

# Schieflagen im Hormonhaushalt



## Speicheldiagnostik bei gynäkologischen Beschwerden

Kopfschmerzen, Gewichtszunahme, Wassereinlagerungen, Heißhunger auf Süßes oder Reizbarkeit sind nur einige Symptome, die viele Frauen kennen. Ursache dafür könnte ein Ungleichgewicht im Hormonsystem sein. Mit einem Labortest, der den Hormonspiegel im Speichel misst (hier: Östrogen und Progesteron), kann man dem auf die Spur kommen.

### Die weiblichen Geschlechtshormone

Östradiol und Progesteron gehören zur Gruppe der Steroidhormone, die beim Menschen v. a. in der Nebenniere, in den Keimdrüsen (Eierstöcke und Hoden) und im ZNS gebildet werden. Weitere Vertreter dieser Gruppe sind u. a. Cortisol, Aldosteron und Testosteron. Um im Blut transportiert werden zu können, werden die schlecht wasserlöslichen Steroidhormone an Plasmaeiweiße gebunden. In dieser Form stellen sie auch eine Art biologisches Reservoir dar. Noch nicht einmal 5% der gesamten Hormonkonzentration liegt in einer freien, biologisch relevanten Form vor. Im Speichel jedoch kann diese aktive, biologisch frei verfügbare Komponente der zirkulierenden Steroidhormone gemessen werden. Sie spiegelt die momentane Hormonaktivität wider, während die Gesamtmenge im Serum (Blut) eher den Reservepool des Hormons darstellt, aus dem sich die freie und aktive Form generiert.

Ziel der Bestimmung von Geschlechtshormonen im Speichel ist daher die Messung der tatsächlich verfügbaren Hormonkonzentration, um daraus Rückschlüsse für Diagnostik und Therapie zu ziehen.

### Östradiol

Östradiol ist der Hauptvertreter der weiblichen Geschlechtshormone (Östrogene). Es wird bei der Frau in den Eierstöcken und im Gelbkörper gebildet. In geringen Mengen findet die Östrogenproduktion auch in der Nebenniere und bei Männern in den Hoden statt. Östrogene bewirken die Entwicklung des weiblichen Körpers und den monatlichen Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut. Sie hemmen den Knochenabbau und fördern das Wachstum von Haut und Haaren. Sie lockern aber auch das Bindegewebe und können zu Wassereinlagerungen führen. In Fettzellen kann Testosteron zu Östradiol umgewandelt werden. Männer mit viel Fettgewebe bilden daher vermehrt

Östrogen, welches zur Verweiblichung stark übergewichtiger Männer führen kann.

Ein Speicheltest auf Östradiol kann z.B. bei Zyklus- und Fertilitätsstörungen, Hitzewallungen, Migräne und PMS sinnvoll sein.

### Progesteron

Progesteron ist der Hauptvertreter natürlicher im Körper gebildeter Gestagene. Es wird v. a. im Gelbkörper der Ovarien und in der Placenta gebildet. Progesteron wird hauptsächlich in der zweiten Zyklushälfte sezerniert und ist u. a. für einen leichten Anstieg der Körpertemperatur (etwa 0,5 °C) verantwortlich. Es fördert in der Frühschwangerschaft das Wachstum und die Einnistung des Embryos und hat eine schwangerschaftserhaltende Wirkung. Für unser emotionales Gleichgewicht ist Progesteron mitverantwortlich.

Ein Speichelhormontest auf Progesteron kann z. B. bei PMS, Zyklus- und Fertilitätsstörungen, aber auch bei Erschöpfung, Migräne, Fibromyalgie und Adipositas sinnvoll sein.

