

Jens Keisinger und Nadja Keisinger
Petra Mayr

Heilen mit bioidentischen Hormonen

Jens Keisinger und Nadja Keisinger
Petra Mayr

Heilen mit bioidentischen Hormonen

Wie chronische Erkrankungen
und Wechseljahresbeschwerden
erfolgreich behandelt werden können



VAK Verlags GmbH
Kirchzarten bei Freiburg

Inhalt

Geleitwort	7
Vorwort	8
Einleitung	11

Teil I

Hormone – was sie sind und was sie können	13
1. Was sind eigentlich Hormone?	14
2. Wo kommen die Hormone her?	
Hormondrüsen im Überblick	20
3. Die wichtigsten Hormone – Aufbau und Funktion	25
4. Hormone – auch ihre Abbauprodukte wirken	36
5. Schlucken, cremen oder lutschen?	
So wirken bioidentische Hormone	42
6. Blut oder Speichel?	
So funktioniert die Hormonmessung	48
7. Hormone – riskant oder gesund?	53

Teil II

Gesunde Wechseljahre für Frauen und Männer mit bioidentischen Hormonen	61
8. Im Rhythmus der Hormone:	
So funktioniert der weibliche Zyklus	62
9. Die Antibabypille als Hormonblocker	65
10. Die drei Phasen der weiblichen Wechseljahre	68
11. Die Menopause – wenn bei Frauen die Hormone sinken .	73
12. Die Andropause – wenn bei Männern die Hormone sinken	79

Teil III

Chronische Erkrankungen mit bioidentischen Hormonen behandeln: Fallbeispiele mit Behandlungsplänen	85
13. Depression – alles „nur“ psychisch?	86
14. Bluthochdruck – Tod auf leisen Sohlen	94

15. Migräne – der „andere“ Kopfschmerz	99	
16. Rheumatoide Arthritis – wenn sich die Gelenke entzünden	104	
17. Endometriose – wenn die Gebärmutterschleimhaut auswandert	111	
18. Prämenstruelles Syndrom – wenn der Zyklus zur Qual wird	115	
19. Osteoporose – Verlust der Knochenstabilität	122	
20. Schilddrüsenunterfunktion – Chaos im Steuerungs- zentrum	127	
21. Akne – wenn sich Talgdrüsen entzünden	135	
22. Haarausfall – wenn der Kopfschmuck schwindet	140	
23. Übergewicht – wenn die Waage zum Feind wird	148	
24. Karpaltunnelsyndrom – wenn die Hand einschläft	157	
25. Fibromyalgie – die unerkannte Stoffwechselstörung	162	
 Teil IV		
Hormonelle Beschwerden erkennen und vorbeugen	169	
26. Selbsttest Hormonstörungen – eine kurze Checkliste	170	
27. Sind die Hormone schuld? Typische Beschwerden im Überblick	172	
28. Hormone selbst ins Lot bringen – das können Sie tun	182	
 Anhang		187
29. Bioidentische Hormone: Fertigpräparate	188	
30. Hormonähnliche Medikamente und Wirkstoffe	189	
 Literatur		190
Grundlegende Literatur zum Buch		195
Das Autorenteam		196

Geleitwort

Obwohl jene Verbindungen, aus denen sich die Sexualhormone der Säugetiere entwickelten, zu den ganz alten in der Evolution gehören und Mutter Natur sicher nicht bedenkliche Stoffgruppen für ihr oberstes Ziel – nämlich die Erhaltung der Art – ausgewählt hätte, konnte man im letzten Jahrzehnt auch in diesem Bereich jenes Phänomen beobachten, das immer wieder fast an das Mysteriöse grenzt: dass nämlich die Wahrheit nicht durch Fakten, sondern durch Meinungsbildungen geschaffen wird.

Umso begrüßenswerter ist es, wenn sich Kolleginnen und Kollegen, die mit ihrer ärztlichen Arbeit die Hitze des Alltags zu tragen haben und nicht auf die Infrastruktur und die Hilfen einer Klinik zurückgreifen können, zur Feder greifen und sich dabei Gedanken machen über die für die Frauengesundheit wichtigen Gebiete.

