

Mentaler Minusbereich

Beitrag von „carla“ vom 25. April 2006 19:05

Hallo Ihr Lieben!

leider ict mi kein vernünftiger Titel eingefallen und von Angstanfällen und Panikattaken wollte ich dann doch nicht im thema sprechen, auch wenn es genau das ist, womit ich mich seit fast zwei Wochen herumschlage:

Nächtliches Aufwachen durch Panikanfälle ohne sich an den zugehörigen Albtraum erinnern zu können oder ähnliches morgens beim Aufwachen.

Und dass ohne direkten äußeren Anlass, und angefangen hat es auch noch in den Ferien.

Normalerweise schlafe ich wie ein Murmeltier und ähnliche Phänomene habe ich sonst nur schon mal gehabt, wenn ich unter Stress war und es gewagt habe, (auch kleine Mengen) Alkohol zu trinken (Vertrage ich sowieso nicht gut).

Aber zur Zeit lebe ich ganz gesund, daran kann es also nicht liegen.

Kann sowas z.B. eine körperlich Ursache haben? An psychischen Gründen will mir eigentlich



nichts so recht was einfallen.

viele Grüße!

carla

Beitrag von „Chiaro di luna“ vom 25. April 2006 20:11

Hallo liebe Carla,



erstmal ein virtueller Tröster an dich! Als körperliche Ursache von so Angst- und Panikanfällen (wie äußert sich das bei dir? Herzrasen etc.?) kenne ich Schilddrüsenprobleme - ich kann mich gerade nicht erinnern, ob Über- oder Unterfunktion, glaube aber eher Überfunktion. Ist sowas bei dir schonmal abgeklärt worden? Geht glaube ich über Blutwerte und auch so eine Röntgenkontrastuntersuchung (oder wie die heißen..).

Liebe Grüße und alles Gute

Chiaro

Beitrag von „Jenny“ vom 25. April 2006 20:21



Hallo erstmal,

ja, das mit der Überfunktion stimmt. Ich habe dieses Problem auch manchmal. Obwohl ich nur eine leichte Überfunktion habe und noch keine Tabletten nehmen muss, merke ich schon leichtesten Streß durch flatterige Hände und leichten Panikattacken. Da ich eigentlich ein sehr gefaßter Mensch bin, kann ich das im Moment noch gut ausgleichen ("du bist gaaanz ruhig" tief durchatmen), außerdem hilft mir Yoga ganz ausgezeichnet.

Gruß

J.

Beitrag von „carla“ vom 25. April 2006 22:39

Danke ihr beiden!

In dem Verdacht einer Schilddrüsenüberfunktion hatte mich meine Ärztin schon vor Jahren mal, hat sich damals aber nicht bestätigt. Aber ich sollte das wohl noch mal klären lassen. (wäre ich so gar nicht mehr drauf gekommen, dass da mal was war, fiel mir erst gerade wieder ein)

[Jenny](#): Mit joga habe ich für's Allgemeinbefinden auch gute Erfahrungen gemacht, vielleicht 'rächt' sich jetzt auch, dass diese Aktivität dem Umzug und der vollen Stelle zum Opfer gefallen ist.

Liebe Grüße!

carla,

mit noch einer halbe Kanne Beruhigungstee auf dem Schreibtisch

Beitrag von „Chiaro di luna“ vom 25. April 2006 22:47

Hallo Carla,

bei mir hat sich das auch schon mal nicht so richtig bestätigt - die Symptome hatte ich aber trotzdem, die Werte waren sehr grenzwertig - damit für die Schulmedizin noch im Normbereich, aber eben doch nicht mehr so richtig okay. War dann bei einer Heilpraktikerin, und das ist dann richtig klasse geworden.

Bei mir hilft übrigens Autogenes Training.. und abends gibts gerne mal eine Tasse "Träum schön"-Tee (Teekanne oder so?)....

Wünsche dir ganz viel Erfolg bei der Ursachensuche!

Liebe Grüße und gute Nacht für heute (ja, heute schaffe ich's schon ganz früh! Bin sehr stolz auf mich!)

Chiaro

Beitrag von „Jenny“ vom 26. April 2006 13:41

Ja, diese Erfahrung kann ich nur bestätigen.

Auch meine Werte liegen , nach medizinischen Gesichtspunkten, noch im Normbereich.

Aber was bringt einem auch dieser Normbereich, wenn man trotzdem die Beschwerden hat....

Was hat die Naturheilpraktikerin denn bei dir für eine Therapie gemacht. Ich denke jetzt wo langsam der Streß wieder los geht, sollte ich das wohl auch mal testen..

Gruß

j.

Beitrag von „Melosine“ vom 26. April 2006 13:43

Hallo Carla,



Schilddrüsenerkrankungen können obereckig sein! In der Überfunktion bin ich tausend Tode gestorben.

Wenn du die SD untersuchen lässt, geh am Besten sofort zu einem Spezialisten.

