

Mit HormoFem gegen die Nebenwirkungen der Pille (4)

Liebe Leserinnen und Leser,



Heute bekommen Sie Teil 4 der Informationen zu den Nebenwirkungen der Antibabypille. Die Antibabypille greift auch in den Mikronährstoffhaushalt ein und erhöht den Vitamin- und Mineralstoffbedarf.

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 C-Bedarf

Vitamin C ist für die Bildung von Bindegewebe und Knorpel von Bedeutung. Es fördert die Wundheilung, die Aufnahme von Eisen und ist entscheidend für ein funktionierendes Immunsystem. Als Cofaktor ist es u.a. wichtig für die Bildung von Kollagen, Carnitin und Katecholaminen. Vermutlich erhöhen Östrogene den Vitamin C-Umsatz und können so zu niedrigeren Vitamin C-Spiegeln führen.

Symptome eines Vitamin C- Mangels

- Depression
- Erschöpfung und Müdigkeit
- Gelenkentzündungen
- Geschwächtes Immunsystem
- Hautprobleme (Ekchymosen, Hyperkeratose) und Hautentzündungen sowie Hautblutungen (Petechien)
- Blutungen im Bereich der Haarfollikel (perifollikuläre Hämorrhagien)
- Knochen- und Muskelschmerzen
- schlechte Wundheilung
- Zahnfleischbluten

Der erhöhte Vitamin C- Bedarf wird, gemeinsam mit dem erhöhten Vitamin B6-Bedarf, auch mit Leberfunktionsstörungen in Zusammenhang gebracht.

Auswirkungen der Pille auf die Leberfunktion

Ernste Nebenwirkungen und Komplikationen im Leberstoffwechsel sind sehr selten. Leichtgradige Funktionsstörungen und Beschwerden sind jedoch häufig auf die Pille zurückzuführen. Östrogene können dosisabhängig zu folgenden reversiblen Nebenwirkungen führen:

- Verminderung der exkretorischen Leberfunktion (Verringerung des Bilirubin-Clearence und Ausscheidung von Gallensäuren)
- Beeinträchtigung der Gallensäurebildung
- Vermehrte Synthese verschiedener Transportproteine (Ceruloplasmin, Transferrin, Thyroxin-bindendes Protein)
- Veränderung der Blutfette

An der Entstehung der Leberfunktionsstörungen können ebenfalls Vitamindefizite beteiligt sein.

Vitamin C stimuliert die 7α -Hydroxylierung des Cholesterins und somit die Biosynthese von Gallensäuren in der Leber.

Enzyme, die in den Taurin-Stoffwechsel involviert sind, sind Vitamin-B6-abhängig. Vitamin B6-Defizite hemmen die Biosynthese von Taurin aus Cystein und Methionin.

Die Cholesterin-Glycin und -Taurin-Konjugate sind die Hauptvertreter der Gallensäuren.

Die Bildung von Gallensteinen wird auf den Östrogengehalt der Pille zurückgeführt. Die Östrogene bewirken eine reversible, dosisabhängige Verminderung des Gallenflusses und der Gallensäurekonzentration, während die Konzentration des freien Cholesterins in der Galle ansteigt.

Die Pille führt des Weiteren zu reduzierten Serummagnesiumwerten und erhöht die Zinkausscheidung.

Orale Kontrazeptiva erhöhen den Magnesium-Bedarf

Magnesium ist an 300 enzymatischen Reaktionen im Organismus beteiligt. Die Hormone der Pille erhöhen den Magnesiumbedarf, in dem sie in den Magnesiumhaushalt eingreifen. Die Einnahme der Antibabypille kann daher einen Magnesiummangel verursachen.

Welche Symptome können bei einem Magnesiummangel auftreten?