„Gender“ ist momentan in aller Munde – dass dieser Geschlechtsunterschied zu einem großen Teil auf die hormonelle Unterschiedlichkeit zurückgeht, das wird auch, unabhängig von einer Diskussion über die Hormonersatztherapie, meist übersehen.

Da die Aufgabe des weiblichen Körpers für die Erhaltung der Art eine andere, eine viel komplexere, um nicht zu sagen, eine viel verantwortlichere ist, wurde der weibliche Körper auch mit einem komplexeren Hormonsystem ausgestattet als der männliche, das viel mehr zustande bringt, damit aber auch störanfälliger ist.

Den Autoren ist zu danken, dass sie sich die Mühe gemacht haben, aus der Sicht ihrer täglichen Erfahrung nicht nur ein Buch über Hormone, sondern auch über Frauengesundheit zu schreiben, das Betroffenen eine Hilfe sein möge und auch sein wird.

Prof. Dr. Dr. Johannes Huber

Wien, im Januar 2015

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser!

Besonders chronische Erkrankungen zeichnen sich dadurch aus, dass häufig der gesamte Organismus betroffen ist. Ein vielfältiger Symptomkomplex bildet sich heraus und der Leidensweg der Betroffenen beginnt. Da unser Gesundheitssystem sich für eine Spezialisierung entschieden hat, kommt es nicht selten vor, dass die Patienten verschiedenste Fachärzte aufsuchen müssen, bis sie schließlich in meiner Praxis ankommen – teilweise erst nach Jahren.

Die zwei wichtigsten Dinge, die ich für eine erfolgreiche Behandlung benötige, sind zum einen Zeit, zum anderen ein grundlegendes und ganzheitliches Verständnis des menschlichen Organismus.

Die Lebensgeschichten, die ich Tag für Tag hören darf, zeigen fast immer einen roten Faden von Symptomen, der sich teilweise von der Kindheit oder Pubertät bis in das Erwachsenenalter zieht. Somit liegen die Ursachen und die Erklärungen für die heutigen Beschwerden nicht selten viele Jahrzehnte zurück oder haben sich schon viele Jahrzehnte zuvor angekündigt. Die Symptome bauen sich über die Jahre auf und werden häufig leider als „Zipperlein“ abgetan. Gegen die ständige Müdigkeit wird „angekämpft“, den Kilos auf den Hüften wird der „Kampf“ angesagt und bei den Stimmungsschwankungen wollen sich viele nicht so „anstellen“. Dabei können all diese Symptome erste Hinweise darauf sein, dass etwas im Stoffwechsel nicht stimmt. Diese Störungen kann man heute mit modernster Labortechnik oftmals nachweisen. Da gibt es auf einmal Substanzen, die bei einer Depression erhöht sind, und Enzymsysteme, die bei vergeblichen Diäten blockiert sind.

Die Biografien meiner Patienten geben mir die ersten wichtigen Hinweise auf die Ursachen der aktuellen Beschwerden, die Laboruntersuchungen bestätigen die Vermutungen und zeigen das Problem im Stoffwechsel auf. Letztlich erfolgt dann die Therapie. Diese Therapie ist

allerdings nicht symptomatisch. Denn diese Art von Behandlung kennen meine Patienten schließlich schon und das bedarf sicherlich keiner Wiederholung. Eine Schmerztablette für den Rücken, ein Antidepressivum, um die Stimmung auszugleichen, und ein Betablocker gegen den hohen Blutdruck. Solch ein Vorgehen ist bestimmt für viele Menschen hilfreich und es lindert auch die Symptome – an den Ursachen ändert sich dadurch jedoch meist nichts. Diese Menschen müssen jetzt etwas bekommen, das ihren gesamten Stoffwechsel wieder in sein gesundes Gleichgewicht bringen kann. Hier beginnt die wunderbare Behandlung mit den bioidentischen Hormonen. Denn ein Ungleichgewicht der Hormone ist eine der häufigsten Ursachen für die chronischen Beschwerden, die ich täglich in meiner Praxis zu sehen bekomme.

