







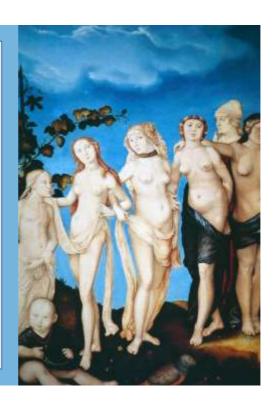
Δ

Häufige hormonelle Leiden in der Naturheilpraxis:

- Schilddrüsenleiden
- Zyklusstörungen
- Prämenstruelles Syndrom
- · Ungewollte Kinderlosigkeit
- Myome und Zysten
- Mastopathie & Brustkrebs
- Verfrühte oder erschwerte Wechseljahre

Fazit: Die Zunahme hormoneller Erkrankungen erklärt sich durch die zunehmende Belastung der Umwelt mit hormonaktiven Chemikalien (vergleiche hierzu Schlumpf & Lichtensteiger: Hormonaktive Chemikalien, 2000).

Merke: Pubertät & Wechseljahre sind keine hormonellen Erkrankungen, sondern Umstellungsphasen mit natürlichen hormonellen Schwankungen.



5



WAS BEDEUTET PHYTO-SERM?

SERM = Selektive Estrogen Rezeptor Modulatoren

Phyto-SERM interagieren mit den Östrogenrezeptoren und vermitteln Teilfunktionen der >echten< Hormone.

Phyto-SERM erhöhen nicht die Östrogene im Blut!

Phyto-SERM interagieren bevorzugt mit Beta-Estrogen-Rezeptoren, die entzündungshemmende und tumorwachstumshemmende Effekte vermitteln.

Phyto-SERM wirken mindestens 100 bis 1000 mal schwächer als >echte< Östrogene.

Phyto-SERM blockieren Hormonrezeptoren, so dass viel stärkere hormonartige Problemstoffe, auch Xenoestrogene oder >hormonelle Disruptoren< genannt, dort nicht mehr angreifen können!



7



Fünf Argumente contra Soja

- > Möglich ist eine Kreuzallergie zur Birke.
- ➤ Soja ist ein Mastfutter für Tiere.
- ➤ Soja blockiert die Schilddrüse.
- ➤ Die meisten Mitteleuropäer können die hormonartigen Inhaltsstoffe nicht verwerten, bzw. im Darm in wirksame Formen überführen.
- ➤ Soja hilft je nach Studie kaum oder gar nicht bei Wechseljahresbeschwerden.

Wichtig: Als Nahrungsmittel zugeführt ist Soja jedoch harmlos und auch bei Brustkrebs völlig unbedenklich. Soja senkt Cholesterin und Blutfette und schützt Herz und Knochen.







Hopfen (Humulus lupulus)

Die östrogenähnliche Wirkung zeigt sich durch Zwischenblutungen der Hopfenpflückerinnen und durch Triebdämpfung der männlichen Erntehelfer. Bei hochdosiertem Dauergenuss regt Hopfensaft das Brustdrüsenwachstum an.

Wir nutzen die hormonartige Wirkung von Hopfenextrakten zum Aufbau der Gebärmutterschleimhaut bei Kinderwunsch schwach blutender Frauen.



11

Hopfen (Humulus lupulus)

"Der Hopfen enthält, zumal im ganz frischen Zustand, pflanzliche Hormone, die den Östrogenen entsprechen, und zwar in recht erheblicher Menge." (Rudolf Fritz Weiß: Lehrbuch der Phytotherapie)

Hopfen:

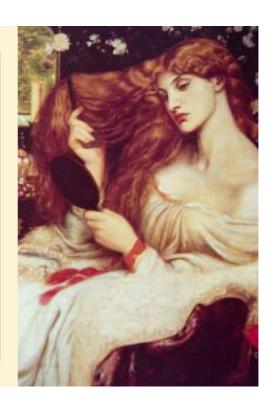
- ... enthält 8-Prenylnaringinin mit Östradiol ähnlicher Wirkung
- ... wirkt Trieb dämpfend auf Männer und macht Frauen lustig
- ... fördert die Regelblutung (wirkt im Sinne der TCM "Blut aufbauend")
- ... pflegt in Form von Vaginalgels die Scheidenhaut
- ... kräftigt die Haare als >Bier-Ei-Schampoo<



