

2. Auflage



Naturidentische Hormone

Die neue Hormontherapie
Ein Ratgeber für Patienten



Joachim Strienz

Joachim Strienz

Naturidentische Hormone

Die neue Hormontherapie

Ein Ratgeber für Patienten

2. überarbeitete und erweiterte Auflage



W. Zuckschwerdt Verlag
München

Titelbild:

Hormon-Puzzle. 2012, Acryl auf Papier.

Künstlerin: Martha Ehrlich, Master of Fine Arts, Tyler School of Arts, Philadelphia, PA. Sie erhielt den Pollack-Krassner Foundation Award und den Förderpreis des VBKW Verband Bildender Künstler und Künstlerinnen Württemberg 2005. Martha Ehrlich ist als freischaffende Künstlerin tätig.

Innenteil:

© Fotosearch

Seite 31 Creatas

© Fotolia

Seite 7 Kurhan

Seite 29 PeJo

Seite 45 Schlierner

Seite 48 akan çorbacı (nur Nieren)

Seite 58 Mindwalker

Seite 71 Mindwalker

Seite 74 arsdigital

Seite 76 Brigitte Bonaposta

Seite 85 Sebastian Kaulitzki

Seite 88 fotogal

Seite 91 Vladimir Voronin

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht immer kenntlich gemacht. Aus dem Fehlen eines solchen Hinweises kann nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

Alle Rechte, insbesondere das Recht zur Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

Vorwort

Das Dilemma: Eine Hormonersatztherapie hat vielen Menschen geholfen, ihre Lebensqualität zu verbessern. Leider haben aber das Krebsrisiko und Gefäßerkrankungen unter der Therapie zugenommen.

Diese Tatsache hat sowohl Patienten als auch ihre Ärzte stark verunsichert. Viele haben sich gefragt, soll ich das Risiko eingehen oder die Wechseljahre erdulden? Allen ist klar, dass Altersveränderungen normal sind, dass aber dennoch Einschränkungen der Lebensqualität und zahlreiche Folgeerkrankungen auftreten und somit diese Veränderungen nicht „gesund“ sein können.

Während früher sehr viele Frauen in den Wechseljahren Hormone von ihrem Arzt verordnet bekamen, sollten sie jetzt plötzlich nichts mehr, und wenn überhaupt, nur noch über einen kurzen Zeitraum einnehmen. Die Situation war außerordentlich unbefriedigend für Arzt und Patientin.

Glücklicherweise ist ein Ausweg gefunden: Ärzte haben gelernt, die Zusammenhänge besser zu verstehen. Hier muss nichts therapiert werden. Nur was fehlt, wird ersetzt. Was liegt näher als die naturidentische, körpereigene Substanz zu nehmen? Keine Tablette, denn die wird rasch wieder in der Leber abgebaut und es müssen deshalb sehr hohe Dosierungen verwendet werden. Das natürliche Hormon wird einfach auf die Haut aufgetragen. Fertig!

Verlaufsbeobachtungen über viele Jahre haben gezeigt: Eine Zunahme an Krebserkrankungen oder Thrombosen ist nicht aufgetreten.

Seit Jahren behandle ich Patienten mit naturidentischen Hormonen. Nun möchte ich meine Erfahrungen einem größeren Kreis von Interessierten zugänglich machen.

Erste Impulse, mich intensiv mit diesem Thema auseinanderzusetzen, gaben Fortbildungen in Männermedizin vor über zehn Jahren.

Dank

An meine Frau Jutta für die verständnisvolle Begleitung und für wichtige Impulse während des Entstehungsprozesses des Buches und an Dr. Anne Glögger vom Zuckschwerdt Verlag für die ausgezeichnete redaktionelle Betreuung.

Joachim Strienz

Vorwort zur 2. Auflage

Von verschiedenen Seiten wurde die Frage gestellt, welche Stärke die Progesteroncreme haben sollte – 3% oder 10%? Durch die Speicheluntersuchungen bei einer Vielzahl von Patientinnen konnte dies eindeutig geklärt werden. Es ist die 3%ige Progesteroncreme. Mit ihr werden die besten Ergebnisse erzielt. John R. Lee hatte Recht. Ihm haben wir viel zu verdanken.

