

Präventivmedizin

Teil 6: Diagnose und Therapie bei hormoneller Schwäche

von
Ursula Erbacher

Nicht erst bei Symptomen, die auf hormonellen Mangel hinweisen, sondern spätestens ab dem 45. Lebensjahr sollten Blutbestimmungen der wichtigsten Hormone erfolgen. Wichtig ist dabei, die physiologische Bandbreite der Werte, den generellen Abfall im Alter sowie die Balance der Gegenspieler zu berücksichtigen. Nicht jeder abweichende Wert bedeutet Krankheit, nicht jeder Normwert bedeutet Gesundheit. Vielmehr sind Untersuchungswerte immer im Zusammenhang mit der klinischen Symptomatik zu sehen.

Therapie

Eine Hormon-Substitutions-Therapie ist immer streng zu indizieren. Neben spezifischen Wirkungen ist stets auch mit Nebenwirkungen und teilweise erheblichen Risiken zu rechnen, daher muss eine solche Therapie engmaschig kontrolliert werden.

Im Sinne einer hormonellen Grundregulation bieten sich die von Franz RIEDWEG entwickelten phytotherapeutischen Substanzen an. Je nach individueller Situation empfiehlt sich über einen Zeitraum von mindestens sechs Monaten folgendes Grundregulationsschema:

Der Reihe nach jeweils 3x40 Tropfen folgender Mittel von Steier

Pharma verordnen:

1. Phytocortal: zur Aktivierung von Cortisol über die Nebennierenrinde
2. Phyto-Hypophyson C: zur Aktivierung der Hypophyse und Bildung von Gonadotropin, auch zur Gonadenaktivierung
3. Phyto-Hypophyson L: zur Aktivierung des lymphatischen Systems (wichtig im Sinne Pischingers)

Zu Beginn sind zur unterstützenden Leberentgiftung Mariendistelpräparate oder Hepabolan (Trust Alsan) sinnvoll. Grundsätzlich sollte eine Dauereinnahme von Vitaminen, Mineralien, Spurenelementen erfolgen.

Besonders bei geschlechtsspezifischer Hormonschwäche lässt sich mittels Phytoöstrogenen (Isoflavone z.B. aus Soja, Rotklee, Traubensilberkerze, Jam-Wurzel) eine Regulierung erzielen. Dabei ist wichtig, die Darm- und Lymphaktivität zu unterstützen.

Bei gestörtem Schlaf infolge Melatonin-Mangel sind spagyrische Zubereitungen hilfreich. Hier werden vorwiegend die Tag- und Nachtkräfte durch Sonnen- und Mondmittel, wie Aurum- und Cuprumaufbereitungen verabreicht.

Phytoöstrogene

Nach der abgebrochenen »Jama-Studie« zur Östrogen-Ersatz-Therapie werden wir in der täglichen Praxis oft zu Alternativen befragt. Im Besonderen haben sich pflanz-

liche Isoflavone als Östrogen-Ersatz einen Platz erobert. Phytoöstrogene sind Substanzen, die in Pflanzen in Form von Isoflavonen, Cumestanen oder Lignanen vorkommen, dem Human-Östrogen chemisch ähnlich sind und östrogenartige Wirkungen haben.

Im Darm werden Isoflavone in die östrogenwirksamen Verbindungen Genistein und Daidzein umgewandelt. Weiterhin entstehen aus inaktiven Lignan-Enterodiol und Enterolaktone. Diese Metabolite werden schnell resorbiert und hauptsächlich renal ausgeschieden.