### Zyklus der Frau

Die Dauer eines Menstruationszyklus beträgt meist 25-35 Tage. In jedem Zyklus wird die Einnistung einer befruchteten Eizelle vorbereitet und ein befruchtungsfähiges Ei bereitgestellt. Dabei unterscheidet man drei Phasen, wobei diese bei jeder Frau individuell verschieden lang sein können:

#### Phase 1 (ca. 1.-4. Zyklustag)

Menstruation = Regelblutung = Desquamationsphase = Abschuppungsphase

Die obersten Zellen des Endometriums werden abgestoßen, FSH (Follikelstimulierendes Hormon) wird v. a. in der ersten Zyklushälfte vom Hypophysenvorderlappen ausgeschüttet und bewirkt eine Reifung der Eizelle zum Graaf-Follikel und eine vermehrte Ausschüttung von Östrogen aus den Ovarien.

#### Phase 2 (ca. 5.-14. Tag)

Proliferationsphase = Aufbauphase

Es baut sich eine neue Endometriumschicht auf, LH (Luteinisierendes Hormon) wird v. a. in der Zyklusmitte ausgeschüttet und bewirkt zusammen mit FSH den Eisprung und die Umwandlung des Graaf-Follikels zum Gelbkörper, der das Hormon Progesteron sowie eine geringe Menge Östrogen bildet.

#### Phase 3 (ca. 15. Tag bis Menstruation)

Sekretionsphase

Die Ausstattung des Endometriums mit Drüsen und Nährstoffen wird vervollständigt. Das Endometrium wird so auf die Aufnahme einer befruchteten Eizelle vorbereitet.

Kommt es nach einem Eisprung zu keiner Befruchtung der Eizelle, so bildet sich der Gelbkörper zurück und stellt die Progesteronproduktion ein. Dadurch sinkt die Durchblutung der Funktionsschicht des Endometriums stark ab. Der entstehende Sauerstoffmangel führt zum Absterben und zur Abstoßung dieser Schicht, wodurch die Menstruationsblutung einsetzt (1. Zyklustag).

Dringt ein befruchtetes Ei in die obere Schicht der Gebärmutter Schleimhaut ein (Empfängnis = Konzeption), so bleibt diese bestehen und ernährt innerhalb der ersten zwei Wochen den Embryo. Der Gelbkörper vergrößert sich und setzt seine Hormonproduktion bis etwa zum 4. Schwangerschaftsmonat fort. Danach wird die Progesteronproduktion von der Placenta übernommen.

Beide Hormone folgen also jeden Monat einem bestimmten Rhythmus von Anstieg und Abfall. So lassen sich Abweichungen von der Norm gut erkennen. Ein niedriger Progesteronspiegel in der zweiten Zyklushälfte könnte z. B. ein Hinweis darauf sein, dass in diesem Zyklus kein Eisprung stattgefunden hat oder eine Gelbkörperinsuffizienz vorliegt.

### Progesteron-Östrogen-Verhältnis

Bei einigen Frauen wird in den Eierstöcken zu wenig Progesteron gebildet. Östrogen und Progesteron sollten jedoch in einem bestimmten Verhältnis zueinander im Körper vorhanden sein, damit der Hormonhaushalt im Gleichgewicht ist. Bei einem zu niedrigen Progesteronspiegel sind die Östrogenwirkungen stärker spürbar – Östrogen ist dominant. Das kann auch dann der Fall sein, wenn eigentlich ein Mangel an Östrogen besteht (z. B. in den Wechseljahren), der Progesteronmangel aber noch stärker ausgeprägt ist.

Das Verhältnis von Progesteron zu Östrogen sollte zwischen 60-100 : 1 liegen (postmenopausal bei 40-80 : 1). Bei der Beurteilung von Hormonwerten im Speichel ist deshalb auf



**Seminar-Tipp**  
Naturmedizin für Kinder  
Dozentin: HP Michaela Peter  
Start Ort  
06.10. Passau  
Alle Termine und Informationen auf  
[www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)

dieses Verhältnis zu achten. Scheinbar normale oder erhöhte Werte können eine unterschiedliche Interpretation nach sich ziehen, wenn das Gleichgewicht nicht stimmt.

