

---

Subject: SHBG der Übeltäter?

Posted by [pustekuchen](#) on Sat, 29 Mar 2008 14:13:50 GMT

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

---

Nach zahlreichen Untersuchungen habe ich eine Idee, was bei mir den HA auslösen könnte. AGS (late-onset) ist es wohl nicht.

Ich habe viele Zysten, seit etwa 8 Jahren HA (bin 20), unerwünschten Haarwuchs, einen sehr unregelmäßigen Zyklus, Schmierblutungen, und auch ein leichtes Problem mit der Kopfhaut (serb. Ekzem?).

Ich habe immer auf zu viele Androgene getippt, aber meine Werte sind nicht wirklich auffällig. Die Ärztin hat PCO diagnostiziert - aber was heißt das schon. Ich soll natürlich auch Cyproteronacetat nehmen... Will ich natürlich nicht.

Ich denke, dass mein Problem viele freie Androgene sind. Der freie Androgenindex ist auch tatsächlich erhöht. Meiner Meinung nach ist der Grund dafür zu wenig SHBG, was ja die Androgene binden müsste, damit sie kein Unheil anrichten.

Idealerweise sollte man herausfinden wodurch mein SHBG so niedrig ist. Das wollte ich mal so als Frage stellen. Vielleicht weiß das hier jemand, woher das kommen kann. Ach ja, eine leichte Insulinresistenz soll ich auch haben. Kann ja vielleicht auch damit zusammenhängen.

Was ich schon weiß, ist dass SHBG von Estrogenen stimuliert wird. Deswegen war meine Idee einfach Estradiol einzunehmen, aber meine Endo meinte, dass es den Zyklus total durcheinander bringen würde. Da wollte ich auch mal von euch eine Meinung dazu haben.

Ich bin echt total gespannt.

Liebe Grüße,

pustekuchen

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [pustekuchen](#) on Mon, 31 Mar 2008 23:01:27 GMT

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

---

Hat keiner eine Idee?

Was haltet ihr denn von Phytoöstrogenen? Kann man diese pflanzlichen Östrogene einfach unbedenklich einschmeißen? Und wenn ja, in welcher Dosis.

Ich habe auch noch ein Krankheitsbild gefunden, dass sehr gut auf meine Werte passt:

\*Relative Östrogen-mangelsituation (bei Ovarialinsuffizienz):

Gesamt-Testosteron meist unauffällig; Östrogen-mangel führt zur Verminderung von SHBG und somit zum Anstieg von freiem Testosteron.\*

Hat jemand eine Ahnung, wie das therapiert wird?

Ich sehe das einfach nicht ein eine Antiandrogene Pille zu nehmen, die mein Haar dünner werden lassen könnte und nach deren Absetzen ich noch mal viel schlimmeren HA bekomme, wenn es vielleicht eine einfachere Lösung gibt.

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [marie](#) on Wed, 02 Apr 2008 12:49:25 GMT

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

---

Hallo Pustekuchen,

bei mir sieht es auch so ähnlich aus wie bei Dir. Relative Hyperandrogenämie, PCOS (ohne dass das total eindeutig ist). Ich habe auch genau in Deine Richtung gedacht, dass SHBG erhöht werden müsste. Aber das ist meines Erachtens alles andere als einfach, denn unkontrolliert Östrogene oder auch Phytoöstrogene zu substituieren, kann gefährlich werden (Östrogendominanz). Ich nehme inzwischen Gynokadin-Gel, etwas mehr in der zweiten Woche (da dort Östrogen-Peak), danach 3. und 4. Woche wenig, da ergänze ich mit Progesteron (Utrogest). Beides habe ich inzwischen bekommen, weil ich zu niedriges E2 habe und erhebliche Zyklusunregelmäßigkeiten (fehlende Eisprünge).

Wenn bei Dir eine leichte Insulinresistenz vorliegt, könnte Metformin einen Versuch wert sein. Mir hatte es bezüglich Gesamttempfinden und Gewichtsabnahme anfangs super geholfen, dann aber habe ich es nicht mehr vertragen (extreme Gliederschmerzen, die mir sehr unheimlich waren und bei Absetzen wieder verschwanden, 2x durchexerziert, auch wenn die Endokrinologin meinte, das könnte nicht am Met liegen).

Ja soweit erst einmal. - Die Endo meinte aber auch, Gynokadin würde SHBG nicht erhöhen, weil es nicht innerlich angewendet würde. Verstehe ich aber nicht, warum dies so sein sollte, da ja der E2-Spiegel schließlich angehoben wird. Bei der ersten Blutwertemesseung waren allerdings keine signifikanten Änderungen festzustellen. Müsste jetzt mal wieder gemacht werden.

Mir geht es aber insgesamt besser, wenngleich der Haarausfall keineswegs gestoppt ist. Also einen "einfachen" Weg findet man wohl nicht so schnell, aber Stück für Stück kommt man vielleicht etwas weiter. Sorry, eine große Hilfe ist das wohl nicht für Dich.

LG

Marie

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [pustekuchen](#) on Wed, 02 Apr 2008 14:46:52 GMT

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

---

Hallo Marie,

super dass du antwortest.

