
Subject: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [muckimuck](#) on Sat, 23 Jun 2012 09:00:19 GMT

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

Hallo ihr Lieben,

ich weiss jetzt nicht, ob ihr mir überhaupt helfen könnt.

Vor knapp 4 Monaten hab ich ja die Pille (Neo Eunomin) abgesetzt, da ich ja da schon 8 Monate unter HA litt.

Im 2. Zyklus ohne Pille, hab ich einen Hormontest beim Gyn machen lassen. Dort kam heraus, dass mein Östradiol etwas zu niedrig war und mein Progesteron auch (das hatte ich immer schon..... auch vor der Schwangerschaft vor 5 Jahren).

Hab dann viel über Progesteron gelesen, dachte ich hätte durch die Pille eine Östrogendominanz etc.....

Letzten Zyklus (der 3. ohne Pille) hab ich dann nat. Progesteroncreme genommen - und am Anfang diesen Zyklus wurde der HA schlimmer, sodass ich diesen Zyklus (der 4. ohne Pille) (bin jetzt schon wieder am 25. Tag) nicht mehr geschmiert habe.

Am letzten Dienstag (also am 21. ZT) hab ich dann diesen Hormontest für Frauen gemacht - und bin total überfordert mit den Werten und auch geschockt über meinen HOHEN Progesteronwert (durch die Creme, obwohl ich nur total wenig genommen habe).

Hier nun meine Werte - vielleicht hat ja jemand eine Idee, ob daher mein HA kommen könnte..... der Progesteronwert war wie gesagt vor 2 Monaten im Keller und jetzt super hoch. Denke dass der HA dadurch jetzt verstärkt wurde.

Die Speichelproben wurden morgens um 8:00 + 8:30 + 9:00 genommen

Cortisol: 6101 pg/ml (Referenzbereich 1800 - 14500) Finde ich jetzt für den Morgenwert ziemlich wenig, da er ja über den Tag hin abnimmt.... vielleicht doch NNS - der HA fing ja vor 2 Jahren zum ersten mal nach einer super stressigen Zeit an.....

DHEA: 403 pg/ml (Referenzbereich 140 - 570)

Östradiol: 7,7 pg/ml (Referenzbereich für die 2. Zyklushälfte 0,8 - 10,8)

Östriol: 3,7 pg/ml (Normbereich im gebärfähigen Alter (denke da gehör ich noch hin - bin 38) morgens < 21 / nach 17:00 < 6,8) bin also viel zu niedrig.....

Progesteron: 753 pg/ml (Referenzbereich 2. Zyklushälfte 100 - 450 dabei hab ich nur einen Monat super wenig Creme genommen....)

Testosteron: 21,60 pg/ml (Referenzbereich: 5,0 - 49,00)

Ich hab keine Ahnung ob mir die Werte evtl. den Grund für den HA liefern können.

Cortisol finde ich wie schon oben geschrieben etwas mager.....

Östriol ist zu niedrig, aber wohl nur in der Schwangerschaft wichtig...

Hat vielleicht einer von Euch den Durchblick? Kann man da was erkennen (ausser, dass der Prog. Wert zu hoch ist, bzw. ich nicht mehr cremen werde.....)
FSH Wert wurde im 2. Zyklus im Blut bestimmt - der war o.k.

Was mich noch wundert: wenn ich doch diesen Zyklus so einen super hohen Prog.Wert habe - warum hab ich dann wieder seit dem 21. ZT Schmierblutungen - so wie zu Prog.-Mangel Zeiten? Kann man Schmierblutungen vor der Mens denn auch durch andere Hormonstörungen bekommen? Ich hab das schon ewig..... - und immer war der Progesteronwert im Keller. Dann dürfte ich doch bei dem Wert keine Schmierblutungen haben.... ich bin total überfordert....

Heute morgen das doppelte an Haaren verloren wie die letzten Monate....
Ich denke, ich mach einen Termin bei einem neuen Gyn aus und geh mit den Werten hin - aber Hilfe erwarte ich nicht mehr....

GLG an euch.....
Mucki

P.S.: wenn der vermehrte HA jetzt durch das Progesteron kommen könnte, reagieren meine Haare also nach ca, 4 Wochen - nach dem Absetzen der Pille, hatte ich auch nach 4 Wochen mehr HA.....

