
Subject: Östrogendominanz: werde jetzt Progesteron nehmen

Posted by [nelli](#) on Sun, 06 Feb 2011 20:59:03 GMT

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

Hallo!

Ich habe jetzt auch die Ergebnisse meines Speicheltests erhalten und das Ergebnis war (wie auch schon der Bluttest ergab) dass das Progesteron im Verhältnis zum Östradiol zu niedrig sei.

Hier die Werte im einzelnen (am 22. Zyklustag):

Cortisol 2 (1,2-14,7)

Progesteron 308 (19,6-332,6)

Östradiol 2,2 (1,22-16,05)

Östradiol/Progesteron Quotient 140 (>200)

Testosteron 30 (7-44,

DHEA 270 (165-635)

In der Empfehlung des Laborarztes steht nun, dass ich die 3%-ige Progesteroncreme nehmen soll.

Ich werde diese Woche meine Gyn anrufen, die schon mal angedeutet hatte, dass sie mir auch die Creme verschreiben würde. Deshalb meine Frage an alle, die sich damit auskennen: Ich weiß, die Apotheke wird dann diese Creme fertig mischen. Ist das Rezept immer dasselbe dafür oder muss ich darauf achten, was meine Gyn da aufschreibt? Ich will nur sicher gehen, dass ich auf alle Fälle die bioidentische Creme bekomme, aber ich vermute es gibt da auch nur die bioidentische, oder?

Ich muss sagen, dass dieser Versuch mit Progesteron wirklich das letzte ist, was ich in Sachen dünner werdenden Haaren noch unternehmen werde. Ich habe hormontechnisch gesehen dann auch alles hinter mir: verschiedene Pillen, dann Pille vor 5 Jahren ganz abgesetzt, nach Dr. Umbreit Estrifam und Dexa eingenommen, dann nach der 1. Schwangerschaft gar nichts mehr eingenommen, da Hormonspiegel super war (allerdings wurde damals eben nicht das Verhältnis Östradiol/Progesteron gemessen). Jedenfalls hat nie etwas eine Verbesserung oder zumindest ein Anhalten der Verschlechterung gebracht. Ich wage es kaum zu viele Hoffnungen nun in Progesteron zu setzen (meine Gyn meinte auch gleich, dass Progesteron nichts mit den Haaren zu tun habe, aber was anderes habe ich auch von ihr nicht erwartet).

Trotzdem habe natürlich auch ich gehörige Zweifel. Gibt es von euch welche, die tatsächlich damit schon Erfolg hatten oder bzw. von anderen Erfolgen gehört haben? Gretchen, du hattest doch Kontakt zu Frau Dr. Scheuernstuhl... sieht sie denn einen Zusammenhang von Progesteron und den Haaren? Hat sie dir Hoffnungen gemacht?

Ich hoffe, ich muss nicht mit unangenehmen Nebenwirkungen oder gar einer Verschlechterung der Haare rechnen. Das hielte ich psychisch kaum aus, da ich gerade wieder einen Tiefpunkt erreicht habe. Inzwischen sind meine Haare so extrem dünn und fuselig, dass man sie nur noch mit den Haaren von Kleinkindern vergleichen kann (oder mit denen von ganz alten Omas).

Die von euch, die auch wegen einer Östrogendominanz Progesteron nehmen: hattet ihr den irgendwelche Beschwerden wegen der Östrogendominanz? Typisch wären ja Menstruationsbeschwerden usw., was ich aber nie hatte. Das einzige was ich seit Jahren habe sind alle paar Wochen nächtliche Hitzewallungen (bin 39 und das können somit noch keine Wechseljahrsbeschwerden sein)

Was mir auch auffällt wenn ich mich vergleiche zu früher (so mit Anfang/Mitte 20, als ich auch noch super Haare hatte) ist, dass ich damals generell etwas rundlicher gebaut war. Ich hatte Körbchengröße C (auch schon vor Einnahme der Pille) und wirkte generell sehr "fraulich". Über die Jahre hinweg schrumpfte alles auf Körbchengröße B (auch schon bevor ich die Kinder bekam) und die weiblichen Rundungen waren irgendwie weg. Das hatte mich schon immer gewundert, aber da es mich nicht gestört hat, bin ich der Sache nicht weiter nachgegangen. Jetzt frage ich mich, ob das schon mit jahrelangem Progesterondefizit einherging...? Könnte das sein?

Naja, so oder so werde ich es ausprobieren müssen und meine eigenen Erfahrungen damit machen müssen, aber ich bin eben über jede Info dankbar bzgl. der Einnahme des Progesterons. Vielleicht bin ich aber auch nur gerade sehr verzweifelt auf der Suche nach ein paar mutmachenden Meldungen bzgl. Progesteron und Haaren, da es wie gesagt der letzte Versuch sein wird, den ich noch unternehmen werde. Danach gibt es nur noch den Weg zum Haarersatz...

Vielen Dank und liebe Grüße
Nelli
