

Mit HormoFem gegen die Nebenwirkungen der Pille (2)

Liebe Leserinnen und Leser,



Die meisten Frauen kennen mittlerweile die durch die Pille verursachte erhöhte Thrombosegefahr oder das höhere Risiko an Brust- oder Gebärmutterhalskrebs zu erkranken. Über diese Risiken klärt der Arzt auch auf.

Was viele Frauen dagegen nicht wissen ist, dass die Antibabypille auch in den Mikronährstoffhaushalt eingreift und den Vitamin- und Mineralstoffbedarf erhöht. Besonders Vitamin B6 und Folsäure werden verstärkt benötigt, aber auch Magnesium und Zink.

Mit dem Produkt HormoFem sind Sie auf der sicheren Seite. Die Inhaltsstoffe wurden so ausgewählt, dass sie den Nährstoffmangel durch die Pille garantiert ausgleichen. So vermeiden Sie unangenehme Nebenwirkungen und machen sich Ihr Leben mit der Pille leichter.

Orale Kontrazeptiva erhöhen den Vitamin B-Bedarf

Zu den B-Vitaminen gehören acht Vitamine (Vitamine B1, B2, B3, B5, B6, B12, Biotin und Folsäure) mit unterschiedlichen chemischen und pharmakologischen Eigenschaften. Die B-Vitamine kommen in alltäglichen tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln vor (z. B. Getreide, Gemüse, Hülsenfrüchte, Fleisch, Fisch, Milchprodukten). Eine Ausnahme stellt Vitamin B12 dar, welches in relevanten Mengen ausschließlich in tierischen Lebensmitteln enthalten ist. Mit Ausnahme von Vitamin B12 und in Maßen Vitamin B3 kann der menschliche Körper die wasserlöslichen B-Vitamine nicht speichern. Der Mensch ist also auf eine regelmäßige Zufuhr über die Nahrung angewiesen. Ein Überschuss wird über den Urin ausgeschieden.

B-Vitamine sind für den Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel sowie die körpereigene Energiegewinnung essenziell. Als Cofaktoren sind sie für Funktion von bestimmten Enzymen unerlässlich. Ein Mangel kann die Haut, die Schleimhäute, das Nervensystem, das Herz-Kreislauf-System und den Magen-Darm-Trakt betreffen.

Orale Kontrazeptiva erhöhen den Vitamin B6 (Pyridoxin)-Bedarf

Frauen, die die Antibabypille nehmen haben einen fünf bis zehn Mal so hohen Vitamin B6-Bedarf,

verglichen mit Frauen, die keine Pille einnehmen. Verschiedene Nebenwirkungen der Pille, darunter Depressionen, Blutzuckerschwankungen und Wasseransammlungen, können durch einen "pillenbedingten" Vitamin-B6-Mangel verursacht werden.

Der erhöhte Bedarf kann nicht nur zu einem Abfall der Vitamin B6-Serumspiegel führen, sondern auch zu Veränderungen im Vitamin B2-Status.

Vitamin B6-Mangel kann zu folgenden Symptomen führen:

- Appetitlosigkeit, Erbrechen, Durchfall
- entzündliche Veränderung der Haut (Dermatitis), der Zunge (Glossitis) und der Lippenschleimhaut (Cheilosis)
- Mikrozytäre, hypochrome Anämie
- Erhöhte Homocysteinwerte
- Störungen im Tryptophanstoffwechsel
- Verminderte Glukosetoleranz

Erhöhte Homocysteinwerte durch Vitamin B6-Mangel

Homocystein (Hcy) ist eine natürlich vorkommende (nicht proteinogene) Aminosäure, die im Stoffwechsel aus der Aminosäure Methionin gebildet wird. Erhöhte Blutwerte für Homocystein können eine Schädigung der Blutgefäße zur Folge haben und steigern die Inzidenz von Herzinfarkt bzw. Schlaganfall. Sie stehen auch in engem Zusammenhang mit Depressionen und Demenzerkrankungen.

Zur Regulierung des Homocysteinspiegels im Blut ist eine ausreichende Versorgung mit den Vitaminen B6, B12 und Folsäure wichtig.

Die Cystathion- β -Synthase und Cystathion- γ -Lyase, Enzyme des Homocystein-Abbaus, sind Vitamin B6 abhängig. Defizite dieser Enzyme, sowie der Folsäure-abhängigen Methioninsynthetase, führen zu erhöhten Homocysteinkonzentrationen.

Weitere Informationen zu „Homocystein“ finden Sie in u.a. folgenden Gesundheitsbriefen:

- <http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/archiv-13/homocystein>
- <http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/archiv-13/homocystein>
- <http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/archiv-13/homocystein>
- www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/archiv-13/homocystein

Störungen im Tryptophanstoffwechsel als Ursache für Nervosität, Reizbarkeit und Depressionen

Unter der Anwendung der Antibabypille werden häufig Nervosität, Reizbarkeit und Depressionen beobachtet. Ein östrogeninduziertes Vitamin B6-Defizit und eine daraus resultierende reduzierte Umwandlung von Tryptophan zu Serotonin wird als Ursache diskutiert.

Tryptophan wird durch das Enzym Tryptophan-5-Hydroxylase in 5-Hydroxytryptophan (5-HTP)

umgewandelt. Dieser Stoffwechselweg benötigt Folsäure, Vitamin B3, Vitamin C, Eisen und Kupfer als Cofaktoren. Die L-Aminosäure-Decarboxylase wandelt 5-HTP in Serotonin um. Vitamin B6-Mangel blockiert die Tryptophan-5-Hydroxylase und somit die Umwandlung von Tryptophan in 5-HTP.

Die erhöhte Aktivität der Tryptophan-2,3-Dioxygenase, erhöht den Vitamin B6-Bedarf und beschleunigt zudem den Tryptophanabbau. Dadurch kann die Serotoninverfügbarkeit im zentralen Nervensystem negativ beeinflusst werden, was sich durch Nervosität, Reizbarkeit und Depressionen äußern kann.

Erhöhtes Diabetesrisiko durch Vitamin B6-Mangel

Eine verminderte Fähigkeit zum Abbau von Traubenzucker (Glukoseintoleranz) gilt als seltene Nebenwirkung der Antibabypille.

Eine mögliche, diskutierte Erklärung dafür ist, dass Xanthurensäure im Tryptophanstoffwechsel aufgrund des Vitamin B6-Mangels vermehrt gebildet wird. Xanthurensäure kann mit Insulin Komplexe bilden. Die Folge ist eine Minderung der Insulinwirkung und theoretisch eine Steigerung des Diabetesrisikos. In einer Studie führte die Zufuhr von Vitamin B6 bei Frauen mit diagnostiziertem B6-Mangel zu einer raschen Senkung des Blutzuckers nach einem Glukosetoleranztest.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihr Gerd Schaller



Wichtiger Hinweis zu unseren medizinischen Informationen

Die wissenschaftlichen Informationen auf unseren Seiten wollen und können keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung durch einen Arzt oder einen Therapeuten ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung unserer Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Die Ratschläge und Empfehlungen dieser Website wurden nach besten Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des jeweiligen Autors, der Stiftung Research for Health, der Redaktion sowie ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

