

RATGEBER GESUNDHEIT

GÜNTHER H. HEEPEN

HORMONE

natürlich **REGULIEREN**



RATGEBER GESUNDHEIT

GÜNTHER H. HEEPEN

HORMONE

natürlich **REGULIEREN**



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München, 2019

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet, durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Barbara Fellenberg

Lektorat: Irmela Sommer (Neuausgabe), Angelika Lang (Erstausgabe)

Covergestaltung: independent Medien-Design GmbH, Horst Moser, München

eBook-Herstellung: Gabriel Mlesnite

 ISBN 978-3-8338-7005-7

1. Auflage 2019

Bildnachweis

Fotos: A1 Pix; doc stock; Beat Ernst; Flowerphotos; Focus / SPL; Getty; Kramp + Gölling; Jump; Mauritius; Okapia; Plainpicture; Shotshop; Shutterstock; Stockfood ; Miriam Migliazzi & Mart Klein / dainz.net

Syndication: www.seasons.agency

GuU 8-7005 02_2019_02

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter www.gu.de
Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter,
auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können
wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr
übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets
der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten
verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen
vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich
ändern.



www.facebook.com/gu.verlag

GRÄFE
UND
UNZER

Ein Unternehmen der
GANSKE VERLAGSGRUPPE



LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.

Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden? Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema? Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG

Leserservice

Postfach 86 03 13

81630 München

E-Mail: leserservice@graefe-und-unzer.de

Telefon: 00800 / 72 37 33 33*

Telefax: 00800 / 50 12 05 44*

Mo-Do: 9.00 – 17.00 Uhr

Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (* gebührenfrei in D, A,
CH)

Wichtiger Hinweis

Die Gedanken, Methoden und Anregungen in diesem Buch stellen die Meinung bzw. Erfahrung des Verfassers dar. Sie wurden vom Autor nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für persönlichen kompetenten medizinischen Rat. Jede Leserin, jeder Leser ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbst verantwortlich. Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

DIE NATÜRLICHE HORMONTHERAPIE

WAS SIE BRINGT, WIE SIE HILFT:

- Den Hormonstatus feststellen
- Gesundheitliche Störungen selbst behandeln
- Hormonelle Ursachen für vielfältige Beschwerden ausfindig machen
- Mit Heilpflanzen, Vitalstoffen, Homöopathika und Nahrungsmitteln die Hormone auf natürliche Weise wieder in Balance bringen
- Zusätzlich: Mit Reflexzonentherapie auf den Hormonhaushalt wirken und die Hormondrüsen sanft stimulieren

Ich möchte Ihnen bisher einzigartige natürliche Möglichkeiten aufzeigen, die Sie aus dem hormonellen Chaos zu einem gesunden Leben führen.



GÜNTHER H. HEEPEN

ist Heilpraktiker und Psychotherapeut (HpG). Über 15 Jahre führte er seine Praxis in Tuttlingen, seit 2008 praktiziert er in Bamberg. Er ist Autor von 19 erfolgreichen Büchern, die im GRÄFE UND UNZER VERLAG erschienen sind – die meisten zur Schüßler-Salz-Therapie. Seit Anfang der 1990er-Jahre liegt einer seiner Schwerpunkte auf der natürlichen Hormontherapie.

Günther H. Heepen ist seit 1997 leitender Redakteur der biochemischen Zeitschrift »Weg zur Gesundheit«.

SPIELEN DIE HORMONE VERRÜCKT?

Übergewicht, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Müdigkeit, Bluthochdruck und Depressionen haben vielfältige Ursachen – oft allerdings die gleiche: Die Hormone sind nicht im Gleichgewicht. »Können Hormone tatsächlich Bluthochdruck verursachen?«, fragen mich Patienten oft ungläubig. Wenn sie dann eine Speichelanalyse durchführen, erkennen sie Ursachen für ihre Beschwerden, an die weder sie noch ihre Behandler gedacht haben. Viele von ihnen gehen seit vielen Jahren von Arzt zu Arzt und von Heilpraktiker zu Heilpraktiker, ohne wirklich ursächliche Hilfe zu erfahren. Meine Therapie legt den Schwerpunkt auf Regulation statt auf Hormonsubstitution, sie verändert nach und nach das subjektive und objektive Befinden meiner Patienten. Das bestätigt dann regelmäßig auch die Kontrolle des Hormonstatus nach einigen Monaten.

