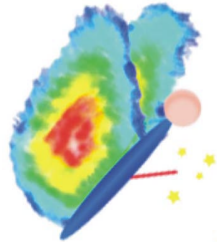


SELBSTHILFEGRUPPE

autoimmune Schilddrüsenerkrankungen



Morbus Basedow
Hashimoto Thyreoiditis

Süßwasserfische

Aufgrund des hohen Jodgehalts sind Meerwasserfische für die Ernährung bei Autoimmunen Schilddrüsenerkrankungen nicht geeignet.

Hier eine Liste mit Fischen, die in heimischen Gewässern und somit im Süßwasser leben und daher als jodarm gelten.

Achtung!

Zu beachten ist jedoch, dass es aufgrund der Fütterungsmethoden auch bei Süßwasserfischen zu einem nicht unbeträchtlichen Jodgehalt kommen kann. Einige Fischzüchter verwenden nicht nur jodierte Futtermittel, sondern darüber hinaus auch noch Algen, die sehr jodhaltig sind, zur Fütterung der Fische.

In so einem Fall haben auch Süßwasserfische einen hohen Jodgehalt und sind daher nicht für die Ernährung bei MB und HT geeignet.

- Aal
- Amur (Graskarpfen)
- Äsche
- Bachforelle
- Bachsaibling
- Flussbarsch
- Hecht
- Huchen
- Karpfen
- Schleie
- Seeforelle
- Seesaibling
- Wels
- Wildkarpfen
- Zander