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [pina](#) on Sat, 23 Jun 2012 11:14:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Muckimuck,

das mit den Schmierblutungen habe ich auch!!! Ich dachte ebenfalls, dass es durch einen zu niedrigen Progesteronwert kommt. Und auch der Haarausfall, das hätte alles zusammengepasst. Theoretisch. Als der dann mal getestet wurde, war er aber völlig ok. Ich verstehe das auch nicht. Kann es sein, dass der Prog wert ab einem bestimmten Zyklustag radikal abfällt? Sollte man den dann erst am Tag 25 z.B. bestimmen?
Eine Progesteroncreme habe ich nie verwendet, statt dessen Kapseln genommen. Mit denen hatte ich nur ca. zwei Tage diese Schmierblutungen, anstatt zwischen 5-7 Tagen. Am Haarausfall hat das allerdings auch nichts geändert und ich nehme die Kapseln auch nicht mehr.
Beim googeln findet man nur Infos zum Progesteronmangel, aber nichts wirklich brauchbares zu Symptomen eines Progesteronüberschusses.

Liebe Grüße,
pina

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [muckimuck](#) on Sat, 23 Jun 2012 11:24:38 GMT

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

Hallo Pina,

ja - das ist wirklich merkwürdig.

Also ich hab den Test ja am 21.ZT gemacht - und da hatte ich schon Schmierblutungen..... wenn er abfallen würde, hätte ich da dann keinen so hohen Wert gehabt..... - hatte mit dem Horrorwert SB..... ich blick es langsam auch nicht mehr

Mensch, warum hab ich keinen Professor geheiratet?????

LG!

Mucki

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [Leni82](#) on Sat, 23 Jun 2012 14:15:41 GMT

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

Hallo Mucki,

kennst du das Buch von Frau Dr. Scheuernstuhl?

Sie empfiehlt glaub ein Verhältnis Östrogen zu Prog. von 1:100.

Also ist dein Wert doch gar nicht so hoch!

Östriol sollte 3 x höher sein als Östradiol.

Wie hast du die Progesteroncreme angewendet, also ab welchem ZT und wie viel %?

Also eine verfrühte Periode bedeutet zu früh oder zu viel gecremt...

LG

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [Binne](#) on Sat, 23 Jun 2012 14:53:59 GMT

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

Frau S. empfiehlt sogar ein Verhältnis 1:200

Dein Östradiol finde ich sogar recht hoch, im Vergleich dazu hast du zu wenig Prog... dein Prog Wert ist nicht sooo hoch, auch wenn es danach aussieht,

hast du 48 Stunden vor der Speichelprobe nicht mehr gecremt?

Man sollte zwei Tage vor dem Test nicht mehr cremen, aber das wirst du wahrscheinlich auch so gemacht haben.

Bei meinem Test steht immer, dass man unter einer Creme immer viel höhere Werte hat als ohne, klar, darüber soll man sich nicht so erschrecken.

Als ich mal einen Wert von über 3000 (!) beim Prog hatte, habe ich mich auch erschrocken , aber drei Monate später waren meine Haare supi...

ist alles einfach echt kompliziert..

Dein DHEA ist schön hoch, toll!! Hast du eine gute Stressresistenz?
Man sagt, bei einem schönen DHEA Wert hat man eher keine NNS.
Ich persönlich finde dein Cortisol nicht so niedrig (ich habe morgens um die 1000-2000) (habe aber auch ein unterirdisches DHEA...).

Also meiner Meinung nach hast du , auch wenn du das anders siehst, immer noch eine Ö-Dominanz!

LG!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 23 Jun 2012 15:38:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr 2,

danke für Eure Antworten!

@ Leni82: also ich hab die 3%ige Creme ab den 10. oder 11. ZT genommen - weil ich auch PMS Probleme habe. Äussert sich halt durch Schmerzen vor der Periode. Hab mich an das Buch von Fr. Dr. Scheuernstuhl gehalten... hatte er von meiner Schwägerin geliehen.
Ich sollte 50gr. Creme in dem Zyklus nehmen - hab aber nur 15gr. gecremt. In dem Zyklus mit der Creme, hatte ich nur 1 Tag Schmierblutungen und überhaupt keine Schmerzen. Ich war so happy! Dann wurde der HA während der Periode schlimmer und in diesem Zyklus hab ich nicht gecremt..... weiss auch nicht mehr, wie ich das alles deuten soll

@ Binne: mensch - das ist ja ein Ding, dass der Wert gar nicht so hoch aussieht, wie er im ersten Moment wirkt. Weisst Du, ich hab einen Zyklus lang gecremt und mir ging es super dabei - keine PMS Probleme - kaum Schmierblutungen - ich war so happy! Aber dann begann der HA schlimmer zu werden und diesen Zyklus hab ich überhaupt nicht gecremt - also war ich während der Probenentnahme war ich 21 Tage Cremefrei.

Stressresistenz hab ich überhaupt nicht. Unsere Tochter ist super anstrengend.... ich könnte den ganzen Tag nur rumschreien (was ich natürlich NICHT mache) - aber ich bin sofort auf 180 - total ausgelaugt - total genervt - einfach am Ende mit allem. Das ist natürlich nicht nur wegen meiner Tochter - sondern vor allem wegen dem HA. Der zieht mich so runter, dass ich kaum noch Kraft für anderes habe.

