

Nebenniereninsuffizienz – Chronisch erschöpft

02.01.2018, 09:16 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Steffen & Andreas Gruss GbR*

Sie fühlen sich müde, erschöpft und ausgelaugt?

Sie wachen am Morgen auf und sind nicht erholt?

Sie fühlen sich nicht mehr Leistungsfähig?

Aber keiner kann Ihnen sagen was los ist, egal bei welchem Arzt sie in der Vergangenheit gewesen sind.

Dann gehören sie eventuell zu den Menschen mit einer Nebennieren-Insuffizienz. Einem Erkrankungsbild, welches in unserer heutigen Zeit nicht gerade selten ist. Oft wird die Erkrankung als chronisches Müdigkeitssyndrom (CFS) bezeichnet oder man behandelt, leider meistens ohne nennenswerten Erfolg, einen bestehenden niedrigen Blutdruck. Immer wiederkehrende Entzündungen und diagnostizierte Allergien können ebenfalls mit einer Nebennieren-Insuffizienz zusammenhängen.

Aber was versteckt sich hinter dem Begriff Nebennieren-Insuffizienz?

Nebenniereninsuffizienz

Gesunder Schlaf ist Lebensqualität

Die Nebennieren und ihre Bedeutung für unsere Gesundheit

Diese oft auch als sogenannte „Stressdrüsen“ bezeichnet, befindet sich wie der Name schon andeutet, jeweils neben (oberhalb)der Niere. Sie setzen sich zusammen aus der außen gelegenen Nebennierenrinde, die etwa 80-90 % der Drüse ausmacht, und dem inneren Nebennierenmark. Abschließend sind diese beiden stark durchbluteten Funktionseinheiten sind eingehüllt in eine Kapsel aus Bindegewebe.

Die Nebennieren haben die Aufgabe, unseren Körper durch Stresssituationen zu führen. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich dabei um Stress im Beruf oder in der Partnerschaft handelt. Auch Schmerzen (besonders chronische) und Erkrankungen erzeugen Stress und die Nebennieren müssen zur Regulation einspringen. Weshalb sie auch sehr oft auch als „Stress Drüsen“ bezeichnet werden.

Unsere Widerstandskraft und Leistungsfähigkeit, sowie grundlegende Lebensfunktionen hängen von einer funktionierenden Arbeit der Nebennieren ab.

Die Nebennieren selber sind recht kleine Organe, haben aber einen großen Einfluss auf den gesamten Organismus.

Das kann man besonders gut anhand eines der wichtigsten Hormone, welches die Nebennieren produzieren, darstellen – dem Cortisol, dem körpereigenen Kortison.

In der Schulmedizin wird es synthetisch hergestellt und wird bei Erkrankungen in folgenden Bereichen verwendet:

Entzündungen und Schwellungen

Allergien

Atemwege und Lunge

Bei Erkrankungen der Gelenke

Hauterkrankungen

Magen und Darm
Nervensystem
Augenerkrankungen
Virusinfektionen
Erkrankungen des Immunsystems
Krebs

Weitere wichtige Bereiche in denen die Nebennieren mit eingreifen.

Produktion von weiteren wichtigen Hormonen wie Adrenalin, Noradrenalin und Aldosteron sowie Sexualhormone
Regulation des Blutdrucks
Verwertung von Kohlenhydraten und fetten
Umwandlung von fetten und Eiweißen in Energie
Verteilung gespeicherter fette (besonders Hüfte und Gesicht)
Regulierung des Blutzuckers
Hilft beim Minimieren der negativen und allergischen Auswirkungen von Medikamenten, Alkohol
Je schwächer die Reaktionen der Nebennieren, umso anfälliger bin ich auf chronische Erkrankungen

Jetzt kann man sich ein Bild davon machen, was passieren könnte, wenn der Körper dieses überlebenswichtige Hormon nicht mehr ausreichend selber herstellen kann.

Mögliche Anzeichen und Symptome einer Nebenniereninsuffizienz

Fehlen dem Körper NNR-Hormone, kommt es besonders zu Störungen im Wasser- und Salzhaushalt: Salz (Natrium) und Wasser gehen verloren, es kommt zum Flüssigkeitsmangel (Blutdruck fällt ab) und der Zuckerstoffwechsel ist gestört. Der Körper kann zudem schlechter auf Belastungen reagieren. Leider sind die Beschwerden zunächst aber vieldeutig und lassen nicht gleich an eine NNR-Insuffizienz denken.

Mögliche Symptome sind zum Beispiel:

zunehmende Schwäche, Ermüdbarkeit mit Leistungsabfall
Schwierigkeiten morgens in die Gänge zu kommen (vor 10 Uhr werden sie nicht richtig wach)
Ständig müde, trotz ausreichend Schlaf
Generalisierter Energiemangel, selbst Sachen, die bis jetzt, einem Spaß gemacht haben, sind eine Plage; geringe Leistungsfähigkeit
Hohe Stressanfälligkeit
Verlangen nach Salz oder salzigen Nahrungsmitteln
Schwindelgefühl nach schnellem aufstehen
Depressive Phasen
Nachlassende Libido
Verlangen nach salziger, fett- und eiweißreicher Nahrung
Kein fokussiertes denken, die Gedanken sind eher verstreut
Appetitlosigkeit mit Gewichtsabnahme, generell aber eher eine Neigung zur Gewichtszunahme
Erbrechen und Durchfälle
erhöhte Hautpigmentierung auch ohne Sonneneinstrahlung (bei primärer NNR-Unterfunktion)

Mögliche Symptome bei Kindern und Jugendlichen:

Nachlassen schulischer Leistungen
Verzögerte Pubertätsentwicklung

Wachstumsverzögerung.

Weitere Informationen zu dem Thema Nebenniereninsuffizienz finden Sie unter:
<http://fachportal-gesundheit.de/nebenniereninsuffizienz-chronisch-erschopft/>

Portrait

Fachportal rund um die Themen Gesundheitspräention, Naturheilkunde und Ernährung

News-ID: 987259 • Views: 751 (Stand: 25.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/987259/Nebenniereninsuffizienz-Chronisch-erschopft.html>