Profitieren Sie von meiner über 20-jährigen Erfahrung, und lernen Sie Maßnahmen kennen, um Ihre Hormone wieder in die Balance zu bekommen! Lernen Sie das Leben neu und gesund zu genießen! Egal, um welche der über 50 aufgelisteten Beschwerden es sich handelt – meine Kombination aus bioidentischen Hormonen, Homöopathie, Reflexzonentherapie und Vitalstoffen kann auch Ihnen helfen.

Dazu empfehle ich Ihnen noch verschiedene Präparate und Produkte, mit denen ich in meiner Praxis gute Erfahrungen gemacht habe. Ich möchte betonen, dass weder der Verlag noch ich von deren Verkauf profitieren.

Entdecken Sie die Kraft der natürlichen Hormonregulierung!



CHAOS IM HORMONSYSTEM

Störungen im Hormonsystem haben weitreichende Folgen für fast alle Organe. Viele Beschwerden entstehen, wenn die Hormone nicht richtig funktionieren. Meine natürliche Hormontherapie hilft Ihnen, Ihr Hormonsystem wieder ins Lot zu bringen.



WENN DER HORMONHAUSHALT AUS DEM TAKT GERÄT

Beschwerden haben viele Ursachen. Ein paar Beispiele: Steigt der Blutdruck an, können Angst, Aufregung oder Stress Auslöser sein. Plagen uns Kopfschmerzen oder Muskelverspannungen, denken wir vielleicht an unsere Wirbelsäule als Ursache. Und treten nach einem üppigen Mittagessen Magenschmerzen und Darmprobleme auf, geht uns der Gedanke durch den Kopf, dass irgendetwas mit dem Essen nicht ganz in Ordnung war. Doch alle aufgeführten Beschwerden können auch hormonell bedingt sein. So kann auch ein Estriolmangel zu Darmträgheit mit Verstopfung

führen. Und wenn der Schlaf gestört ist oder die »innere Ruhe« fehlt, kann das auf einen Mangel an Progesteron hinweisen. Sie sehen daran, wie wichtig ein funktionierender Hormonhaushalt ist.

KEINE BESCHWERDE OHNE URSACHE

Nicht alles, was uns tagtäglich oder mehrmals monatlich oder jährlich plagt, muss hormonell bedingt sein. Aber an den folgenden Fallbeispielen aus meiner Praxis erkennen Sie, dass vieles hormonbedingt sein könnte (siehe dazu auch die Beschwerden ab >). Leider wird in der Schulmedizin bei chronischen Beschwerden viel zu selten an hormonelle Einflüsse gedacht. Stattdessen werden die Symptome kuriert, und zunächst geht es uns tatsächlich besser. Wird die Ursache aber nicht behandelt, werden die Beschwerden immer wiederkehren.

Fallbeispiele aus meiner Praxis

Hormone können uns im wahrsten Wortsinn plagen, das erlebe ich täglich in der Praxis. Wie oft sagen mir Patientinnen und Patienten, bei ihnen sei diagnostisch und therapeutisch alles gemacht worden, doch obwohl es keinen Befund gibt, haben sie immer noch Beschwerden.

»Beschwerden ohne medizinischen Grund« heißt dann oft die Erklärung. Dies ist eine für mich sehr unbefriedigende Antwort, denn es gibt immer einen Grund dafür, wenn im Körper etwas nicht stimmt. Dies möchte ich Ihnen an den folgenden Fallbeispielen aufzeigen.

