

Skjoldbruskkirtelsygdomme - en ny verdensepidemi

At stofskifteproblemer og psykiske symptomer ofte hænger sammen er ikke alment kendt.

Hvordan kan vi se disse tilstande i et højere perspektiv?



af Marianne Lykke,
psykoterapeut



Halscenteret er broen mellem højere og lavere bevidsthed. Skjoldbruskkirtlen er energimæssigt tilknyttet dette center.

I vores moderne verden med dens enorme stigning i medicinforbruget er der samtidig en katastrofal øgning af sygdom i befolkningen. Mennesker lider af livsstilssygdomme, stressrelaterede sygdomme, infektioner, autoimmune sygdomme, psykiske problemer osv.

Især skjoldbruskkirtelsygdomme har nået epidemiske proportioner verden over. I USA lider mere end 40 mio. mennesker af disse sygdomme, i Indien og Tyskland er tallene også tårnhøje, og selv i lille Danmark får flere og flere mennesker for højt eller for lavt stofskifte. Hvad er det dog, vi er vidne til?

Atomulykken i Tjernobyl i 1986 er en af årsagerne i Europa. Skjoldbruskkirtelvævet er særligt følsomt overfor radioaktivitet, og da mange tyskere i årene efter Tjernobyl fik disse lidelser, blev der forsket meget i det.

Dertil kommer vores dårlige diæt i den vestlige verden. Hvis vi dertil lægger al den elektromagnetiske stråling fra mobiltelefoner, master og elektronik, sætter vi vores krop i konstant forsvars- og stressposition, og efter nogle år kan den ganske enkelt ikke klare det mere.

Ovennævnte faktorer er alle fysiske. I denne artikel vil jeg dog fokusere på de psykologiske og spirituelle aspekter.

Frekvensstigning

Vi lever i en overgangsfase fra én dimension i menneskets udvikling til en anden og højere dimension og bevidsthedstilstand. Alt i universet vibrerer hurtigere og hurtigere.

Jordklodens frekvens (Schumann-resonansen, det elektromagnetiske felt) er steget kraftigt i de senere årtier og er fra en normalværdi på 7,8

Hz godt på vej til de 13. Dvs. at vores krop igennem en lang periode har været udsat for et enormt pres for at justere sine funktioner til denne helt anderledes frekvens.

Forskeren Gregg Braden har været en af foregangsmandene for at studere effekten af dette, og han giver meget stærkt udtryk for, at hvis vi skal klare denne omstilling, kræver det, at vi går ind i processen helt og fuldt og skaber nye løsninger på mere eller mindre alt her i livet.

Denne proces kræver tid, ro og indadskuen. Men nøgleordene i vores samfund er økonomisk vækst og øget produktivitet, og de deraf følgende menneskelige omkostninger er stress og jag og manglende tid og resurser til at fokusere på at leve et liv, der gavner os selv og helheden.

Så på den ene side står vi som menneskehed overfor den kæmpe udfordring at holde trit med den indre bevidsthedsudvikling, som kræver ro og tid, og på den anden side har vi et arbejdsmarked, der kræver det diametralt modsatte. Er det så underligt, at vi bukker under og bliver syge?

Balancekirtel under pres

Halschakraet er broen mellem den højere og lavere bevidsthed og er i høj grad det center, hvor mange af ændringerne skal ske. Skjoldbruskkirtlen er tilknyttet halschakraet.

Den er vores balancekirtel, idet den på det fysiske plan regulerer temperatur og stofskifte i alle celler, men skjoldbruskkirtlen er lige så aktiv på det følelsesmæssige og mentale plan. Den er med til at regulere vores opfattelse af livet og virkeligheden.

Når balancen forsvinder,



© iStockphoto

Lille, men vigtig

Skjoldbruskkirtlen (*glandula thyreoidea*) er en lille kirtel på halsens forside. Den kontrollerer energiomsætningen i alle celler i kroppen via stofskiftehormonerne T3 og T4 samt indvirker på vækst, kalciumbalance m.m.

Både en for aktiv og en for passiv skjoldbruskkirtel giver alvorlige problemer. Symptomerne kan være meget diffuse.

ryger alt, for så kan vi ikke længere selv styre, om vi glider ud ad et sidespor - vi kan ikke længere mærke os selv. Hvad der før skabte stress, skaber nu enten ekstrem stress eller total apati. Hvor skjoldbruskkirtlen før altid førte os til et middelleje, mister den nu denne evne, og det har alvorlige konsekvenser for helbredet.

