
Subject: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Ataba](#) on Wed, 16 Jan 2013 16:59:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo die Damen,

mal meine Kurzzusammenfassung:

HA seit 2007. Zumindest merklich. Eigentlich schon mind. 5 Jahre länger.

HA mit oder ohne Pille. Das war egal. Seit 2010 pillenfrei.

Im August 2011 schwanger geworden, der HA war aber schon ein Jahr vorher besser (entweder Vitamin D wars oder das Absetzen der Pille)

Nun hab ich im Mai 2012 entbunden, wunderbare Haare. Nach 4 Monaten Horrorausfall, 3 Monate lang. Momentan ists wieder gut, der Status aber schrecklich.

Nun hab ich sooooooolche Bauchschmerzen, dass es nicht auszuhalten ist. Jetzt sagt der Gyn es gäbe 2 Optionen um mein Hormonungleichgewicht ins Reine zu bringen. a) Abstillen und schaun was passiert wenn sich alles einpendelt oder b) weiter stillen und die Cerazette nehmen.

Ich kann und mag nicht abstillen. Meine Maus hat ne Kuhmilchallergie und MEINE kuhmilchfreie Ernährung ist die einzige MÖglichkeit für sie. Humana SL trinkt sie nicht, Neocate ist für mich Chemie pur, abgesehen davon trinkt sie -jetzt 8 Monate alt- NICHTS aus der Flasche.

Pille will ich aber auch nicht nehmen. Wären reine Gestagene sagt der Gyn. Er vermutet ne Östrogendominanz. Aber das will ich eigentlich nicht. Auch wenn es Verhütungstechnisch nicht schlecht wäre. Kondome mit dem eigenen Ehemann sind nicht so der Brüller. ABER DANN WERDEN MIR WOHL DIE HAARE RIESELN !!!!!!!!!!!!!

Kann mir wer was sagen zu der Gestagenpille?

Mein Vorschlag wär, ich halt die Bauchschmerzen noch etwas aus und still erst in ein paar Monaten ab.....

Sorry, etwas wirr.

LG

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [hashi](#) on Wed, 16 Jan 2013 17:45:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Ataba...

die Überschrift ist lustig

zu einer reinen Gestagenpille kann ich leider nichts sagen, ich hatte ein Östrogen-Präparat...ich weiß nur, das auch eine sog. Minipille Bauchkrämpfe etc. auslösen kann und dann wärst du so weit wie jetzt ...und vor allem, wenn du nicht abstillen willst, dann würde ich es auch nicht tun...vor allem wenn es dann für die Kleine problematisch wird....schade das ich dir nichts konkreteres sagen kann jede Pille hat Nebenwirkungen und sie ähneln sich. Man tauscht sozusagen Pest gegen Cholera

Ig hashi

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Cora](#) on Wed, 16 Jan 2013 18:08:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ist denn mit den vielgelobten bioidentischen Hormonen, die ja auch einigen bei HA geholfen haben (Beispiel Ajunje)?
Was hält dein Gyn von Utrogest? Ich weiß, die meisten Gyns verschreiben das nur bei Kinderwunsch - aber bei ner Östrogendominanz ist es auf alle Fälle auch angezeigt, Progesteron zu nehmen. Viele vertragen das naturidentische (= Utrogest) erheblich besser als die künstlichen Gestagene.

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Ataba](#) on Wed, 16 Jan 2013 19:04:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Du,

Danke für den Hinweis. Da werd ich mich gleich mal schlau machen. Wird mir wohl bloß nicht viel helfen. Mein Gyn gehört zur Generation "ICH bin der Arzt, ICH sag was getan wird"

LG

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Ataba](#) on Wed, 16 Jan 2013 19:06:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lustig. GENAU DAS hab ich heute zu meinem Mann gesagt von wegen Pest und Cholera.

Ich will die Pille ja SOWIESO nicht mehr nehmen. Abgesehen davon ist die Reihenfolge 1. Cerazette und 2. in ein paar Monaten abstillen ja wie wenn ich das Pferd von hinten aufzäum. Wenn, dann eben andersrum. Erst abstillen (wenn es an der Zeit ist), dann warten ob es sich einpendelt und DANN, ja dann KÖNNTE man die Pille immer noch nehmen. Was ich aber trotzdem nicht vorhab.

