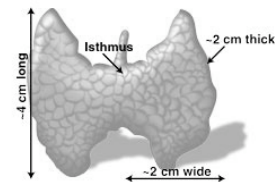


Stoffer som påvirker Konglekjertel

- Aminosyre
 - Taurin
- Signaloffer
 - Noradrenalin
- Solskinn
- Ginseng
- Mulig negativ effekt
 - Solbriller som blokkerer ultrafiolett stråling

Skjoldkjertelen

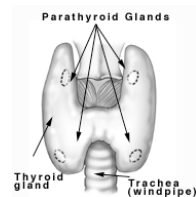


- Produserer tyroksin
 - 10% T3 – det aktive hormonet
 - 90% T4 – det inaktive
- Påvirker alle cellene i kroppen
- Produserer også kalsitonin (sammen med parathyroidkjertel)
 - Reguleres av Zn
 - Aktiviseres av K₁

Stoffer som påvirker skjoldkjertel

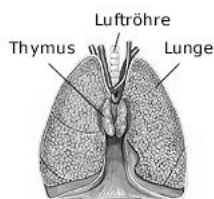
- Aminosyre
 - Cystein
 - Fenylalanin
 - Tyrosin
- Mineraler
 - B, I, Li, Mg, Mn, Zn
- Betakaroten og lykopen
- Feilfunksjon pga mangel på A og B2
- Mulig negativ effekt
 - MSG
 - Aluminium
 - Kvikksølv

Biskjoldkjertelen



- Parathormon PTH
 - Stimuleres av lav Ca
- Regulering av Ca
 - Mobiliserer Ca og P fra ben
 - Redusere utskillelse av Ca
 - Stimulerer produksjon av D
 - Regulerer Mg
- For mye fosfor fører til øket produksjon av PTH.

Thymus

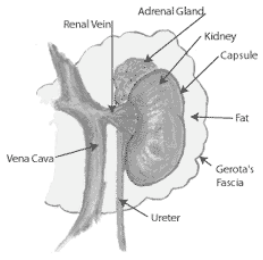


- Thymosin
- Thymulin
- Viktig for immunforsvaret
- Klargjøring av lymphocytter

Stoffer som påvirker Thymus

- Aminosyrer
- Mineraler
 - Selen
 - Sink
- Vitaminer
 - Biotin
 - A
 - C
 - E
- Ginseng
- Spirulina
- Mulig kokosfett

Binyrene



- **Stresshormoner**
 - Epinephrine
 - Norepinephrine
 - Kortisol/kortison
- **Kjønnsormon**
 - Pregnenolon
 - DHEA
- **Væske/kalsium**
 - Aldosteron

Kontrolleres gjennom
Renin-angiotensin
systemet

Stoffer som påvirker Binyrene

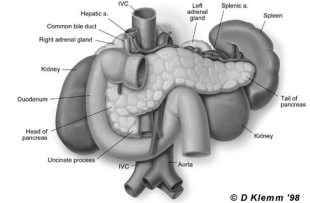
- **Aminosyrer**
 - Alanin, Tyrosin
- **Mineraler**
 - Ca, Cr, Mg, Va, Zn
- **Vitaminer**
 - A, B5, C, E
- **Lykopen og Betakaroten**

- **Essensielle fettsyrer**
 - EPA, DHA
- **Ginseng**

Negative effekter

- **Elektromagnetisk stråling**

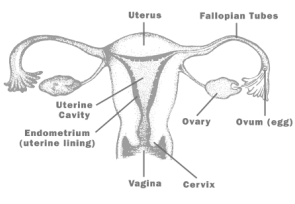
Bukspyttkjertel



- **Både endo- og eksokrin kjertel**
- **Insulin (β)**
- **Glukagon (α)**
- **Somatostatin (δ)**
- **Pankreatisk polypeptid**


© D Klemm '98

Ovariene



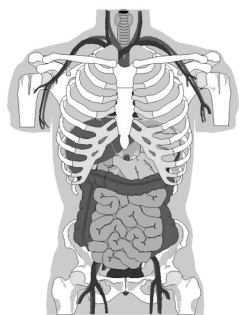
- **Kvinnelige kjønnsormoner**
 - **Østrogen**
 - Østradiol
 - Østriol
 - Østron
 - **Progesteron**
- **Relaksin, under graviditet**
- **Innhibitin, hindrer FSH**

Testiklene



- **Produserer mannlige kjønnsormon**
 - Testosteron
 - Innhibin, hindrer FSH

Fordøyelsessystemet



- **Cholecystokinin CCK**
 - Metthetsfølelse
 - Stimulerer galleblære
- **Gastrin**
 - Bukspyttkjertelvæske
 - Muskelbevegelse i tarmen
- **Intrinsic faktor**
 - B12 opptak
- **Sekretin**
 - Bukspyttkjertelvæske og galle