

Vitalstoff Journal Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

Auswirkungen synthetischer Hormone auf Ihren Körper (2)

Auswirkungen synthetischer Hormone auf Ihren Körper (2)

Die Antibabypille erhöht den Bedarf an B-Vitaminen (insbesondere Folsäure und B6) und Vitamin C. Sie beeinträchtigt den Nährstoffhaushalt der Mineralstoffe Zink und Magnesium.

Die Pille hat viele Nebenwirkungen. Jede Frau sollte diese Nebenwirkungen kennen. Ich möchte Ihnen aufzeigen, dass die Pille nicht wirklich alternativlos ist und dass es mit dem Produkt HormoFem eine Möglichkeit gibt, die Nebenwirkungen der Pille zu minimieren.

Heute erhalten Sie Teil 2 einer kleinen Serie zu den Auswirkungen künstlicher Hormone.

Teil 1 dieses Gesundheitsbriefs finden Sie in unserem Archiv.

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.

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 lesenswerten Gesundheitsbriefen:

- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (1)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (2)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (3)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (4)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (5)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (6)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (7)**
- **Homocystein: Eine toxische Aminosäure – Auswirkungen und Therapie (8)**

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 (Glukosetoleranz) 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.

NTP85: HormoFem - Preis: 21,90 €

HormoFem: Zum Ausgleich des erhöhten Bedarfs an Nährstoffen bei Einnahme der Pille, denn die Antibabypille verursacht einen Mangel an wichtigen Nährstoffen.

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 Anti-Baby-Pille auch in den Mikronährstoffhaushalt eingreift und den Vitamin- und Mineralstoffbedarf erhöht. Besonders Vitamin B6 und Folsäure werden verstärkt benötigt, aber auch Magnesium und Zink.

Mittlerweile wird die Pille auch zunehmend jungen Mädchen verschrieben, nicht primär zur Verhütung, sondern gegen Menstruationsbeschwerden (PMS) oder unreine Haut (obwohl die Pille dafür nicht zugelassen ist). Die Antibabypille ist ein täglich oral einzunehmendes, synthetisches Hormonpräparat, das die weiblichen Hormone Östrogen und Gestagen in unterschiedlicher Zusammensetzung und Dosierung enthält. Eine Pille ohne Östrogene ist die sogenannte „Minipille“.

Bestellen Sie hier HormoFem im Online-Shop von Nature Power

MBP01: Mexican Wild Yam - Preis: 39,00 €

Mexican Wild Yam ist ein Naturprodukt aus der Yamswurzel, das in Deutschland von Nature Power eingeführt wurde. Ursprünglich stammt die wilde Yamswurzel (*Dioscorea villosa*) aus Nord- und Mittelamerika. Heute kommt die Pflanze aus der Familie der Dioscorea weltweit vor. Dies ist das zuverlässige Originalprodukt, das von vielen Frauen seit Jahren erfolgreich verwendet wird.

Yamswurzeln dienen in vielen Kulturen seit Jahrhunderten als Nutzpflanze für den Verzehr. Die wilde mexikanische Yamswurzel unterscheidet sich maßgeblich von den anderen Arten, denn sie hat bestimmte Eigenschaften, die nicht bei anderen Vertretern dieser Gattung vorhanden sind. Gerade diese Eigenschaften macht die Pflanze bei den Indianern von Nord- und Mittelamerika sehr beliebt.

Die Indianer wenden die Wurzel seit vielen Jahrhunderten bei sowohl jungen als auch älteren Frauen erfolgreich an.

Der Forscher Russell Marker entdeckte 1942, dass sie einen auffallenden Gehalt des Steroids Diosgenin aufweist. Steroide können dem menschlichen Organismus zum Aufbau von körpereigenem Progesteron dienen, das Bestandteil des weiblichen Hormonhaushalts ist, sowie auch des männlichen. Die Mexican Wild Yam soll laut amerikanischer Literatur möglichst naturbelassen angewendet werden.

Für das Produkt wird die reine, ganze Wurzel verwendet und kein Extrakt. Die naturbelassenen Yamswurzeln werden kalt vermahlen. Dies ist sehr wichtig, denn sowohl durch das Verfahren der Extrakt - Herstellung, als auch durch die Vermahlung mit hohen Temperaturen gehen die wichtigen Inhaltsstoffe und Eigenschaften der Wurzel verloren.

Bestellen Sie hier Mexican Wild Yam in Kapseln im Online-Shop von Nature Power
