

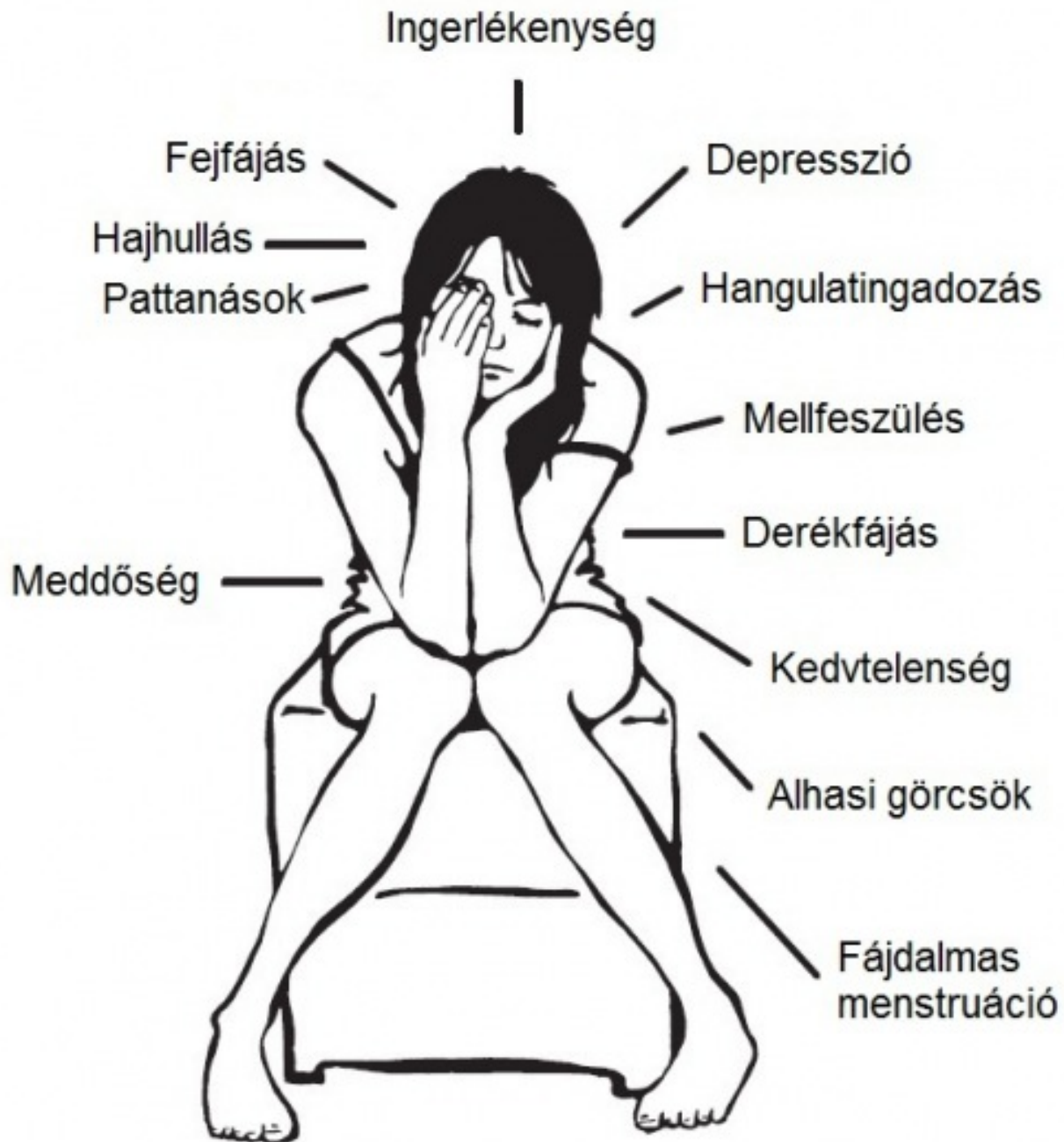


NŐI HORMON EGYENSÚLY TESZT

ÖSZTROGÉN-DOMINANCIA
ALAPÚ TÜNETEK

Hormon egyensúly állapotmérő teszt

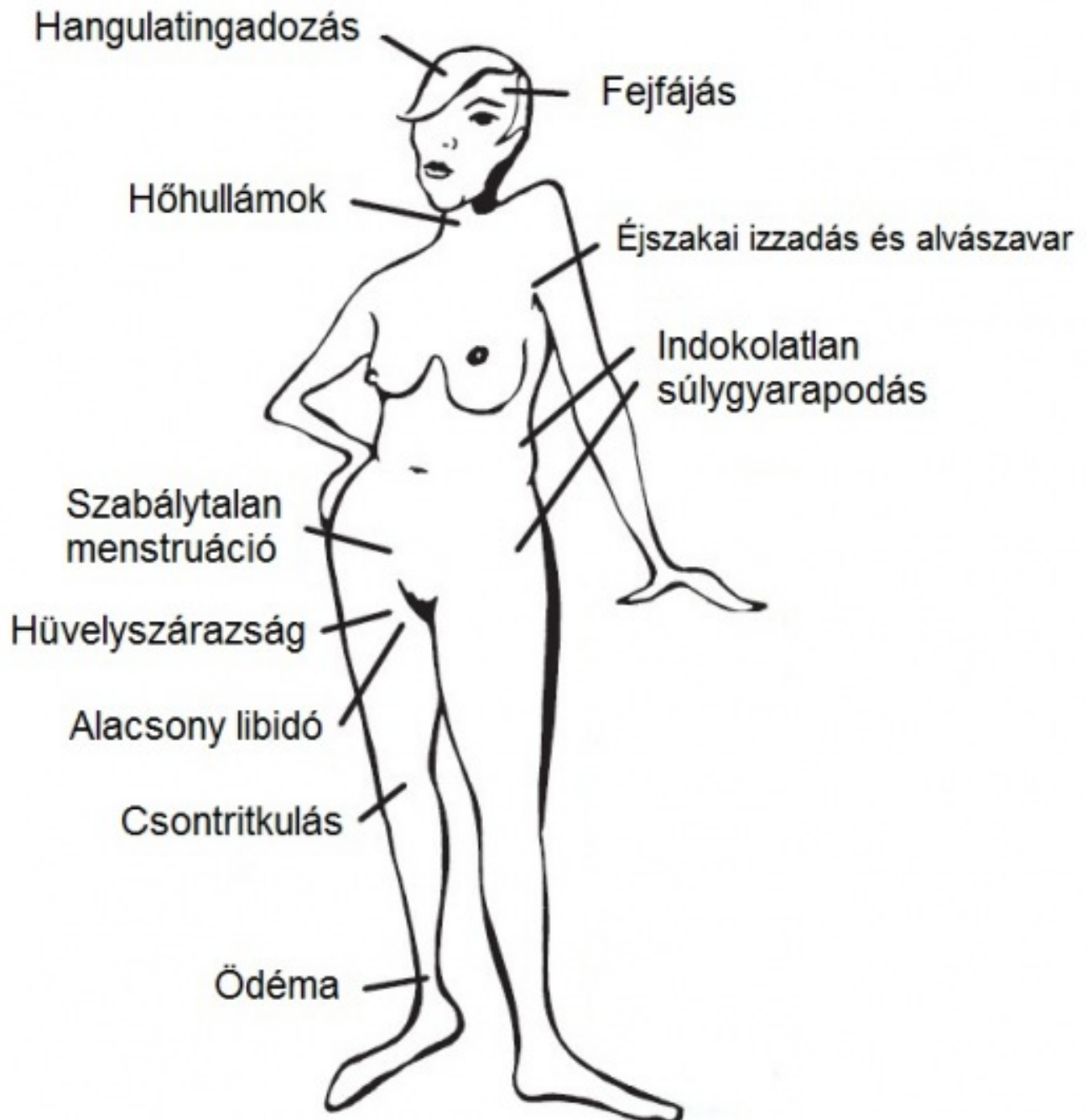
Az ösztrogén-dominancia az az állapot a női szervezetben, amikor az ösztrogén hormon relatíve több, mint a progeszteron, ami nem kívánatos nőgyógyászati tüneteket okoz, melyeket az ábrán látsz.



Hormon egyensúly állapotelmérő teszt

Amikor felborult a két hormon között az egyensúly, az ösztrogén felesleget csak úgy “kiüríteni” sajnos nem lehet, mivel a zsírsejtek kötik.

Ugyanakkor amint a szervezet visszakapja a progeszteront, meggyógyítja önmagát, hiszen képes lesz ellensúlyozni az ösztrogént, így a tünetek visszahúzódnak.



Állapotfelmérő kérdőív

Progeszteron hiány. Ez a leggyakoribb hormonális egyensúlyzavar a nők körében, minden életkorban.

- PMS=premenstruális szindróma=menstruációt megelőző tünetek:
ingerlékenység, mellfeszülés,
- Fejfájás, feszültség érzése, hangulatingadozás, görcsök, ödémásodás
- Alvászavar
- Korai vetélés
- Fájó és/vagy csomós mellek
- Megmagyarázhatatlan súlygyarapodás
- Periodikus fejfájás/Migrén
- Idegesség
- Terméketlenség



Hormon egyensúly állapotmérő teszt

Ösztrogén többlet - lehet relatív vagy abszolút. A laborban visszaigazolt abszolút magas ösztrogén szint kezelése szakembert igényel, mert veszélyes lehet!

