



clinicum st. georg
BAD AIBLING

DR. DOUWES

informiert!

Progesteron das bedeutende Hormon für Frauen und Männer

Progesteron ist bekannt als unser beruhigendes, stimmungs-, schlaf-, libido- und knochenförderndes Hormon. Was viele Männer nicht wissen, ist, dass Progesteron als Vorstufe in unserem Körper fungiert, um Testosteron zu bilden, und gleichzeitig als ausgleicher wirkt, um Östrogen zu senken. Mit zunehmendem Alter der Männer beginnt der Progesteron Spiegel sinken. Bei Männern beginnt die natürliche Produktion der Hormonproduktion der Hoden und Nebennieren mit zunehmendem Alter abzunehmen und kann somit nicht nur zu einem Progesteron Mangel führen, sondern auch zu einem Ungleichgewicht von vermindertem Testosteron und einem erhöhten Östrogen führen. *Das Gleichgewicht zwischen Testosteron, Progesteron und männlichem Östrogen ist der Schlüssel zur Gesundheit.*

Die Symptome eines Progesteron-Ungleichgewichts sehen dem Testosteron-Mangel sehr ähnlich:

- Verminderter oder Energiemangel
- Abnahme der Libido oder des Sexualtriebs
- Schwierigkeiten bei der sexuellen Erregung mit schwächeren Erektionen
- Erektile Dysfunktion
- Kognitive Einschränkungen
- Gewichtszunahme
- Osteoporose
- Haarverlust bzw. dünnes Haar

Testen auf Progesteron-Imbalance

Im Clinicum St. George ist uns die Bedeutung, die dieses Hormon für den Körper haben kann bekannt. Wir haben einen Vertrag mit mehreren zertifizierten Labors abgeschlossen, um jederzeit innovative Testoptionen bereit stellen zu können. Dies hilft uns, eine Progesteron-Imbalance präzise diagnostizieren zu können.

Behandlung der Progesteron-Imbalance

Die gute Nachricht ist, dass Progesteron-Ungleichgewicht gut behandelt werden kann. In dem Clinicum St. Georg gibt es neben Onkologie und Infektiologie mehrere spezialisierte Abteilungen (hauptsächlich Lyme und Koinfektionen). Außerdem haben wir eine auf Hormone spezialisierte Ambulanz, die auch auf bioidentische männliche Hormonersatztherapie, Anti-Aging- und Age-Reverse Alterumkehr bzw.



Rückgängigmachung) spezialisiert ist. Ziel unseres Behandlungsplans ist es, das Gleichgewicht der Hormone wiederherzustellen, um Vitalität und Gesundheit zu verbessern. Durch die Wiederherstellung des Gleichgewichts zwischen allen Hormonen wie Testosteron, Östrogen, Progesteron, Cortisol und Schilddrüse im Körper können Symptome gelindert und sogar beseitigt werden. Optimale Progesteron Spiegel senken auch gesundheitliche Beschwerden wie Prostatitis, Angstzustände, Entzündungen, Fettstoffwechsel, Libido, erhöhter Blutzucker, Osteoporose und Schlaflosigkeit.

Wenn man an Progesteron denkt, denken viele, dass es ein rein weibliches Hormon ist. Falsch! Auch Männer brauchen Progesteron. WARUM?

- Progesteron hilft, die Wirkung von Östrogen zu kontrollieren, um sowohl Männer als auch Frauen zu schützen.
- Progesteron schützt, wenn Männer älter werden.
Deren Fortpflanzungsorgane vor den nachteiligen Auswirkungen übermäßigen Östrogens.
- Progesteron hilft bei der Bekämpfung des „Bierbauch“, und das darin gebildete Östrogen zu neutralisieren.
- Progesteron hilft Männern auch dabei, ihre Männlichkeit zu bewahren.
- Progesteron ist eine Vorstufe des Testosterons.
- Erhält die Spermiengesundheit

Östrogen-Dominanz

Wenn Männer älter werden, beginnen die Testosteronspiegel zu sinken und die Östrogenspiegel beginnen stetig zu steigen. Diese Spiegel können möglicherweise noch schneller ansteigen, wenn Testosteron bei Männern durch ein Enzym namens Aromatase zu mehr Östrogen umgewandelt wird. Dies führt auch bei Männern zu einer „sehr nachteiligen Östrogendominanz“, ähnlich wie dies bei Frauen der Fall sein kann, bei denen bekanntlich ein übermäßiger Östrogenspiegel die Gehirn- und Körperfunktionen beeinträchtigen kann.

Östrogendominanz ist ein Begriff, der von John R. Lee, MD, eingeführt wurde und einen Zustand beschreibt, bei dem eine Person mehr Östrogen hat, als er durch Progesteron unter Kontrolle bringen kann. Selbst wenn der Östrogenspiegel eines Mannes hoch oder sogar niedrig ist, kann er Symptome einer „Östrogendominanz“ haben und zwar dann, wenn sein Progesteron niedrig ist. Andere Ursachen sind Umweltfaktoren die Hormonrezeptoren zerstören können wie z.B. Kunststoffe oder hormonelle Substanzen in unserer Nahrung (z.B. in der Milch und im Fleisch). Darüber hinaus tragen übermäßiger Alkohol, chronischer Stress und insbesondere Fettleibigkeit (zu viele Fettzellen) zu einer Steigerung der Östrogen-Dominanz bei. In unserem Fett aromatisieren wir oder wandeln mit Hilfe des Enzym Aromatase unser kostbares Testosteron in Östrogen um und das Östrogen neigt dazu, Männer und Frauen noch dicker zu machen, ein negativer Teufelskreis!

