

Natürliche Hormonregulationstherapie bei Männern und Kindern: Fünf Fragen – fünf Antworten

Expertin: Diplom-Biologin Christiane Pies

Terminhinweis:

Vortragsreihe „Körper & Psyche“: Sind Hormone Frauensache? Möglichkeiten der Hormonregulation bei Männern und Kindern

Samstag, den 5. Mai 2018, 10 bis 10.45 Uhr, Raum 3, AREAL BÖHLER, Düsseldorf

Welche Gründe haben Störungen des hormonellen Gleichgewichts? Nehmen diese zu?

Christiane Pies: Stress trägt aktuell erheblich zu hormonellen Störungen bei. Unsere Stressbelastung nimmt aufgrund einer höheren Arbeitsverdichtung zu. Aber auch psychische Probleme tragen dazu bei und haben Auswirkungen auf unser Hormonsystem.

Bei Stress produziert der Körper vermehrt das Hormon Cortisol, es wird in der Nebenniere gebildet und dient dazu, uns unter anderem Glukose – also Zucker – bereitzustellen, denn Stress braucht viel Energie. Bei einer dauerhaften Belastung kann die Nebenniere „ermüden“ und die Versorgung mit Cortisol nicht mehr gewährleisten. Bei chronischem Stress fällt der Stresshormonpegel schließlich unter den normalen Wert ab. Der Körper registriert den Cortisolmangel und versucht den Bedarf anderweitig zu decken. Das tut er bei Erwachsenen, indem er sich bei anderen Hormonen wie dem Sexualhormon Progesteron bedient und es in Cortisol umwandelt. Das fehlt dem Körper dann an anderer Stelle. So entsteht schnell ein Ungleichgewicht, das zu körperlichen und psychischen Beschwerden führt.

Hormonell verursachte Probleme bei Männern? Welche gibt es und wie äußern sich diese?

Christiane Pies: Wenn wir bei Stress als Auslöser eines hormonellen Ungleichgewichts bleiben, ist das natürlich auch ein „Männerproblem“. Ein Cortisolmangel kann bei Männern zu einem Absinken des Testosteronspiegels führen. Neben Müdigkeit, Erschöpfung und Energiemangel kommt es zu Potenzproblemen, Libidoverlust und einer Abnahme der Muskelmasse und -kraft.

Darüber hinaus begünstigt Stress einen ungesunden Lebensstil. Übergewichtige Männer bilden in ihrem Fettgewebe das männliche Hormon Testosteron in das weibliche Östrogen um. Die Folgen sind dann Gewichtszunahme und Prostataprobleme. Auch Alkohol wirkt sich ungünstig auf den Hormonhaushalt aus, da es diese Umwandlung noch verstärkt.

Hormonell verursachte Probleme bei Kindern? Welche gibt es und wie äußern sie sich?

Christiane Pies: Auch bei Kindern nimmt der Stress immer mehr zu: Leistungsdruck in der Schule, intensive Mediennutzung, wenig Schlaf und eine unausgewogene Ernährung können dafür sorgen, dass manche Kinder nicht mehr in der Lage sind, genug Cortisol für die Anforderungen des Tages zu produzieren. In der Folge kommt es zu Störungen im Glukosestoffwechsel, der sich in Konzentrationsschwierigkeiten oder Gewichtsproblemen äußern kann. Manche Kinder kompensieren ihren Glukosemangel dadurch, dass sie vermehrt Süßigkeiten essen. Andere

werden infolge einer Unterzuckerung unruhig und mitunter auch aggressiv. Das liegt daran, dass der Körper vermehrt Adrenalin ausschüttet, um den Energiemangel zu kompensieren.

Wie kann man den Hormonspiegel im Körper messen?

Christiane Pies: Hormone lassen sich über eine Blutuntersuchung, aber auch im Speichel messen. Die Hormonbestimmung aus Speichel ist besonders aussagekräftig, da hier der freie, biologisch aktive Anteil der Hormone ermittelt wird. Im Rahmen einer Blutuntersuchung wird die Gesamtmenge der Hormone bestimmt. Allerdings ist ein Großteil der Hormone an verschiedene Eiweiße gebunden und dadurch biologisch inaktiv. Vergleicht man die Ergebnisse der beiden Analysearten, wird deutlich, dass die Messung der freien Hormone im Speichel stark mit den Symptomen der Patienten korreliert. Die Hormonwerte im Speichel eignen sich daher besser für eine angemessene Therapieplanung.

Wo setzt die natürliche Regulationstherapie an?

Christiane Pies: Im Rahmen der natürlichen Regulationstherapie wird die körpereigene Hormonausschüttung reaktiviert und die Synthesewege der Hormone mit einbezogen. Dabei werden die für die Hormonproduktion verantwortlichen Bereiche des menschlichen Körpers, wie Hypophyse, Nebenniere, Bauchspeichel- und Schilddrüse, Hoden oder Eierstöcke, nicht unabhängig voneinander betrachtet, sondern als sich gegenseitig beeinflussendes System verstanden.

Für eine erfolgreiche Behandlung ist es wichtig, die Konzentration der einzelnen Hormone im Körper immer in Bezug zu Alter, Gewicht und den vorliegenden Symptomen zu setzen. Auch eine Veränderung der Lebensumstände kann bei der natürlichen Regulationstherapie eine entscheidende Rolle spielen: Ausreichender Schlaf und eine gesunde Ernährung helfen den Hormonen, im Gleichgewicht zu bleiben. Sollte eine Therapie mit Hormonen erforderlich sein, können Behandler bei einer natürlichen Hormontherapie bioidentische (körpereigene) Hormone in einer nicht verschreibungspflichtigen homöopathischen Zubereitung D4 einsetzen. Da diese sehr gut über die Haut und Schleimhaut aufgenommen werden, reichen kleinste Mengen in Form von Cremes oder Globuli aus, um eine spürbare Besserung der Beschwerden zu erzielen.



Zur Person:

Diplombiologin Christiane Pies studierte Biochemie, Mikrobiologie und Zoologie. Sie forschte über immunologische Fragestellungen und ist seit 24 Jahren verantwortliche Leiterin der Mikrobiologie im Labor Dres. Hauss. Ihr Schwerpunkt liegt auf endokrinologischen Laboruntersuchungen und der Beratung von Therapeuten zur natürlichen Hormonregulationstherapie. Christiane Pies ist Autorin zahlreicher Veröffentlichungen im In- und Ausland.

Weitere Informationen finden Sie unter www.hauss.de.