### Symptomauswahl: Ausdruck einer Östrogendominanz

Kopfschmerzen, Reizbarkeit, Brustspannen, Gewichtszunahme, Zyklusstörungen verschiedenster Art, Wassereinlagerungen, geschwollene Füße, Heißhunger auf Süßes, trockene Schleimhäute, mangelnde Libido, Schlaflosigkeit, Schwindelanfälle, Hitzewallungen.

### Bestimmung von Hormonen im Speichel

Sollten o. g. Symptome auftreten, so kann eine Speichelanalyse sinnvoll sein. Dabei sollte Folgendes beachtet werden: Jedes Labor hat eigene Materialien. Für die Praxis bedeutet das, erst einmal Entnahmematerial anzufordern und nur die vom Labor zur Verfügung gestellten Versandgefäße zu verwenden. Allen Proben wird ein Bestellschein beigelegt. Hierin sollte Folgendes angegeben werden:

#### Von wem ist die Probe?

Name, Adresse, Geburtsdatum der Patientin.

#### Welches Material wurde entnommen?

Hier: Speichel (viele Labore bieten auch Stuhl-, Urin-, Serum-, Vollblutuntersuchungen an).

#### Wonach soll gesucht werden?

Hier: Östradiol, Progesteron (es ist auch möglich, Cortisol, Testosteron, DHEA, Östriol oder Melatonin im Speichel bestimmen zu lassen).

#### Weitere Angaben

Größe und Gewicht der Patientin, bisherige Diagnosen und Befunde, Symptome und Beschwerden, letzte Regelblutung, durchschnittliche Zyklusdauer, bisherige Therapie.

### Checkliste für die Probenentnahme

Die Patientin erhält in der Praxis ihr Paket mit den Materialien, und ich erkläre ganz genau, wie sie die Probenentnahme zu Hause richtig durchführen kann:

Es werden 5 Speichelproben benötigt, die vor dem Frühstück in halbstündigem Abstand gesammelt werden (z.B. 7:00 + 7:30 + 8:00 + 8:30 + 9:00 Uhr).

Bei Frauen mit regelmäßigem Zyklus sollte die Entnahme am 20.-22. Zyklustag stattfinden. Bei kurzen, langen oder schwankenden Zyklen berechnet man die mittlere Zykluslänge und zieht davon 7 Tage ab. Das ist der richtige Entnahmezeitpunkt. Bei Unsicherheiten kann man immer das Labor kontaktieren und gezielt nachfragen.

- 3 Stunden vor Probenentnahme sollte nichts mehr gegessen werden.
- 30 Minuten vor Probenentnahme darf nicht mehr geraucht werden.
- Der Mund sollte sauber sein und weder Speise- noch Getränkereste enthalten.
- Vor dem Speichelsammeln sollte der Mund gründlich mit Wasser ausgespült und 5 Minuten abgewartet werden.

### Probenentnahme

Das Sammelgefäß etwa zur Hälfte mit Speichel füllen (mindestens ¼ voll). Es kann hilfreich sein, dabei an etwas Leckeres zu denken. Bitte nicht kauen und jeglichen Druck auf die Zähne vermeiden. Wenn zu viel Schaum im Gefäß ist, kann er mit einem Trinkhalm wieder abgesaugt werden.

Wenn Hormoncremes verwendet werden oder wurden (auch von Haushaltsangehörigen), bitte bei der Probenentnahme Handschuhe tragen. 24 Stunden vor der Probenentnahme keine Hormoncreme verwenden.

Probengefäß mit dem beiliegenden Etikett beschriften.

Dem Speichel darf unter keinen Umständen Blut beigemischt sein (z.B. Zahnfleischbluten), sonst muss die Probe verworfen, das Gefäß mit Wasser ausgespült und der Vorgang wiederholt werden.

Zum Versand die kleinen Röhrchen in ein großes Umröhrchen oder eine kleine Plastiktüte stecken, damit ggf. auslaufendes Material die Formulare nicht durchnässt.

