
Subject: Hilfe bei der Auswertung meines Hormontests

Posted by [test123](#) on Sat, 28 Jun 2014 17:14:40 GMT

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

Hallo ihr Lieben,

ich wende mich mal wieder verzweifelt an euch... Die Ergebnisse meines Hormontests sind da (Referenz, sofern vorhanden, in Klammern):

17-b-Östradiol (E2), ng/l: 19.5 (...)
LH, basal, IU/l: 4 (...)
FSH, basal, IU/l: 3.9 (...)
Prolaktin, ug/l: 9 (2.8 - 25.0)
SHBG, nmol/l: 80 (...)
DHEA-S, ug/dl: 233 (65 - 380)
Androstendion, ng/ml: 3.7 (+) (0.7 - 2.8)
Testosteron, gesamt, ng/dl: 44.4 (10.0 - 80.0)

Es war der 5. ZT; nach Chlormadinoneinnahme (zum Auslösen der Periode) für 12 Tage.
7 Monate zuvor hatte ich die Diane 35 abgesetzt.
Durch das Ultraschall konnte PCOS offiziell bestätigt werden (habe Zyklusstörungen, HA, Zysten, erhöhtes Androstendion... => PCOS).

Ich habe ein wenig recherchiert und denke, dass bei mir ein heftiger Östrogenmangel vorliegt.
Doch was nun? Ich nehme definitiv nie wieder eine Pille. Ist bioidentisches Östrogen eine kluge Alternative? Z.B. Gynokadin? Muss ich zusätzlich Progesteron nehmen? Bitte helft mir, ich habe solche Angst, ein Östrogenmangel ist ja nun auch nicht gerade gesundheitlich unbedenklich :(

Liebe Grüße
Jana

Subject: Aw: Hilfe bei der Auswertung meines Hormontests

Posted by [mike](#) on Wed, 16 Jul 2014 21:17:36 GMT

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

jana88 schrieb am Sat, 28 June 2014 19:14Hallo ihr Lieben,

ich wende mich mal wieder verzweifelt an euch... Die Ergebnisse meines Hormontests sind da (Referenz, sofern vorhanden, in Klammern):

17-b-Östradiol (E2), ng/l: 19.5 (...)
LH, basal, IU/l: 4 (...)
FSH, basal, IU/l: 3.9 (...)
Prolaktin, ug/l: 9 (2.8 - 25.0)
SHBG, nmol/l: 80 (...)
DHEA-S, ug/dl: 233 (65 - 380)

Androstendion, ng/ml: 3.7 (+) (0.7 - 2.
Testosteron, gesamt, ng/dl: 44.4 (10.0 - 80.0)

Es war der 5. ZT; nach Chlormadinoneinnahme (zum Auslösen der Periode) für 12 Tage.
7 Monate zuvor hatte ich die Diane 35 abgesetzt.
Durch das Ultraschall konnte PCOS offiziell bestätigt werden (habe Zyklusstörungen, HA,
Zysten, erhöhtes Androstendion... => PCOS).

Ich habe ein wenig recherchiert und denke, dass bei mir ein heftiger Östrogenmangel vorliegt.
Doch was nun? Ich nehme definitiv nie wieder eine Pille. Ist bioidentisches Östrogen eine kluge
Alternative? Z.B. Gynokadin? Muss ich zusätzlich Progesteron nehmen? Bitte helft mir, ich habe
solche Angst, ein Östrogenmangel ist ja nun auch nicht gerade gesundheitlich unbedenklich

Liebe Grüße
Jana

Progesteron-
Testosteron-
DHEA-S (Dihydroepiandrosteron-sulfat)-
-werte?

wenn gar nichts hilft.. Gynokadin + Progesteron

das eigene Androstendion würde ich nicht drosseln.. es ist die Vorstufe zu Testosteron (und
wiederum E2), welches in den Eierstöcken aus ASD gebildet wird...

die Werte an sich .. sind wie immer dank inkompetenter Ärzte mist

Subject: Aw: Hilfe bei der Auswertung meines Hormontests
Posted by [test123](#) on Thu, 17 Jul 2014 09:12:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Mike,

vielen Dank für deine Antwort, habe mich sehr gefreut, dass du dir meine Werte angesehen
hast!

Vor der Blutabnahme habe ich die zu testenden Werte mit meiner (neuen) FÄ besprochen.
Darunter auch Progesteron und Testosteron. Sie meinte, Prog wäre in der Zyklusphase sinnlos
zu testen (oder war es wegen der vorangegangenen Chlormadinoneinnahme? Ich weiß es nicht
mehr) und Testosteron könne man aus dem Gesamttestosteron berechnen :/ Kann man die
getesteten Werten wirklich nicht gebrauchen?

Gynokadin (Gel, 1 Hub tgl.) und Progesteron (Kapseln, 2 Stk. ZT 14-25) nehme ich seit 17 Tagen. Bisher hat sich an meinem HA nichts getan. Vor Februar war der HA mit 200 Haaren täglich noch einigermaßen erträglich. Aber seit Februar verliere ich jeden einzelnen Tag zwischen 300 und 600 Haare und ich habe die Hoffnung auf Besserung inzwischen fast aufgegeben. Ich hoffe so sehr, dass Gynokadin+Prog helfen werden. Danach bin ich mit meinem Latein am Ende.

Liebe Grüße
Jana

Subject: Aw: Hilfe bei der Auswertung meines Hormontests
Posted by [Miri123](#) on Thu, 21 Aug 2014 13:46:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo liebe Leidensgenossinnen

Bin schon 47 Jahre und seit ca. 30 Jahren mit dem Haarausfall beschäftigt.