Die Einnahme der „Pille“ zur Verhütung stört nachhaltig das gesamte hormonelle System junger Frauen, hormonähnliche wirkende Pestizide und Lösungsmittel aus Plastik haben ebenfalls einen negativen Einfluss auf das Hormonsystem – bei Frauen wie auch bei Männern, genau wie chronischer Stress und Schlafstörungen. Unser Hormonsystem ist ein sehr sensibles System!

Bei der Behandlung meiner Patienten ist es daher auch für mich immer wieder eine Freude zu sehen, wie positiv sich die Gesundheit entwickelt, wenn das Hormonsystem wieder ausgeglichen wird, und wie glücklich die Menschen mit dieser natürlichen Form der Therapie sind.

Die Behandlung mit bioidentischen Hormonen ist auf dem Vormarsch. Nicht nur bei der Behandlung von Wechseljahresbeschwerden und chronischen Erkrankungen hat sie ihre belegten Erfolge, sondern auch bei der Prävention von altersbedingten Erkrankungen. Sowohl die Menge an Studien als auch an qualifizierten und unabhängigen Fortbildungen wächst und das liegt nicht zuletzt an Ihnen. Immer mehr Menschen mit unterschiedlichen Beschwerden oder Erkrankungen machen sich auf den Weg und wollen von dieser Therapie profitieren – Männer und Frauen gleichermaßen. Daher ist Ihre Unterstützung die wichtigste, die meine Kollegen und ich bekommen können. Sie spornen uns an, uns immer intensiver mit dem Thema zu beschäftigen und dafür zu sorgen, dass die bioidentischen Hormone einen berechtigten Platz in der Behandlung verschiedener Erkrankungen bekommen.

Ich danke Ihnen für Ihre Unterstützung und wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen!

Ihr
Jens Keisinger
Gütersloh, im August 2015

Einleitung

Krank – aber keiner kann helfen? Dann geht es Ihnen wie vielen anderen Menschen, die verzweifelt auf der Suche nach Hilfe sind. Hilfe in einem Land mit einem Gesundheitssystem, das zu den teuersten der Welt zählt. Aber das nützt, zumindest bei bestimmten Krankheitsbildern, wenig. Sie müssen sich Bücher kaufen wie dieses hier, um selbst herauszufinden, was Ihnen fehlen könnte. Wenn Sie sich nicht selbst um Ihre Gesundheit kümmern, dann tut es niemand anderes. Dahinter steckt kein böser Wille, sondern die Trägheit und Einseitigkeit unseres medizinischen Systems. Gerade bei hormonellen Problemen scheint es derzeit keine Alternative zu geben, als sich selbst mit Wissen zu bewaffnen, um nicht am Ende Opfer schematisierter Behandlungspläne zu werden, die für viele Beschwerdebilder sinnvoll sind, aber nicht für hormonelle Störungen.

Obgleich schon vor einigen Jahren das Buch *Die Hormonrevolution* des US-amerikanischen Internisten Michael Platt Deutschland aufgerüttelt hat, sind nur spärliche Veränderungen im medizinischen Alltag zu verzeichnen. Hormonähnlich wirkende Medikamente bestimmen nach wie vor den Markt, auch dann noch, wenn längst ihre schädlichen Nebenwirkungen bekannt sind. Immerhin geht ein Umdenken – zwar langsam, aber stetig – zu nebenwirkungsarmen bioidentischen Hormonen voran. Bei der Behandlung mit bioidentischen Hormonen müssen Ärzte zu Pionieren werden, sich weiterbilden und Erfahrungen sammeln, weil es hier keine festgelegten Standards gibt. Was auf den ersten Blick als Nachteil erscheinen könnte, wendet sich bei dieser Therapie zum Vorteil. Es gibt hier weder starre Regeln noch festgelegte Dosierungen, weil – neben den Laborwerten – in erster Linie das Befinden der Patienten den Therapieverlauf bestimmt. Deshalb wird diese Form der Therapie vermutlich nie zur üblichen „Einheitsmedizin“ werden.