Mir wird schlagartig heiss - ich könnte platzen - manchmal reg ich mich so auf, dass mein Herz schon weh tut - bin einfach aufgebraucht.

Rege mich eh schnell auf in letzter Zeit - innerlich kann ich mich oft nicht beruhigen und ärgere mich ewig über Kleinigkeiten.

Mir fehlt einfach mittlerweile die Gelassenheit. Unsere Tochter lässt einem keinen Raum - lässt einem keine ruhige Minute. Sie ist so lieb - aber soooooooooooooooooooooooooo fordernd, kompliziert und anstrengend. Es gibt viele Leute in unserer Clique, die sie als abschreckendes Beispiel sehen, was Kinder angeht. Sie weiss alles, diskutiert mit ihren 5 Jahren wie eine grosse, will ununterbrochene Aufmerksamkeit, ist überzeugte Vegetarierin seit Monaten, spielt ungern mit

kleinen oder gleichaltrigen Kindern - am liebsten mit Grossen Leuten. Das schlaucht so ungemein..... und lässt mich nicht mehr zur Ruhe kommen.
Aber das ist eine andere Baustelle

Was mach ich jetzt mit der Progesteroncreme? Sie hat mir Zyklusmässig schon geholfen - aber der HA ist schlimmer geworden.... evtl. auch durch das absetzen der Pille. Es ist so schlimm..... - man muss einerseits eins nach dem anderen testen um Sachen ausschliessen zu können - aber einem läuft die Zeit weg.....

Dieser blöde Speicheltest bringt mir gar nix. So viel Geld - und ich hab mich (um mich zu beruhigen) darauf verlassen, dass er mir die Ursache zeigen kann. Das ist jetzt mal wieder nicht der Fall und ich hocke wieder total panisch in meinem Loch.
Mensch - das kann doch so nicht weitergehen! Es muss doch einen Grund haben, den man im Blut sehen kann. Ich versteh das alles nicht mehr - menno.....

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [flame](#) on Sat, 23 Jun 2012 15:50:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn etwas hilft, kann ein zunächst verstärkter HA ja auch ein Shedding sein??
Das mit dem Zyklus wäre doch an und für sich ein gutes Zeichen!?

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 23 Jun 2012 16:00:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Flame,

ja - eigentlich war ich auch total begeistert von der Creme. Weil ich nur 1 Tag Schmierblutungen hatte und auf einmal war die Mens da - ohne Schmerzen und ich war baff! Nach 2 Tagen war sie auch wieder weg - total easy... sowas kenn ich ja gar nicht.

Bei dem vermehrten HA kommen ja jetzt einige Sachen zusammen:

- absetzen der Pille vor fast 4 Monaten
- Progesteroncreme
- Aminexil seit 7 Wochen
- Pantostin seit 8 Wochen

Wobei ich gelesen hatte, das Aminexil und Pantostin keinen Shedding hervorrufen sollen - aber man weiss es halt nie genau.

Was mir jetzt im Moment auffällt - es fallen mir viele super dünne, mickrige und farblose Haare aus - und auch viele kurze - so 10cm lang.
Vorher waren es fast immer nur lange.... jetzt halt die gleiche Menge lange Haare und das gleiche an kürzeren noch dazu.

Heute abend werde ich mir erstmal 4 Baldrian einwerfen und versuchen ruhige Nacht zu haben.....

Danke, dass ihr für mich da seid - ich bin so froh nicht alleine zu sein!!!!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [flame](#) on Sat, 23 Jun 2012 16:38:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das mit den regulierten Blutungen klingt doch super!!!
Wer weiß, vielleicht regelt sich da gerade Dein Hormonhaushalt wieder neu, und kommt einiges in Bewegung. Insbesondere womöglich neue kräftige Haare, welche die alten kränklichen rauswerfen.

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 23 Jun 2012 17:31:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh Flame.....das wäre zu schön.....
Gerade Haare gewaschen..... der Tag ist gelaufen.

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [Binne](#) on Sat, 23 Jun 2012 18:03:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Mucki, ich kann mit gut vorstellen, dass der vermehrte HA mit dem Pille absetzen einhergeht...
mein HA, jeweils nach dreimal Pille absetzen, fing extakt immer nach 3 Monaten an...

Die positiven Zyklusveränderungen könnten sehr wohl von Prog stammen!

Mir fallen seit ein paar Wochen auch sehr sehr viele DÜNNE, kürzere Haare aus (früher nie oder es ist mir noch nie aufgefallen) und ich überlege auch hin und her, was das bedeuten könnte...

ich hoffe auch, ähnlich wie flame schon geschrieben hat, dass jetzt stärkere nachkommen

Mir geht es durch den HA auch beschissen, gerade in Bezug auf meine Kinder.... ich bin auch total gereizt ihnen gegenüber, vor allem nach dem Haare waschen...

das Waschen habe ich nun immer nach dem Bettgehen der Kinder gelegt, damit diese nicht meine schlechte Laune abbekommen....

