

## **Ich wäre so glücklich gewesen, hätte mich jemand mal auf irgendwas aufmerksam gemacht**

Fallbericht Hashimoto (Frau, 32 Jahre)

... Mein Freund und ich haben uns jetzt für eine Einzelpraxis Yoga angemeldet. Die Übungen sind auf jeden abgestimmt. Ich hab nämlich auch das Problem, dass ich nicht so gelassen bin, wie ich eigentlich möchte. Ich gerate ja immer wieder mit Personen wegen der ganzen Jod- und Ernährungsgeschichte in Konflikt. Mein Freund und ich ernähren uns eben aus dem Bioladen oder bauen selbst im Garten an. Wir haben glücklicherweise die Möglichkeit und nutzen den Garten auch aus.

Bei meinem Freund achten wir darauf, dass er nichts Jodiertes isst, aber er isst natürlich schon mal Fisch oder konsumiert Milchprodukte, im Gegensatz zu mir. Milch und Joghurt habe ich schon lange nicht mehr verzehrt. Käse bringen wir mir immer aus Österreich mit, von einer Käserei die nicht jodiert und frieren den auf Vorrat ein. Jedes Mal werde ich darauf angesprochen und muss mich auf eine Art und Weise rechtfertigen, die mir nicht gefällt.

Mein Bruder meinte letztens zu mir, dass es natürlich verständlich ist, dass ich dann – naja, ein bisschen "aggressiver" werde, weil ich ständig irgendwelchen Rechtfertigungen ausgesetzt bin und auch blöd ausgefragt werde, aber er meinte es wäre besser wenn ich gelassener reagieren würde. Er steht voll hinter mir und verteidigt mich auch immer, aber natürlich weiß ich, dass es besser ist, wenn ich mich nicht so aufwühlen lasse. Vor allem fange ich nie diese Unterhaltungen an ... Dann auch diese ganze Biogeschichte. Ich muss mich auf Diskussionen einlassen. Ich glaube, dass es viele ärgert, dass ich meine Gesundheit so ernst nehme.

Vor zwei Jahren ging es mir so schlecht. Ich dachte jeden Tag, ich würde den nächsten nicht überleben. Mir geht es noch nicht wieder wie früher, aber längst nicht mehr so wie vor zwei oder vor einem Jahr. Also, wenn das für mich kein Beweis ist, dass ich den richtigen Weg gehe! Warum denken die Leute immer man will einem was auf- oder anschwatzen. ICH wäre so glücklich gewesen, hätte mich jemand mal auf irgendwas aufmerksam gemacht. Aber so ist das halt. Jeder muss das selber wissen.

Ja mit meiner Gesundheit geht es besser, aber natürlich mit Rückschlägen. Ich arbeite alles nacheinander ab. Ich bin nicht der Mensch, der vieles auf einmal machen, nehmen möchte. Ich gehe lieber kleine Schritte. Der Körper braucht eben auch Zeit, die Schäden wieder rückgängig zu machen. Ich bin ja ca. ein Jahr von Arzt zu Arzt gelaufen und immer hieß es: die Psyche. Mir ging es so, so schlecht. Ich wusste es war nicht die Psyche, aber im Nachhinein haben sich bei mir ziemlich viele Ängste entwickelt bzw. manifestiert, die ich zu der Zeit entwickelt hab. Ich hab mich jetzt wieder zur Psychotherapie angemeldet.

Und dieser ganze Jodscheiß, ehrlich, was würde uns an Lebensqualität zurückgegeben werden, wenn diese Jodierung endlich abgeschafft würde. Wenn wenigsten alle Grundnahrungsmittel verfügbar wären und wir uns nicht immer irgendwelchen Versuchen unterziehen müssten ...

*(Auszug aus einer Email vom 5. November 2009)*