

## 4 FACHLEUTE – 4 BEHANDLUNGSSTRATEGIEN

# Östradiol-Progesteron-

1



**HP Silke Uhlendahl**  
Bochumer Landstr. 397  
45279 Essen  
Internet: [www.praxis-sichtzeichen.de](http://www.praxis-sichtzeichen.de)

### Regulationstherapie mit bioidentischen Hormonen

Die Behandlung mit potenzierten Hormonzubereitungen hat sich in Kombination mit anderen Verfahren bewährt. Hormonzubereitungen unterliegen in der Potenz D4 nicht der ärztlichen Verschreibungspflicht. Behandelnde sollten vor deren Anwendung dennoch unbedingt eine qualifizierte Weiterbildung zur Hormonbehandlung besuchen.

Der 1. Schritt ist immer das Anamnesegespräch, es kann bereits Hinweise auf hormonell bedingte Störungen geben. Im 2. Schritt wird der Hormonstatus bestimmt (Salivadiagnostik). Häufig finden sich Dysbalancen zwischen Östradiol und Progesteron in verschiedenen Varianten:

- hohe Östradiol- und normale bis niedrige Progesteronspiegel (Östrogendominanz)
- niedrige Östradiol- aber noch niedrigere Progesteronspiegel (relative Östrogendominanz)

Das Verhältniss der Hormone zueinander ist hier wichtig.

#### Behandlungsstrategien

Verabreicht wird Progesteron D 4 Creme im Glashubspender (Marktapotheke Greiff). Die Dosierung ist Präzisionsarbeit, es muss abhängig von den Be-

schwerden und Hormonwerten sehr individuell dosiert werden.

- **Anwendung bei regelmäßigem Zyklus:** 1- bis 2-mal tgl. je 1–4 Hub auftragen (erst nach der Ovulation)
- **Anwendung ab der Menopause:** Variante 1: 3 Wochen lang 1- bis 2-mal tgl. je 1–4 Hub auftragen, 1 Woche pausieren, wiederholen. Variante 2: 5 Tage 1- bis 2-mal tgl. je 1–4 Hub auftragen, 2 Tage pausieren, wiederholen

In Abständen von 3–6 Monaten die Hormonspiegel im Speichel kontrollieren und die Dosierung eventuell anpassen.

Zu beachten: Nebenniere, Schilddrüse und Gonaden beeinflussen sich über die von ihnen produzierten Hormone wechselseitig (ggf. Hormonstatus bestimmen). Zusätzlich für ein intaktes Darmmikrobiom sorgen, Leberfunktion unterstützen, Mikronährstoffdefizite ausgleichen (insbesondere bei Vitamin B<sub>6</sub>- und Vitamin D-Mangel).

Die Therapie mit bioidentischen Hormonen mit anderen Verfahren wie Homöopathie, Spagyrik, TCM oder manuellen Verfahren (TFM) kombinieren, um erfolgreich zu behandeln. ■

2



**HP Claudia A. Pfeiffer**  
Arndtstr. 19  
66121 Saarbrücken  
E-Mail: [mail@claudiapfeiffer.com](mailto:mail@claudiapfeiffer.com)

### Mit TFM Hormonproduktion und Stoffwechsel anregen

Während des Klimakteriums stellen die Eierstöcke langsam die Hormonproduktion ein. Die Produktion der Östrogene und des Progesterons können durch ein Unwinden der Gonadenpunkte angeregt werden. Dazu werden entweder die Gonaden mit kreisenden Bewegungen der Fingerbeeren direkt an der Symphysenkante für einige Minuten stimuliert oder reflektorisch über die Reflexpunkte der Eierstöcke, die sich 3 fingerbreit darüber befinden.

