeit (1938 in Berlin) eine späte Erstgebärende war - sie war Jahrgang 1901 - hat sie vermutlich unter ärztlicher Betreuung **J O D** verabreicht bekommen. Die 30er Jahre waren ja durch die nationalsozialistischen Volksgesundheits-Kampagnen und Hitlers Jod-Wahn gekennzeichnet. Nach meiner Geburt war auch der Kropf verschwunden. Meine Mutter hat danach niemals Jod-Präparate eingenommen, noch jemals Schilddrüsenhormone, ist mit 90 Jahren gestorben und war bis ein Vierteljahr vor ihrem Tod kerngesund.

Barbara Kuhbier