- Puffadtság, felfúvódás
- Pozitív rákszűrés eredmény (esetleg méhnyakrák)
- Gyors vagy indokolatlan súlygyarapodás (elsősorban hason, csípőn és combokon)
- Mellfeszülés
- Hangulatváltozások
- Erős menstruációs vérzés
- Nyugtalan depresszió
- Migrénes fejfájás
- Alvászavar (éjszakai megébredés, éber alvás, éjszakai izzadás)
- Homályos gondolkodás
- Arc kipirosodása
- Epehólyag problémák
- Hisztizés

Ösztrogén-dominancia (progeszteron hiányos tünetek és ösztrogén túlsúlyos tünetek vegyesen): Azoknál a nőknél alakul ki, akiknél több ösztrogén került a szervezetébe, vagy túlsúly esetén több termelődött. Valamint azoknál, akiknél a progeszteronból nem áll rendelkezésre elegendő az ösztrogén hatásainak kiegyensúlyozására. Akár alacsony is lehet az ösztrogén szint, de ha a progeszteron mennyisége még ennél is alacsonyabb, akkor az ösztrogén-dominancia tünetei fognak megjelenni.

Hormon egyensúly állapotelmérő teszt

Androgén többlet: (az androgének a férfi nemi hormonok). Progeszteron-hiánynál, azaz ösztrogén-dominanciánál fordul elő. PCO gyanú és túlzott szénhidrát-bevitel, inzulin-rezisztencia állhat a háttérben.

- Hasi hízás
- Pattanások
- Policisztás petefészek szindróma (PCOS)
- Fokozott szőrnövekedés az arcon és a karon
- Alacsony és /vagy ingadozó vércukorszint
- A haj ritkulása, fejtetői részen fokozott hajhullás
- Meddőség
- Petefészek ciszták
- Fájdalom a ciklus közepén

Mellékvese - kortizol hormon rendellenes szintje. Általában a krónikus stressztől kimerült mellékveséknek köszönhető. Következménye a progeszteron szint leesése, ösztrogén-dominancia kialakulása.

- Elgyengítő fáradtság, elerőtlenedés, kimerültség
- Nem stabil vércukor
- Homályos, ködös gondolkodás
- Alacsony vérnyomás
- Vékony és/vagy száraz bőr
- Testedzésre való képtelenség
- Májfoltok az arcon

Hormon egyensúly állapotelmérő teszt

Változó korra jellemző panaszok (együtt vagy külön-külön): ösztrogén hiányos és ösztrogén-dominanciás tünetek vegyesen (hiszen egy túl alacsony ösztrogén szint mellett egy közel nulla progeszteron szint is ösztrogén-dominanciát jelent) Ekkor is elsősorban a progeszteron pótlása segít.

- Hőhullámok
- Hirtelen erős szívdobogás
- Izzadás
- Alvászavar
- Hajhullás
- Indokolatlan súlygyarapodás
- Ingerlékenység
- Csontritkulás (menopauza előtti csontsűrűség veszteség is)

Ösztrogén hiány. Ez a hormon egyensúlyzavar leginkább a menopauza után jellemző, különösen a filigrán alkatú és sovány nőknél. Ekkor is a progeszteron pótlása segít, mert képes az ösztrogén receptorokat annyira felélénkíteni, hogy az ösztrogénhatás is elegendő legyen.

- Hüvelyszárazság
- (Éjszakai) izzadás, hőhullámok
- Fájdalmas közösülés
- Memória zavarok
- Húgyhólyag-fertőzések
- Letargikus depresszió

Amennyiben több tünetben magadra ismersz, érdemes természet-azonos progeszteront használnod.

Kérem a természet-azonos progeszteron krémet.

FONTOS INFORMÁCIÓK

Az ábrák forrása:

Dr. Csiszár Miklós-Nora Igloi-Syversen: Női igazságok
www.hormonharmonia.hu weboldal

A kérdőív a Hormonharmónia, és Eperjesi Katalin szerző tulajdona.

A dokumentum szerzői jogvédelem alatt áll. A szerző engedélye nélkül sem részleteiben, sem egészben nem továbbítható vagy sokszorosítható. Kérlek, ne másold le, és ne add át harmadik félnek. Inkább add át a honlap elérhetőségét annak, akinek szüksége lehet rá. Köszönöm!

Az itt leírtak nem minősülnek diagnózisnak, se orvosi tanácsnak, csak tájékoztató jellegű információk, melyek nem helyettesítik a szakorvosi konzultációt, nem értelmezhető diagnózisként vagy terápiás tanácsként, csupán megfelelő megoldások keresésére sarkallhat az orvosi kezelés kiegészítéseként. Mindig fordulj kezelőorvosodhoz, hogy tanácsot kaphass bármely egészségügyi problémával vagy állapottal kapcsolatban.

Minden jog fenntartva! Eperjesi Katalin - Hormonharmónia