Hitzewallungen sind Ausdruck eines plötzlich abfallenden Östrogenspiegels im Blut. Treten sie auf, ist die Akupressur der sog. Night Sweating Spots auf dem Schädeldach hilfreich. Man findet diese, wenn man die Handballen am Haaransatz der Stirn auflegt und Zeige- und Ringfinger abspreizt. Die Spitzen beider Finger liegen dann auf den Punkten auf.

#### Nebennieren anregen

Mit schwindender ovarialer Reserve gewinnen die Nebennieren zunehmend als Hormonproduzenten an Bedeutung: Je weniger Östrogene in den Eierstöcken produziert werden, umso mehr Bedeutung kommt den Nebennieren als Produktionsort für

Östradiol und Östron (dem sog. Speicherhormon der Östrogen-Gruppe) zu. Die Hormonproduktion der Nebennieren lässt sich mit sanften Vierteldrehungen auf Höhe Th 9 anregen.

Das Absinken der Hormone während des Klimakteriums und die relative Östrogendominanz sind auch für die mangelnde Stresstoleranz verantwortlich. Über die Arbeit an den Nebennieren kann ebenfalls die HPA-Achse (Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse) angesprochen werden. Zudem wirken die gleichförmigen Streichungen, mit denen die Therapeutische Frauen-Massage (TFM) zum Zwecke der Drainage arbeitet, entspannend und dadurch zugleich stressreduzierend.

Die Behandlung der Nierenzone wirkt entstauend und ausleitend, sodass darüber auch der Abfluss von Wasseransammlungen und Ödemen in den Geweben gefördert werden kann.

Der sich im Klimakterium verlangsamen Stoffwechsel wird in der TFM über die Lymphatische Grundbehandlung sowie die Stärkung von Leber und Nieren angeregt. Auch die 7-minütige Schilddrüsenbehandlung dient der Steigerung des Metabolismus. ■

Dieser Artikel ist online zu finden:  
<http://dx.doi.org/10.1055/s-0035-1569239>

# Dysbalance

3



HP Birgit Kriener  
 Weg zum Poethen 248  
 58313 Herdecke  
 Internet: [www.birgitkriener.de](http://www.birgitkriener.de)

## Mit TCM Stagnationen, Obstruktionen, Mangel beseitigen

In der TCM gibt es Syndrome wie Qi-Stagnation, Obstruktion durch Schleim-Nässe, Yin-Mangel etc., sie entsprechen aus westlicher Sicht einer hormonellen Dysbalance. Mit Akupunktur lassen sie sich beeinflussen, sodass Östradiol- und Progesteronspiegel wieder in Balance kommen.

### Yin-Mangel von Leber und Nieren (oft mit Leere-Hitze)

**Symptome:** Hitzewallungen, Nachtschweiß, 5 heiße Herzen (heiße Handflächen, Fußsohlen, Hitzegefühl am Sternum), Nervosität, Reizbarkeit, Herzklopfen, Angst, Schlafstörungen, Blutungsstörungen, Brustspannen, Erschöpfung, trockene Vagina  
**Zunge:** Yin-Mangel ohne Leere-Hitze: normale Farbe bis gerötet, ohne Belag; Yin-Mangel mit Leere-Hitze: gerötet, ohne Belag, in schweren Fällen auch mit Rissen  
**Puls:** oberflächlich, leer, evtl. schnell

**Behandlungsansatz:** Leber- und Nieren-Yin tonisieren, Geist beruhigen, Leere-Hitze beseitigen  
**Akupunktur:** Ren 4, Bl 18, Bl 23, Ni 6, Ni 7, Mi 6, Mi 8, Le 8, Yin Tang, evtl. auch Ren 2, Ma 30

**Yang-Mangel von Milz/Nieren**  
**Symptome:** Blässe, kalte Extre-

mitäten, Frösteln, Schweiß in den frühen Morgenstunden, Müdigkeit, depressive Verstimmung, Knöchelödeme, unregelmäßiger oder verlängerter Zyklus, Dysmenorrhö, Kältegefühl im Unterbauch, Libidomangel, oft auch wässriger Ausfluss ohne Entzündung, Durchfall, Wärme bessert.  
**Zunge:** blass, nass

