

Wilde Yamswurzel

als natürliches und
bioidentisches Progesteron



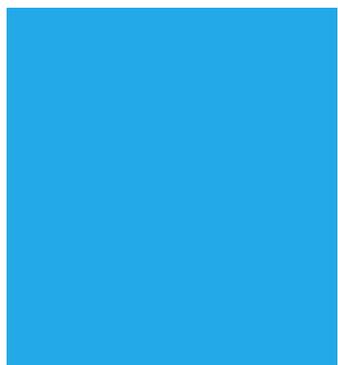
.... zur Stabilisierung des Hormonungleichgewichtes und deren möglichen Folgen

wie ADS, ADHS, Depression, Diabetes, Endometrose, Fibromyalgie, Gelenk- und Muskelschmerzen, Kinderlosigkeit, Denk-, Merk- und Konzentrationsstörungen, Migräne, Osteoporose, Stimmungsschwankungen, Übergewicht, Wechseljahrsbeschwerden, u.v.a.

In dieser Broschüre, zusammengestellt von Dr. med. A. Scheuernstuhl, finden Sie alles Wissenswerte über das Hormon, welches Ihre Gesundheit nebenwirkungsfrei ins Gleichgewicht bringen kann!

Doris Hefti
aromaveda GmbH

www.aromaveda.ch
doris.hefti@aromaveda.ch
+41 (0)79 830 01 65



Yamswurzel als natürliches Hormon

Dr. med. Scheuernstuhl hat das Wichtigste für Sie zusammengefasst:

Quelle: <http://www.dr-scheuernstuhl.de/dateien/natuerliches%progesteron.pdf>

Frauen fühlen sich dann rundum gesund, wenn ihr Hormonhaushalt gut ausbalanciert ist. Treten hier Probleme auf, können bioidentische Hormone Hilfe bringen. Nachdem bekannt wurde, dass künstliche Hormone zu Krebs und Schlaganfall führen können, breitete sich nach der Euphorie über Hormone als ewigem Jungbrunnen allgemeine Ratlosigkeit aus. **Leider wissen noch viel zu wenige, dass es eine sehr wirksame biologische Hormon-Balancetherapie gibt.** Eine einfache Methode ohne unliebsame Nebenwirkungen. Ihr Geheimnis: Wirkstoffe der Yamswurzel, als Creme oder Gel auf die Haut aufgetragen, helfen bei Wechseljahresbeschwerden und anderen hormonellen Störungen.

Nicht immer muss das Klimakterium auch Probleme bereiten. Von den Millionen Frauen, die in den Wechseljahren sind, haben 25 Prozent keinerlei, weitere 25 Prozent leichtere Beschwerden. Die Hälfte aller Frauen jedoch leidet an heftigen, teilweise über viele Jahre andauernden Beschwerden. Für alle jene, die über Hitzewallungen, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, Schwindelzustände, Angst- und Panikattacken klagen, kann natürliches **Progesteron die Rettung in der Not** sein. Auch bei Blutdruckschwankungen, Denk- und Merk-

störungen, Gelenkschmerzen und nachlassender Belastbarkeit hat es sich als hilfreich erwiesen. Dieses Hormon, das der Körper normalerweise selbst produziert, ist bei vielen Frauen schon lange bevor der Östrogenspiegel tatsächlich sinkt, zu niedrig. Progesteron, das Gelbkörperhormon der zweiten Zyklushälfte, wird aus dem Pflanzenstoff Diosgenin aus der mexikanischen Yamswurzel im Labor zum Progesteron umgewandelt. Und zwar so, wie es auch im Körper vorkommt. (Gestagene, die meistens verordnet werden, sind künstlich verändertes Progesteron.) Wie man heute weiß, kann die jahrelange Einnahme von künstlichen, dem Körper fremden Hormonen zu Lungenembolien, Schlaganfällen, Herzinfarkten und Krebs, vor allem Brustkrebs, führen. **Doch welche Frau weiß schon, dass es auch eine „sanfte“ Alternative gibt?** Dass es möglich ist, hormonelle Beschwerden aller Art mit natürlich im Körper vorkommenden Hormonen zu behandeln?