Auch mein Mann hat mittlerweile Angst vor meinem Haare waschen...

Drück dich ganz lieb,

LG!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [hoffnung](#) on Sat, 23 Jun 2012 20:42:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Muckimuck,

ich verwende die Progesteroncreme seit Herbst 2010. Im Mai 2011 habe ich einen Speicheltest gemacht:

Progesteron 459 pg/ml (Referenzwert 19,6 - 332,
Östradiol: 4,2 (Referenzwert 1,22 - 16,5)

Habe dann sofort dort angerufen, weil ich dachte mein Progesteron sei viel zu hoch (ich habe andere Referenzwerte als du). Man hat mir aber mitgeteilt, das ich gut eingestellt sei, da mein Progesteron/Östradiol 109,28 ist.

Mein HA ist definitiv besser geworden, obwohl es sicher noch einige andere Baustellen gibt.

Hoffe, ich konnte dir helfen.

LG,
Su

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sun, 24 Jun 2012 06:36:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hoffnung.....demnach hätte ich ja immer noch zu wenig Progesteron - oder?
Mensch....wenn ich wenigstens den genauen Grund für den jetzigen verstärkten HA wüsste.
Dann wüsste ich, ob ich weiterschmieren soll oder nicht

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sun, 24 Jun 2012 18:05:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach so.....was meint ihr zu meinem Testosteron? Ist das vielleicht auch zu hoch?
Könnte das schuld sein?

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [Binne](#) on Sun, 24 Jun 2012 18:12:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dein Testo ist gutes Mittelmaß, finde ich..

Prog finde ich, wie schon gesagt, fast immer noch zu niedrig.

Lass doch mal auf eigene Kosten DHT testen, vielleicht ist das ja auch bei dir der Übeltäter ?

Ich weiß, es sagen zwar einige, dass dieser Wert sehr schwankt, aber ich habe bisher noch nie diese Erfahrung gemacht. DHT war bei mir immer mit ein Indikator dafür, ob mein HA besser oder schlechter wird... in Abhängigkeit von der UF der SD und meinen Hormonen, die ich genommen habe...

LG!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sun, 24 Jun 2012 18:30:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Binne! Das werde ich mal machen. Muss eh wieder Ft3 und Ft4 bestimmen lassen. Dann soll der Hausarzt das mitmachen lassen.....auf das Geld kommt es auch nicht mehr an.... Pantostin sollte dann ja auch ganz gut sein.....hoffe ich.
Muss man das Dht an einem bestimmten Zyklustag testen lassen oder ist das egal?

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [Binne](#) on Sun, 24 Jun 2012 18:31:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe das DHT mal am 5. ZT testen lassen und mal am 21.ZT, habe da KEINEN Unterschied gemerkt.
Generell sagt man aber, dass man die (männl) Hormone am 5. ZT testet und wenn man etwas über Prog / Ö / Verhältnis wissen möchte, am 21. ZT.

LG!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [Biggi01](#) on Sun, 24 Jun 2012 18:38:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mucki,

denk bitte daran, dass Hormongaben die Werte ft3 und ft4 verfälschen.

Ig

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Mon, 25 Jun 2012 10:23:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr 2,

also ich werde in 3 Wochen meine SD-Werte mal wieder checken lassen und versuche auch einen DHT Wert beim Hausarzt zu bekommen - von mir aus mit Zuzahlung - anders geht es wohl eh nicht.

Heute morgen hab ich versucht, einen Termin bei einem anderen Gyn zu bekommen - leider haben die Aufnahmestop - zuviele Patienten

Echt - irgendwie kriegt man immer nur Steine in den Weg gelegt.

Biggi - ja das stimmt mit den Werten. SD-technisch fühl ich mich gut eingestellt - nehme ja seit Dezember L-Thyroxin und mein HA hat sich in keinster Weise geändert. Denke, dass ich da eh nicht weiter komme....

Binne - das mit dem DHT ist echt interessant. Was hast Du gegen die hohen Werte gemacht? Gibt es da nur FIN als Möglichkeit? Da hab ich ja doch echt Bammel vor - und woher soll man ein Rezept bekommen? Mensch ist das alles ein Gerenne..... und irgendwie kommt man nicht vom Fleck

Ich hatte ja vor 1,5 Wochen einen Termin bei einer hier sehr angesehenen Heilpraktikerin. In 2,5 Wochen muss ich wieder hin.

Fahre jetzt mehrgleisig - irgendetwas MUSS doch mal helfen....

