
Subject: pflanzlichen östrogene
Posted by [maurizio](#) on Sun, 17 Apr 2011 07:24:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mich würde die erfahrung mit pflanzlichen östrogenen so interessieren.
ist hier vielleicht jemand, der das mal probiert hat?

nici

Subject: Aw: pflanzlichen östrogene
Posted by [gretchen](#) on Sun, 17 Apr 2011 23:30:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi nici,

hab dazu noch keine erfahrungen aber ich sehs so, dass auch diese, genau wie synth.
östrogene eben NICHT die chemische struktur der körpereigenen haben und somit auch nicht
alle deren funktionen unterstützen/ übernehmen können.

Subject: Aw: pflanzlichen östrogene
Posted by [Cora](#) on Mon, 18 Apr 2011 07:45:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sagt mein Hormonspezi-Arzt auch

Subject: Aw: pflanzlichen östrogene
Posted by [maurizio](#) on Wed, 20 Apr 2011 18:30:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und wie ich gerade recheriert habe, auch ähnliche nebenwirkungen
haben können wie die künstlichen (brustkrebs etc.)

nur als anmerkung

nici

Subject: Aw: pflanzlichen östrogene
Posted by [springflower](#) on Fri, 22 Apr 2011 09:24:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Einerseits gibt es Warnungen, dass Phytoöstrogene die Rezeptoren besetzen können, so
dass diese das natürliche, vom Körper noch produzierte Östrogen (auch in und nach den

Wechseljahren kann der weibliche Körper noch Östrogen produzieren) nicht mehr optimal aufnehmen können. Der Östrogenspiegel würde dadurch eher gesenkt werden. (Man sollte aber beachten, dass diese Wirkung gerade zu Beginn der Wechseljahre eventuell wünschenswert sein kann, nämlich dann, wenn durch den gesunkenen Progesteronspiegel zunächst ein Östrogenüberschuss herrscht).

Quelle:

<http://www.in-menopause.de/Therapien-Selbsthilfe/Phytohormone/Phyto-Ostrogen/phyto-ostrogen.html>

Das habe ich dazu gelesen! Es gilt nicht nur für Frauen in/kurz bevor der Menopause angeblich kann es auch bei jüngeren Frauen so sein. Das habe ich auch schon irgendwo gelesen, weiß aber die Quelle nicht mehr.

Ich habe mal eine zeitlang Rotklee-Extrakt genommen. Wie sehr das jetzt auf meine Östrogene gewirkt hat, weiß ich nicht. Geschadet hat es mir nicht. Vielleicht muss man das auch länger als ein paar Monate nehmen um einen Effekt in die eine oder andere Richtung zu sehen.

Lg Linda

Subject: Aw: pflanzlichen östrogene
Posted by [maurizio](#) on Sat, 23 Apr 2011 21:04:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

vielen dank für den link!
was mir bei mir auffällt: ich esse in letzter zeit unglaublich gerne brokkoli, sonnenblumenbrot und möhren.

kann es sein, dass mein körper mir selbst sagt, was gut für mich ist?????

nici

Subject: Aw: pflanzlichen östrogene
Posted by [springflower](#) on Tue, 26 Apr 2011 19:48:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Kann durchaus sein! Du machst ja viel Entgiftung etc. da verlangt der Körper wahrscheinlich umso mehr nach Vitaminen.

Wir haben halt wahrscheinlich im Lauf der Evolution verlernt unseren Körper zu verstehen und wahrscheinlich setzt er öfters Impulse um uns zu zeigen was gut/schlecht für ihn ist.

Also ich denke mit Gemüse tust Du ihm sicher was Gutes!

Lg Linda