Nicht die **Hormon-Ersatztherapie** an sich ist ein Problem. Sondern, dass fast ausschließlich mit künstlichen Hormonen behandelt wird, mit so genannten Designer-Hormonen. Da diese sich von den im Körper vorkommenden Hormonen erheblich unterscheiden, ihre biochemische

Eine aufsehenerregende Entdeckung: Biologische Hormone zum Einreiben

Struktur anders ist, können sie auch nicht optimal in den Stoffwechsel integriert werden. Führt man dem Körper dagegen bioidentische Hormone zu, können diese sehr viel besser genutzt werden und es gibt **keine Nebenwirkungen**. Weitgehend unbeachtet von der Öffentlichkeit, gibt es bereits seit Jahrzehnten eine natürliche Therapieform bei Hormonstörungen. Egal, ob Wechseljahresprobleme, Regelbeschwerden oder Osteoporose. Einer ihrer Pioniere war der amerikanische Arzt Dr. John R. Lee aus Kalifornien. Er therapierte über dreißig Jahre lang erfolgreich mit bioidentischen Hormonen, vor allem mit dem natürlichen Progesteron.

Biologische Hormone zum Einreiben eine aufsehenerregende Entdeckung

Schon Dr. John R. Lee, gewissermaßen der Vater der natürlichen Hormontherapie, verschrieb seinen Patientinnen natürliches Progesteron in Creme-Form. Vor allem jenen, die unter Wechseljahresbeschwerden litten, aber wegen Brustkrebs keine künstlichen Hormone erhalten durften. Warum aber eine Creme? Weil damit die Leber umgangen – und nur etwa ein Zehntel der Menge nötig ist, die gebraucht wird. **Hormone wie Progesteron und Östrogen sind fettlöslich und hautdurchlässig**. Das weiß man bereits von den Hormonpflastern. Deshalb ist es sehr einfach, sie in eine neutrale hautverträgliche Creme einzurühren. So gelangt das Progesteron rasch in den Blutstrom und kann dorthin transportiert werden, wo es gebraucht wird. Dem amerikanischen Chemiker Dr. Ray Peat ist es zu verdanken, dass es diese unkomplizierte und doch so wirkungsvolle Anwendungsmöglichkeit gibt. Denn er war es, der herausfand, dass sich Progesteron in Vitamin E löst. Das Ergebnis war eine Creme, die, auf die Haut aufgetragen, vom Körper weitaus besser aufgenommen werden konnte, als dies bei anderen Anwendungen der Fall war.

Die richtige Hormon-Balance

Der vorherrschende Mythos in der Schulmedizin war, dass die Beschwerden der Wechseljahre, wie sie bei vielen Frauen auftreten, aus einem Östrogenmangel entstehen. Entsprechend therapierte sie die betroffenen Frauen auch in erster Linie mit künstlichen Östrogenen. Seit etwa Mitte der 70er-Jahre gilt es als Kunstfehler, einer Frau mit den künstlichen Östrogenen nicht auch gleichzeitig den Gegenspieler, das Progesteron, zu geben. Nur, dass die Schulmedizin dafür ebenfalls künstliche Hormone verwendet, die so genannten Gestagene, was die Gefahr für Brustkrebs steigen lässt.

(Gestagene sind synthetisches, biochemisch verändertes Progesteron.) Die beiden Haupthormone für den weiblichen Zyklus sind das Östrogen und das bisher weniger bekannte Progesteron, das Gelbkörperhormon. In der ersten Zyklushälfte ist das Östrogen hoch, in der zweiten Zyklushälfte steigt dann das Progesteron. Wenn keine Schwangerschaft stattfindet, sinken die Blutspiegel beider Hormone wieder und es kommt zur Menstruation. Die Schleimhaut der Gebärmutter wird wieder abgebaut und ausgeschieden. **Die weibliche Hormon-Balance kann schon irgendwann zwischen Mitte dreißig und Ende vierzig ins Ungleichgewicht geraten**. Dies ist abhängig von vielen Faktoren, wie Vererbung, Stress, Rauchen. Aber auch davon, ob eine Frau Kinder geboren hat, wie viele und in welchem Alter. Wie früh oder spät ihre Periode begann und natürlich auch von ihrem Lebensstil.