Sag mal, hast du denn auch zufällig Zysten? Ich bin nämlich mit der Diagnose PCO völlig skeptisch. Zum Beispiel scheint mein LH, FSH und auch der Quotient völlig normal zu sein, was ja eines der Kriterien für die PCO-Diagnose ist. Und sowieso weiß ja keiner richtig was PCO sein soll.

Ich glaube wirklich mittlerweile stark daran, dass es einfach diese Zysten sind, die die ganzen Probleme bereiten. Tatsächlich hab ich auch gelesen, dass Zysten SHBG senken können.

<http://www.cyberdokter.de/cgi-bin/wwwthreads/showflat.pl?Cat=&Board=Frauenheilkunde&Number=18514&page=0&view=expanded&sb=5>

Meine neue Idee ist deshalb einen Arzt zu finden, der tatsächlich Zysten behandelt, oder selbst eine Möglichkeit zu finden.

Dass dein SHBG-Wert durch die Salbe nicht ansteigt würde ich damit erklären, dass die Östrogene die Leber, wo die SHBG-Produktion abläuft, nicht passiert. Würdest du Ö oral einnehmen, gelangten die Ö auch in die Leber. Andererseits kann ich mir aber nicht vorstellen, dass die im Körper selbst produzierten Östrogene auch durch die Leber gehen. Tja, jetzt hab ich mir wohl selbst widersprochen, aber vielleicht reichs ja als Ideenkurbelung...

Vielleicht hört der HA tatsächlich auf, wenn man es wirklich schafft das SHBG anzukurbeln. Hat bei dir ja bis jetzt noch nicht funktioniert (das meinst du doch mit den gleichbleibenden Blutwerten?)

Lieben Gruß

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?  
Posted by [kaaos\\_k](#) on Sat, 12 Apr 2008 10:15:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr 2,  
vielleicht haben wir das selbe Problem? Aktuelle Werte von mir findet ihr hier:  
[http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/18393/#msg\\_1\\_8393](http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/18393/#msg_1_8393)

Nach Absetzen der Pille hatte ich im Sommer 07 erhöhte männl. Hormone. Durch Hyperandrogenämie-Erscheinungen (die ich auch schon unter der Pille hatte, genauso wie den HA) hab ich mich zum Herbst/Winter für Metformin als Therapieversuch entschieden. Aber, ob das das richtige ist? Auch bei meinem letzten Blutbild hatte ich schon einen niedrigen Östrogenwert (hatte dieses Blutbild auch hier gepostet: [http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/15416/#msg\\_1\\_5416](http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/15416/#msg_1_5416)) und wenig SHBG, aber das ist keinem aufgefallen. Da ihr euch damit beschäftigt, bin ich sehr an einem Austausch interessiert!

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?  
Posted by [marie](#) on Sat, 12 Apr 2008 10:28:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

mir fällt dazu im Moment nicht viel ein, leider. Wieso hast Du Met bekommen? Bei mir was es die PCOS-Diagnose und die starken Zyklusprobleme, die einen Versuch rechtfertigten. Ist Dein E2

denn immer wieder zu niedrig? Und sind LH und FSH normal - zyklusbezogen?

Grüße, Marie

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [kaaos\\_k](#) on Sat, 12 Apr 2008 11:01:25 GMT

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

---

Verdacht auf PCO\_s wg. verlängerter Zyklen, und erhöhte männl. Hormone (teilw. männl. Haarwuchs). Ich wollte Met. auf jeden Fall probieren, da ich mittlerweile seit drei Jahren an mal mehr mal weniger HA leide. Da probiert man sich halt so durch

Die Pille nehme ich erst seit einem Jahr nicht mehr, das heißt, dass erst im letzten Jahr aussagekräftige Hormonwerte entstanden sind. Östradiol war immer an der unteren Grenze. Die letzten eingestellten Werte sind von ZT 3, also aussagekräftig.

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [marie](#) on Sat, 12 Apr 2008 11:21:24 GMT

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

---

Ja, dann probiere Met doch erst mal eine Weile aus. Das kann ja durchaus Auswirkungen auf Insulinspiegel, SHBG und damit auch freie männliche Hormone. Auch Zyklusnormalisierung möglich und dadurch ggf. Anstieg von E2 - da bin ich aber nicht sicher. Wie lange nimmst Du es denn schon?

Wenn Du verlängerte Zyklen hast, hast Du vielleicht auch keine Eisprünge? Und somit auch ggf. einen Progesteronmangel. Ist das gemessen worden? Möglicherweise kannst Du versuchen, Deinen Zyklus durch z.B. Utrogest in der zweiten Zyklushälfte wieder in den Griff zu bekommen. Es kann sein, dass es dadurch auch zu einer Anhebung von E2 kommt.

Bei mir hat das allerdings nicht so geklappt, aber immerhin kann ich meinen Zyklus durch Utrogest wieder steuern.

LG Marie

P.S. Ich bin leider niemand, der Werte deuten kann. Dein SHBG erscheint mir nicht so niedrig. Oder ist es schon niedriger gewesen. Hast Du einen erhöhten freien Androgenindex?