SEELISCH UND KÖRPERLICH AM ENDE

Als Gabriele S. im Herbst 2010 zu mir in die Praxis kam, klagte sie: »Ich fühle mich nicht nur wie ein Wrack, ich bin es.« Seit über zehn Jahren leide sie an Beschwerden wie Bluthochdruck, Müdigkeit, Verstopfung,

Magenschleimhautentzündung, Haarausfall, Übergewicht, Schlafstörungen, Diabetes, Migräne und Depressionen. »Ich habe eine lange Odyssee von Arzt- und Heilpraktikerbesuchen hinter mir – helfen konnte mir niemand.« Dabei war sie allen Verfahren und Untersuchungen gegenüber aufgeschlossen, wie Akupunktur, Magnetfeldtherapie, Nahrungsergänzungen, Bioresonanztherapie, Hypnose, Homöopathie, Aromatherapie, Darmsanierung und Yoga. Doch nichts wollte bei ihr anschlagen. Dazu kamen die vielen von Ärzten verordneten Medikamente – von denen sie einige stark belasteten durch ihre Nebenwirkungen. Um den energetischen Zustand zu erfassen, untersuchte ich Gabriele S. mit dem Oberon-Gerät (siehe >). Auffallend waren nicht nur die generell niedrigen Energiewerte, sondern vor allem die Schwächen an den Akupunkturpunkten, die den Hormonen zugeordnet werden: Nebennieren, Schilddrüse, Eierstöcke und Hypophyse. Ich veranlasste eine Hormonbestimmung im Speichel – mit erschreckendem Resultat: Alle wichtigen Hormone waren stark vermindert! Dank der natürlichen Hormontherapie geht es Gabriele S. heute wieder gut.

SEIT JAHREN HEFTIGER HAARAUSSFALL

Eine andere Geschichte ist die der 26-jährigen Nadine B. Trotz ihres jungen Alters leidet sie an teils heftigen Beschwerden, die ihre Lebensqualität dezimieren: Haarausfall, Akne, Schilddrüsenunterfunktion und Depressionen. Primär kam sie wegen des Haarausfalls in die Praxis. Nach dem Waschen lägen bis zu 200 Haare im Becken, was sie sehr belastete. Da ich sofort an eine hormonelle Störung dachte, veranlasste ich eine Speicheluntersuchung. Das Ergebnis war auch bei dieser Patientin beunruhigend: Die Geschlechtshormone Estradiol, Estriol, Testosteron und Progesteron lagen im

Speichelbefund weit unter der Norm. Da die Patientin seit zehn Jahren die »Pille« nimmt, war die massive Schilddrüsenstörung eine Folge des gestörten Gleichgewichts der Geschlechtshormone. Um den Körper einigermaßen auf Trab zu halten, nahm sie täglich 150 µg Thyroxin ein. Das hat ihren Zustand nicht verbessert. Im Gespräch erklärte ich ihr die Zusammenhänge mit der Schilddrüse und ihren Problemen und machte ihr klar, dass es wichtig sei, die »Pille« abzusetzen und mit anderen Methoden zu verhüten. Die Argumente leuchteten ihr zwar ein, aber sie sagte, sie könne es ihrem Partner nicht antun, die »Pille« abzusetzen. Sie werde sich wieder melden, wenn sie so weit sei. Das ist jetzt einige Jahre her ...

DIE ROLLE DER HORMONE IM KÖRPER

Aus den Fallbeispielen auf > konnten Sie ersehen, welche wichtigen Stellenwert Hormone haben. Doch was sind eigentlich Hormone?

Das Wort »Hormon« stammt aus dem Griechischen, »hormao« bedeutet »antreiben«. Und genau das tun Hormone. Sie schieben die verschiedensten Prozesse im Körper an. Dabei arbeiten sie nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip. Jedes Hormon ist ein spezieller Schlüssel, der nur in ein für ihn bestimmtes Schloss auf oder in einer Zelle passt und dort dann seine Aufgabe erledigt.