Die hormonelle Balance ist auch eng gekoppelt an die **Ernährung, an Bewegung, an Umweltgifte in der Nahrung oder aus der Luft**. Und aus den Dingen des täglichen Gebrauchs in der Umgebung. So wissen wir heute, dass Plastikgeschirr, das aus Erdöl gemacht wird, so genannte Xeno- oder Fremd-Östrogene beinhaltet und bei Erwärmung (Mikrowelle!) auch wieder abgibt. Durch die jahrzehntelange Pilleneinnahme von aber-tausenden von Frauen ist das Grundwasser mit Hormonen belastet und das recycelte Wasser aus den Kläranlagen sowieso. All das führt zu einem Hormonungleichgewicht im Körper, da diese Xeno-Östrogene die Rezeptoren für die körpereigenen Östrogene besetzen, aber andere Wirkungen haben.

Heute weiß man, dass 10 bis 15 Jahre vor der Menopause nicht in jedem Monat ein Eibläschen (Follikel) reift. Es kommt zu so genannten anovulatorischen Zyklen. Das heißt, dass in diesen Monaten auch kein Gelbkörper gebildet wird und damit (fast) kein Progesteron! Da die Periode trotzdem kommt, merken viele Frauen nichts von dem beginnenden Ungleichgewicht der Hormone, dem Fehlen des Progesterons und dem Überwiegen des Östrogens. Erst Zyklusunregelmäßigkeiten, heftige Regelblutungen, Brustspannen, Gewichtszunahme, Wassereinlagerungen, Schlafstörungen und depressive Verstimmungen führen sie dann eventuell zum Arzt.

Dies deutet bereits auf eine nachlassende Funktion der Eierstöcke hin, auf den Beginn der Perimenopause. Der Zeit vor der eigentlichen Menopause, die als die letzte monatliche Blutung definiert ist.

Mach, was
dein Herz
zum Singen
bringt



Dies ist auch die Zeit der Zysten in den Brüsten und in den Eierstöcken, der beginnenden oder wachsenden Myome in der Gebärmutter. Der beginnenden Blasenschwäche beim Niesen und Husten. **Wenn zu wenig Progesteron vorhanden ist, dominiert das Östrogen mit all seinen unerwünschten Wirkungen.**

Progesteron: das vergessene Hormon

Alle Welt spricht vom Östrogen. Auch jetzt noch, nach dem vorzeitigen Abbruch der beiden großen Studien über Frauengesundheit. Über die künstliche Hormon-Ersatz-Therapie (HET) in England (Million-Woman-Study) und den USA (Woman-Health-Study) im Jahr 2002 und 2004. Denn die Ergebnisse zeigten, dass die Einnahme von künstlichen Hormonen – entgegen der ursprünglichen Annahme – zu vermehrtem Auftreten von Brustkrebs, Thrombosen, Herzinfarkten und Schlaganfällen führt. **Dass also die Einnahme von künstlichen Hormonen für die betroffenen Frauen mit einem erhöhten Krankheits- und Sterberisiko verbunden ist.** Dabei ist es zu über 90 Prozent nicht das fehlende Östrogen, das die Beschwerden verursacht, sondern der fehlende Mit- und Gegenspieler, das Gelbkörperhormon Progesteron. Östrogen und Progesteron brauchen sich gegenseitig, um ihre volle Wirkung zu entfalten. **Nur wenn das Gleichgewicht dieser beiden Hormone im weiblichen Körper vorhanden ist, fühlt sich die Frau rundum wohl und leistungsfähig.** Oft schon in einer Zeit, in der wir noch Kinder bekommen (können), sinkt die Produktion des Hormons Progesteron. Dadurch bekommt das Östrogen die Oberhand. Die Regel wird schmerzhafter, stärker, unregelmäßiger und in den Tagen vorher kommt es vermehrt zu Stimmungsschwankungen, Ängstlichkeit, Kopfschmerzen oder Migräne. Herzstolpern, Energiemangel und Schlafstörungen stellen sich ein. Der Arzt diagnostiziert ein „Prämenstruelles Syndrom (PMS)“ und verschreibt üblicherweise die Pille. Oder er verordnet eine andere Pille als die bisherige, in jedem Fall aber künstliche Hormone. Die Beschwerden verschwinden damit nicht wirklich oder nur vorübergehend. **Häufig steigt nun das Gewicht, vor allem am Bauch und an den Oberschenkeln.**

Wenn gar noch Probleme mit der Blase vorhanden sind, eine kleine Blasenschwäche beim Husten oder Niesen, gehäufte Entzündungen, dann ist die betroffene Frau schnell davon zu überzeugen, dass eine Operation das Beste sei. Werden bei dieser Operation Zysten entdeckt, werden sie oft gleich mitentfernt und die Frau damit künstlich in die Wechseljahre versetzt. Jetzt ist sie im plötzlichen und vorzeitigen Wechsel und „muss Zeit ihres Lebens“ (künstliche) Hormone nehmen.

Gegen die Schlafstörungen gibt es eine Schlaftablette, dazu noch ein Antidepressivum. Die Herzbeschwerden werden mit einem Betablocker therapiert. Gegen die Gelenkschmerzen soll ein Entzündungshemmer helfen. Das schmerzende Handgelenk wird als Karpal-

tunnelsyndrom diagnostiziert und operiert und der Gynäkologe verordnet ein Östrogenpräparat. Wenn dann die Schilddrüse streikt, gibt's noch ein Schilddrüsenpräparat dazu. Beginnende Osteoporose, heißt es bei der Knochendichtemessung und: „Essen Sie mehr Milchprodukte, bewegen Sie sich mehr und nehmen Sie an Gewicht ab!“

Welche der folgenden Beschwerden haben Sie zurzeit?

Je mehr auf Sie zutrifft, desto wahrscheinlicher ist ein Hormonmangel oder ein hormonelles Ungleichgewicht.

- Abnahme der Libido (weniger Spaß am Sex, kaum Lust dazu)
- Abnahme der Muskelkraft
- Ängstlichkeit/Panikanfälle/Schwindelzustände
- Blasenschwäche
- Denk-, Merk- und Konzentrationsstörungen
- Depressive Stimmungen (Mutlosigkeit, Traurigkeit, Antriebslosigkeit, Stimmungsschwankungen, Gefühl der Sinnlosigkeit, Weinerlichkeit)
- Erhöhter Blutdruck oder stark schwankend
- erhöhtes Schlafbedürfnis (häufige/frühe Müdigkeit)
- Gefühl, der Höhepunkt des Lebens ist überschritten
- Gehäuft schlechte Abstriche vom Muttermund
- Gelenk- und Muskelschmerzen
- Haarausfall
- Heftige, unregelmäßige Blutungen
- Herzbeschwerden (Herzrasen, -druck, Herzstechen)
- Körperliche Erschöpfung, das Gefühl weniger zu schaffen oder zu erreichen als früher
- Myome der Gebärmutter
- Nervosität (innere Anspannung/innere Unruhe)
- Osteoporose (beginnend oder fortgeschritten)
- Reizbarkeit (Aggressivität, missgestimmt, schnell aufgebracht)
- Rückenbeschwerden
- Schlafstörungen (Ein- und Durchschlafen/häufiges Erwachen)
- starkes Schwitzen (unabhängig von Belastungen)
- vermehrter Bartwuchs
- Verschlechterung des allgemeinen Wohlbefindens
- Wassereinlagerung im Körper, Ödeme
- Zysten in der Brust, in den Eierstöcken

Welche der Beschwerden haben Sie?



Anwendung Creme oder Gel

Dr. med. Annelie Scheuernstuhl führt weiter aus: "Die Crème oder das Gel wird meist zwei Mal täglich in der Größe einer Erbse aufgetragen, überall dort, wo die Haut dünner ist. Das kann im Gesicht, am Hals, am Dekolleté, an der Innenseite der Arme oder der Oberschenkel sein. Aber auch auf der Brust, beispielsweise bei Brustspannen oder auch an schmerzenden Gelenken. Bei Hitzewallungen hat es sich bewährt, alle fünf Minuten eine Portion aufzutragen, bis die Beschwerden verschwunden sind. Hier möchte ich hinzufügen, dass man die Körperstellen rotieren soll, mal Hals, mal Brust, mal Handgelenke, mal Kniekehlen, usw. (Der „Messfühler“ im Gehirn misst die Konzentration der Hormone etwa alle 45 Minuten.)"

Wie lange behandeln? Wenn die Beschwerden nachlassen, kann individuell versucht werden, mit der Dosis herunterzugehen. Es gibt für jede Frau die optimale Menge. Außer bei Osteoporose: Hier ist eine Mindestmenge pro Tag über viele Jahre notwendig. Manche Frauen benötigen die Creme nur für einige Monate, andere für einige Jahre. Sinnvollerweise empfiehlt sich ein Speichel-Kontroll-Test pro Jahr, um die Dosierung darauf abzustimmen."

Ergänzungen der aromaveda GmbH

Gestützt auf die Publikation von Dr. med. Michael E. Platt (Quelle: die Hormon Revolution) kann ein hormonelles Ungleichgewicht auch bei folgenden Beschwerden die Ursache sein:

- Adipositas (Fettleibigkeit)
- ADS, ADHS
- Arthritis
- Asthma
- Blaseninkontinenz
- Cholesterin
- Depression, (Wochenbett-)
- Diabetes Typ 2
- Endometriose
- Fibromyalgie
- Frühaborte, Fehlgeburten, nicht erfüllter Kinderwunsch, Schwangerschaftsübelkeit
- Hormonell bedingte Erschöpfung
- Krebs
- Migräne
- Myome
- Störungen im Hormonhaushalt (auch bei Kindern)
- Wechseljahre bei Frauen (Menopause) und Männern (Andropause)

Worüber der Speicheltest Auskunft gibt

Hormone werden im Körper in einer Drüse gebildet und über den Blutstrom an ihren jeweiligen Bestimmungsort gebracht. Dazu brauchen sie ein „Transportvehikel“, ein Eiweißmolekül. Wenn Blut zur Hormonbestimmung verwendet wird, haben wir als Ergebnis die Summe aller Hormone. Sowohl der freien, die nur alleine wirksam sind, wie auch der an Transporteiweiß gebundenen Hormone. Eine Aussage über den Bedarf des Körpers an Hormonen ist durch Bluttests also nicht wirklich möglich. Man macht deshalb zusätzliche Bestimmungen, wie viele „Transportvehikel“ vorhanden sind und rechnet dann aus, wie viele Hormone in freier Form vorliegen. Diese sind dann die momentan im Körper wirksamen Hormone. Höchst kompliziert!

Werden dagegen Hormone über den Speichel bestimmt, ist das erstens für viele angenehmer als Blut abnehmen zu lassen. Zweitens zeigt dieses Ergebnis nur die tatsächlich frei verfügbaren Hormone und das sind diejenigen, die hier eigentlich interessieren.

Im Speicheltest lassen sich auch geringste hormonelle Veränderungen erkennen. Im Blut nur Größere bis Große. Weshalb möglicherweise auch oft mit zu hohen Gaben von Östrogen behandelt wird. So wird der Test durchgeführt: Morgens, nüchtern, nach dem Ausspülen des Mundes mit Wasser, an eine Zitrone denken und in Gedanken in sie hinein beißen. Den nun zusammenlaufenden Speichel im Mund sammeln und in ein Röhrchen spucken, bis es halb voll ist. Das Röhrchen kann man dann selber an ein Labor schicken. Nach etwa ein bis zwei Wochen liegt dann das Ergebnis vor. Jetzt kann gezielt die jeweils notwendige und sinnvolle Progesteron-Dosis bestimmt werden. Eine erste Kontrolle ist nach drei bis vier Monaten sinnvoll und sollte dann bei Wohlbefinden etwa einmal im Jahr erfolgen und bei Beschwerden jederzeit.

Speicheltest erhältlich bei:

Ortho-Analytic AG, Rapperswil
Tel. +44(0)55 210 90 16
www.orthoanalytic.ch
services@orthoanalytic.ch

Test-Set-Nr.: Hormone im Speichel Nr.

4505, dazu siehe auch:

(<http://orthoanalytic.ch/aging/pdf/Bogen%20%20Ortho%20-%20Analytic.pdf>)

oder bei der aromaveda GmbH

doris.hefti@aromaveda.ch



Anwender erzählen ihre Geschichte

Persönliche Schilderungen



Künstliche Hormone – nein danke

Dr. med Annelie Scheuernstuhl. Mich selbst traf es mit 47 Jahren unmittelbar nach dem unerwarteten Tod meiner Mutter. Plötzlich konnte ich nicht mehr richtig schlafen, wachte dauernd auf, hatte **Herzklopfen, Schweißausbrüche**. Das Nachthemd war so nass, dass ich es bis zu drei Mal die Nacht wechseln musste. Ich hatte **Alpträume, Schwindelgefühle** und brach bei jeder unpassenden Gelegenheit in **Tränen** aus. Es dauerte Wochen, bis ich mir selbst die Diagnose stellte: Wechseljahre. Dann las ich jedes Buch, das sich damit beschäftigt mit dem Resultat, dass ich wusste: künstliche Hormone nehme ich keine. Meine Angst vor den „unerwünschten Wirkungen“ war zu groß. Meine Mutter war an einer Lungenembolie gestorben. Blutgerinnungsstörungen und Embolien standen im Beipackzettel der künstlichen Hormone unter möglichen Nebenwirkungen. Überhaupt diese Beipackzettel! Diese Aufzählung von schrecklichen Ereignissen, die passieren können. Nein, danke! Die Wahl zwischen „die Beschwerden behalten“ oder irgendwann vielleicht an einem Schlaganfall, oder einem Gebärmutterkrebs zu sterben, fiel mir nicht schwer: Weder noch! Doch was dann? Da fiel mir das Buch „Natürliches Progesteron – ein bemerkenswertes Hormon“ in die Hände. Geschrieben von dem bereits erwähnten amerikanischen Arzt, Dr. John. R. Lee. Es handelte von der Möglichkeit, erfolgreich

mit natürlichen Hormonen gegen meine Beschwerden vorzugehen und das **ganz ohne unerwünschte Wirkungen!** Es klang fast zu gut und zu einfach, um wahr zu sein. Doch **es funktionierte tatsächlich**, obwohl es damals – vor zehn Jahren – noch höchst kompliziert war, hier in Deutschland die Creme zu besorgen. Schon nach einigen Wochen ging es mir wieder gut. Ich konnte **wieder tief, fest und ungestört von nächtlichen Schwitzattacken oder Herzklopfen schlafen**. Meine **Konzentration** war **besser** geworden, ebenso meine Stimmung. Ich hatte tatsächlich ein Mittel gefunden, das einfach anzuwenden und ohne Nebenwirkungen ist. Daraufhin fing ich an, mich als Ärztin intensiv mit der Wirkungsweise dieser Hormone zu beschäftigen. Ich fand heraus, dass Progesterongaben in den USA und in Großbritannien schon seit vielen Jahrzehnten im Gebrauch sind. Und dass es über die Wirkungsweise der biologischen Hormone, speziell des Progesterons, viele Bücher und Veröffentlichungen gibt. Die meisten davon leider bisher nur auf Englisch. Alle berichten sie von der Einfachheit der Methode, den fehlenden Nebenwirkungen und den vielen erwünschten Wirkungen, wie beispielsweise dem Schutz vor Brustkrebs und Gebärmutterkrebs.

Wie heftigste Hitzewallungen verschwanden

(Namen geändert*)

Monika Schuler*, 58, kam auf Empfehlung zu mir. Sie hatte so **heftige Hitzewallungen**, dass kein soziales Leben mehr möglich war. Beschäftigt in der Buchhaltung im Betrieb ihres Mannes meinte sie, die Berufstätigkeit aufgrund ihrer heftigen Beschwerden aufgeben zu müssen. Konzert- und Opernbesuche waren ebenso unmöglich geworden wie ein Einkaufsbummel oder berufliche Kurzreisen mit ihrem Mann. Meist zog sie sich bis zu 20 Mal pro Tag frisch an. Die Nächte waren ebenfalls qualvoll. Sie fand **kaum Schlaf** und musste ständig aufstehen, um das nasse Nachthemd zu wechseln. Vom Frauenarzt hatte sie alle möglichen Mittel verschrieben bekommen und ausprobiert. Als sie in die Praxis kam, bestanden die Beschwerden bereits seit fast einhalb Jahren. Bereits am Tag nach Beginn der Behandlung mit Progesteron-Creme wurden **die Hitzewallungen besser**. Nach einer Woche rief sie an und erzählte, dass sie schon wieder ganz **gut schlafen** könne. Sie konnte es kaum glauben, dass „eine Creme“ ihr die **Lebensqualität zurückgegeben** hatte. Dazu muss man allerdings sagen, dass es nicht immer so schnell bergauf geht.