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [kaaos\\_k](#) on Sat, 12 Apr 2008 11:31:00 GMT

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

---

Zitat:Dein SHBG erscheint mir nicht so niedrig. Oder ist es schon niedriger gewesen. Hast Du einen erhöhten freien Androgenindex?

---

Was "niedrig" ist, weiß ich ja auch noch nicht. Ist deiner geringer?  
Einen erhöhten freien Androgenindex hatte ich vor Met, nach dem ersten Blutbild nach der Pille (drei Monate Pause gehabt).

Zitat:Wie lange nimmst Du es denn schon?

Seit November, seit Dez. 500 mg, seit Mitte Januar 1000mg.

Eisprünge habe ich, ich mache NPF. Ich hatte direkt nach Absetzen der Pille Eisprünge, nur in einem Zyklus nicht. Das ist ja durchaus normal. Auch die Zykluslänge war ohne Met ok, allerdings mit "Außreißern" (ca. 50 Tage, einen mit ES einen ohne).  
Daher überlege ich ja auch, ob Met nu gut für mich ist...

Hast du denn PCO\_S, Marie?

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [marie](#) on Sat, 12 Apr 2008 11:40:17 GMT

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

PCOS wurde diagnostiziert wg. Zyklusunregelmäßigkeiten und erhöhten männlichen Androgenen (Zysten sind kein Kernkriterium). Allerdings habe ich erhöhte FSH-Werte und fast kein E2, was auf vorzeitiges Klimakterium (bin jetzt zwar 40, aber habe das schon seit ein paar Jahren) hinweist. Ist aber widersprüchlich zu der PCOS-Diagnose, da dort LH in der Regel erhöht ist.

Meine Werte habe ich nicht zur Hand, aber SHBG war bei mir immer ganz am unteren Ende. Mir fehlen allerdings aktuelle Werte, ich brauche mal wieder neue. Ich wollte aber wenigstens aml ein halbes Jahre keine Endo sehen. Das ist jetzt aber bald rum.

Hast Du denn Veränderungen durch Met erfahren bis jetzt? Ich hätte es gerne weitergenommen, weil ich mich viel fitter fühlte. Ich frage mich immer noch, worauf das zurückzuführen war. Jedenfalls habe ich es nicht vertragen. Habe aber zur Zeit meinen Zyklus, Akne und auch Gewicht gut im Griff. Haare sehen auch gut aus, fallen aber weiter aus, wenn auch nicht so stark. Irgendwie bin ich darüber nicht mehr so richtig geschockt, wenngleich es mich schon immer wieder betrübt. Aber ich kann es inzwischen besser akzeptieren.

Was ist mit Progesteron bei Dir?

LG, Marie

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?

Posted by [Holunderweg3](#) on Sun, 13 Apr 2008 10:29:40 GMT

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

jetzt mische ich mich auch noch ein....Habe im herbst auch mit verstärktem HA und fettiger haut

Stirn Kopfhaut zu kämpfen gehabt. Laut Blut war mein SHBG auch erniedrigt, demzufolge der Androgenindex erhöht, habe aber normale Zykluse 27 Tage, und keinen unerwünschten Haarwuchs, naja bin schwarzhaarig , da ist es ja typisch an Armen und beinen. dann kam eine unerwünschte Schwangerschaft dazwischen.....Meine psy. situation war übelst gespannt, dann Fehlgeburt im Dezember, Januar Ausschabung, in dieser ganzen Zeit habe ich den Eindruck gehabt meine Haare wachsen wie wild, auch der HA war in demganzen Hormonchaos viel besser. Jezt ist die Sache viertel Jahr her und ich bemerke wieder mehr HA, habe keine Zysten, normalen Zyklus dank Mönchspfeffer. Mein Eisen ist noch im Keller, den versuche ich jetzt wieder ein halbes Jahr zu puschen. Eure Diskussion um SHBG hat mich trotzdem nachdenlich gemacht. Kann es sein, das meine Hormone jetzt wieder ins männliche verfallen??? Bin übrigens 37 ,nehme keine Pille. Sorry fürs vielle Quatschen aber schon interessant das es auch andere gibt, die betroffen sind, ach ja Knderwunsch ist nicht vorhanden, habe 2!!!!Gruss rinchen

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?  
Posted by [kaaos\\_k](#) on Tue, 15 Apr 2008 20:24:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

... aber wie niedrig ist denn nun euer SHBG

---

---

Subject: Re: SHBG der Übeltäter?  
Posted by [Holunderweg3](#) on Wed, 16 Apr 2008 11:42:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also habe mittlerweile herausbekommen das mein Hormonstatus im herbst zum falschen ZT gemacht wurde, damals tag 12,nach erfolgtem Eisprung und bin in diesem Zyklus schwanger geworden!!!Hate SHBG von 19, sollte lt. Labor über 25 sein. Demnach denke ich waren meine Werte verfälscht!Habe noch keinen neuen SHBG wert, hatte im Dezember Fehlgeburt, und schiebe jetzt meinen HA noch auf Eisenmangel und Schwangerschaft.Gruss

---