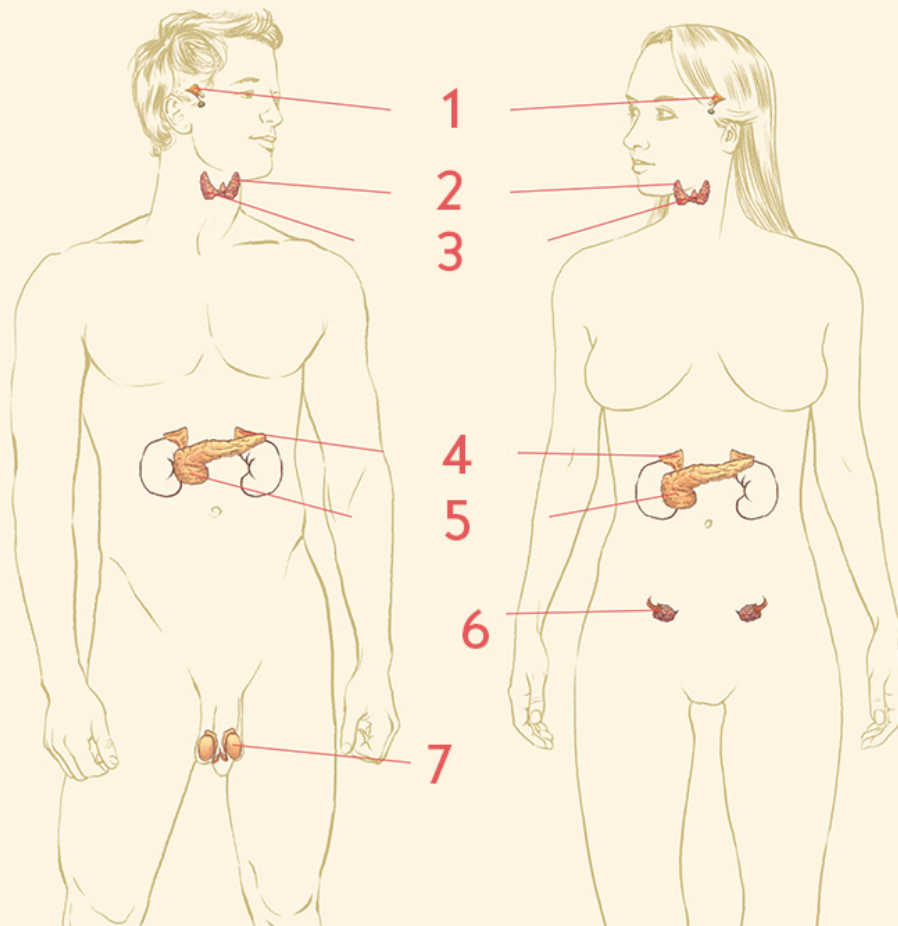
Je nachdem, aus welchen chemischen Bausteinen die Hormone zusammengesetzt sind, unterscheidet man

- **sogenannte Proteo- und Peptidhormone:** die Hormone der Hypophyse (zum Beispiel TSH), des Hypothalamus, der Bauchspeicheldrüse, des Nebennierenmarks (zum Beispiel Adrenalin) und der Schilddrüse (zum Beispiel Thyroxin)
- **Steroidhormone:** die Geschlechtshormone Östrogen, Testosteron und Progesteron und Hormone der Nebennierenrinde wie Cortisol und DHEA

Das endokrine System

Diese lebenswichtigen Hormone werden überwiegend von Hormondrüsen, zum Teil auch in speziellen Geweben produziert. Da Hormone nach innen in das Blut abgegeben werden, nennt man sie endokrin (von griechisch »endo« = nach innen und »krinein« = absondern); das hormonelle System ist das Endokrinium oder endokrine System.

HORMONSYSTEM VON MANN UND FRAU



1. Hypophyse
2. Schilddrüse
3. Nebenschilddrüsen
4. Nebennieren
5. Bauchspeicheldrüse
6. Eierstöcke
7. Hoden

Die Illustration zeigt Ihnen die Lage der wichtigsten Hormondrüsen von Mann und Frau im Körper.

GESTÖRTE HORMONBALANCE – NEUE ERKENNTNISSE

Das Endokrinium ist ein komplexes System. Da ist es nicht verwunderlich, wenn es im Lauf eines Lebens auch einmal zu Störungen des hormonellen Gleichgewichts kommen kann, die sowohl auf einen Hormonmangel als auch -überschuss zurückgehen können.