- Bei schwangeren Frauen: vermehrte Schwangerschaftsübelkeit, Gefahr der vorzeitigen Wehentätigkeit und Ödembildung
- Bluthochdruck
- Empfindungsstörungen in Armen und Beinen (Kribbeln, Taubheitsgefühl)
- Geräuschempfindlichkeit (Hyperakusis) und Ohrensausen (Tinnitus)
- Herzklopfen, Herzasen, Herzstolpern (Herzrhythmusstörungen)
- Kopfschmerzen und Migräne
- Magenkrämpfe, Übelkeit, Appetitlosigkeit
- Müdigkeit, Energielosigkeit, Schwäche
- Muskelkrämpfe der Waden, des Fußes, des Augenlides (Lidzucken)
- Muskelschwäche

- Muskelzittern
- PMS (Prämenstruelles Syndrom), verstärkte Menstruationsblutung, schmerzhafte Periodenkrämpfe
- Psychische Symptome wie erhöhte Reizbarkeit, innere Unruhe, Angst, Konzentrationsschwäche, Benommenheit, Schwindel
- Schlafstörungen
- Verspannungen der Nacken- und Schultermuskulatur
- Verstopfung, auch im Wechsel mit Durchfall

Die B-Vitamine Thiamin (B1), Riboflavin (B2) und Pyridoxin (B6) sowie die Vitamine C und D begünstigen die Aufnahme von Magnesium. Bei einer unzureichenden Versorgung mit diesen Vitaminen kann das Magnesium aus der Nahrung nur schlecht verwertet werden, was eine unzureichende Magnesiumversorgung fördert.

Orale Kontrazeptiva erhöhen den Zink-Bedarf

Zink ist das zweithäufigste Spurenelement im menschlichen Körper und besonders wichtig für Haut, Haare und Nägel, für die Eiweißsynthese und die Zellteilung. Zink wird für die Funktion von mehr als 300 Enzymen benötigt und ist daher an sehr vielen Stoffwechselreaktionen beteiligt. Dazu zählen beispielsweise der Stoffwechsel von Insulin, Sexualhormonen, Wachstumshormonen, Neurotransmittern und Kollagen. Zink fördert die Immunabwehr und steigert die Ausscheidung von Schwermetallen und Kupfer.

Die Pille kann den Zinkstatus, durch Beeinflussung der Zinkaufnahme im Darm und durch eine vermehrte Ausscheidung, beeinflussen. Durch eine unzureichende Zinkversorgung können Neurotransmitter, der Insulinstoffwechsel und das Immunsystem negativ beeinflusst werden.

Orale Kontrazeptiva erhöhen den Vitamin B12 (Cobalamin)-Bedarf

Vitamin B12 ist u.a. beteiligt am Zellstoffwechsel (DNA-Synthese und –regulation) und an der Energieproduktion. Als Cofaktor verschiedener Enzyme spielt Vitamin B12 z.B. eine Rolle im Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel. Die aktive Vitamin B12-Form, Methylcobalamin, beeinflusst über die Methioninsynthetase den Folsäurestoffwechsel. Vitamin B12 und Folsäure sind gemeinsam für eine Umwandlung von Homocystein in die Aminosäure Methionin erforderlich.

Aufgrund seiner vielfältigen Funktionen kann ein Vitamin B12-Mangel zu einer ganzen Vielzahl von teils schweren körperlichen und geistigen Symptomen führen, die von Müdigkeit und Depressionen bis zu schwerer Blutarmut und Nervenschäden reichen.

Anzeichen eines Zinkmangels

- Appetitverlust, Einschränkung des Geruchs- und Geschmackempfindens
- Hautveränderungen (Pusteln, Rötungen, Ekzeme, trockene und schuppige Haut)
- Konzentrations- und Schlafstörungen
- psychische Veränderungen (depressive Verstimmungen)
- Schwächung des Immunsystems
- Sehstörungen, Trockene Augen, schlechtes Nacht-Sehvermögen
- Verminderte Wundheilung
- Wachstumsstörungen bei Kindern, verzögerte Geschlechtsreife
- Wachstumsstörungen von Haaren und Nägeln (z. B. weiße Flecken auf den Nägeln, brüchige

Nägel und Haare, sowie Haarausfall)

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.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln