



Hormontest

Mit Hilfe eines Hormontest bzw. durch die Ermittlung einzelner Hormonwerte, ist es möglich, Defizite bzw. Überschüsse in der hormonellen Versorgung des Körpers aufzudecken und das hormonelle Gleichgewicht zu beurteilen. Im Falle einer bereits begonnenen oder langjährigen Hormonsubstitution dient eine Messung dazu, die Dosierung der angewandten Hormonpräparate, bzw. die Reaktion auf das körpereigene Hormonsystem zu kontrollieren.

Immer noch erfolgen die meisten Hormonanwendungen ohne jeglichen Test, weder vor noch während der Anwendung. Wir beobachten das vor allem bei Pillenverordnungen zur Empfängnisregelung, bei Hormonersatztherapien für Frauen in und nach den Wechseljahren oder bei Hormonbehandlungen in Kinderwunschzentren. Bei Schilddrüsen- und Diabetes-Patienten ist die mehrmalige Testung selbstverständlich. Warum gilt das nicht auch für andere Hormonpräparate? Wir empfehlen bei jedem therapeutischen Einsatz von Hormonpräparaten eine konsequente Überprüfung mittels Hormontest – vor allem, wenn es sich um verschreibungspflichtige Hormonpräparate handelt. Nur so kann sichergestellt werden, dass die Dosierung weder zu hoch noch zu niedrig ist.

Welche verschiedenen Arten von Hormontests gibt es?

Hormone unterscheiden sich sehr in ihrer Funktion, Struktur und Größe. Das erklärt, warum nicht alle Hormone mit den gleichen Messverfahren oder Messtechniken gemessen werden sollten. Grundlegende Unterschiede der Hormontest-Verfahren gibt es bei dem eingesetzten Probenmaterial. Hormone können aus folgenden Proben gemessen werden: Blutplasma, Blutserum, Speichel und Urin. Jedes Verfahren hat seine Vor- und Nachteile. Hier sind Therapeuten herausgefordert, zu differenzieren und genau zu überlegen, welche Fragestellung ein Test beantworten soll.

Die Testung im **Blutplasma** wird tendenziell eher im Klinik- und Forschungsbereich eingesetzt. Daher gehen wir hier nicht im Detail darauf ein. Dieser Test erfasst ähnlich wie der Speichelhormontest nur die tatsächlich aktiven „Freien Hormone“. Man braucht für die Abnahme immer eine medizinische Fachkraft. Im **Urin** finden wir überwiegend eine umgewandelte Form (einen Metaboliten) unserer Hormone. Nicht (mehr) benötigte Hormonüberschüsse werden so über die Nieren ausgeschieden. Rückschlüsse auf die tatsächliche Menge der Freien Hormone sind aus unserer Sicht schwer nachvollziehbar, weil zu viele Einflussmöglichkeiten eine Aussage erschweren.

Am gebräuchlichsten ist der Einsatz von **Blutserum** oder **Speichel** als Probenmaterial. Der nachfolgende Vergleich beschränkt sich daher auf verfahrensspezifische Besonderheiten dieser beiden Testmethoden.

Bluttest (Blutserum)	Speicheltest
ein großes Spektrum an Hormonen ist messbar	nur Hormone mit kleiner Molekülstruktur sind messbar
Probenentnahme nur in Praxen oder medizinischen Einrichtungen möglich	Probenentnahme von zu Hause aus durchführbar
Probenmaterial ist instabil und muss umgehend gekühlt werden	Probenmaterial bleibt mehrere Wochen ohne Kühlung stabil
Durchführung ist mit Testautomaten möglich	die Durchführung ist schmerzfrei
inaktive und aktive Hormone werden in einem Wert erfasst (ohne Differenzierung)	es werden ausschließlich die freien, aktiven Hormone gemessen
mehrmalige Blutabnahme (Pooling mehrerer Proben) in einem Zeitraum von 1,5-2 Stunden in nüchternem Zustand ist schwer umsetzbar	Hormonbereiche, die einer bestimmten Rhythmik folgen, können sichtbar gemacht werden (z.B. in der Schwangerschaft, beim Cortisol-Tagesprofil, beim weiblichen Zyklus)
Pflanzliche Hormonimpulse oder behutsame Dosierungen sind kaum oder nicht erkennbar	auch niedrig dosierte Hormonanwendungen werden sichtbar
	Die Unterdrückungseigenschaft körperfremder Hormonarten auf die körpereigenen Hormone ist gut zu erkennen
	Hormonimpulse über Nahrungsmittel sind im Speicheltest nachweisbar (z.B. Schokolade, Eier, Milch, manche Nüsse oder Öle)
für Hormonstudien teilweise ungeeignet	der Test ist bestens geeignet für Studien und Anwendungskontrollen
	nicht alle Praxen haben Erfahrung mit der Testdurchführung
Kosten werden von den meisten Krankenkassen übernommen	Kosten werden nicht von allen Krankenkassen übernommen

Welches Testverfahren im Einzelfall optimal ist, sollte mit einer betreuenden Fachkraft besprochen werden. Für die Messung der aktiven, „freien“ Steroidhormone bevorzugen wir in den meisten Fällen den Speicheltest. Es gibt aber auch spezielle Fälle, in denen eine Testung aus Blutserum angebracht ist.

Quelle: hormonselbsthilfe.de