

# **Happy Hashimoto: Ein praktischer Leitfaden für ein Leben mit der Krankheit**

---

## **Wege aus der Hormonfalle: Hormonelle Balance statt Hormontherapie**

---

## **Hashimoto na und!: Lernen, Lächeln, Gesundwerden**

Hashimoto na und!: Lernen, Lächeln, Gesundwerden von Claudia Rauch

Eine sehr schöne Fibel über die Hashimoto Thyreoiditis mit den vielen möglichen Begleitsymptomen. Die Autorin beschreibt und erklärt die Autoimmunerkrankung sehr anschaulich anhand ihrer eigenen Geschichte aus Sicht einer Betroffenen und Heilpraktikerin zugleich, die nach Ihrer eigenen Diagnose eine Ausbildung zur Schilddrüsenpraktikerin bei Dr. Rieger absolviert hat. Dabei geht sie ganzheitlich darauf ein, wie die Hashimoto die einzelnen Bereiche des Körpers verändern kann und welche Auswirkungen das auf die Gesundheit und das Leben hat. Ein sehr guter Einstieg für Betroffene und perfekt als Leitfaden für den Weg zur Symptommfreiheit.

---

# **Basedow Healing: Ganzheitliche Behandlung bei Schilddrüsenüberfunktion**

---

**Schilddrüsenknoten: Warum sie  
entstehen. Wie man sie heilen  
kann. Alle wichtigen Therapien  
aus Naturheilkunde, Homöopathie  
und Schulmedizin**

---

**Hashimoto Healing: Die  
ganzheitliche Behandlung der  
Hashimoto-Thyreoiditis**

---

# **Heile deine Schilddrüse: Die Wahrheit über Hashimoto, Über- und Unterfunktion, Schilddrüsenknoten, -tumoren und -zysten**

Heile deine Schilddrüse: Die Wahrheit über Hashimoto, Über- und Unterfunktion, Schilddrüsenknoten, -tumoren und -zysten von Anthony William

Ein sensationelles Selbsthilfebuch für die Behandlung einer Schilddrüsenerkrankung. Denn dieser liegt oft eine latente Viruserkrankung in den Organen zugrunde, der man mit den Anleitungen in diesem Buch zu Leibe rücken kann.

Anthony William erläutert darin auch die Ursachen und Zusammenhänge für die vielen möglichen Begleitsymptome wie Gewichtszu- oder abnahme, Haarausfall, Erschöpfung, Schlafstörungen, Angst, Depression u.v.m. Auch wenn man sich bereits gut mit der Schilddrüse auskennt, lernt man in diesem Buch eine Menge dazu.

William gibt, wie auch in den vorangegangenen Büchern, umfangreiche Tipps für die Ernährung & Entgiftung sowie unterstützende Nahrungsergänzungsmittel. Außerdem hat er darin eine 90-Tage-Kur zur Regeneration der Schilddrüse in Eigenregie entwickelt.

In meinen Gesundheits-Coachings zitiere ich viel aus diesem Buch. Eine ganz klare Leseempfehlung von mir!

Hier kann man es bestellen: [Amazon](#)

---

# **Die Schilddrüse - Funktionsstörungen ganzheitlich begegnen**

---

## **Thyroid Healthy**

**von Suzy Cohen**

---

## **Hashimoto im Griff - Endlich beschwerdefrei mit der richtigen Behandlung**

**Hashimoto im Griff - Endlich beschwerdefrei mit der richtigen Behandlung von Isabella Wentz**

Isabella Wentz ist Pharmazeutin und selbst von Hashimoto betroffen. Dieses ganzheitliche Buch umfasst Themen wie Ernährung, Darmsanierung, Beenden von Entzündungsprozessen, Blutzuckerregulation, Stärkung des Immunsystems, Aufbau der Nebennieren und Behandlung mit Schilddrüsenhormonen.

Hier kann man es bestellen: [Amazon](#)

---

# **Why Isn't My Brain Working?: A Revolutionary Understanding of Brain...**

**Why Isn't My Brain Working?: A Revolutionary Understanding of Brain Decline and Effective Strategies to Recover Your Brain's Health (Englisch) von Datis Kharrazian**

Leider nur auf englisch, aber ein klasse Buch zum Thema Brain Fog, Konzentrationsprobleme, Gedächtnisstörungen und andere Gehirndysfunktionen und wie man Ihnen u.a. mit der richtigen Ernährung und dem Auffüllen der Nährstoffspeicher begegnen kann.

Hier kann man es bestellen: [Amazon](#)

---

# **Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto anders behandeln...**

**Schilddrüsenunterfunktion und Hashimoto anders behandeln: Wenn Sie sich trotz normaler Blutwerte schlecht fühlen. Die 22 Muster der Schilddrüsenunterfunktion von Datis Kharrazian**

Dieses Buch sucht nach den Ursachen der Schilddrüsenunterfunktion oder Hashimoto. Es unterteilt die Betroffenen je nach Werten in bestimmte Gruppen und gibt Handlungsempfehlungen für die natürliche Behandlung der Ursachen. Ein ganzheitlicher Ansatz, der viel über Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel lehrt.

Hier kann man es bestellen: [Amazon](#)

---

# **Für Die Schilddrüse... Stop the Thyroid Madness!**

**Für Die Schilddrüse - gegen Den Starrsinn. Stop the Thyroid Madness!**  
**von Janie A. Bowthorpe**

Das Standardwerk für alle, die ihre Schilddrüsenunterfunktion mit natürlichem Schilddrüsenextrakt vom Schwein oder Rind behandeln möchten. Das Buch gibt umfangreiche Einblicke in die Zusammenhänge von Schilddrüse, Nebennieren und Nährstoffmängeln und erläutert, wie die Umstellung zu natürlichem Schilddrüsenextrakt gelingt. Wenn Sie auf natürliche Schilddrüsenhormone umsteigen wollen, dann macht dieses Buch wirklich Sinn.

Hier kann man es bestellen: [Amazon](#)