Eigenschaften von Isoflavonen:

- Senkung des Karzinom-Risikos in Mamma und Ovar
- antioxidative Wirkung
- Reduktion klimakterischer Beschwerden (z.B. Hitzewellen)
- Prävention von Osteoporose
- Gefäßtonisierende Wirkung
- Prävention von Arteriosklerose
- Stimmungsaufhellung im Klimakterium
- Verbesserung der Vaginalfeuchte

Ergänzende präventivmedizinische Therapieansätze

Modifiziertes Mayr-Fasten

Einen starken Impuls zur Zellregeneration gibt das »Milch-Semmel-Fasten« nach Franz Xaver MAYR. Es wirkt regenerativ auf alle Zellen, das Immun- und vor allem das Hormonsystem. Die Patienten fühlen sich nach zwei bis vier Wochen Kur leistungsfähiger, konzentrierter und jünger. Mit Geduld und engmaschiger Begleitung lassen sich diese Heilfastenkuren auch ambulant durchführen. Dabei ist nicht nur die Entlastung über den Darm mittels Bittersalz und Darm-Massagen wichtig, sondern auch die Kauschulung und Entsäuerung durch basische Getränke.

Traditionelle Chinesische Medizin

Nach der chinesischen Lehre bereitet die Erschöpfung des Yin in Niere und Leber den Boden für Hitzewellen im Klimakterium. Nacht-

schweiß wird als klassisches Symptom des Yin-Mangels bewertet. Hitze oder ein unbändiges Yang fluten dann ungehindert nach oben und lösen die heißen Wellen im Kopf- und Brustbereich aus. Übrigens auch bei Männern, nur abgeschwächer.

Bei einer zusätzlichen Stagnation der Lebensenergie Chi in der Leber mit Anspannung und Stress werden die Symptome noch stärker. Tagesschweiß ist ein Hinweis auf Yang-Chi-Schwäche. Die Folge ist zusätzliche Erschöpfung des Nieren-Yang.

Die TCM sorgt frühzeitig dafür, dass nicht zuviel Kräfte-Verluste durch scharfe Gewürze, Kaffee, Alkohol, Rauchen und Anspannung entstehen.

Ernährung: Die Süßkartoffel schafft Kraft in der Mitte und baut gleichzeitig das Nieren-Chi wieder auf. Schwarze Bohnen, Mungosprossen und -bohnen sowie alle Sojaprodukte und Aloe-Vera-Saft führen der Niere Yin-Energie und Chi-Essenz zu. Um die Milz zu stärken, wird Hirse empfohlen.

Flankierende Maßnahmen

Bewegung, (z.B. Schwimmen, ausdauernde Spaziergänge, Waldläufe, Nordic-Walking), Kneippgüsse, vitalstoffreiche Ernährung und ein aufbauender Freundeskreis sind weitere hilfreiche Begleiter durch die »herbstlichen Jahre« von Frauen und Männern.

Kasuistiken

Fotografin, 51 Jahre,

kam zu uns wegen Schlafstörungen, Tachykardien und schmerzhafter Penetration mit begleitendem vaginalem Pruritus. Die Patientin hatte noch Menstruationsblutungen, allerdings einen recht unregelmäßigen Zyklus. Zeitweilig klagte sie über Hitzewallungen.

Die Hormondiagnostik zeigte das Klimakterium an. Wir verordneten Phytoöstrogene aus Soja (z.B. 1x100 mg Isomex von Vitasan-Gesundheitsmittel) in Verbindung

mit stärkenden Mikronährstoffen (z.B. Optimum Health und Mineral Complex von Vitasan-Gesundheitsmittel). Zusätzlich sollte die Patientin zweimal wöchentlich das Vaginal-Gel Phyto-Soja (Arkopharma) einführen. Schon nach einer Woche gab die Patientin an, der Juckreiz sei verschwunden und die Schlafstörungen deutlich besser. Nach drei Monaten Therapie waren sämtliche Beschwerden nicht mehr vorhanden. Die Therapie macht die Patientin weiter, weil sie begeistert ist, vor allem wieder sexuell aktiv sein zu können.

Laborantin, 44 Jahre,

kam wegen migränerartiger Kopfschmerzen und depressiver Verstimmung in die Praxis. Die leicht adipöse Patientin kannte bisher kaum Kopfschmerzen. Ihr Menstruationszyklus sei immer schon recht unregelmäßig gewesen und äußerst schmerzhaft.