Bier-Ei-Schampoo

- > 1 Glas gehopftes Bier (siehe Banderole)
- ➤ 1 Bio-Eigelb
- > 2 bis 3 Tropfen ätherisches Rosengeranienöl
- ➤ 1 bis 2 TL Buchsbaumblätterextrakt (sofern vorhanden)

Zubereitung: Mit der gleichen Menge warmem Wasser auffüllen und in einem Messbecher alles miteinander verquirlen. Dann wie ein Schampoo ins nasse Haar einmassieren, kurz einwirken lassen und dann gründlich ausspülen. Damit das Haar kämmbar wird und schön glänzt, empfiehlt sich eine Spülung mit 1 – 2 EL Bio-Apfelessig auf 1/2 Liter warmem Wasser.



13



Salbei (Salvia officinalis)

"Warum stirbt denn der, dem Salbei wachset im Garten?" Antwort: "Weil gegen den Tod im Garten kein Kraut gewachsen ist." (Lehrvers der Schule von Salerno, 11. JH)

Salbei enthält östrogenähnliches Salviol und beta-Sitosterol.

Praxistipp:

⇒ Salbei-Essig-Abreibungen: Zirka 7 Tage lang Salbei in Bio-Apfelessig ausziehen, dann 1 EL auf einen feuchten Schwamm geben und die schwitzigen



Schweißhemmender Kräutertee: Hopfenzapfen / Salbeiblätter / Walnussblätter zu gleichen Teilen mischen, 2 TL pro Tasse à 200 ml heiß überbrühen, etwa 5 bis 8 Min. ziehen lassen, abseihen, 2 – 3 Tassen täglich trinken.



Silberkerze (Cimicifuga racemosa)

Cimicifuga-Extrakte

- ... enthalten keine Phytoöstrogene!
- ... interagieren nicht mit den Östrogenrezeptoren!
- ... erhöhen nicht den Östrogenspiegel im Blut!
- ... reduzieren Hitzewallungen und Schweiße über den Hypothalamus.
- ... beeinflussen den Serotoninspiegel positiv
- ... greifen an den Opiatrezeptoren im ZNS an
- ... reduzieren Hitzewallungen um über 50%!
- ... beginnen etwa zwei Wochen nach Einnahmebeginn zu wirken.
- ... verlängerten laut einer Studie die Überlebensdauer von austherapierten Brustkrebspatientinnen! (vgl. Henneicke von Zeppelin et al. 2007)





Studienergebnisse zu Rhapontikrhabarberwurzelextrakt (zitiert nach P. W. Heger, Zeitschrift für Phytotherapie 6/2010)

"Dies zeigt, dass Hitzewallungen durch ERr 731 stärker reduziert werden dürften als durch eine niedrig dosierte Hormontherapie ..."

"Zu Beginn hatten alle Frauen im Durchschnitt 12 Hitzewallungen pro Tag. Nach 12 Wochen ... durchschnittlich noch 2,8 Hitzewallungen pro Tag (unter Plazebo waren es 11,4)"

"Weitere typische Wechseljahresbeschwerden, insbesondere Angst, depressive Verstimmungen und Schlafstörungen wurden auf ein Minimum reduziert."

Wichtig: Die Einnahme von ERr 731 hatte keinen Einfluss auf den Östrogenspiegel im Blut, auf die Leberwerte, auf die Gebärmutterschleimhaut, auf das Körpergewicht oder auf den Blutdruck! Vermutet wird eine Schutzwirkung der Stilbenderivate vor Brustkrebs!







Fazit: Wir müssen keine Angst vor Pflanzenhormonen haben, sondern vielmehr vor den unzähligen hormonaktiven Chemikalien, die derzeit in Umlauf sind!