Danke Dir

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [hashi](#) on Wed, 16 Jan 2013 19:39:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

vor allem würde auch solch ein Umbruch starke Hormonschwankungen mit sich bringen und du wüsstest nichtmal, ob die Unterleibsschmerzen immer noch da sind-oder eben durch den Wandel gekommen sind....

Beispiel bei mir: ich nahm die Pille gegen Migräne und Zysten im Dauerzyklus-und bekam Myome. Die Zysten waren weg-die Schmerzen blieben. Nur waren es diesmal halt andere Auslöser

Sieh mal bei den Nebenwirkungen (möglichen) der Cerazette nach, da steht alles drin was auch bei anderen Pillen steht.

Ig hashi

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Ataba](#) on Wed, 16 Jan 2013 19:47:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Migräne gegen Myome getauscht. Also doch Pest und Cholera

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [hashi](#) on Wed, 16 Jan 2013 20:02:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ataba schrieb am Wed, 16 January 2013 20:47 Migräne gegen Myome getauscht. Also doch Pest und Cholera

sag ich doch..und ich spreche aus Erfahrung

ne, ne lass das erstmal mit der Pille...vor allem wegen der Kleinen, es geht ihr halt so besser und dir ja auch...hat dein Doc denn erklärt, woher die Schmerzen kommen??

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Binne](#) on Wed, 16 Jan 2013 21:28:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Du!

Verstehe nicht ganz, wie dein Arzt auf die Schlussfolgerung kommt: Bauchschmerzen---> Pille nehmen... als ob die Pille das Allerheilmittel wäre wenn er es wenigstens begründet hätte... wurdest du untersucht?

Ich würde eine reine Gestagenpille auf gar keinen Fall nehmen!! Gerade das Gestagen in den Pillen steht in Verdacht, Krebs auszulösen. Außerdem macht die auch oft gerne mal Kopfschmerzen...

Selbst wenn du eine Östrogendominanz hast, muss das nicht heißen, dass du zu viel Östrogen hast!! Das hat Harley Qu. doch in einem anderen Thread letztens so schön erklärt. Das Verhältnis von Ö zu P stimmt nicht. Man hat augenscheinlich zu viel Ö im Verhältnis zu P, dabei hat man vielleicht eigentlich zu wenig Ö...zu viel Ö im Verhältnis zu dem (wenigen) P heißt manchmal auch, dass man von beiden noch viel mehr haben kann, damit es für einen gut ist!!

Ich hatte in allen Schwangerschaften auch immer ganz wunderbare Haare, danach kam immer der Super Gau, Ausfall in einem Ausmaße, den ich bei anderen nie beobachten konnte. Dieser Dr Huber schrieb auch mal, dass tolle Haare in einer ss und ein extremer Ausfall danach oft ein Zeichen für Ö-Mangel ist.

Ich schmiere seit Oktober letzten Jahres nun Östrogene und nehme Utrogest dazu (im Prinzip so wie es Ajunie macht, nur mit einer anderen Dosierung) und mein Ausfall ist schrittweise besser geworden. Aktuell ist er eigentlich weg. Aber so ganz traut man ja dem Frieden als Langzeitgeplagte noch nicht..

Im Blut sah mein Östrogen eigentlich ganz passabel aus; im Speichel lag das Ö viel niedriger... und da die Ergebnisse vom Speichel eigentlich immer mein Befinden und meine aktuelle Hormoneinnahme widerspiegeln, halte ich vom Speicheltest viel.

Ich würde an deiner Stelle auch noch nicht abstillen; halte durch und mache vielleicht mal nach dem Abstillen (würde dann aber auch noch etwas warten damit, da sich nach dem Abstillen hormonell ja doch einiges noch ändern kann) einen Speicheltest!

Lg, Binne

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 17 Jan 2013 08:35:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,

ist natürlich klar, dass der Frauenarzt die Pille verschreiben will. Er verdient dran und hat offensichtlich keinen Plan von bioidentischen Hormonen.

Ich würde dir auch empfehlen nach dem Abstillen einen Speicheltest zu machen. Online kann

man sich solche Tests bestellen (zwischen 50 und 100 Euro) und einfach selber machen. Man schickt seine Proben ein und fertig.

Wenn der Frauenarzt eine Östrogendominanz vermutet, wäre der nächste Schritt eigentlich mit Progesteron (bioidentisch) anzufangen.

Wie oben schon erwähnt wurde, kann man trotz Östrogendominanz trotzdem auch noch einen zu geringen Östrogenspiegel haben. In dem Falle ist der Östrogenwert niedrig, dominiert aber trotzdem noch über den viel zu geringen Progesteronwert.