Sagt mal - glaubt ihr daran, dass man HA aus psychischen Gründen haben kann? Wegen grossem Kummer, Sorgen etc.? Das es ein Zeichen sein soll, sich endlich zu ändern? Komplexe abzulegen, Glücklich zu sein mit sich, sich selber zu akzeptieren?

Das alles sind so Probleme von mir - seit Jahren..... - hab jetzt 2 Ärzte und 2 Heilpraktiker, die meinen, es läge bei mir wirklich an seelischen Sachen. Klar - ich kenne Leute, die hatten aus psychischen Gründen Darmbluten etc.... Ich frag mich immer nur, ob es wirklich daran liegen könnte? Wenn ich doch einfach nur den Grund wüsste..... - mensch das wäre was

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [Binne](#) on Mon, 25 Jun 2012 10:42:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@SD: ich hsbe gestern noch einmal ein wenig gesurft bei ht mb und dort nachgelesen, dass einige erst nach 6-12 Monate eine Verbesserung feststellen konnten.

Viele schrieben auch, dass der HA erst stoppte, nachdem man lange Zeit nichts mehr an der

Dosis geändert hatte. Eine Dosisänderung bewirkte bei einigen (oder allen?), starke Hormonschwankungen bei den Sexualhormonen.... von daher, Mucki, vielleicht einfach noch mal abwarten. Zudem hast du nun ja auch noch die Pille abgesetzt, da würde ich, so bitter das klingt, nicht allzu schnell damit rechnen, dass der HA stoppt. Mein Pillenabsetz-HA hat jedes Mal mind 6 Monate gedauert.. bin dann aber immer ss geworden, da hörte er dann automatisch auf.

@DHT: Gegen ein hohes DHT kann man Prog schmieren, Prog soll bewirken, dass sich nicht mehr so viel DHT bilden kann in der Leber.

Auch ist eine gute SD Einstellung positiv, denn durch eine UF ist die Aromatase verstärkt und Testo wird vermehrt in DHT und nicht in Ö umgewandelt.

Und Fin gibts eben auch noch.

Falls Du Fin nehmen möchtest, ein ganz guter Weg ist es immer zu sagen, dass du eine Freundin / Bekannte hast, bei der auch nichts geholfen hat und die jetzt mit Fin guter Erfahrungen gemacht hat...

Meine DHT Werte waren mal ganz oben und dann wieder ganz unten (mit einem sehr guten FT3 Wert um die 85%) daraufhin folgte 3 Monate später eine 6 wöchige Haarausfallfreie Phase. Leider war ich etxtrem ungeduldig und habe in diesen 3 Monaten, in denen der HA noch am Laufen war, mir andere Sachen eingeschmissen und veränderte so meine Werte / Sexualhormone / DHT wieder, so dass wiederum nach weiteren 3 Monaten dann wieder der HA einsetzte.

In diesem Zusammenhang glaube ich auch nicht mehr sooo daran, dass HA ganz spontan auf etwas reagiert , zb dass ich in einem Zyklus Prog schmiere und im nächsten habe ich mehr HA. Das hat dann nicht unbedingt etwas mit dem Prog aus dem letzten Zyklus zu tun. Ich glaube mittlerweile wirklich, dass die Ursache dann etwas weiter vorher zu suchen ist... 6-8 Wochen vorher mindestens. Ist meine Meinung.

HA aus seelischen Gründen kann eine Möglichkeit sein, da sich durch Kummer, Stress etc ja auch deine Hormone verändern...

LG!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [muckimuck](#) on Mon, 25 Jun 2012 10:56:59 GMT

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

Danke Binne - Du holst mich immer auf den Boden der Tatsachen zurück

Also - an der L-Thyroxin Menge hab ich immer wieder mal gedreht - 6,25 nach oben oder unten..... - ich bleib jetzt bei 75 und fertig. Damit fahre ich gut..... 6,25 mehr sind auch o.k. - aber danach geh ich in die ÜF. Von daher weiss ich nicht, ob es gut ist, 6,25 mehr zu nehmen.... dann wäre ich gaaaaanz oben beim FT3 und 4.

Die Pille..... ja - der HA wird sicher durch das Absetzen verstärkt. Und nicht durch das Progesteroncremen vorletzten Zyklus..... - ich denke mittlerweile auch, dass die Haare nicht soooo schnell reagieren. Vielleicht bei extremen Stress... da verliere ich am nächsten Tag mehr. Aber allgemein hast Du sicher Recht.

Gut - ich warte. Ich warte einfach ab.... nehme Progesteron (bin ja anscheinend noch in der Östrogendominanz), nehme LT75, nehme NEM's, Pantostin und Aminexil weiter. Lasse neue SD WErte und hoffentlich auch DHT machen in 3 Wochen.....Fertig.

