

---

Subject: Erfahrung mit Progesteron?

Posted by [marie](#) on Tue, 07 Mar 2006 20:40:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

vielleicht hat jemand ähnliche Erfahrungen und wie ich und Lust, sich darüber auszutauschen. Ich bin 38 J. alt und habe seit ca. 5 Jahren Akne und Zyklusstörungen und seit ca. 2 Jahren HA. Im letzten Sommer wurde ein Blutbild gemacht und es wurde eine Hyperandrogenämie diagnostiziert mit erhöhtem freien Androgenindex. Ich mochte aber die Pille nicht nehmen, habe das mal eine Zeit lang gemacht, ohne dass es mir besser ging.

Ich nehme jetzt seit ca. 2 Monaten Progesteron (nicht Gestagene!! sondern Proegestogel=naturidentisches Progesteron). Meine Haut hat sich seitdem sehr verbessert. Beim Haarausfall habe ich noch keine positiven Wirkfolgen gespürt. Die Theorie ist, dass bei Progesteronmangel die Östrogensynthese abnimmt und die DHEA-"Schiene" ausgebaut und bei Progesteronergänzung dieser Prozess wieder langsam ausbalanciert werden kann ([www.hormonselbsthilfen.de](http://www.hormonselbsthilfen.de)). Hat jemand in dieser Richtung schon Erfahrung gesammelt?

Dann habe ich noch eine Frage zu den NEM (habe viel dazu von Tino gelesen). Tino: Gelten deine Angaben zu "selbstgemachtem" Pantovigar als Tagesdosis und für jede mit HA? Ist die Einnahme unbedenklich?

Schon einmal ganz herzlichen Dank! Würde mich über eure Reaktionen freuen.

LG, Marie

---