Die Erkenntnis, dass eine gestörte Hormonbalance auch Krankheiten wie Haarausfall, Depressionen, Übergewicht, Müdigkeit, Verstopfung und Migräne auslösen kann, ist noch relativ neu. Die ersten Ärzte, die Anfang der 1980er-Jahre über dieses Thema forschten, waren die Amerikaner Dr. Jonathan V. Wright (seit 1973 Gründer und ärztlicher Direktor der Tahoma-Klinik in Tukwila, Washington) und sein Kollege Dr. Lane Lenard (Psychopharmakologe und Medizinjournalist). Später trugen die amerikanischen Ärzte Dr. John R. Lee und Dr. Michael Platt sowie die Ingenieurin für Bio-Medizin, Dr. Beth Rosenshein, wesentlich dazu bei, diese Erkenntnisse publik zu machen.

Synthetische Hormone ...

Immer noch werden Hormone viel zu selten für Beschwerden in Betracht gezogen. Und falls doch, dann erfolgt die Behandlung mit synthetischen Hormonen, das heißt mit Hormonen, die eine andere Struktur als die körpereigenen, aber eine ähnliche Funktion wie diese haben. Sie stören das natürliche Gleichgewicht im Körper, verbessern aber die Beschwerden nicht. Dr. Lee und Dr. Platt erforschten die Gründe dafür. Sie kamen zu dem Ergebnis, dass die synthetischen Hormone die gleichen Rezeptoren im Körper besetzen wie die körpereigenen Hormone. Dadurch können sie Symptome reduzieren, doch die Produktion der körpereigenen Hormone geht zurück, weil diese nicht mehr an den Rezeptoren andocken können und so weiterhin im

Blut schwimmen. Über einen Rückkopplungsmechanismus wird der Steuerungszentrale im Gehirn signalisiert: Alle Rezeptoren sind besetzt, bitte die weitere Bildung von Hormonen drosseln.

... UND DIE FOLGEN

Das bedeutet also, dass die synthetischen Hormone nach und nach zum Produktionsstopp körpereigener Hormone und zu einem gestörten hormonellen Gleichgewicht führen. Am häufigsten werden synthetische Hormone über die »Pille« eingenommen. Sie enthält aber neben Östrogen auch ein synthetisches Gestagen (Progestin). Dadurch wird die körpereigene Produktion von Progesteron unterdrückt, was zu weiteren Beschwerden führt.

Durch den Produktionsstopp kann auch die Schilddrüse in Mitleidenschaft gezogen werden. Sie reagiert sensibel auf alle Hormonschwankungen, sowohl auf zu viele als auch zu wenige Hormone (wie Estradiol, Progesteron). Alle Hormone beeinflussen sich gegenseitig. Produziert die Schilddrüse zu wenig eigene Hormone, wird zum Beispiel weniger Cortisol ausgeschüttet, das wiederum reduziert die Aktivität der anderen Hormondrüsen. Außerdem können die synthetischen Hormone nicht abgebaut werden. Anders ist es bei pflanzlichen Hormonen (Phytohormone), etwa im Rotklee. Arbeitet die Leber einwandfrei, kann sie Phytohormone in bioidentische Hormone umbauen.

BIOIDENTISCHE HORMONE

Dr. Lee und Dr. Platt entwickelten statt der synthetischen Hormone sogenannte bioidentische Hormone, die körpereigenen Hormonen gleichen und wie sie verstoffwechselt werden (siehe >). Mit deren Hilfe konnten sie die hormonelle Ordnung im Körper wiederherstellen. In Deutschland setzte sich die Sozialpädagogin Elisabeth Buchner (Erlangen) für die Verbreitung der Erkenntnisse von

Dr. Lee ein. Sie hatte selbst einen jahrelangen Leidensweg hinter sich, bis sie auf die Methode von Dr. Lee stieß. Seitdem verfasste sie Bücher darüber (siehe >) und gründete Selbsthilfegruppen für Betroffene.