Joachim Strienz

Inhalt

Vorwort	V
Einleitung	1
Wozu brauchen wir Hormone?	3
Was sind naturidentische Hormone?	3
Wie kommt es zu Hormonstörungen?	4
Gibt es eine zeitliche Begrenzung für eine Therapie mit naturidentischen Hormonen?	4
Warum spricht niemand über naturidentische Hormone?	4
Besteht ein erhöhtes Krebsrisiko oder die Gefahr einer Thrombose durch die Anwendung naturidentischer Hormone?	4
Was sind Östrogene?	4
Was ist eine Östrogendominanz?	5
Was ist Progesteron?	5
Was ist Testosteron?	5
Wie kommt es zu den Wechseljahren?	6
Was sind die häufigsten Beschwerden in den Wechseljahren?	6
Sind die Auswirkungen der Wechseljahre behandelbar?	7
Wie kann ich sicher feststellen, ob ich in den Wechseljahren bin?	7
Wie oft sollen die Hormone während der Behandlung kontrolliert werden?	8
Welche Hormone spielen bei Prostatabeschwerden eine Rolle?	8
Können Gelenkschmerzen durch einen Hormonmangel bedingt sein?	8
Kann meine veränderte Stimmungslage hormonell bedingt sein?	8
Kann ich natürliches Progesteron nach einer Brustkrebserkrankung anwenden?	9
Kann natürliches Progesteron nach einer Gebärmutterentfernung (Hysterektomie) sinnvoll sein?	9

Patienten berichten	10
– J. S., weiblich	10
– G. H., weiblich	11
– H. H., männlich	12
– M. S., weiblich	13
– H. L., weiblich	14
– D. N., weiblich	15
– M. H., weiblich	16
– F. K., männlich	16
Was sind Hormone?	18
Was sind naturidentische Hormone?	21
Das Zusammenspiel der Hormone	23
Steuerungshormone der Hypophyse	24
Der Rhythmus der Hormone	25
Beim Mann	25
Bei der Frau	27
Testen Sie Ihre Hormone!	29
Die Wechseljahre der Frau	31
Welche Beschwerden sind für die Wechseljahre charakteristisch? .	33
– Psychisch	33
– Somatisch	33
– Vegetativ	33
Der Ablauf der Wechseljahre	34
– 1. Zunehmender Progesteronmangel	34
– 2. Der Eisprung bleibt ganz aus	35
– 3. Es kommt schließlich zum Östrogenmangel	36
Veränderungen nach den Wechseljahren	36
Organische Veränderungen und Symptome	37
Die Wechseljahre des Mannes	38
Testosteron	38
Was sind die Ursachen für den Abfall der Testosteronproduktion im Alter?	40

Symptome eines Testosteronmangels	41
Schilddrüse	42
Welche Beschwerden haben Patienten mit Über- oder Unterfunktion?	43
– Symptome der Schilddrüsenunterfunktion	43
– Symptome der Schilddrüsenüberfunktion	44
Behandlung der Funktionsstörungen der Schilddrüse	45
Nebennieren	48
Funktion der Nebennieren	48
Wirkungen des Kortisols	50
Wie lässt sich die Diagnose sichern?	53
Aldosteron	54
Sexualhormone	55
Katecholamine	55
Therapie	56
– Cushing-Syndrom	56
– Morbus Addison	56
– Nebennierenunterfunktion	57
– Hyperaldosteronismus	57
Sexualhormone	57
Östrogene	58
Natürliche Östrogene	59
Synthetische Östrogene	60
Natürliche, aber artfremde Östrogene	61
Pflanzliche Östrogene	61
Progesteron	62
Eigenschaften des Progesterons	63
– Fortpflanzung	63
– Biologische Wirkungen	63
– Vorstufe anderer Hormone	64
Was sind Gestagene?	64
Befunde bei Progesteronmangel	65
Beschwerden bei Progesteronmangel	65

Östrogendominanz	66
Symptome der Östrogendominanz (Östrogen ohne Gegenspieler) .	67
Symptome als Folge von Hormonveränderungen (alphabetisch) . .	68
Naturidentische Hormone und Krebs	71
Studienergebnisse	72
Naturidentische Hormone und das Gefäßsystem	74
Studienergebnisse	75
Die Hormonersatztherapie vermindert die Beschwerden der Wechseljahre	76
Testosteron	79
Positive Wirkungen von Testosteron	81
Befunde bei Testosteronmangel	81
Beschwerden bei Testosteronmangel	81
DHEA	83
Wirkungen von DHEA	83
– Herz-Kreislauf-System	83
– Haut und Schleimhäute	83
– Knochen und Gelenke	84
– Muskulatur	84
– Immunsystem	84
– Nervensystem	84
Befunde bei DHEA-Mangel	84
Beschwerden bei DHEA-Mangel	85
7-Keto-DHEA	86
Die Therapie des Sexualhormonmangels	87
Die Hormonersatztherapie bei der Frau	88
– Die Anwendung von natürlichem Progesteron	88
– Die Anwendung von natürlichem Östrogen (Östradiol)	90
DHEA bei Frauen und Männern	92
Die Hormonersatztherapie bei Männern mit Testosteron	93

Welcher Test eignet sich am besten zur Überwachung der transdermalen Hormontherapie?	94
Patienteninformation Progesteroncreme	95
Transdermale Anwendung (Aufnahme über die Haut)	95
Verteilung im Körper	95
Rezeptur	95
Preis	96
Dosierung	96
Ausblick	97
Glossar	98
Literatur und weitere Informationen	101
Bücher zum Thema	101
Studien	101
Websites	101