Bücher über Erkrankungen sind gerade für jene, die davon betroffen sind, nicht erbaulich. Und doch sind vor allem sie es, die ein

verständliches Interesse an neuem Wissen haben. Vielleicht kennen Sie das deprimierende Gefühl: Sie waren schon in vielen Arztpraxen, weil Sie sich seit Jahren krank fühlen, und niemand konnte Ihnen helfen. Natürlich machen Sie sich ebenfalls Gedanken und suchen selbst nach Ursachen für Ihre chronische Müdigkeit oder die ständigen Schmerzen, vorausgesetzt Sie haben noch die Energie dazu. Sie berichten in jeder neuen Arztpraxis über Ihre Beschwerden und Ihre Krankengeschichte, aber immer ohne Erfolg. Vielleicht nehmen Sie Kontakt zu Selbsthilfegruppen auf oder suchen Bücher zu Ihrer Erkrankung.

All das setzt jedoch voraus, dass Sie eine Vorstellung davon haben, worunter Sie überhaupt leiden. Gerade bei hormonellen Störungen ist das oft nicht ganz einfach. Sogar manche „banale“ Erkrankung erfasst uns in aller Regel umfassender, als uns lieb ist. Selbst ein gebrochenes Bein, das Sie weder müde noch schlapp macht und auch Ihr Denken nicht behindert, sorgt dafür, dass Sie sich eine gewisse Zeit lang nicht mehr schnell bewegen können. Eine Treppe zu steigen, braucht Kraft und Geschicklichkeit. Ihr Unfall hat Sie „zwangsentschleunigt“, Sie leben im Schneckentempo und bekommen dadurch einen anderen Blick auf die Welt. Vielleicht fällt Ihnen jetzt zum ersten Mal auf, wie sehr unsere Welt auf rundum funktionierende Menschen ausgerichtet ist.

Weit mehr als von einem gebrochenen Bein können Sie allerdings von hormonellen Problemen aus der Bahn geworfen werden. Weil sich Hormonstörungen nicht selten wie ein Chamäleon verhalten und Sie deshalb oft gar nicht wissen können, was Ihnen fehlt, haben wir den Schwerpunkt dieses Buches auf Fallgeschichten gelegt. Unsere Fallgeschichten sind keine realen Geschichten, sie spiegeln vielmehr typische, sehr häufige Beschwerdebilder wider, die Ihnen verdeutlichen sollen, welche Behandlungsmöglichkeiten bioidentische Hormone bieten. Darüber hinaus sollen Ihnen die Fallgeschichten helfen, Licht ins Dunkel Ihrer eigenen gesundheitlichen Beschwerden zu bringen. Ständige Müdigkeit, Muskelschmerzen oder unerklärliches Übergewicht können nämlich ebenso die Folge einer Hormonstörung sein wie eine Depression. Das wissen leider viele Menschen (Ärzte eingeschlossen) nicht. An jede Fallgeschichte schließt sich ein Behandlungsplan an, in dem Sie erfahren, wie mit bioidentischen Hormonen therapiert werden kann. Wir hoffen, dass Sie in diesem Buch viele hilfreiche Informationen für Ihre Gesundheit finden.

Teil I

Hormone – was sie sind und was sie können

1. Was sind eigentlich Hormone?

Ich *bin* meine Hormone. So könnte man es etwas überspitzt formuliert ausdrücken, denn in der Tat sind die winzigen Botenstoffe in jeder Körperzelle zu finden. Hormone sorgen dafür, dass wir am Morgen erwachen. Es sind die Hormone, die unseren Appetit und unsere Körpertemperatur regulieren. Sie lassen uns wachsen, sorgen für einen klaren Kopf und dafür, dass wir so manche Unwägbarkeiten locker wegstecken. Hormone lassen uns auch zum Mann oder zur Frau werden, und dass Hormone unerlässlich bei der Familienplanung sind, braucht wohl kaum erwähnt zu werden. Trotzdem ist es schwer, zu sagen, wie sich Hormone „anfühlen“ und was sie aus uns machen.

Es gibt einen zentralen Wendepunkt im Leben, an dem Sie die volle Durchschlagkraft von Hormonen zu spüren bekommen haben – die Pubertät. Hier verändert sich der Mensch in vielerlei Hinsicht. Manche erwischt es mit voller Wucht. Die Pubertät, so könnte man sagen, ist eine Persönlichkeitsentwicklung im Schnelldurchlauf. Der liebe Junge von gestern kommt in den Stimmbruch, entwickelt Muskulatur, die Pickel sprießen und gesellen sich zu fettiger Haut. Zum Leidwesen seiner Eltern hat er noch dazu plötzlich ganz merkwürdige Ansichten. Aber die Eltern wissen auch: Es ist die Pubertät! Was heißen soll, die Hormonrevolte geht vorbei.

