

Dr. med. Eberhard J. Wormer

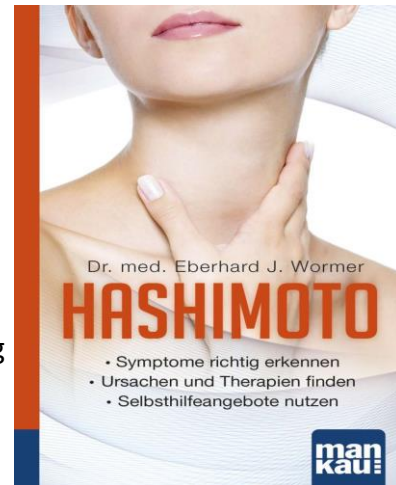
### Hashimoto

- **Symptome richtig erkennen**
- **Ursachen und Therapien finden**
- **Selbsthilfeangebote nutzen**

Mankau Verlag, 3. aktual. Aufl. 2017

Klappenbroschur, 127 S., 11,5 x 16,5 cm, durchgehend farbig  
ISBN 978-3-86374-175-4

Preis: 8,99 €



Dieser kleine Kompaktatgeber zur Autoimmunerkrankung Hashimoto-Thyreoiditis von Dr. med. Wormer ist ein sehr gut gelungenes Übersichtswerk. In drei großen Hauptkapiteln werden zunächst die Funktion der Schilddrüse, dann die Erkrankung Hashimoto und schließlich die Möglichkeiten der Selbsthilfe erläutert.

Im ersten Teil erhält die Leserin\* einen detailgenauen Überblick, insbesondere auch zum Zusammenspiel der verschiedenen Hormondrüsen, denn schließlich übt die Schilddrüse wichtige Kontrollfunktionen im hormonellen Regelkreis aus. Übersichtliche Tabellen, Grafiken und anatomische Zeichnungen sowie histologische Fotos helfen dabei, die Komplexität zu verstehen. Insofern ist das Büchlein ein tolles, schnelles Nachschlagewerk, um Zahlen (Normalwerte) oder z.B. Symptome abzurufen. Der Selbsthilfeteil ist kurz gehalten, benennt aber die Risikobereiche verschiedener Stressauslöser, weitere Risikofaktoren und die Bedeutung gesunder Ernährung.

Insgesamt ist das Büchlein sehr hilfreich, um sich innerhalb einer konventionellen Therapie zu informieren und über den eigenen Körper mit Zahlen und Fakten gut Bescheid zu wissen. Wormer schreibt medizinisches Wissen gut verständlich und bringt so sicherlich Licht in das Dunkel der von wirklich vielen Symptomen geplagten Hashimoto-Patientinnen\*.

Ich persönlich würde es daher vor allem als Nachschlagewerk empfehlen, welches für Laiinnen\*, Betroffene sowie für die Praxis einen informativen und auf das Wesentliche zusammengefassten Wert hat.