Progesteron schützt das Gehirn

Auch bei Männern liefert Progesteron seine Signale an Progesteron Rezeptoren. Das Gehirn ist bei uns allen mit reichlich viel Progesteron Rezeptoren versorgt, sowohl bei Mädchen, Jungen, als auch bei Männern und Frauen. Tatsächlich ist Progesteron für den Schutz der Nerven- und Gehirnfunktion so



wichtig, dass es sogar direkt im Gehirn selbst produziert wird. Einige Neurologen, die das wissen, geben Kindern mit Epilepsie oder Aufmerksamkeitsstörung kleine Mengen Progesteron, um die Gehirnfunktion zu stabilisieren. Wenn jemand eine Hirnverletzung erleidet, wird Progesteron lokal gebildet und hilft den Gehirneuronen, schneller und besser zu heilen. Dies geschieht bei Jungen und Mädchen sowie bei Frauen und Männern.

- Progesteron beruhigt das Gehirn auf natürliche Weise.
- Progesteron stimuliert nach dem Essen das Sättigungsgefühl.
- Progesteron erhöht die Dopamin-kontrollierte Signalübertragung.
- Progesteron Ersatz kann in Zukunft bei anderen Krankheiten eingesetzt werden.
- Progesteron fördert die Neuroprotektion (Gehirn und Nerven) und die Reparatur.
- Progesteron wirkt ähnlich wie Barbiturate und Propofol, wodurch die Übererregung kranker Nervenzellen verringert wird. (Diese synthetischen Drogen werden üblicherweise im medizinisch induzierten Koma bei traumatischen Hirnverletzungen eingesetzt).

Progesteron und die Pille

Bioidentisches Progesteron ist immer häufiger bei jungen Frauen indiziert, die die Pille nicht vertragen bzw. absetzen und danach dringend den Progesteron – Mangel ausgleichen müssen.

Progesteron wird jetzt empfohlen

Bei traumatischen Hirnverletzungen und Rückenmarksschäden (sowohl akut als auch chronisch) wird Progesteron jetzt von avantgardistischen Neurochirurgen empfohlen.

- Nervenimpingement (Bandscheibenerkrankung)
 - Periphere Neuropathie aufgrund von Diabetes usw. und MS bessern sich in vielen Fällen, wenn der konventionellen Medikation Progesteronersatz zugesetzt wird. (Aus diesem Grund gehen MS-Patienten, die schwanger werden - der Progesteronspiegel steigt während der Schwangerschaft an – häufig in Remission).
- Bei Schlaflosigkeit im mittleren Lebensalter steigert der Progesteron Ersatz die Produktion von Neurosteroiden (Allopregnanolon), die die GABA-Typ-A-Rezeptoren (ähnlich der Wirkung von Valium) modulieren und den erholsamen Schlaf und die Ruhe fördern.
- Progesteron kann eingesetzt werden als Schutz, aber auch zur Therapie des akuten Schlaganfalles, da Progesteron an verschiedenen Schritten beteiligt, die sich auf die Gesundheit der Nerven auswirken.
- Ischämische Hirnverletzung

Bioidentisches Progesteron wird derzeit in einer multizentrischen Studie in verschiedenen Kopf-Trauma-Zentren getestet, um die Heilung zu verbessern und Komplikationen zu verringern.

Progesteron steigert die Serotoninbildung im Gehirn, reguliert die Körpertemperatur, Energie und sexuelles Verhalten. Männer mit niedrigem Progesteron Spiegel haben ein höheres Risiko für Angstzustände, geringe Libido, Haarausfall, Gewichtszunahme, Müdigkeit, Depression, erektile Dysfunktion, Impotenz, Knochenschwund, Muskelverlust, Prostatismus bzw. BPH und sogar Krebs.



Die Gehirn-, Nerven- und psychologischen Wirkungen von Progesteron werden am besten durch seine in der Leber enzymatisch gebildeten Metaboliten erreicht. Daher wird die Einnahme von Progesteron für das Gehirn, den Schlaf, die Beruhigung und die Nervenschutzwirkung am besten durch orale Einnahme erreicht. Orale Dosierungen müssen viel höher sein als die Dosierung von Progesteron transdermal oder auf Schleimhäuten (im Mund, in der Vagina oder im Analbereich). Die Einnahme von Progesteron gegen erektile Dysfunktion kann als Creme in viel niedrigeren Dosierungen erfolgen.

Die orale Dosis kann von nur 25 mg bis zu 400 mg gleichzeitig variieren. Man darf die synthetischen PROGESTINE (Provera, Clinovir, Megestat usw.) nicht mit dem natürlichen bioidentischen PROGESTERON (Uterogest) verwechseln. Progestine haben einen höheren Grad an Nebenwirkungen als das bioidentische Progesteron in oraler oder transdermaler Form. Daher verschreiben wir synthetische Hormone selten und nur unter sehr spezifischen Bedingungen.

Dr. med. Friedrich R. Douwes

Facharzt für Innere Medizin | Onkologisch verantwortlicher Arzt
Medikamentöse Tumorthherapie | Ärztlicher Direktor

Clinicum St. Georg GmbH & Co. KG

Rosenheimer Straße 6 - 8
83043 Bad Aibling
Germany
www.klinik-st-georg.de