Nachdem die Patientin am richtigen Zyklustag morgens daheim in Ruhe alle Röhrchen gefüllt und mit Etiketten versehen hat, schickt sie das Probenet selbst an das Labor. Dort erfolgt die Auswertung. Nach ein paar Tagen wird der Befund an die Praxis geschickt. Beim Besprechungstermin werden der Patientin die festgestellten Werte erklärt und eine passende Therapie erarbeitet.

### Normbereiche

(immer die jeweiligen Angaben des Labors beachten!)

#### Progesteron im Speichel

Follikuläre Phase: 20-60 pg/ml  
Luteale Phase: 150-350 pg/ml

#### Östradiol im Speichel

Follikuläre Phase: 1,5-8 pg/ml  
Luteale Phase: 2-8 pg/ml

Verhältnis Progesteron : Östrogen =  
60-100 : 1 bzw. 40-80 : 1

### Naturheilkundliche Therapieoptionen

Im Folgenden gehe ich auf einige Möglichkeiten ein, wie Frauen bei Hormonthematiken naturheilkundlich unterstützt werden können.

### Frauenmantel (Alchemilla vulgaris)

Der gestagenartig wirkende Frauenmantel ist, wie sein Name bereits verrät, eine wichtige Frauenpflanze. Frauenmantel (z. B. Ceres Alchemilla Urtinktur) wird u. a. eingesetzt zur Aktivierung des Eisprungs und der Empfängnis (z. B. bei unerfülltem Kinderwunsch), zur Milderung von PMS-Symptomen (z. B. Stimmungsschwankungen oder Heißhungerattacken) sowie zur Unterstützung von Zyklusstörungen aller Art.

### Mönchspfeffer (Vitex agnus-castus)

Auch der Mönchspfeffer besitzt eine gestagenartige Wirkung. Da er aber auch hemmend auf die Libido wirkt (Mönche schätzten die scharf schmeckenden Früchte als Pfefferersatz, um „keusch wie ein Lamm“ zu werden), sollte man bei der Behandlung eines unerfüllten Kinderwunsches auf potenzierte Präparate zurückgreifen. So wird z. B. im Präparat Phyto-L von Steierl der Mönchspfeffer (D5) neben den leberwirksamen Pflanzen Schöllkraut sowie Mariendistel zur sanften Stimulation der Hypophyse und Regulation des Progesteron-Östrogen-Verhältnisses eingesetzt.

### Progesteron D4 Globuli

Bioidentische Hormone, gewonnen aus der Yamswurzel (Dioscorea), werden zur sanften Substitution und Regulation der jeweiligen Hormone eingesetzt.

### Ovaria/Argentum WALA Globuli

Hierbei handelt es sich um eine Kombination aus Ovaria bovis D4 und Argentum metallicum D5. Das Mondmetall Silber mit seiner Verbindung zum weiblichen, rhythmusgebenden System verbindet sich mit Ovaria bovis zu einer

Arznei, die sanft anregend auf die Funktion der Eierstöcke wirkt.

### Fallstudie

Eine 36-jährige Frau, Mutter von zwei Kindern, kommt in meine Praxis. Die Patientin hat vor ca. 2 Jahren die Pille abgesetzt, da sie keine hormonelle Verhütung mehr durchführen möchte. Seitdem plagen sie starke Bauchschmerzen, die jede Periode begleiten. Auch Brustspannen, Haarausfall, Einschlafstörungen und Gewichtszunahme sind Teil des Beschwerdebildes. Dem Rat ihres Frauenarztes, sie solle doch die Pille einfach wieder nehmen, will sie nicht folgen. Eine Obstipationsneigung und Hypothyreose sind bekannt.

