Die Basaltemperatur zur Diagnose einer Schilddrüsenunterfunktion

Der amerikanische Experte der Schilddrüsentherapie, Broda Barnes, M.D., empfiehlt die äußerst billige und hocheffiziente Untersuchungsmethode der axilläre Basaltemperatur.

Dabei soll man frühmorgens im Bett als allererstes die Temperatur unter der Achsel messen.[1] Idealerweise verwendet man hierfür ein Basalthermometer, mit dem man über den Piepton hinaus messen kann. Man sollte insgesamt mindestens 3 Minuten messen. Dabei lassen sich folgende Rückschlüsse ziehen:

- Lieg die Temperatur zu diesem Zeitpunkt unter 36,4 – 36,8° C, ist dies ein Anhaltspunkt für eine Unterfunktion
- Bei Frauen mit Menstruation sollte die Temperatur in der 2. Zyklushälfte 37,2 – 37,4° C betragen. Steigt die Temperatur nicht (ausreichend) in der 2. Zyklushälfte, ist das ein Hinweis auf einen Progesteronmangel.
- Zu hohe Werte sind übrigens nicht zwingend ein Zeichen der Überfunktion. Erhöhte Temperatur kann zahllose Ursachen haben.
- Schwankt die Durschnittstemperatur von Tag zu Tag um mehr als 0,1° C, benötigen die Nebennieren Unterstützung.[2]

Die Methode konnte er empirisch an Tausenden von Patienten nachweisen, sie wurde seit über 50 Jahren weltweit immer wieder bestätigt und jeder kann sie selbst durchführen.

Wer Unterstützung auf seinem Weg zur Gesundheit sucht, kann mich gerne im Rahmen meiner Online-Gesundheitsberatung in Anspruch nehmen.

[1] vgl. Schlett, Siegfried und Gerz, Wolfgang, „Komplementäre Heilmethoden – Ganzheitliche Therapie bei Störungen der Schilddrüsenfunktion“

[2] vgl. Bowthorpe, Janie A., „Für die Schilddrüse – gegen den Starrsinn. Stop the Thyroid Madness!“, S. 96

Die Inhalte der Seiten beinhalten weder eine Heilkunde noch ersetzen sie eine ärztliche Abklärung und/oder Behandlung. Die hier dargestellten Erfahrungsberichte und Heilungsmethoden entsprechen nicht der offiziellen medizinischen Lehrmeinung. Wer Informationen aus dem hier Gesagten anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Es werden weder Diagnosen gestellt noch Therapieempfehlungen oder Heilversprechen abgegeben. Diese Seite ersetzt keinen Arztbesuch und stellt keine Beratung im medizinische Sinne dar. Bitte besprechen Sie alle Anregungen, die Sie auf dieser Seite bekommen, mit Ihrem Arzt.

Bildrechte: Simone Hainz / pixelio.de