Logischerweise cremt man dann einfach Progesteron jeden Zyklus nach dem Eisprung bis zur Periode, damit der Progesteronwert hoch geht. Was wohl aber festgestellt wurde, ist, dass oftmals zuerst der Östrogenwert hoch geht, da der Körper das Progesteron in Östrogen umwandelt. Dadurch wird eine Östrogendominanz kurzzeitig verstärkt. Ist der Östrogenspiegel dann ok, wird der Progesteronspiegel erhöht, weil das gecremte Progesteron nicht mehr bzw zu kleineren Teilen umgewandelt wird.

Man kann sich vorstellen, dass das ein paar Monate dauern kann. Deshalb soll man der Progesteronsache 3-6 Monate Zeit geben.

Ich musste mir das auch alles ergooglen, weil viele Ärzte einfach keinen Plan haben. Die Seite von Frau Dr. Scheuernstuhl hat mir sehr weitergeholfen. Lies dir einfach mal ein paar Sachen dazu durch. Du wirst dich sicher in der einen oder anderen Sache wiedererkennen.

Wenn du eine Alternative zu Kondomen möchtest, würde ich dir übrigens eine Gynefix empfehlen. Das ist eine Kupferkette, die wie eine Spirale wirkt. Vielleicht kannst du dich ja mit sowas anfreunden. Ich habe meine seit fast 2 Jahren und keine Probleme damit. Nicht mehr an Verhütung denken zu müssen, ist sehr angenehm.

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Ataba](#) on Thu, 17 Jan 2013 08:50:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hashi schrieb am Wed, 16 January 2013 21:02Ataba schrieb am Wed, 16 January 2013 20:47Migräne gegen Myome getauscht. Also doch Pest und Cholera

sag ich doch..und ich spreche aus Erfahrung

ne, ne lass das erstmal mit der Pille...vor allem wegen der Kleinen, es geht ihr halt so besser und dir ja auch...hat dein Doc denn erklärt, woher die Schmerzen kommen??

Na der Kleinen gings ja nicht schlechter wenn ich die Pille nehm. Es hieß ja ENTWEDER Pille ODER Abstillen. Und ja, wenn ich abstelle, gehts ihr definitiv schlechter. Ich werd nicht abstillen und ich werd die Pille nicht nehmen.

Der Gyn meinte halt, dass meine Hormone noch durcheinander sind, weil ich noch stille. Und da kanns dann überall mal zwicken und zwacken.

Ist nur das Problem, dass es nicht nur ein bißl zwickt. Ich hab höllische Schmerzen zeitweise

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [Ataba](#) on Thu, 17 Jan 2013 08:54:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank für Deine Ausführung.

Momentan ist mir das alles noch zu hoch. Ich muss mich da einarbeiten.

Aber wie schon oben geschrieben, mein Arzt ist einer der Gattung ganz komisch. ER schafft an, ER ist der Arzt, ICH der Depp.

Ich solle entweder abstillen und hoffen dass sich alles hormonell wieder einpendelt oder eben NICHT abstillen und die Pille nehmen, die dann das regeln soll. Aber a) will ich die Pille SOWIESO nicht nehmen. Auch wenn ich keine Bauchschmerzen hätte und b) ist es ja wirklich so, wie wenn man das Pferd von hinten aufzäumt. Wenn, dann probiert man es doch -irgendwann- erstmal auf die natürlich Art. Nämlich irgendwann abstillen und schau was passiert.

Kupferkette? Da werd ich gleich mal googeln. Verhütung ist zwar momentan etwas -nun ja- sehr blöd mit Kondomen, aber GAR KEIN Grund für die Pille. Der Gyn wollt mir ja die HOmonspirale einsetzen

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen
Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 17 Jan 2013 09:15:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dein Gyn scheint ein großer Hormonfreund zu sein. Überleg dir mal, ob du dir vielleicht nen anderen suchst.

Ich würde irgendwann abstillen und dann 3 Monate warten, damit die Hormone sich einpendeln können. Dann würd ich nen Speicheltest machen und dann entsprechend Progesteron substituieren, falls der Wert zu niedrig ist.

Bevor du dir ne Hormonspirale einsetzen lässt, nimm lieber ne Kupferspirale. Und falls dir die Gynefix zusagt, würde ich die sogar der Spirale vorziehen. Die hat nämlich keine Ärmchen, sondern ist nur ein Faden und reizt somit die Gebärmutter weniger. Die Gynefix setzen allerdings nur speziell geschulte Ärzte ein. Da müsstest du dann mal schauen, wo einer bei dir ist.