Hormone haben aber über die Pubertät hinaus einen enormen Einfluss auf unser ganzes Leben, vor allem auch auf unser Empfinden. Und eben das ist vielen Menschen nicht bewusst. Hormone können erhebende Glücksgefühle erzeugen. Wenn Sie verliebt sind, erleben Sie einen hormonellen Glücksrausch ohnegleichen. Empfindet das Objekt der Begierde jedoch nicht so wie Sie, dann erleiden Sie regelrecht Entzugserscheinungen. Hormone können uns auch zutiefst traurig werden lassen. Solange unser Hormonsystem funktioniert, denken wir

nicht darüber nach. Warum auch? Wir fühlen uns in aller Regel einfach gut: ausgeglichen, hellwach und interessiert am Leben. Selbstverständlich ist nicht jeder Tag gleich, aber diese kleinen Schwankungen kennt jeder. Wir sind schließlich keine Maschinen.

Hormone können aber auch Herzrasen, Panik, Angst, Aggressionen und vielgestaltige beklemmende Gefühle auslösen, einen Cocktail an Beschwerden, der erschreckend ist und mit dem ein Mensch hoffnungslos überfordert ist. Da müssen Experten her! Fatalerweise wissen aber nicht nur Sie selbst mit diesen Beschwerden nichts anzufangen, oft werden Sie leider auch in ärztlichen Praxen nur bedingt Hilfe finden. In aller Regel werden dort die einzelnen Symptome behandelt. Sie erhalten ein Herzmittel oder ein Beruhigungsmittel oder andere Medikamente. Hormonelle Störungen werden oft sehr spät oder gar nicht erkannt und in vielen Fällen auch nicht zielführend behandelt.

Unser Hormonsystem reagiert sehr anfällig auf Stress und Schlafmangel. Hält beides zu lange an, kann es gehörig aus dem Takt geraten und ein hormonelles Chaos in Gang setzen. Und dieses Chaos kann einiges in Ihrem Leben, im Denken und Fühlen ziemlich durcheinanderbringen. Sie werden etwa mitten in der Nacht wach und können nicht mehr einschlafen, oder Sie nehmen vermeintlich grundlos an Gewicht zu. Sie sind dauernd müde, traurig und haben weder die Kraft noch den Antrieb, etwas zu tun, obwohl Sie eigentlich so vieles tun möchten.

Kurzum, die lebenswichtigen Hormone können Ihnen das Leben auch zur Hölle machen. Schafft es der Körper selbst nicht mehr, das notwendige Gleichgewicht herzustellen, was oftmals bereits im mittleren Lebensalter der Fall ist, dann ist es sinnvoll, die fehlenden Hormone zu ersetzen und so das hormonelle System wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Und zwar nicht nur, damit es Ihnen bald wieder gut geht, sondern auch, um weiteren gesundheitlichen Problemen vorzubeugen. Ein aus dem Gleichgewicht geratenes Hormonsystem kann nämlich nicht nur erheblich auf Ihr Gemüt schlagen, es setzt auch Ihrem Körper zu und macht ihn anfällig für weitere Erkrankungen.

Für eine solche Therapie sollten daher genau die Hormone verwendet werden, die auch unser Körper selbst herstellt. Denn nur diese Hormone ermöglichen eine gesunde Regulation. Weil im medizinischen

Alltag und damit bei den meisten Ärzten auch „Hormone“ verwendet werden, die aber nichts mit denen zu tun haben, die wir Ihnen in diesem Buch näherbringen möchten, gehen wir auf die Unterschiede genauer ein – denn es gibt auch „Hormone“, die zwar keine sind, aber trotzdem so genannt werden.

Wenn zwischen uns Menschen die Chemie stimmt, ist schon sehr viel gewonnen. Wir passen dann einfach zueinander. Genauso ist es auch bei den Hormonen. Hormone passen nur dann zu uns, wenn ihre Chemie stimmt.