**Puls:** tief, schwach, langsam

**Behandlung:** Milz- und Nieren-Yang tonisieren, Mingmen wärmen, Qi regulieren, evtl. Feuchtigkeit auflösen

**Akupunktur:** Du 4, Bl 23, Ren 4, Ren 6, alle Punkte nadeln und moxen; Ni 3, Ni 7 nur nadeln

### Energetische Schwäche im Funktionskreis der Nieren mit Leber-Qi-Stagnation

**Symptome:** Hitzewallungen, Nachtschweiß, Weinerlichkeit, Brustspannen, unregelmäßiger Zyklus, Dysmenorrhö, klumpiges Blut, Gereiztheit

**Zunge:** oft normal, aufgerollte Zungenränder

**Puls:** saitenförmig, v.a. links gespannt

**Behandlung:** Nieren-Funktionschwäche behandeln, Leber-Qi bewegen

**Akupunktur:** Le 3, Pe 6, Mp 6, Ren 4 + 6, Ni 3, Dü 4, Bl 18, Bl 23 ■

4



HP Stephanie Meurer  
 Schwarzhholzstr. 15  
 94234 Viechtach  
 E-Mail: [info@meurer-heilpraktikerin.de](mailto:info@meurer-heilpraktikerin.de)

## Mit Spagyrik die Wechseljahre der Frau begleiten

Zu Beginn der Wechseljahre verursacht der Rückgang an Progesteron oft eine Östradioldominanz. Es können sich Symptome zeigen, die nicht sofort mit einer hormonellen Dysbalance in Verbindung gebracht werden, z. B. Migräne oder Muskelschmerzen. Mit spagyrischen Mischungen kann individuell behandelt werden.

### Östradioldominanz mit Migräne und Muskelschmerzen

**Vitex agnus-castus:** rhythmisiert, fördert die Bildung von Progesteron.

**Alchemilla vulgaris:** reguliert und sorgt für ein ausgeglichenes Verhältnis der Hormone Östrogen und Progesteron.

**Achillea millefolium:** sorgt für verbessertes Fließen von Blut, Lymphe und somit auch verbesserten Hormontransport.

**Cuprum oxydatum nigrum:** reguliert das vegetative Nervensystem, wirkt entkrampfend und entspannend.

**Magnesium phosphoricum:** wirkt entkrampfend, regt die Drüsen an.

### Östradiolmangel mit Hitzewallungen

**Punica granatum:** reguliert die Hormonproduktion in den Drü-

sen, wirkt stoffwechsellanregend.

**Pulsatilla pratensis:** gleicht hormonelle Schwankungen und die Stimmung aus.

**Rosa damascena:** hält die Haut- und Schleimhäute feucht und geschmeidig.

**Salvia officinalis:** reguliert den Wasserhaushalt.

**Natrium chloratum:** reguliert den Wasserhaushalt

### Trauer-/Loslass-Mischung

Die Wechseljahre sind eine Zeit des Loslassens – was wichtig ist, um Platz für Neues zu schaffen.

**Sambucus nigra:** steht mit den unterschiedlichen Färbungen seiner Beeren im Vegetationszyklus für den Verlauf des Lebens.

**Geranium robertianum:** hilft beim Verarbeiten traumatischer Erlebnisse.

**Rosa damascena:** hilft, sich fallen zu lassen und neue Lebensfreude zu finden.

**Olibanum:** hilft, die eigene Person liebevoll anzunehmen.

**Aurum chloratum natronatum:** hilft, sich selbst anzunehmen und die eigene Schönheit zu sehen  
**Natrium chloratum:** hilft, Altes loszulassen und sich Neuem zu öffnen.

**Dosierung (für alle Mischungen):** 3–5 × tgl. 2–3 Sprühstöße ■