Nachdem mein Zyklus mit Progesteron so super war, wird es sich er nicht verkehrt sein, es wieder zu nehmen. Denke ich.... wenn der Zyklus o.k. ist, sind die Hormonwerte doch sicher besser, als wenn ich immer SB habe.... denke ich mir so.

Noch eine Frage - hab ich glaub ich schon mal gefragt... bin aber so durch den Wind, dass ich es nicht mehr genau weiss.

Mein Gyn meinte mal, dass Progesteron HA technisch auch nach hinten los gehen kann. Ich hab das bis heute nicht verstanden..... Warum kann den Progesteron HA fördern? Ich dachte, dass wäre so ein tolles Zeug mit lauter guten Eigenschaften..... ehrlich gesagt, muss ich mir das glaub ich alles mal aufschreiben. Ich blick Hormonmässig gar nicht mehr durch....

Einen lieben Gruss an Euch da draussen!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [flame](#) on Mon, 25 Jun 2012 10:59:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Sagt mal - glaubt ihr daran, dass man HA aus psychischen Gründen haben kann? Wegen grossem Kummer, Sorgen etc.? Das es ein Zeichen sein soll, sich endlich zu ändern? Komplexe abzulegen, Glücklich zu sein mit sich, sich selber zu akzeptieren?JA, daran glaube ich sehr wohl. Was natürlich nicht heißen soll, dass das generell bei allen Arten von Haarausfall die Ursache ist.

Alleine das Wissen darum, dass bei einem selber der HA mit hoher Wahrscheinlichkeit psychisch ist, löst das Ganze aber leider noch nicht auf.

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Mon, 25 Jun 2012 11:25:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Flame - das bestärkt mich immer mehr in meiner Annahme, dass es echt seelische Gründe waren, die das hier ausgelöst haben.

Klar - die genaue Ursache weiss ich immer noch nicht.... aber ich weiss, dass mein Körper mir was sagen will.

Wisst ihr - ich hab seit Jahren Symptome..... es ging los mit einer Angststörung (wurde damals ganz plötzlich arbeitslos, hab das nie verkraftet) - dagegen nahm ich AD und konnte es gut unterdrücken.

Trotzdem hab ich es nie verarbeitet - was wohl ein Fehler war. Danach der totale Zusammenbruch wegen familiärer Krankheiten - dann gesellte sich diese fiese Blasenentzündung dazu, die durch kein AB wegging. Die Blase war diffus entzündet - sah

schlimm aus lt. Urologen. Kein AB half, da ich einfach viel zu wenig Bakterien im Urin hatte. Mein Urologe meinte: die Seele weint durch die Blase. Passte ja total zur Situation. Wieder alles ausgesessen - Blase spinnt immer mal wieder rum - aber ich kann es unterdrücken. Tja - dann kam der HA - als ob mein Körper mir sagen will: Hör endlich auf dich schlecht zu machen. Ich hab so viele unbegründete Komplexe..... ich muss echt an mir arbeiten. Die 2 Symptome Angst und Blase sind in meinen Augen total sicher von der Psyche gekommen. Der HA wäre das i-Tüpfelchen..... es ist was äusserliches - er zwingt mich zu handeln, Ängste zu überwinden etc.....

Problem ist halt nur, dass ich ihn diesmal nicht verstecken kann - Angst sieht man nicht - Blase auch nicht.....

Jetzt wird es ernst für mich. Ich arbeite an mir - und werde beobachten, was meine Haare machen.

Die Heilpraktikerin hat mir das soooo jetzt nicht gesagt - ich bin von selber drauf gekommen. Ob es die richtige Einschätzung ist, weiss ich nicht. Und was ich dagegen tun kann leider auch nicht.....

Ich drück euch!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [Binne](#) on Mon, 25 Jun 2012 11:44:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich finde manche Sprichwörter auch immer sehr passend,

zb " es ist zum Haare raufen" (passt ja auch gut auf unsere stressigen Lebensumstände... dann fallen eben die Haare...)

oder

" es ist zum aus der Haut fahren" (ich habe in extremen Stresssituationen ganz ganz schlimme Juckanfälle, dann jucke ich mich blutig ohne dass man vorher etwas an der Haut gesehen hat, also kein Neurodermitis, oder so... meine Haut zeigt mir dann auch, wie sehr sie gestresst ist...)

Und so ist das mit den Haaren bei vielen bestimmt auch..

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [tividi](#) on Mon, 25 Jun 2012 20:12:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Mein Urologe meinte: die Seele weint durch die Blase. Passte ja total zur Situation.

Das find ich aber auch sehr interessant.