Hormone sind nicht gleich Hormone

Der chemische Aufbau von Hormonen, die zu therapeutischen Zwecken verwendet werden, muss identisch sein mit demjenigen der Hormone, die wir selbst im Körper bilden. Nur dann sind zwei wichtige Dinge sichergestellt: Erstens erzielen sie die Wirkung, die wir benötigen, und arbeiten reibungslos. Zweitens können sie wieder problemlos vom Körper abgebaut werden. Beides ist für unsere Gesundheit wichtig! Die chemische Struktur ist damit das Nonplusultra bei Hormonen. Sie muss eins zu eins identisch sein mit unseren körpereigenen Hormonen.

Wenn zum Beispiel Ihr Arzt von „Hormonen“ spricht, können Sie nicht sicher sein, dass auch wirklich Hormone gemeint sind. Es hat sich eingebürgert, auch dann von Hormonen zu sprechen, wenn es um *hormonähnliche* Medikamente geht. Vielleicht deshalb, weil diese Medikamente auf hormoneller Ebene wirken. Da ist kein böser Wille im Spiel, sondern schlichtweg Gewohnheit. Wenn Ihnen Ihr Onkel erzählt, dass er nächste Woche eine neue Hüfte bekommt, dann wissen Sie auch, dass er nicht wirklich eine neue Hüfte erhält. Was er bekommt, ist eine Prothese aus Metall oder Keramik. Ein Implantat also, das die Funktion seines verschlissenen Hüftgelenks ersetzen soll. Umgangssprachlich hat er aber eine „neue Hüfte“ bekommen. Trotzdem weiß jeder genau, was gemeint ist!

Bei hormonähnlichen Medikamenten, die als „Hormone“ bezeichnet werden, ist es anders. Hier weiß eben nicht jeder, was gemeint ist, oft wissen es noch nicht einmal die Ärzte selbst. Die meisten verordneten

„Hormone“ sind schlichtweg keine, sondern eben hormonähnlich wirkende Medikamente.

Hormonähnliche Medikamente unterscheiden sich deutlich in ihrer chemischen Struktur von unseren körpereigenen Hormonen – den bioidentischen Hormonen. In der Behandlung von Erkrankungen, die durch einen Hormonmangel entstanden sind, ist es jedoch wichtig, bioidentische Hormone einzusetzen. Nur diese Hormone können die zahlreichen Wirkungen erzielen, die der Körper benötigt. Da sie sich problemlos in unseren Stoffwechsel einfügen, kann der Körper mit den bioidentischen Hormonen exakt so umgehen, als würden sie vom Körper selbst produziert. Die entstehenden Abbauprodukte bewirken eine weitere Unterstützung des Körpers. Die hormonähnlichen Medikamente passen jedoch nicht in unser System und können teilweise gar nicht abgebaut werden oder werden sogar zu gesundheitsschädlichen Stoffen abgebaut. Zudem unterdrücken diese hormonähnlichen Medikamente die körpereigene Hormonproduktion – mit allen fatalen Folgen.

Ein Medikament aus dieser Kategorie ist die Antibabypille. Frauen, die die „Pille“ nehmen, glauben oft, dass sie Hormone einnehmen. Die Antibabypille beeinflusst zwar die Sexualhormone von Frauen derart, dass eine Schwangerschaft nicht möglich wird, doch sie enthält oft überhaupt keine Hormone. Mit diesem Wissen stehen sie dann aber leider oft ganz alleine da. Doch was enthält sie dann?

Sie enthält hormonähnliche Substanzen, die das Hormonsystem blockieren können und auch die körpereigene Hormonproduktion unterdrücken. Da der Körper die eigene Hormonproduktion einstellt, fehlen nicht nur diese Hormone, sondern auch die daraus normalerweise entstehenden Abbauprodukte, die wichtige Wirkungen in unserem Körper haben. Zudem kommen noch die massiven Nebenwirkungen der Pille zum Tragen. Ein fatales Trio: Unterdrückte eigene Hormone, fehlende nützliche Abbauprodukte und zusätzliche Nebenwirkungen. Damit schaffen viele junge Frauen die ersten großen Lücken in ihrem Stoffwechsel – zu Beginn leider meist unbemerkt. Die Erkrankungen – wie Brustkrebs – kommen erst später.