Bist du privatversichert? Dann lohnt sich der Weg nach Mainz.
<http://www.schilddr%c3%bcsenpraxis.de>

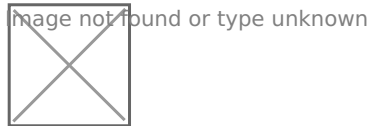
Hausärzte haben oft viel zu wenig Ahnung von solchen Erkrankungen. Außerdem besteht das Problem mit den sehr großen Normbereichen (wurde ja schon angesprochen).

Trotz allem solltest du natürlich eine psychische Komponente nicht vernachlässigen.

Alles Liebe und gute Besserung,

Melosine

Beitrag von „carla“ vom 26. April 2006 14:57



Noch mal Danke an euch alle!

Werde dann doch erst mal einen Hausarzttermin machen und wenn dem nichts einfällt, schau

ich halt weiter - werde ja nächtlich daran erinnert, es nicht schleifen zu lassen.



Aber da sich hier soviel Erfahrung tummelt: Was sind eigentlich die anderen möglichen Symptome bei Schilddrüsengeschichten? (Ich werfe zur Zeit einen etwas misstrauischen Blick auf meinen Gesundheitszustand, aber ansonsten fühle ich mich relativ fit)

Viele liebe Grüße!

carla

Beitrag von „Tina34“ vom 26. April 2006 15:50

Hallo,

vielleicht trifft das bei dir auch gar nicht zu, aber du kannst es auch mal mit Dorntherapie versuchen. Wenn ein bestimmter Wirbel verschoben ist, kann das auch zu Panikanfällen führen. Da gibt es so eine Tabelle, da ist das als Auswirkung auch genannt.

Außerdem wird dabei das Becken, das bei fast jedem Menschen schief steht gerichtet und der Körper wieder in seine Mitte gebracht. Danach lasse ich noch schröpfen und fühle mich dann wie neu geboren. 😁

LG
Tina

Beitrag von „Melosine“ vom 26. April 2006 17:43

Hallo Carla,

informier dich aber bitte gut, welche Werte der Hausarzt abnehmen muss und ggf. wie sie zu interpretieren sind.

Das mag dir jetzt übertrieben vorkommen, spiegelt aber die (leider leidvolle) Erfahrung vieler Betroffener wieder.

Zu den Symptomen der Überfunktion kannst du hier mal lesen:

<http://www.hashimotothyreoiditis.de/HT-Symptome.html>

Es ist aber so, dass nicht immer alle Symptome oder so spezifisch zutreffen müssen.

LG,
Melosine

Beitrag von „Anke“ vom 26. April 2006 22:25

hallo Carla, also erst mal finde ich es schade, daß melosine hier so eine Panikwelle schiebt. Natürlich kann es an der SD liegen. Kriegst du aber raus, in dem du dir einfach beim Blutabnehmen die SD-Werte bestimmen lässt. Meine ist auch schon zu 90% raus. vor der OP hatte ich auch Panikattacken, Herzrasen, habe keinen Kuchen mehr vertragen und bin von jetzt

auf gleich aus der Hose gehüpft, obwohl alles in Ordnung war. Zum Leitwesen meiner familie. Es kann aber auch sein, wenn du in der letzten Zeit viel neues ungewohntes oder so erlebt hast und dein Körper jetzt zur Ruhe kommt, er diese Symptome zeigt, um dir zu sagen, schalte mal einen Gang zurück.

Freundliche Grüße

Anke

Beitrag von „Anke“ vom 26. April 2006 22:31

So, Melosine und jetzt noch mal zu Dir.

Du kannst mir ja viele Vorhaltungen über das Lehrerdasein machen-mit Recht.

Aber in diesem Beitrag hast du eindeutig zu viel Panik gemacht. Das wiederum ist nämlich MEIN Fachgebiet. Also zügele dich ein wenig in deinen noch so panischen Beiträgen über Gesundheit. Es wird alles nicht so heiß gegessen, wie es gekocht wird.

Freundliche Grüße

Anke

Beitrag von „silja“ vom 26. April 2006 22:40

Zitat

Anke schrieb am 26.04.2006 21:31:

So, Melosine und jetzt noch mal zu Dir.

Du kannst mir ja viele Vorhaltungen über das Lehrerdasein machen-mit Recht.

Aber in diesem Beitrag hast du eindeutig zu viel Panik gemacht. Das wiederum ist nämlich MEIN Fachgebiet. Also zügele dich ein wenig in deinen noch so panischen Beiträgen über Gesundheit. Es wird alles nicht so heiß gegessen, wie es gekocht wird.

Freundliche Grüße

Anke

Und du solltest dich mit deinen Äußerungen zurückhalten, da du gar nicht weißt, wie sehr Melo in diesem Fachbereich qualifiziert ist.

Es gibt user unter uns, die sind nicht nur Lehrer, sondern haben auch noch andere Qualifikationen.

Beitrag von „Melosine“ vom 26. April 2006 22:51

Danke Silja!

Carla, es ist keine Panikmache, sondern leider Realität. Man stirbt davon nicht und ich habe auch niocht geschrieben, dass die Krankheit fürchterlich gefährlich ist oder sonstiges.