Ich hatte einige Monate nachdem mein Papa gestorben war, andauernd Blasenentzündungen, ständig immer wieder über einige Jahre. Ich denke eigentlich das kam vielleicht irgendwie von der Pille.. hatte das auch mal gelesen... Aber dieser Satz deines Urologen und das die Blasenentzündungen erst danach auftraten... das find ich interessant..

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [shania01](#) on Mon, 25 Jun 2012 20:25:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte bis vor einem Jahr ca ständig Herpes am Mund und öfters mal Erkältung. Denke das Immunsystem spielt generell auch eine wichtige Rolle. Mein Progsteronwert war 2-3 mal so hoch bei der letzten Messung als der Referenzbereich und damals war ich nur minimal aus der Östrogendominanz draußen.
Mein Cortisoltagesverlauf sah vor 2 Monaten ziemlich abfallend aus gegen Abend unter dem Referenzbereich. Am Morgen leicht drüber. Ich vermute zu meiner SD Erkrankung noch eine Nebennierensache und versuche nun alles Möglich die NN wieder zu stärken. Vielleicht liegt hier das Übel. Ich hatte diesen Monat 2 jähriges.....Happy Birthday Haarausfall!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Tue, 26 Jun 2012 08:19:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja - ich denke auch, dass an vielen Sprichwörtern was dran ist.
Und wenn es der Seele schlecht geht, geht es dem Körper meist auch schlecht..... - und irgendwann tritt es dann auch evtl. nach aussen (HA etc.).

Problem an der Sache ist halt, dass der HA und so fertig macht.... das man seelisch eigentlich gar nicht wieder auf einen grünen Ast kommt.
Egal wieviel Mühe ich mir gebe, dass Leben zu geniessen..... ich bin innerlich immer verkrampft und unglücklich wegen der Haare. Steig ich ins Auto sehr ich Haare, mach ich den Trockner sauber, seh ich Haare. Geh ich ins Bad, seh ich Haare auf dem Boden. Bezieh ich die Betten neu, seh ich Haare. Sie sind einfach überall! Verfolgen einen regelrecht.

Shania - bei mir ist diesen Monat der 1. Geburtstag an der Reihe..... vielleicht sollte ich mal richtig einen drauf trinken..... dann hätte ich (wenn denn die Übelkeit nicht kommt) eine ruhige und angstfreie Nacht ohne Grübeln.....

Tivi - ja, ich kenne viele, die Blasenentzündungen bei Stress bekommen. Da es bei mir immer wieder kam, dachte ich es sei von der Pille (viel Östrogen etc....) - jetzt nach dem absetzen ist es besser geworden. Ich merke nicht mehr ganz so oft etwas. Bin ja jetzt bei einer Heilpraktikerin (hoffentlich taugt diese mal was) und werde dort behandelt. Sie hat mit einer Globuligabe bei mir sämtliche Symptome der letzten Jahre innerhalb eines Tages wieder auffachen lassen. Jetzt soll der Körper sich selber heilen.... die Blase war schnell wieder gut - die Angststörung wird auch wieder besser. Nur die Haare.... die fallen weiter aus. O.K. - ich bin ganz am Anfang der

Behandlung.... das dauert ja alles. Ich hab bei ihr ein so gutes Gefühl..... sie ist so anders... kann es nicht beschreiben. Werde euch auf jeden Fall berichten.
Wenn ihr Fragen habt, immer her damit.. noch ist ja nicht viel passiert...

So - ich arbeite jetzt etwas - ablenken..... ich drück euch ganz lieb!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [pina](#) on Tue, 26 Jun 2012 08:59:48 GMT

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

Liebe Muckimuck,

schau mal hier: <http://sternenblume.beepworld.de/krankheitsursachen.htm>

Ich finde, da sind schon treffende Angaben dabei. Und auch ich bin überzeugt, dass viele leiden psychische Ursachen haben.

Die gereiztheit, die Du schilderst, kenne ich auch nur zu gut. Inzwischen versuche ich gelassener zu sein. Manchmal lasse ich meine Haare nach dem Waschen so verwuschelt wie sie dann sind an der Luft trocknen und gehe auf den Balkon um sie zu bürsten. Ich beuge mich über das Geländer, damit die ausgehenden Haare runterfallen wo ich sie nicht sehen kann. Und da ich meistens abends wasche, wenn es schon dunkel ist, sehe ich auch nicht was da rausgeht. Ich sehe also nur, was direkt beim Waschen ausgefallen ist. Da beim Kämmen meist der große Schwung ausgeht, verkrafte ich das besser.

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....

Posted by [muckimuck](#) on Tue, 26 Jun 2012 09:35:20 GMT

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

Liebe Pina,

danke für den tollen Link! Das passt ja von den Symptomen her super zusammen.
Jetzt müsste man nur den Reset-Knopf am Körper finden und dann ist alles wieder gut

Mensch, dass mit den Haaren nach dem Waschen ist echt der Horror. Vielleicht sollte ich auch einfach nicht mehr hinschauen - finde ich eine gute Idee..... denn der Anblick löst jedes mal Entsetzen in mir aus.