Falls deine Hormone weiter Tango tanzen, kannst du dir auch jetzt schon mal nen Termin beim Endokrinologen holen. Da wartet man leider immer 3-6 Monate, aber die haben mehr Erfahrung mit Hormonen, als der Frauenarzt. Meiner hat mir auf meinen Wunsch hin ohne Probleme Progesteron verschrieben.

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen

Posted by [Wallemähne](#) on Thu, 17 Jan 2013 09:22:31 GMT

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

Zitat:Dann würd ich nen Speicheltest machen

Wer macht denn solche Speicheltests? Mein FA nämlich nicht. Und was kostet da ein Partameter so in etwa?

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen

Posted by [HarleyQuinn](#) on Thu, 17 Jan 2013 09:30:05 GMT

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

Speicheltests kann man im Internet bestellen. Bei medivere z.B. glaub ich. Ich meine, ich hätt da mal geguckt und Progesteron + Östrogen kostet um 50 Euro. Das Labor schickt einem den Test zu, man gibt seinen Speichel am entsprechenden Zyklustag ab und schickt ihn hin. Die machen dann die Untersuchung im Labor und schicken einem die Werte.

Ärzte machen das nicht, weil das keine Kassenleistung ist und die oft davon nichts gehört haben. Gibt nur wenige Ärzte, die das anbieten.

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen

Posted by [Wallemähne](#) on Thu, 17 Jan 2013 09:50:37 GMT

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

Danke Harley... ich sehe mir die Seite gleich mal an. Die Preise sind ähnlich wie bei einer Blutabnahme. DHT hat mich auch ca. 24 Euro gekostet. Zyklustag... in den WJ immer etwas blöd, ich bin jetzt glaube ich 70 ZT oder so

LG und schönen Tag

Subject: Aw: Jetzt ist die Kacke am Dampfen

Posted by [lockentraum](#) on Thu, 17 Jan 2013 11:54:56 GMT

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

Hallo Ataba,

ich hatte dir gestern schon eine Antwort geschrieben, aber mein blöder Computer ist zweimal abgestürzt und alles war weg.

Ich wollte dir auch zum Prog raten, fände es aber trotzdem wichtig, sicher zu sein, woher die Bauchschmerzen kommen (Ultraschall) und eventuell auch einen Hormontest, ich weiß jedoch nicht, wie aussagekräftig der in der Stillzeit ist. Meine Symptome sind zwar anders gelagert(super heftige Periode, so dass ich trotz Infusionen den Ferritinwert nicht halten kann), aber mein Gyn wollte auch, dass cih die Pille nehme oder ein künstliches Gestagen. Pille geht gar nicht, ich bin mittlerweile 43, wie lange soll ich die denn nehmen und statt dem Gestagen hätte ich auch gerne Prog gehabt, aber das wollte er nicht. Mein Gyn ist sich auf Grund aller meiner Symptome sicher, dass ich eine Östrogendominanz habe, aber er behauptet, dass Prog keine Vorteile gegenüber den anderen Gestagen hätte. Das glaube ich ihm nicht und somit

nehme ich momentan nix. Mein HA ist auch im normalen Bereich, somit habe ich auch keine Lust an den Hormonen zu schrauben.

Ich würde dir auch empfehlen, den Doc mal auf Prog anzusprechen, vielleicht läßt er sich ja drauf ein. Pille würde ich an deiner Stelle auch nicht nehmen, ich weiß ja jetzt nicht, wie alt du bist, aber die Pille kann man ja auch nicht ewig nehmen und dann fängt der ganze Zirkus von vorn an.

Bei mir sind die Blutungen so heftig seit der Stillzeit meiner Jüngsten. Ich habe sie recht lang gestillt, fast zwei Jahre lang und hatte meine Tage wieder seit sie etwa 14 Monate alt war. Zweimal war es so heftig, dass ich zur Ausschabung musste. Damals hieß es ich solle abstillen, dann pendelt sich das wieder ein. Tja, Pustekuchen, nix ist passiert und die Kleine ist jetzt schon sechs Jahre alt. hast du denn deine Tage schon wieder? Vielleicht ist das ja bei dir so, dass es sich wieder einspielt, ich drück dir jedenfalls die Daumen.

Alles Liebe Lockentraum