Im Kern geht es also darum, zu unterscheiden, ob Hormone zu unserer menschlichen Biologie passen oder nicht. Die einzigen Hormone, die zu uns Menschen passen, sind die bioidentischen Hormone.

Herstellung bioidentischer Hormone

Für therapeutische Zwecke sind bioidentische Hormone also ideal. Wie aber werden solche Hormone hergestellt, die unseren körpereigenen Hormonen bis ins kleinste Detail gleichen?

Unsere Geschlechtshormone weisen ein bestimmtes chemisches Grundgerüst auf. Für ihre Herstellung nutzt unser Körper Cholesterin als Gerüst. Eine ähnliche Basis, aus dem die bioidentischen Sexualhormone hergestellt werden können, befindet sich in der tropischen Yamswurzel. Dieses Grundgerüst nennt sich Diosgenin und wird von der Pflanze in großen Mengen produziert. Es gibt auch andere Pflanzen, die eine ähnliche Struktur zu bieten haben, etwa Sojabohnen und Bockshornklee. Wenn Sie jedoch Soja, Yamswurzel oder Bockshornklee essen, werden Sie in der Regel keine Veränderungen Ihrer Symptome feststellen.

Im Labor ist es jedoch möglich, diese in den Pflanzen vorhandene Grundstruktur so zu erweitern, dass daraus alle Sexualhormone hergestellt, also synthetisiert, werden können. Streng genommen sind dies also synthetisch hergestellte menschliche Hormone. Hormonähnliche Medikamente werden auch synthetisch hergestellt, passen jedoch nicht zu unserer Biologie und kommen in der Natur so auch nicht vor. Leider sind die meisten vom Laien als Hormone bezeichneten Medikamente nichts anderes als hormonähnliche Substanzen – und damit eben nicht zu unserer Biologie passend. Wie genau die Hormone hergestellt werden, ist für die Wirkung im Körper unerheblich – wichtig ist nur, dass sie in unsere menschliche Biologie passen!

Wenn Sie sich mit dem Thema Hormone schon etwas beschäftigt haben, werden Sie auch auf den Begriff „humanidentische Hormone“ gestoßen sein. Mit humanidentischen Hormonen sind ebenfalls bioidentische Hormone gemeint. Der Begriff „humanidentisch“ ist genau genommen sogar besser, weil er präziser ist, denn die Hormone für eine Therapie sollen mit unseren menschlichen Hormonen übereinstimmen – dafür steht das Kürzel „human“. Ganz korrekt wäre damit der Begriff „humanbioidentisch“ – übersetzt also „mensch-lebens-identisch“. Das Kürzel „bio“ steht in diesem Fall für „Leben“ und bedeutet nicht, dass die Grundstoffe für die Hormonherstellung ein Biosiegel

haben. Wir verwenden in diesem Buch jedoch den Begriff „bioidentische Hormone“, weil er sich so eingebürgert hat.

Manchmal werden Hormone auch als „natürlich“ bezeichnet. Hier ist aber Vorsicht geboten, denn wenn von natürlichen Hormonen die Rede ist, dann könnten auch Hormone von Tieren oder Pflanzen gemeint sein.

Pflanzliche Hormone passen übrigens auch nicht zu unserer menschliche Biologie – sie können nur minimale hormonelle Effekte in unserem Körper bewirken und sogar unser Hormonsystem blockieren, ähnlich wie die hormonähnlichen Medikamente. Pflanzliche Hormone passen gut zu Pflanzen, aber nur sehr begrenzt in unser menschliches Hormonsystem. Pflanzenwirkstoffe können jedoch beim Abbau und Umbau der Hormone im Körper unterstützend wirken und das Brustkrebsrisiko reduzieren. Zur effektiven Behandlung von klimakterischen Beschwerden eignen sie sich leider nicht.

Es gibt jedoch auch natürliche Hormone aus Pferdeurin. Das bekannteste Präparat ist Presomen®. Es wird nach wie vor zur Behandlung von Wechseljahresbeschwerden eingesetzt – und zwar beim Menschen! Sicherlich ist Ihnen klar, dass Presomen höchstens für Pferde geeignet ist, jedoch nicht für uns Menschen. Wir Menschen brauchen Menschenhormone, also bioidentische Hormone!