BIOIDENTISCHE HORMONE

Dies sind Hormone, die in Struktur und Wirkung identisch mit körpereigenen Hormonen sind. Ausgangsstoff dafür sind meist die Yamswurzel (siehe >) und Sojabohnen. Sie enthalten Diosgenin, eine Vorstufe von Progesteron, woraus sich alle anderen Hormone bilden lassen.

Östrogendominanz

Dieser Begriff geht auf Dr. Lee zurück. Die meisten synthetisch hergestellten Hormone werden als Empfängnisverhütungsmittel oder gegen Wechseljahresbeschwerden eingesetzt, nehmen also die Stelle der natürlichen Östrogene und des Progesterons ein. Nimmt eine Frau zum Beispiel die »Pille«, führt sie ihrem Körper synthetisches Östrogen (Ersatzstoffe) und synthetisches Progesteron zu, zusätzlich zu den vorhandenen körpereigenen Hormonen. Dadurch wird das Verhältnis der Östrogene zu den anderen Hormonen verschoben, sodass zu viele Östrogene vorhanden sind, sie dominieren. Es bedeutet aber nicht, dass zu viel Östrogen gebildet wird.

Die Östrogendominanz bei Männern ist einerseits die Folge der ab dem 50. Lebensjahr auftretenden Verringerung von Progesteron, andererseits der Mehrproduktion von Östrogen ab 50. Außerdem kommt es bei allen Menschen zur Östrogendominanz durch die Aufnahme von Xeno-Hormonen in Weichmachern (siehe >).

Folgen der Östrogendominanz: Bei der Frau kann sie zu Brustspannen, Hitzewallungen, Ödemen, Libidoverlust, Myomen, Krebserkrankungen, Menstruationsstörungen, Zysten in Eierstöcken oder Brüsten, Haarausfall und Fetteinlagerungen an Hüften, Gesäß und Bauch führen. Bei Männern und Frauen können Schlafstörungen, Depressionen, Unruhe, Ängste, Schilddrüsenerkrankungen, Venenprobleme, Abwehrschwäche und Bluthochdruck entstehen, das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall steigt.

Ursachen für hormonelle Störungen

Die Ursachen für Störungen im Hormonhaushalt sind sehr vielfältig und hängen meistens mit einem Ungleichgewicht der Hormone, oft einem Progesteronmangel durch Überschüsse von Estradiol, zusammen.

Solche Veränderungen und hormonellen Schwankungen treten in der Pubertät und in den Wechseljahren von Frau und Mann auf. Es können auch Einflüsse von außen sein, weshalb es zu hormonellen Störungen wie Östrogendominanz kommt.

- An erster Stelle steht die Antibabypille. Sie enthält künstliches / synthetisches Östrogen und Progesteron (Progestin). Diese Hormonersatzstoffe besetzen die natürlichen Rezeptoren, außerdem haben sie verschiedene Nebenwirkungen!
- Zudem wird ein großer Teil der über die »Pille« aufgenommenen Hormon-Ersatzstoffe (Derivate) kaum verändert wieder ausgeschieden und landet dann im Grundwasser. Über das Trinkwasser nehmen wir also auch künstliche Hormone auf.
- Auch zahlreiche andere Medikamente, wie beispielsweise Antibiotika, Cortison, Insulin und Psychopharmaka, Hormonspiralen, Magenpräparate, Betablocker, Blutdruckmittel und Cholesterinsenker, aber auch

Umwelttoxine können – vor allem bei unangemessener Dosierung – den Hormonhaushalt stören.

- Hormone, die in der konventionellen Tierhaltung und Tiermast eingesetzt werden, nehmen wir über die Nahrung auf. Selbst wenn wir nur artgerecht gehaltene Tiere und Wildtiere, also Bio-Fleisch aus ökologischer Erzeugung, essen, können wir die Östrogenaufnahme nicht vermeiden, denn die Östrogene gelangen über das Grundwasser auch in diese Tiere.
- Ferner kann ein Ungleichgewicht an Mineralstoffen den Hormonhaushalt durcheinanderbringen. Ist zu viel Kupfer und zu wenig Zink im Körper vorhanden, ist das Östrogen oft erhöht. Fehlen Natrium und Kalium, sind die Nebennieren erschöpft. Arbeitet die Schilddrüse nur eingeschränkt, kann das mit zu viel Kalzium im Körper zusammenhängen. Diese Erkenntnisse haben wir dem amerikanischen Arzt Dr. D. L. Watts zu verdanken.