Heute scheint die Sonne so schön (bei euch hoffentlich auch), lasst uns einfach mal den Tag versuchen zu genießen. So wie früher - mit vielen Haaren auf dem Kopf.

Ich hab mir schon oft überlegt, ob ich einen "Haar-Egal-Tag" in der Woche einlegen sollte. Klar - abschalten ist schwer. Aber wenn man sich immer wieder sagt: heute mal nicht - morgen wieder aufregen.... vielleicht klappt das ja irgendwie. Einen Tag, an dem man etwas macht, was man toll findet. Keine Haare waschen an dem Tag, kein Forum, kein Googeln - am besten gar kein I-Net. Spazieren, Walken, Rad fahren, Eis essen, shoppen, Kino - ganz egal. Von morgens bis abends sich selber was gutes tun. Auf der Arbeit ein tolles belegtes Brötchen vom Bäcker - vielleicht

mal keine Diät an dem Tag (wenn man gerade dabei ist) Süßigkeiten nach Belieben, ganz egal - einfach mal FREI SEIN. Ich glaube, dass würde uns mal gut tun..... und wenn es nur ein paar Stunden in der Woche sind....immerhin ein Anfang.....

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [pina](#) on Wed, 27 Jun 2012 09:08:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tja, den Knopf habe ich auch noch nicht gefunden

Die Idee mit dem Haar-Egal-Tag ist super

Wenn`s nur nicht so schwer durchzuhalten wäre. Es ist so zum heulen: da wird das Wetter wärmer, die Sonne scheint, die Bäume sind voll belaubt... und uns rieseln die Haare vom Kopf...

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Wed, 27 Jun 2012 09:14:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Denk Knopf find ich auch nicht - und das mit dem HET (Haar-Egal-Tag) ist im Moment (durch mein Shedding - woher auch immer) gar nicht möglich.

Mensch - Du hast so Recht - alles ist voller Leben (und alle im Umkreis auch voller Haare) und bei uns verabschiedet sich alles.....

Ich drück dich!

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 30 Jun 2012 18:57:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Huhu,

mein niedriger Östriol Wert hat mir keine Ruhe gelassen
Jetzt hab ich das hier gefunden.... Was meint ihr dazu?

http://www.braundepraun.at/index_108_108__337_1_0__.html

Kann man den Östrogendominanz und Östriolmangel haben? 2 Zyklen vor dem Speicheltest war mein Östradiol lt. Gyn sehr niedrig.....aber im Speichel sieht es jetzt im 4. Zyklus ohne Pille doch ganz gut aus....oder?

Östriol.....ist das wichtig oder nur in der Schwangerschaft?

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 30 Jun 2012 19:02:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Eine ausgeglichene Hormonbalance liegt vor, wenn das Verhältnis von Estriol und Estradiol bei etwa 80:20 liegt

Das les ich gerade auf meinem Testergebnis

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 30 Jun 2012 19:04:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jetzt kapier ich glaub ich nix mehr. Hol mir jetzt ne Tafel Schokolade und versuch mal klar zuwerden im Kopf.....das passt doch alles nicht zusammen....

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [mike.](#) on Sat, 30 Jun 2012 20:47:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hmm.

Estriol wenig viel Estradiol

..viel 17-b-HSD Enzyme ?

wenig aromatasenzyme (Androstendion aus NNR .. Aromatase -> Estriol (E1))

NNR checken lassen!
Androstendion checken lassen

Da gibt es was, was die aromatase anregt und körpereigenes Estrion entstehung ankurbeln kann...

Estriol wichtig für die Haut. Gestörtes verh. Androstendion / Estriol (jew. Vorstufen, Androgen/Estrogen .. nur androgene sind in der lage zu estrogenen zu werden) kann fettige Haut vderursachen mM nach (viel ASD, wenig E1 -> fettig . umgekehrt trocken..kann sehr trocken werden sogar!!!)

Als ich mit Aromatasehemmer befasst und genommen habe zu Androcur dürfte ich ASD erh.

haben und E1 durch A-Hemmer gesenkt -> fettig ...

Subject: Aw: Meine Werte - Hormonspeicheltest.....
Posted by [muckimuck](#) on Sat, 30 Jun 2012 20:51:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Mike!!!!!!

Androstendion wird Mittwoch bei der BE mit bestimmt. NNS hab ich schon lange in Verdacht.
Ich lass das checken.....zur Not mit eigenem Speicheltest. Jawoll

NNS würde passen, da der Mist mit den Haaren nach einer sehr stressigen und traumatischen
Zeit losging.....