Ligesom jordkloden er udsat for ekstremer i øjeblikket med øget jordskælvsaktivitet og ekstremt vejr, er mennesket udsat for noget lignende på de indre planer, hvilket påvirker vores kirtler, især skjoldbruskkirtlen.

Dette bør der tages højde for i planlægningen af vores

liv og arbejdsaktivitet. Hvis man dog vover at nævne dette indenfor erhvervslivet, bliver der grinet højt. Det er ikke desto mindre vores virkelighed. Vi må tage lykkepiller, drikke kaffe og gå til psykolog for blot at klare hverdagen. Det kan naturligvis ikke fortsætte. Som samfund er vi ude på et sidespor, der kun kan føre til kaos og mere sygdom.

Dette sidespor er dog ikke tilfældigt set i et højere perspektiv, for i overgangen fra én bevidsthedstilstand til en anden er der altid en fase, hvor vi går fra den ene ekstreme tilstand til den anden, før vi finder den nye balance.

Derfor må vi både som en-

keltindivider og indenfor den alternative verden som helhed være foregangsmænd og begynde at se situationen i et højere perspektiv. Vi må selv tage affære og finde en ny balance, hvor der både er plads til at yde et ordentligt stykke arbejde og plads til indre ro, selvudvikling og kontakt til naturen. Jo flere der gør dette, jo mere afspejles det i samfundet og præger dette.

Vi må genopdage os selv

Hvad kan vi så gøre? De ændringer, der sker i halschakraet i øjeblikket, hænger meget sammen med vores forståelse af os selv, vores tilhørsforhold til det guddommelige og til den verden, vi lever i. Og med vores selvudtryk - ren og sandfærdig kommunikation - at turde være den, vi er.

Det forudsætter naturligvis, at vi ved, hvem vi er, og det er netop den proces, som universet med sin frekvensstigning har sat i gang for os. Derfor er arbejdet med at nå ind til vores kerne og genopdage os selv på en helt ny måde så vigtigt. *Vigtigere end at få succes på arbejdsmarkedet.*

Vi må søge at omlægge vores økonomi. Det kræver naturligvis mod at gå ind i denne proces - at turde stå af ræset og finde ind til meningen med sit liv og begynde at udtrykke netop det.

Der sker også ændringer i sakralcenteret (chakraet mellem rodcenteret og solar plexus) i denne tid, hvilket er

direkte forbundet med aktiviteten i halscenteret. Sakralcenteret styrer livsvitaliteten og den reproduktive evne, seksualiteten.

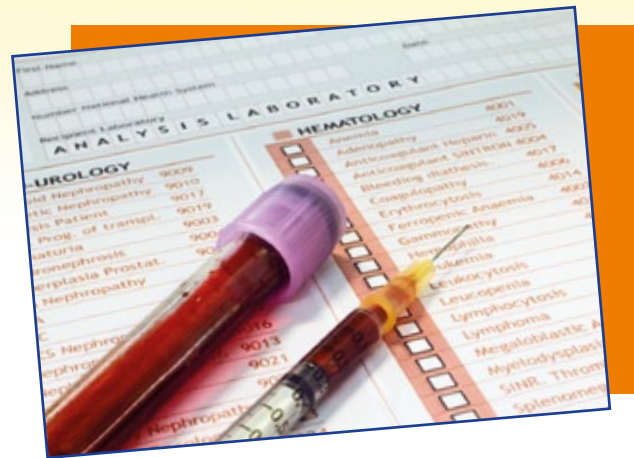
Dette center er også kørt af sporet. Underholdningsindustrien er i den grad styret af sex, og samfundet har fokus på at være fysisk smuk og perfekt. Det fører til lavt selvverd, især blandt teenagere.

Sakralenergiene skal sublimeres til den højere kreativitet, som findes i halscenteret, når det fungerer i høj frekvens. Det betyder dog ikke, at vi ikke kan have sex, men fokus skal ændres til kreative udtryk via sang, dans, maling, teater, mime, alternative kommunikationsformer, lyrik, poesi osv. Disse aktiviteter genskaber balance.

Der sker desuden en sublimering af solar plexus-energien til hjerteenergi i øjeblikket. Fokus ændres fra, at det hele handler om *mig*, til at leve for menneskeheden - det, man så flot kalder et liv i tjeneste. Herved flyttes fokus fra selvished til uselvished, hvilket er et must, hvis man skal kunne eksistere i den højere dimension.

Dét at realisere sig selv har været på mode i lang tid, men det er blevet en mig-orienteret proces, ligesom den generelle tendens i samfundet. Selverkendelse er fint, hvis intentionen er at blive et bedre redskab for det guddommelige og derfor en større hjælp for vores medmennesker.

