

*„Vitamin D ist doch nur ein Hype - hören Sie auf, an den Unfug zu glauben und besinnen Sie sich auf die Schulmedizin!“*

Mit diesem Satz wurde ich regelmäßig konfrontiert . Aber langsam...und von Anfang an:

Mein Name ist Kristine . Ich habe drei wunderbare Töchter und bin seit 14 Jahren glücklich verheiratet.

Ich wurde dank der LCHF im April dieses Jahres Vitamin D-Coach. Weshalb?

Meine mittlere Tochter, das „berühmte“ Sandwich-Kind, fällt komplett aus der Familienreihe. Sie ist rothaarig, hat die wunderschönsten Sommersprossen und ist eine Kämpferin. Kennt ihr Merida von Disney?

Anfang 2015, genauer gesagt am 01.05.2015 fing sie an hinzufallen, zu starren, ihre wunderschönen Augen zu verdrehen, wie in einem schlechten Horrorfilm.

Jeder Fachkundige, den ich fragte (Kinderarzt, befreundeter Neurologe, Hausarzt) meinte: Aufmerksamkeitsyndrom! Das dritte Kind war unterwegs, und das zweite würde nach Aufmerksamkeit lechzen.

Das Internet (!) durchforstete ich nachts, als ich mit dem Baby nicht schlafen konnte. Mein Mann war mittlerweile auch wegen unserer Mittleren beunruhigt. Er war es, der auf einen Beitrag stieß mit der Diagnose: **Absencen-Epilepsie**.

Wir sahen uns einen Beitrag aus den USA an, mit einem Jungen, der genau dieselben Anzeichen hatte wie unsere Tochter.

Es folgten für unsere Tochter einige Blutuntersuchungen, immer mit der Aussage: Alles im Normbereich, kein Grund zur Panik. Aufmerksamkeitsyndrom!

Erst auf Drängen und Bitten und mit einer guten privaten Versicherung gelang es mir, einen Termin in der Kinderklinik zu erhalten und dort ein EEG zu machen.

Was soll ich sagen...wer bereits mal ein EEG hinter sich hatte, weiß, dass man nach wenigen Sekunden die „Ausreißer“ sogenannte Sky-Waves erkennt. Ich bin nicht vom Fach, aber dieses Ergebnis war auch für mich eindeutig: Absencen-Epilepsie.

Die Aussage der Ärzte, dass die Epilepsie erblich bedingt sei, konnte ich nicht mehr hören. Also tat ich das, was ich laut vieler Ärzte nicht tun sollte. Ich informierte mich; ja auch im Internet. Ich las Studien hoch und runter, suchte einfach nach dem Warum?

Mittlerweile wurden dem Kind, auch gegen meinen inneren Willen, ein Anti-Epileptikum verschrieben. In meinen Augen eine furchtbare Sache mit Nebenwirkungen auf Leber und Niere, die auch mein Kind zeigte.

Irgendwann fand ich einen Beitrag von Herrn Prof. Dr. Spitz in der Facebook-Gruppe Vitamin D. Hier wurde unter anderem auch die Wechselwirkung mit Schilddrüse und Vitamin D in Bezug auf Epilepsie angeschnitten.

Da in unserer Familie irgendwie jeder eine Schilddrüsenproblematik hatte und hat (selber bin ich Hashimoto-Patientin), setzte ich bei meiner Mittleren auch hier an.

Ich bat unseren Internisten -alle- Blutwerte der Schilddrüse zu nehmen und bat ihn, den Vitamin D-Status zu überprüfen.

Kurzfassung war: Schilddrüse drastisch erhöhter Wert (TSH 9,2), Antikörper für eine Hashimoto vorhanden (TPO 125). Vitamin D auf 7.

Natürlich sagte auch dieser Arzt, dass diese Werte bei Kindern normal seien und ich soll das Kind „in die Sonne stellen“. Naja....nö, nein, bestimmt nicht!

Aus Erfahrung wusste ich, dass auch bei Kindern der Schilddrüsenwert NICHT OK war und der Vitamin-D-Wert auch nicht. Speziell bei der Schilddrüse sind viele Ärzte unerfahren und erzählen einfach Unsinn. Sorry, aber das ist leider so.

Schlachtplan war also: Vitamin D mit K2 hochjagen, Magnesium in das Kind einfüllen, Paranüsse essen lassen (wg. der Hashimoto). Mein Zielwert für das rothaarige Monster war: Vitamin D zwischen 60-70 einzupendeln.

Gesagt, getan:

Ich startete die Vitamin-D-Gabe (5000 Einheiten/Tag!) in der Woche nach der Diagnose. Magnesium alle zwei Tage mit 200mg.

Ergebnis:

Bereits nach drei Wochen war das Kind nicht ständig müde; Teilweise schlief sie mir auf der Schaukel oder über dem Essen ein. Nach 3 Monaten sah ich keine Anzeichen von Absencen. Nach mehreren Monaten Einnahme von Vitamin D konnten wir das Antiepileptikum ausschleichen.

Nach 1,5 Jahren und vielen anstrengenden Kämpfen mit Chefärzten und Professoren kann ich sagen:

Leute lass euch nicht von den Ärzten verunsichern, hört auf euer Bauchgefühl und vor allem **checkt den Vitamin D-Status** (und in meinem Fall die Schilddrüse). Bitte riskiert die 30 oder 40 EUR für den Test. Notfalls auch privat bezahlt!

Wir haben aktuell einen Vitamin D-Status von 52ng und sind seitdem auch anfallsfrei. Schilddrüsenwerte pendeln zwischen 2,0 TSH, und die Hashimoto ist im Zaum.

Es ist mein/unser Weg gewesen, die Epilepsie auszuschleichen bzw. zu besiegen. Ich will nicht alles verteufeln, sondern sagen, dass sehr sehr viel hinterfragt werden sollte. Lt. unseren Ärzten ist das Kind „einfach“ aus der Absencen-Epilepsie rausgewachsen und ich bin mir sicher, dass sie es durch meine Unterstützung mit Vitamin D und & Co. geschafft hat.

Vielen lieben Dank an Prof. Dr. Spitz, der mich auf den Weg gebracht hat, vieles zu hinterfragen und somit meiner Tochter zu helfen.

Lieben Dank auch an das Team LCHF, die mir diese Möglichkeit gaben, meinen Erfahrungsbericht zu veröffentlichen.

