

Vanessa Blumhagen

Jeden Tag  
wurde ich  
dicker und  
müder

Mein Leben  
mit Hashimoto

**mvg**verlag 

© des Titels »Jeden Tag wurde ich dicker und müder« (978-3-86882-426-1)  
2013 by MVG Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

# Inhalt

Vorwort .....	9
<b>Kapitel 1:</b> Ein Gehirntumor? Multiple Sklerose? Oder bilde ich mir alles nur ein ... Meine Geschichte .....	13
<b>Kapitel 2:</b> Hab ich's auch? Die Symptome .....	39
<b>Kapitel 3:</b> Ultraschall & Bluttests – und was die Werte wirklich aussagen .....	55
<b>Kapitel 4:</b> Schilddrüsenhormone und ihre Dosierung – und warum sie nicht das Allheilmittel sind .....	63
<b>Kapitel 5:</b> Meine Checkliste .....	75
<b>Kapitel 6:</b> Ernährung – Jod, Gluten & Milchprodukte ....	106
<b>Kapitel 7:</b> Abnehmen. Bye, bye Kilos! Hallo Stoffwechsel! .....	113
<b>Kapitel 8:</b> Entgiften! Den Körper »ausmisten«! Ihre Leber wird es Ihnen danken .....	148
Schlusswort .....	159
Buch & Web .....	162
Danksagung .....	167
Register .....	171