

Die Natürliche Hormon-Ersatz-Therapie

Hormone sind die Botenstoffe, mit denen die Körperzellen untereinander kommunizieren. Ihre Ausschüttung wird durch das Gehirn kontrolliert. Sie werden über die Blutbahn zu jeder einzelnen Körperzelle transportiert, wo sie hoch spezialisierte Wirkungen entfalten. Am bekanntesten sind die Schilddrüsenhormone, die Stresshormone und die Sexualhormone. Im Laufe des Lebens nimmt die Ausschüttung der Hormone ab. Die Haut wird weniger elastisch, Falten entstehen, die Haare verlieren an Fülle und Farbe. Knochensubstanz geht verloren, schmerzhafte Gelenkveränderungen treten auf, das Bindegewebe wird schwächer. Die Muskelkraft nimmt ab und das Fettgewebe nimmt zu. Das Immunsystem verliert an Wirkung. Das sexuelle Interesse nimmt ab, depressive Stimmungen nehmen zu.

Wechseljahrstees aus Schafgarbe, Salbei und Frauenmantel sollen bei leichten Beschwerden hilfreich sein. Bei stärkeren Symptomen ist die Natürliche Hormon-Ersatz-Therapie das Mittel der Wahl.

Foto: Imago

► Die konventionelle Therapie

Noch bis vor wenigen Jahren schienen diese Veränderungen schicksalhaft zu sein. Doch seit den 90er Jahren gibt es erhebliche Fortschritte in der Forschung mit der Erkenntnis, dass diese Abbauprozesse nicht nur verlangsamt, sondern sogar umgekehrt werden können. Heute gibt es therapeutische Möglichkeiten, auf hormoneller Ebene nahezu nebenwirkungsfrei zu behandeln und damit das Wohlbefinden und die Krankheitsrisiken des Alters wesentlich zu verbessern. Erstmals ist es möglich, einen signifikanten Unterschied zwischen chronologischem und biologischem Alter herzustellen.

Durch die Pharmaindustrie sind zahlrei-

che **Medikamente mit hormonähnlicher Wirkung** entwickelt worden, die einerseits eine komfortable Empfängnisverhütung ermöglichen, andererseits die Wechseljahresbeschwerden lindern sollten. Leider hat sich die Zahl der Krebserkrankungen unter dieser Pharmakotherapie erheblich erhöht, sodass die Therapie mit diesen Pharmaka inzwischen zu Recht in die Kritik geraten ist. Wenn man der Logik folgt, führt zunehmendes Alter zu einer Abnahme der körpereigenen Hormone und eine Abnahme der körpereigenen Hormone verursacht Alterungsprozesse. Deshalb kann ein Ersatz dieser körpereigenen Hormone den Prozess des biologischen Alterns aufhalten beziehungsweise sogar umkehren.

► Die natürliche Behandlung

Richtungsweisende Überlegungen hat der Pionier auf diesem Gebiet, Dr. John Lee, in den USA angestellt. Dr. Michael Platt, ebenfalls aus den USA, hat um die gleiche Zeit ebenfalls erste Erfahrungen mit **naturidentischem Hormonersatz** gesammelt und ist Begründer der Anti-Aging-Medizin. Wesentlicher Kern ist die Erkenntnis, dass nur die körpereigenen „Original“-Hormone nebenwirkungsfrei eingesetzt werden können, wogegen die von der Pharmaindustrie hergestellten chemischen Abwandlungen zu den Behandlungsrisiken führen. In der Natur vorkommende Stoffe können nicht patentiert werden, deshalb „erfinden“ die Pharmafirmen künstlich hergestellte Substanzen, die eine Wirkung in der gewünschten Richtung haben.

Abgesehen von künstlich synthetisierten Pharmaka gibt es auch Naturstoffe, die eine hormonähnliche Wirkung haben, zum Beispiel Traubensilberkerze, Soja, Rotklee oder Yamswurzelextrakt. Diese Stoffe sind keine **naturidentischen Hormone**, sondern zählen ebenfalls zu den Medikamenten mit hormonähnlicher Wirkung, auch wenn sie aus Naturstoffen beziehungsweise Pflanzen hergestellt werden. Bei der **Natürlichen Hormon-Ersatz-Therapie** (NHET) geht es also darum, den Hormonmangel, der

zu Beschwerden führt, mit **naturidentischen Hormonen** zu behandeln. Die wichtigsten hierbei betrachteten Hormone sind das Progesteron, das Testosteron, das Östriol und das Östradiol sowie die Schilddrüsenhormone, aber auch Insulin, Melatonin, Cortison und Adrenalin.

Von unabdingbarer Wichtigkeit ist dabei, dass die physiologische Bedeutung der Hormone beachtet und die hormonelle Balance wiederhergestellt wird. Östradiol und Insulin sind beispielsweise mit schädlichen Wirkungen behaftet – Östradiol kann sechs verschiedene Krebsarten verursachen; Insulin verursacht Fetteinlagerung, Cholesterinanstieg und Gefäßschäden.

Wesentliche Voraussetzung für die Anwendung der NHET ist zunächst eine genaue Anamnese und Beschreibung der Beschwerden. Dann ist eine umfassende medizinische Untersuchung einschließlich Blutuntersuchung zur Bestimmung der Hormonspiegel erforderlich. Basierend auf diesen Befunden wird dann die Indikation zur NHET gestellt. Ziel ist es dabei, die Beschwerden zu beseitigen, und nicht etwa, nur Laborwerte zu behandeln!

Hormone können dem Körper auf unterschiedliche Weise zugeführt werden. Gut dosierbar und einfach in der Anwendung sind Zubereitungen als Cremes, die auf die Haut oder Schleimhaut aufgetragen werden. Die Einnahme als Tablette oder Kapsel ist ebenfalls möglich, wobei eine Zubereitung gewählt werden sollte, die zu einer Aufnahme bereits aus dem Magen führt. Pionierarbeit bei der Entwicklung hat der deutsche Gynäkologe Volker Rimkus geleistet, der eine Kapsel entwickelt hat, deren Einnahme zu einer möglichst guten direkten Aufnahme aus dem Magen führt. Konventionelle Präparate haben hier den Nachteil, dass die Hormone aus dem Darm resorbiert werden, was einen raschen Abbau in der Leber zur Folge hat und damit Nebenwirkungen verursacht. Je nach Beschwerdebild wird hier also eine langfristige Behandlung sinnvoll sein, die den Mangelzustand in der Menopause beziehungsweise der Andropause und gegebenenfalls danach mit naturidentischen Hormonen ausgleicht. Die Erfolge sind häufig verblüffend!

*Dr. med. Christian Petersohn
(Facharzt für Allgemeinmedizin,
Naturheilverfahren, Homöopathie,
Psychotherapie in Düsseldorf)*