WAS HORMONE BEWIRKEN KÖNNEN AM BEISPIEL DES AXOLOTLIS

Sie werden sich vielleicht fragen, weshalb Hormone plötzlich einen derartig hohen Stellenwert einnehmen und ob es früher keine hormonbedingten Beschwerden gab. Die Antwort auf die erste Frage ist zugleich auch die Antwort auf die zweite Frage. Vor drei Jahrzehnten gab es keine entsprechend hohe hormonelle Belastung, wie dies heute der Fall ist. Dabei ist in der Medizin schon seit den 1960er-Jahren bekannt, welche enormen Auswirkungen Hormone auf das Leben von Mensch und Tier haben. Der wohl bedeutendste Hormonversuch fand mit dem in Mexiko vorkommenden Axolotl statt. Dieser Molch verbringt sein ganzes Leben als Larve mit äußeren Kiemen und pflanzt sich auch in der Larvenform fort. Diese Erscheinung wird in der Zoologie Neotenie genannt. Sie basiert auf einer Schilddrüsenunterfunktion. Damals wurden diesen Molchen Schilddrüsenhormone verabreicht, woraufhin sie das Larvenstadium verließen. Das heißt, sie bekamen Beine und Füße, die Kiemen bildeten sich zurück. Ihre ungeheure Kraft zeigen Hormone auch, wenn männliche (Androgene) bzw. weibliche Hormone (Östrogene) beim Embryo im Mutterleib eine Geschlechtsumstimmung bewirken können, sobald sie vorherrschen.

STRESS – BELASTUNG FÜR DIE NEBENNIEREN

Eine wesentliche Ursache für hormonelle Störungen ist Stress – egal, ob in der Arbeit, während der Freizeit, daheim mit Kindern und Familie oder als emotionaler Stress. Ich erinnere mich an einen Patienten, der häufig graugelbe Schatten unterhalb der Jochbeine hatte. Da ich mich seit Langem mit der Antlitzdiagnose beschäftige, wusste ich,

dass dies auf eine geschwächte Nierenregion hinweist. Diesbezüglich hatte er aber nie Beschwerden. Allerdings hatte dieser Patient fürchterlichen Stress. Das belastet die Nebennieren enorm, weil sie ständig Adrenalin, Noradrenalin, Dopamin, Cortisol und DHEA bilden müssen (siehe >). In der Folge wurden sie immer schwächer. Mit zunehmendem Alter reagierte sein Körper sensibler auf den Stress. Das Gesicht wirkte angespannt, nur im Urlaub schien für wenige Wochen alles von ihm abzufallen. Als ich die Hormone des Patienten im Speichel bestimmen ließ, wunderte ich mich nicht, dass Testosteron stark erhöht war und dass Cortisol und DHEA als Folge der permanenten Nebennierenbelastung vermindert waren.

WEITERE AUSLÖSER FÜR HORMONSTÖRUNGEN

Die Kryptopyrrolurie (siehe >) und die Verabreichung von Insulin wirken sich ebenfalls störend auf die körpereigene Hormonproduktion aus. Auch Leistungssport (siehe >) bedingt den Verlust des natürlichen Hormonrhythmus, weil dadurch (bei Männern und Frauen) vor allem Testosteron ausgeschüttet wird. Wenn man zu wenig isst, bekommt der Körper zu wenig Nährstoffe, vor allem Proteine – als Folge davon kann er auch nur wenige Hormone synthetisieren. Dies gilt vorwiegend für sehr schlanke Menschen. Auch Drogensucht, Schichtarbeit, Sterilisation und Bewegungsmangel sowie bei Frauen die Entfernung der Gebärmutter und häufige Schwangerschaften führen zu Hormonstörungen. Dr. Riedweg (siehe >) vertrat die Ansicht, dass die Psyche auf die Hypophyse wirkt und dadurch hormonbedingte Erkrankungen entstehen.