2. Wo kommen die Hormone her? Hormondrüsen im Überblick

In unserem Körper befinden sich an verschiedenen Stellen Drüsen, die lebenswichtige Hormone produzieren und ausschütten. Die für dieses Buch interessanten sind die sogenannten endokrinen Hormone. *Endokrin* kommt aus dem Griechischen und bedeutet, dass diese Drüsen ihre Hormone nach innen ins Blut abgeben. Über den Blutstrom gelangen die Hormone dann an die für sie spezifischen Zellen (Rezeptoren) und beginnen, dort zu wirken. Zwei kleine, aber sehr wichtige Hormondrüsen sitzen in unserem Kopf. Der Hypothalamus und die Hypophyse regulieren die Arbeit der Hormondrüsen. Die folgende Grafik zeigt, wo diese Drüsen im Körper zu finden sind.

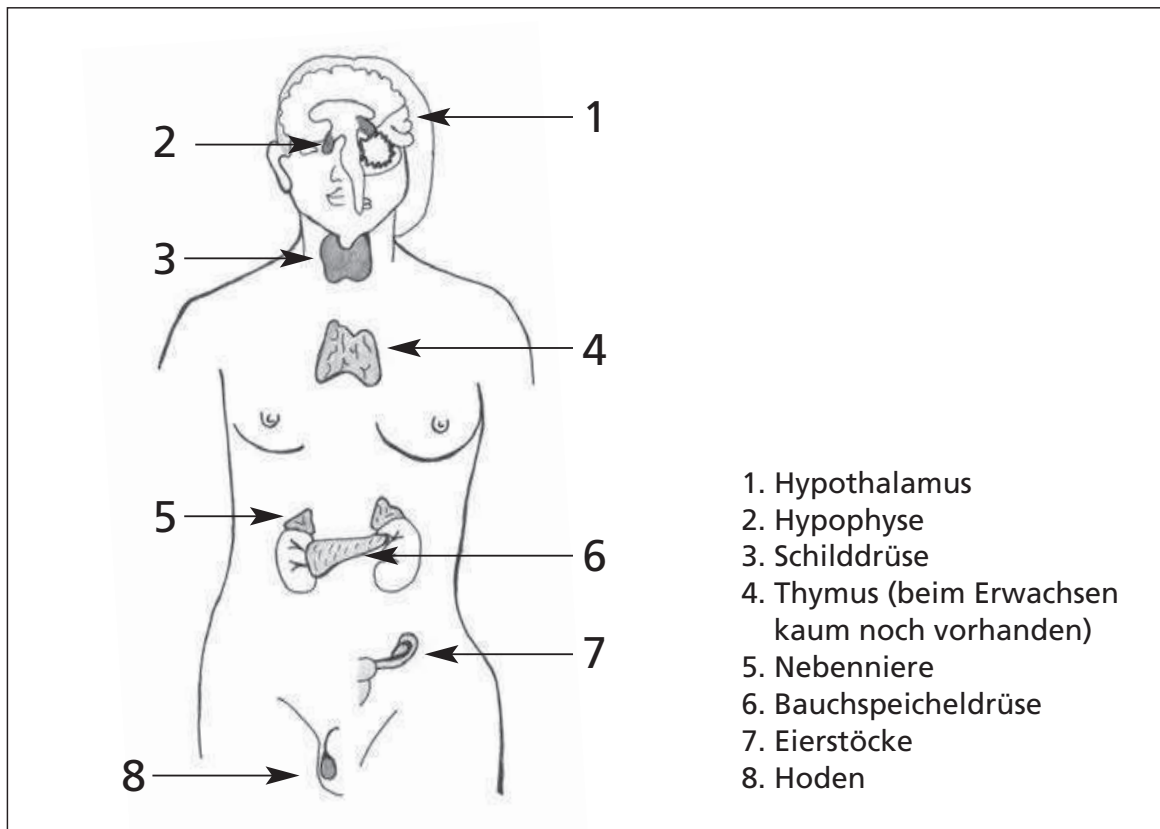


Abb. 1 Hormondrüsen