Nur ganz kurz zu meiner Geschichte, vielleicht kann der Ein oder Andere etwas daraus ziehen oder eventuell probieren....

Ich bin auf das Forum aufmerksam geworden, weil die Freundin meines Sohnes mit 21 das gleiche Problem hat und ich mich die letzten Monaten bei Euch eingelese habe.

Ich benutze das minoxidil 6% seit es noch nicht als regaine auf dem Markt war, puh, das sind mittlerweile bestimmt schon 12 Jahre....

Seitdem sind meine Haare, auch in Ausfallzeiten nie mehr ganz schütter und durchsichtig geworden.... Und Neuwuchs auch immer da.....

So, seit die Wechseljahre sich einschlichen, mit Zyklusänderungen und Zwischenblutungen etc..... Gingen auch sehr viel mehr Haare aus- klar- Hormone gingen zurück, vor allem das Progesteron Was zu Östrogenüberschuss führte....

Blutabnahme hast bestätigt.

Die üblichen Hormoncremes vor allem die künstlichen, kamen nicht in Frage. Da die künstlichen Hormone im Körper nicht richtig verstoffwechselt werden und Nebenwirkungen haben.....

Ich fand nach langem Suchen und durch eine Kollegin übers Hormonnetzwerk im INet eine Ärzteliste, die mit naturidentischen Hormonen behandeln.

Ich habe mich für die Rimkus-Methode entschieden. Aufmerksam wurde ich über das Buch von Dr.lee und Dr. Platt...

Ich denke, dass mit dieser Behandlung die Hormone zumindest wieder richtig ins Gleichgewicht gebracht werden, ohne NW.

Liebe Grüße

Subject: Dosis Gynokadin!?

Posted by [test123](#) on Wed, 29 Oct 2014 11:25:23 GMT

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

Hallo,

ich melde mich mal wieder zurück... seit Ende Juni (also 4 Monate) nehme ich ja nun
- Gynokadin (Gel, 1 Hub tgl.) und
- Progesteron (Kapseln, 2 Stk. ZT 14-25).

Mein HA sank von 400-600 Haaren täglich auf etwa 200 Haare täglich. Für meine Verhältnisse ist das toll, aber immer noch viel zu viel HA, leider. Auffällig sind die vielen kurzen Haare (5-10 cm), die mindestens 90% des Ausfalls ausmachen. Seit ein paar Tagen sind außerdem auch wieder noch mehr Minihaare von unter 2 cm Länge dabei... Insgesamt scheint der HA wieder tendenziell schlimmer zu werden

Vielleicht kann mir jemand von euch eine Frage beantworten: Sollte ich die Gynokadin-Dosis erhöhen? Ich nehme ja nur 1 Hub tgl. Wären 2 besser?

Ganz liebe Grüße!

Subject: Aw: Dosis Gynokadin!?

Posted by [Binne](#) on Wed, 29 Oct 2014 12:21:15 GMT

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

Hi!

Wie nimmst du das Prog ein?

Oral?

Vielleicht ist das zu wenig?

Ich habe den Sommer über zwei Utrogest vaginal eingenommen. Hört sich viel an, aber der Sommer- HA blieb aus und mir wuchsen wieder erstmalig Haare an der Stirn!

Oral kommt von einer Utrogest 30% an, vaginal 70%.

Lg

Subject: Aw: Dosis Gynokadin!?

Posted by [test123](#) on Wed, 29 Oct 2014 14:04:32 GMT

Liebe Binne,

vielen Dank für deine Antwort! Ich nehme das Progesteron ("progestan Weichkapseln") oral. Mir war nicht bewusst, dass ich diese auch "anders" einnehmen kann!? Oder geht das nur mit Utrogest? Ist auf jeden Fall ein sehr hilfreicher Hinweis für mich!!

Ich habe beim Gynokadin angesetzt, da ich ja festgestellten Ö-Mangel habe. Weißt du (oder jemand anderes), ob eine Dosiserhöhung von 1 auf 2 Hub da sinnvoll wäre? 1 Hub ist ja auch nur eine seeehr geringe Dosis.

Viele liebe Grüße!

Subject: Aw: Dosis Gynokadin!?

Posted by [Binne](#) on Wed, 29 Oct 2014 14:27:44 GMT

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

Meines Wissens ist ein Hub Ö schon recht ordentlich, 1,5 Hub nimmt man in etwa bei einer Hormonersatztherapie, wenn man so gut wie gar kein Ö mehr produziert.

Ich hatte (habe) auch mal einen Ö Mangel, schmierte aber nie mehr als 1Hub. Teilweise bekam ich davon schon Zwischenblutungen, für mich ein Zeichen, dass es zuviel Ö war.

Progesteron kann frau auch vaginal nehmen und spart sich damit die Leberpassage.
Geht auch als Creme.

Wieviel mg Prog enthalten denn deine Kapseln?

Wenn du eventuell sogar Ö erhöhen willst, solltest du auch das P erhöhen, davon musst du im Verhältnis sogar mehr nehmen.

Lg

Subject: Aw: Dosis Gynokadin!?

Posted by [test123](#) on Wed, 29 Oct 2014 20:35:59 GMT

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

Danke noch mal, liebe Binne, für deine Antwort!!

Ok, vielleicht ist es dann doch besser, über einen neuen Bluttest zu schauen, ob das Ö in 1 Hub für mich ausreicht.

Meine Progesteron-Kapseln enthalten 100 mg pro Kapsel. Tagesdosis wäre somit 200 mg.

Viele liebe Grüße

Jana