### Diagnose

Die Urinfunktionsdiagnostik zeigt eine ausgeprägte Dysbiose im Darm und einen leicht verminderten Leberstoffwechsel („Lebermüdigkeit“). Hierbei wird der Morgenurin der Patientin mit verschiedenen Reagenzien versetzt. Die auftretenden Phänomene, u. a. Niederschlag, Trübung und Verfärbung, geben Hinweise auf die Funktion von Niere, Leber, Pankreas und das Darmmilieu. Die Hormonmessung im Speichel zeigt Normwerte bei Progesteron und Östradiol, allerdings ein Progesteron-Östradiol-Verhältnis von 19,4 : 1. Es liegt also eine Östrogendominanz vor.

### Naturheilkundliche Behandlung

Alle gefundenen Parameter müssen berücksichtigt werden:

**Darm:** Diesbezüglich verordne ich MikroSan von Allergosan, 1x 30 ml über 4 Wochen zur Darmreinigung, folgend Aquilinum comp. WALA, 1-2x täglich 10 Globuli zur Regulierung des Darmmilieus und der Darmtätigkeit.

**Leber:** Ich empfehle Solunat Nr. 8, 2-3x täglich 8 Tropfen (die Leber ist als „Recycling-Organ“ für Hormone bei Hormonstörungen häufig mitzubehandeln).

**Östrogendominanz:** Hier soll die Patientin Phyto-L Tropfen von Steierl nehmen, 1x täglich 30 Tropfen (normalisiert das Verhältnis von Progesteron und Östrogen).

**Ausleitung der Pille:** Ich rate zu den Globuli Hormatrix (Marktapotheke Greiff), morgens

und abends 5 Globuli über 6 Wochen, da die Beschwerden nach Absetzen der Pille aufgetreten sind.

### Verlauf

Zum Kontrolltermin nach 3 Monaten haben sich ihre Symptome verbessert: Periodenschmerzen bestehen kaum noch, auch der Haarausfall hat sich verringert. Der Schlaf ist besser geworden, Brustspannen ist noch vorhanden, dauert aber weniger lange und ist nicht mehr so schmerzhaft. Das Gewicht ist unverändert.

### Ausblick

Nach weiteren 3 Monaten fühlt sie sich „super“: keine Periodenschmerzen mehr, kein Haarausfall, kaum noch Brustspannen, und der Schlaf ist meist gut.

### Fazit

Die Bestimmung von Hormonen über einen Speicheltest ist eine sanfte, nicht-invasive Möglichkeit, um vermutete Störungen im Hormonsystem zu überprüfen. Die Behandlung des Hormonsystems mit naturheilkundlichen Mitteln hat das Ziel, die körpereigene Hormonausschüttung zu regulieren. Dies dauert 3-6 Monate. Zur Beurteilung des Therapieerfolgs ist das Befinden der Patientin von größter Bedeutung. Es wird nicht der Laborwert behandelt, sondern der ganze Mensch.



#### Michaela Peter

Heilpraktikerin mit Schwerpunkten Urin-Funktions-Diagnostik, Phytotherapie und Spagyrik, PTA, Ernährungsberaterin IFE, Dozentin an den Paracelsus Gesundheitsakademien  
Praxis.Peter@web.de

# Für Frauen mit trockenen und empfindlichen Schleimhäuten



Enthält:

- **Den aus Sanddornbeeren und -samen gewonnenen SBA24-Extrakt**
- **Omega-3-, Omega-6-, Omega-7-, Omega-9-Fettsäuren**
- **Vitamin A, zur Unterstützung der normalen Haut, Sehkraft und der Schleimhäute**

Scheidentrockenheit und trockene Augen sind einige der Beschwerden, die Frauen typischerweise während und nach der Menopause erleben.

Bio\*Active Omega-7 ist eine speziell entwickelte Rezeptur zur Erhaltung einer normalen Schleimhaut in dieser Lebensphase. Bio\*Active Omega-7 ist wissenschaftlich dokumentiert und für Vegetarier und Veganer geeignet.

#### In Apotheken erhältlich!



Für mehr Infos  
QR-Code scannen:



PZN 17529911 Bio\*Active Omega-7 60 Kapseln

 **Pharma Nord**  
Tel: 0461-14140-0, [www.pharmanord.de](http://www.pharmanord.de)