Seit neun Wochen blieb ihre Blutung aus. Blutdiagnostisch war der Beginn des Klimakteriums deutlich. Daher verordneten wir täglich Isomex (Vitasan Gesundheitsmittel), 1x100 mg vor dem Essen. Begleitend dazu machten wir eine Kopfmassage und wir schröpften anschließend blutig im Lumbal- und Nackenbereich (Adlerpunkt), insgesamt viermal im Abstand von einer Woche. Nach neun Tagen setzte die Menstruation ein. Damit verschwand die depressive Verstimmung. Die Kopfschmerzen waren nach drei Wochen deutlich geringer und nach sieben Wochen vollkommen verschwunden. Das Phyto-Soja Isomex nimmt die Patientin mit täglich 1 x 100 mg Kapsel weiter.

Zahnärztin, 52 Jahre,

besuchte unsere Praxis wegen unklarer Unterleibsbeschwerden mit rezidivierenden vaginalen Entzündungen. Die sonst dynamische Frau klagte unter Energiemangel mit Schlafstörungen. Der letzte Zyklus trat vor drei Jahren auf. Als junge Frau hatte sie unter häufigen Bronchitiden zu leiden, die jeweils

antibiotisch behandelt wurden.

Die Stuhlanalyse ergab ein Leaky-Gut-Syndrom bei einem entzündlich geschwächten darmassoziierten Immunsystem. Neben täglich Unizink 10 mg (Köhler) und Regazym 3x2 zum Essen (Syxyl) erhielt die Patientin 1x100 mg Isomex (Phyto-Östrogene von Vitasan Gesundheitsmittel) und probiotisches Enterogenic Concentrate (Vitasan Gesundheitsmittel), zweimal täglich.

Nach einer kurzfristigen Erstreaktion mit vermehrter Flatulenz und einer leichten Bronchitis fühlte sich die Patientin nach vier Wochen leistungsfähiger, auch die Schlafstörungen ließen nach. Die Vaginal-Infekte verschwanden. Isomex nimmt sie weiterhin ein und fühlt sich damit vital und kraftvoll.

Literatur:

Alberts, Johnson, Lewis, Raff, Roberts, Walter: Molekularbiologie der Zelle, 4. Auflage, Wiley-Vch, Weinheim, 2004
Biesalski, Konrad, Köhrle, Schümann: Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe – Prävention und Therapie mit Mikronährstoffen, Thieme, Stuttgart 2002
Drapier-Faure, Evelyne: Die Isoflavone des Soja, Arkopharma
Forth, W., Henschler, D., Rummel, W.: Allgemeine Pharmakologie und Toxikologie, Urban & Fischer Verlag
Gessner, Orzechowski: Gift- und Arzneipflanzen in Mitteleuropa, Carl Winter Universitätsverlag, 3. Auflage 1974
Kafka, Andrea: Wechseljahre – Wandeljahre, Joy Verlag 2003, Sulzberg, 1. Auflage
Kübler/Cremer/Hötzel/Kühnau: Biochemie und Physiologie der Ernährung, Thieme Verlag, Stuttgart 1980
Niestroj, Irmgard: Praxis der Orthomolekularen Medizin, Hippokrates Verlag, Stuttgart, 2. Auflage 2000
Rauch, Erich: Blut- und Säftereini-gung, Haug Verlag, 16. Auflage 1983
Riedweg, Franz: Hormonmangel, Sonntag, Regensburg 1987

Verfasser:

Ursula Erbacher, Heilpraktikerin
Sudetenstr. 15, 61137 Schöneck
Tel.: (06187) 4062
Ursula-Erbacher@web.de

Dr. Peter Rosler
Vitatest Institut
Am weißen Haus 10
97772 Wildflecken
Tel.: (09745) 91910
www.vitatest.de
rosler@vitalan.de