Hele denne omstillings-



En blodprøve er et led i afklaringen af, om niveauet af stofskiftehormoner er normalt.

proces er yderst svær og kræver tid og ro. Hvis man samtidig er syg, bliver den endnu sværere - og naturligvis mere akut.

Bliv testet

Er du en af dem, hvis krop er begyndt at lave ravage? Har du tendens til depression eller angst, er du altid træt, også om morgenen, har du mistet livsgnisten, ondt alle vegne, er du blevet oversensitiv og reagerer på alt fra fødevarer til stråler, ja sågar mennesker?

Eller er du på den anden side så stresset, at alt er gearret op til et uholdbart plan, og du ved, at der er noget galt, men blot ikke hvad?

Så er det på tide at få testet din skjoldbruskkirtels funktion, for sandsynligheden for, at den er kommet ud af balance, er stor, og det er vigtigt at komme i behandling, inden den kammer over.

At få diagnosticeret en skjoldbruskkirtellidelse er dog desværre ikke uproblematisk. Der er ikke forsket nok i, hvordan stofskiftet påvirker krop og psyke, og mange møder derfor meget lidt forståelse hos lægerne. Man må indstille sig på selv at lave research, søge ind i facebook-grupper og få hjælp fra andre.

Den medicin, der er til rådighed - syntetiske hormoner - er desværre heller ikke

den bedste, men den er trods alt livsvigtig, og man må forsøge sig frem, indtil man finder det, der hjælper.

Der er heller ikke den store hjælp at hente psykologisk, da lægerne jo ikke ser sammenhængen mellem psykiske problemer og en ureguleret skjoldbruskkirtel på trods af, at der faktisk sidder mennesker på lukkede afdelinger, der slet ikke er psykisk syge, men blot har en ureguleret skjoldbruskkirtel.

Som supplement til den lægelige behandling skal man naturligvis tjekkes for vitaminmangel m.m., og man kan understøtte kirtlen med urter og homøopati.

Se fremad

Skjoldbruskkirtlen er barometeret for følelser og tanker, og hvis den er i ubalance, forvrænges disse. Derfor er det vigtigt, at den bliver reguleret, i stedet for at man blot undertrykker symptomerne med antidepressive midler eller bliver sendt til psykolog.

Vi må påbegynde en debat om dette kæmpeproblem. Der er så mange mennesker, der har det skidt, men ikke kan forstå, hvad der er galt, da symptomerne kan være meget diffuse.

Hvis du får konstateret en skjoldbruskkirtelsygdom, er det vigtigt at starte det indre arbejde. Begynd på en krea-

tiv aktivitet for at styrke halscenteret og for at lære dig selv at kende.

Dernæst, lad dig ikke låse fast i, at du nu har en "kronisk, uhelbredelig" sygdom, men hold fast i erkendelsen af, at vi som menneskehed er i en overgangsfase, hvilket skaber ubalancer. Med andre ord, tilstanden kan helbredes og skal ses som midlertidig, selvom lægeverdenen siger det modsatte.

Det er så uendelig vigtigt at se det overordnede perspektiv og arbejde med på de indre planer, indtil skjoldbruskkirtlen har fundet sit nye leje. Det gælder naturligvis alle i denne tid, men er blot mere akut, hvis du har en skjoldbruskkirtellidelse.

Stå af ræset, hvis det er muligt for dig. Det må blive den nye nøgle, selvom det kræver en omfattende økonomisk omlægning. Men

hvis vi er mange nok, der gør det, vil det langsomt blive den nye norm, indtil samfundet som helhed lægger mere vægt på livskvalitet end på øget produktivitet.

Det kræver, at vi er mange, som ikke længere er parate til at gå på kompromis med vores indre sandhed for at tilpasse os et dysfunktionelt samfund. At vi er mange, der tør se indad og fremad mod en ny og bedre verden og

leve vores visioner ud. Når vi gør det, falder skjoldbruskkirtlen på plads og tilpasser sig et nyt og smukkere leje. □

Marianne Lykke er psykoterapeut og rådgiver om skjoldbruskkirtelproblemer, henv. tlf. 60 67 27 46, www.loveislife.dk

Litteratur: *Thyroid Mind Power*, Richard Shames og Karilee Shames, Rodale Inc. 2011.



Kreative aktiviteter afbalancerer halscenteret, så begynd at male, synge, danse - alle former for selvudtryk, hvor vi lærer at udtrykke os selv på et højere plan.