

Burn-Out, Angsterkrankung, Hashimoto

"Zu Beginn meiner Erkrankung nahm ich (heute 24 Jahre alt, männlich) ca. 4 Monate lang ein Multivitaminpräparat mit 150µg Jod ein. Da ich eine chronische Schilddrüsenerkrankung (Hashimoto Thyreoiditis) habe, darf ich eigentlich kein Jod zu mir nehmen. Leider wissen das viele Erkrankte nicht, da die Ärzte dies oft nicht sagen und die gesundheitlichen Probleme nicht mit Jod in Verbindung bringen. Da ich früher sehr oft krank war, wollte ich mit diesen Tabletten mein Immunsystem verbessern und dachte damals nie daran, dass diese Tabletten mir schaden könnten. Je länger ich die Tabletten einnahm, umso schlechter ging es mir. Es begann mit Nervosität, innerer Unruhe, starkem Schwitzen, Atemnot beim Treppensteigen, starkem Unwohlsein etc. Nach ca. 6 Wochen Einnahme erlitt ich im Kino einen Zusammenbruch (Todesangst, Zittern am ganzen Körper etc). Ich musste die Schule abbrechen und es ging mir jeden Tag schlechter. Ich fühlte mich wie ein 80-Jähriger. Erst dann kamen wir darauf, dass das Jod daran schuld war und ich fast schon eine Jodvergiftung hatte.

Es begann ein langer Leidensweg, der fast 4 Jahre dauerte. Meine Heilpraktikerin half mir so gut sie konnte mit klassischer Homöopathie. Alle Sinneseindrücke (auch angenehme) führten zu einer Einschnürung in der Nase, Druck auf die Schilddrüse und Lunge. Ich hatte das Gefühl zu ersticken. Ich konnte kein Fernsehen mehr schauen, nicht mehr einkaufen, keinen Sport mehr ausüben, mich nicht mehr mit Freunden unterhalten, nicht lesen, gar nichts mehr tun, nur im Haus bleiben und zum Fenster hinausschauen. Ich konnte nichts mehr tun, was mir gefiel oder was emotional war. Ich fing sogar zu Zittern an, wenn ein Auto hupte und dachte ich müsste sterben. Ich war nur noch traurig und weinte, weil es nicht besser wurde. Ich ging sogar in eine teure Naturklinik und ließ Untersuchungen machen. Diese Klinik behandelte mich auf Schwermetallvergiftungen, worauf es mir noch schlechter ging. Jod wird vom Körper nur ganz langsam abgebaut. In eine Klinik wollte ich nicht, da man da nur mit Medikamenten vollgepumpt wird. Da es mir aber nach 2 Jahren immer noch sterbenselend ging, schickte mich mein Hausarzt zu einem Neurologen. Dieser stellte dann die richtige Diagnose. Das Jod hatte bei mir eine ganz starke Angsterkrankung ausgelöst. Er verordnete mir ein schwaches Psychopharmakon. Nach

einer Woche Einnahme bekam ich starke Krämpfe und musste den Notarzt holen. Ich vertrug diese Mittel nicht. Mein Arzt versuchte zum Glück kein weiteres Medikament gegen die Angsterkrankung. So musste ich meine Erkrankung anders in den Griff bekommen. Ich bekam von meinem Hausarzt eine Zeit lang Spritzen, die ich zum Glück sehr gut vertrug und die meine Angstzustände leicht minderte, aber ich konnte immer noch nicht ein normales Leben führen.

Der Arzt riet mir zu Psychotherapie. Aber da ich ein halbes Jahr Wartezeit gehabt hätte und die Psychotherapeuten nicht sympathisch waren, suchte ich weiter. Meine Heilpraktikerin empfahl mir ein Buch von EFT. Alleine konnte ich diese Methode noch nicht anwenden. Daraufhin riefen wir die Autorin Ramona Wagner an.

Schon am nächsten Tag (das war im März 2007) kam Ramona zu mir nach Hause, da ich wegen meiner Angsterkrankung nicht im Auto fahren konnte. Wir waren uns sofort sehr sympathisch. Es folgte eine lange Anamnese, in der ich ihr alles sagte. Ich hatte sofort Vertrauen zu ihr und konnte ihr all meine Sorgen und Probleme schildern. Sie erklärte mir wie die Methode genau funktioniert.

Nach den ersten paar Sitzungen merkte ich noch keine Verbesserung, aber ab ca. der 5. Sitzung wurde es langsam besser. Zwischendurch blieb der Zustand mal stehen, es gab auch manchmal „Rückfälle“, aber dann ging es wieder weiter immer besser. Nach der 10. Sitzung konnte ich schon etwas wieder in einem Buch lesen, was in den Monaten/Jahren vorher nie möglich war. So langsam konnte ich auch dann wieder Musik hören und ein klein wenig TV schauen. Eine zusätzliche Sicherheit gab mir, dass ich Ramona fast immer erreichen konnte. EFT geht in kleinen aber dauerhaften Schritten nach vorne. So schleichend wie alles begann, so schleichend verschwand es auch wieder mit EFT. Ich lernte auch positiv zu denken und mich nicht auf die Sachen zu konzentrieren, die ich nicht konnte, sondern auf das was schon alles geht. Nach ca. 10 Monaten konnte ich wieder normal fernsehen (außer ganz aufregende Spielfilme). Nach ein dreiviertel Jahren war ich dann völlig gesund.

Zusätzlich zu EFT machte Ramona noch einige Tibetan Cranial Behandlungen. Beim ersten Mal merkte ich noch keine große Wirkung, aber schon nach dem zweiten Mal TC ging es mir besser. Es war sehr entspannend für mich und am nächsten Tag hatte ich mich immer besser gefühlt und auch irgendwie mehr Kraft.

Falls es mir jetzt manchmal nicht ganz so gut geht, klopfe ich selbst die Themen durch und bin froh, dass ich mir nun selbst helfen kann. Außerdem weiß ich, dass Ramona nach wie vor für mich da wäre.

Wer mehr dazu wissen möchte, kann mich unter pegasus_eleven@yahoo.de kontaktieren."