Weitere persönliche Geschichten

„Es wäre wünschenswert, wenn die sanfte Medizin als ideale Ergänzung in das bestehende Therapiekonzept integriert werden würde.“



Von Ödemen und Übergewicht befreit

Inge Weigand*, 50 Jahre, **nahm ständig an Gewicht zu**, seitdem sie von ihrem Gynäkologen ein Östrogenpflaster bekommen hatte. Es bestanden auch sichtbare Ödeme. Die Beine und Finger waren angeschwollen. Sie klagte, dass die Venenkrämpfe und Schmerzen zugenommen hatten, der Schlaf erheblich gestört war und Gelenkschmerzen im Handgelenk vorhanden waren. Sie hatte diese Beschwerden nicht mit den anderen in Zusammenhang gebracht. Hier dauerte es etwas länger, bis eine Besserung zu verzeichnen war, denn das Östrogen aus dem Hormonpflaster musste langsam ausgeschlichen werden. Begleitend bekam die Patientin die Progesteron-Creme. **Nach drei Monaten hatte sie bereits fünf Kilogramm abgenommen**. Sie konnte auch wieder gut durchschlafen und die Gelenkschmerzen waren ebenfalls verschwunden.



Künstliche Hormone konnten endlich abgesetzt werden

Bei Maria Sternbauer*, 37 Jahre alt, war **ein kleiner Knoten** in der linken Brust entdeckt und heraus operiert worden. Die Lehrerin hatte seit ihrem 14. Lebensjahr durchgehend die Pille genommen. Nach der Operation wurden ihr **künstliche Anti-Hormone** verschrieben, um einen Rückfall zu verhindern. Diese versetzten sie jedoch **vorzeitig und heftig in die Wechseljahre**. Durch die Progesteron-Creme, die sie auch heute noch verwendet, verschwanden die Beschwerden allmählich. Nach weiteren eineinhalb Jahren, in denen sie in vierteljährlicher gynäkologischer Kontrolle war, setzte sie die Antihormone aus eigenem Wunsch ab. Sie ist mittlerweile **seit über acht Jahren beschwerdefrei und ohne weitere Knoten in der Brust**.



Wie die Gebärmutteroperation unnötig wurde

Bei Karin Holl*, 55, wurde ein Myom in der Gebärmutter diagnostiziert, das angeblich auch auf die Blase drückte. Beim Husten und Niesen verlor sie manchmal tröpfchenweise Urin. Nun wollte man die **Gebärmutter entfernen**, wozu sie sich aber nicht entschließen konnte. Sie hatte Angst vor dieser Operation. Außerdem litt sie an Herzstolpern und anfallsweise auch an Herzrasen. Die Progesteron-Creme zeigte auch hier ihre Wirkung. **Innerhalb weniger Monate war die Blasenschwäche verschwunden** und die Rhythmusstörungen traten nicht wieder auf. Die jährlichen Kontrollen bei der Frauenärztin zeigten jeweils ein etwas kleineres Myom als auf den vorherigen Aufnahmen.



Schwindel und Depression gebannt

Marion Meerkamp*, 47, bekam vom Frauenarzt gegen ihre Wechselbeschwerden die „Dreimonatsspritze“, ein künstliches Hormon. Da sie außerdem an **Schwindelanfällen** und an **Depressionen** litt, wurde sie von einer Freundin in meine Praxis geschickt. Nach etwa zwei Monaten Therapie mit natürlichem Progesteron war sie beschwerdefrei. **„Mir ist es noch nie so gut gegangen“**, sagt sie heute.

Wer macht diese Therapie und was sind die neuesten Erkenntnisse aus der Forschung?