Meine Qualifikationen: selber betroffen mit langer Leidensphase, Austausch mit anderen Betroffenen, die alle (!) mit ihren Hausärzten das Gleiche erlebt haben.

Zusätzlich war ich in meinem früheren Leben Krankenschwester.

Melosine

Beitrag von „Anke“ vom 26. April 2006 22:51

Wenn Melo wirklich so qualifiziezt auf diesem Gebiet wäre, würde sie nicht so eine große panikwelle schieben. Oder hast du schon mal einen Arzt erlebt, der dir gesagt hat, wenn es z. B. um beim Thema zu bleiben an der Schilddrüse liegt, müssen sie mit dem schlimmsten rechnen. So nach dem Motto: OP gelungen, Patient tot.

Außerdem weiss sie ja garnicht ob es die SD ist. Erzählt ihr mir nichts von SD-erkrankungen . Mit diesen Sachen habe ich Tag für Tag zu tun-genauso wie ihr mit den Schülern.

Trotzdem immer wieder freundliche Grüße

Anke

Beitrag von „Melosine“ vom 26. April 2006 22:56

Zitat

Anke schrieb am 26.04.2006 21:51:

WOder hast du schon mal einen Arzt erlebt, der dir gesagt hat, wenn es z. B. um beim Thema zu bleiben an der Schilddrüse liegt, müssen sie mit dem schlimmsten rechnen. So nach dem Motto: OP gelungen, Patient tot.

WO habe ich irgendetwas davon geschrieben, dass die Krankheit tödlich oder gefährlich wär? Du brauchst überhaupt nicht beleidigend zu werden, auch wenn du vielleicht Arzthelferin oder sowas bist!

Hattest du selber schon mal SD-Probleme? Es reicht nicht, wenn man es bei Patienten mal miterlebt hat (obwohl so ein ausgeprägter Basedow auch recht eindrucksvoll sein kann 😞).

Dir geht es doch nur darum, mir einen reinzuwürgen - mir geht es darum, Carla meine Erfahrungen mitzuteilen und ihr zu helfen!

Man sollte als mündiger Patient schon wissen, dass der Onkel Doktor bei SD-Krankheiten nicht nur T3/ T4 abnehmen muss und alles gut ist, wenn die im Normbereich liegen...

Melosine

Beitrag von „Anke“ vom 26. April 2006 22:58

Entschuldige Melosine,

meine freundinn ist auch Krankeschwester. Da kann ich nur sagen: Das sind die schlimmsten. Weil sie wirklich auch viel "Unglück" sehen. Aber du siehst es ja an mir, es kann ja auch MAL gutgehen. Außerdem lässt man so eine Diagnose nicht vom Hausarzt behandeln, sondern von einem RADIOLOGEN.

Freundliche grüße Anke

Beitrag von „Melosine“ vom 26. April 2006 23:01

Sorry Anke, aber jetzt muss ich lachen... 😂

Wie sagt ein Forumsteilnehmer immer so schön: lies doch noch einmal ganz genau, was ich geschrieben habe, dann verstehst du sicher, was ich gemeint habe.

Das mit der Krankenschwester ist auch gut... .D

Beitrag von „Animagus“ vom 26. April 2006 23:26

Zitat

Melosine schrieb am 26.04.2006 22:01:

Wie sagt ein Forumsteilnehmer immer so schön: lies doch noch einmal ganz genau, was ich geschrieben habe, dann verstehst du sicher, was ich gemeint habe.

Wie kommst du im Zusammenhang mit "Anke" gerade auf **diesen** Forumsteilnehmer? 😊

Gruß

Animagus

Beitrag von „Animagus“ vom 26. April 2006 23:29

Zitat

Anke schrieb am 26.04.2006 21:58:

Außerdem lässt man so eine Diagnose nicht vom Hausarzt behandeln, sondern von einem RADIOLOGEN.

Eine **Diagnose** kann man eigentlich überhaupt nicht behandeln, fürchte ich!

Freundlich gemeinte Grüße

Animagus

Beitrag von „row-k“ vom 26. April 2006 23:53

Ja, doch ja, Animagus!

Wahrscheinlich hatte sich Anke verschrieben, weil sie sich über Melosine so ärgerte. Die Antworten kamen ja auch Schlag auf Schlag.

Nun seid wieder friedlich!

Beitrag von „Vivi“ vom 27. April 2006 00:23

Zitat

Wie kommst du im Zusammenhang mit "Anke" gerade auf diesen Forumsteilnehmer?



(Sorry, das musste mal gerade raus...)

Beitrag von „row-k“ vom 27. April 2006 00:37

Klär mich auf, bitte! Warum lachst Du?

Beitrag von „Animagus“ vom 27. April 2006 00:56

Zitat

row-k schrieb am 26.04.2006 23:37:

Klär mich auf, bitte! Warum lachst Du?

Sieh Dir doch ihren Beitrag noch einmal ganz genau an; dann verstehst Du sicher, wie sie es gemeint hat!

Gruß

Animagus

Beitrag von „row-k“ vom 27. April 2006 01:03

Ach Du wieder ...