Wie viele Ärztinnen und Ärzte sich bisher mit der natürlichen Hormontherapie befasst haben, ist nicht bekannt. Da die Behandlung mit naturidentischen Hormonen derzeit nicht zur Standardtherapie gehört, bleibt es jeder Ärztin, jedem Arzt selbst überlassen, sich damit vertraut zu machen. Diese so hilfreiche Methode durch Bücher und Recherchen im Internet zu studieren und eventuell über einen Erfahrungsaustausch auch andere TherapeutInnen zu finden. Meine ganz persönliche Erfahrung ist, dass manche Ärzte, die damit behandeln, nicht wirklich an dieser so segensreichen Methode und an den Beschwerden der überwiegend weiblichen Patienten interessiert sind. Sie erklären nicht genug, geben keine schriftlichen Erklärungen zum Daheim-Nachlesen und zum Verstehen mit. Sie sind auch mit den eventuellen Problemen, die jeweils richtige Dosis zu finden, nicht vertraut. Zumeist haben sie viele andere Behandlungs-Favoriten. Übrigens: Auch bei **Frühaborten und vergeblichem Kinderwunsch** ist das naturidentische Progesteron das Mittel der Wahl, da die Plazenta erst ab dem vierten Monat genügend Progesteron herstellt, um die **Schwangerschaft zu erhalten**. Fragen Sie mal Frauen, die Kinder geboren haben, wann es ihnen während der Schwangerschaft so gut ging, dass sie Bäume ausreißen konnten. Auch die Haut war toll, die Haare ebenfalls. Über 90 Prozent werden Ihnen antworten: In der zweiten Hälfte, also so ab dem fünften/sechsten Monat. Hier ist der Progesteronspiegel 20 Mal höher als normalerweise!

Statement von Professor Dr. Johannes Huber, dem österreichischen Hormonspezialist „durch eine Progesteronsubstitution können nicht nur **depressive Verstimmungen**, sondern auch die prämenstruelle (= vor der Periode) **Migräne und manche Formen der Epilepsie** geheilt werden. Auch **Gelenkschmerzen**, die perimenopausal (= vor der Menopause) auftreten, können Ausdruck des sinkenden Hormonspiegels sein.“ Und weiter: „Der protektive (schützende) Effekt der Sexualhormone am Knochen, an der Haut, an den Haaren, an Sinnesorganen, Gedächtnisleistung und am Beckenboden, bzw. an der Blase ist bewiesen.“

Quelle: Update Fakt&Figures, Internationale Zeitschrift für ärztliche Fortbildung, Gynäkologie & Endokrinologie.

Neuere Studien mit naturidentischen Hormonen

Eine französische Hormon-Studie mit 54'000 Frauen zeigt, **dass es keinen Anstieg von Brustkrebserkrankungen gibt, wenn bei der Hormontherapie anstelle von künstlichen Hormonen natürliche Hormone gegeben werden**. Interessant sind auch die Erkenntnisse der Forscher über die Entstehung des Herzinfarktes bei Frauen. Während bis vor nicht allzu langer Zeit alle wissenschaftlichen Untersuchungen ausschließlich an Männern gemacht wurden, gibt es durch die vermehrten Forscherinnen nun auch Studien an Frauen. Diese fanden heraus, dass der Stoffwechsel von Frauen von dem Männlichen grundverschieden ist. So wird der Herzinfarkt bei Männern überwiegend durch verengte Arterien hervorgerufen, die durch Ablagerungen von Fetten im Körper entstehen. Bei Frauen hingegen wird der Infarkt überwiegend durch Spasmen, das sind Verkrampfungen in den Arterien, ausgelöst. **Progesteron kann diese Verkrampfungen verhindern und erweist sich somit auch als ein enormer Schutzfaktor vor Herzinfarkt und Schlaganfall bei Frauen**.

Buchempfehlungen der aromaveda GmbH mit ausführlichen Erläuterungen zu den einzelnen Beschwerdebildern



Dr. med. A.
Scheuerstuhl/ HP A. Hild

ISBN-NR.
978-3-89901-244-6



Dr. med. Michael E.
Platt

ISBN-NR.
978-3-86731-045-1

Nicht das Problem macht die Schwierigkeiten, sondern unsere Sichtweise