

Östrogen och progesteron - klimakteriebesvär.

Av Dr Leif Ims

Östrogen och progesteron hör till de sk steroidhormonerna. Mängden och förhållandet mellan de båda är mycket viktiga för hälsa och välmående.

Hälsa är balans. Det gäller särskilt hormoner men då talar vi om bioidentiska eller så kallade naturliga hormoner. De "hormonblandningar" som erbjuds kvinnor i klimakteriet är dessvärre inte naturliga. Det är bevisat att de leder till sjukdomar som cancer, hjärtinfarkt och stroke men ändå fortsätter läkare att skriva ut dem. Det är svårt att begripa när man vet att det finns naturliga och ofarliga metoder för att rätta till hormonell obalans.

Hormoner är helt livsnödvändiga. Produktionen av dem regleras från hjärnan som sänder ut signalhormoner till hypofysen som i sin tur sänder ut styrningshormoner till hormonkörtlarna som då börjar tillverka hormonet ifråga.

När kvinnor hamnar i klimakteriet beror det på att det inte finns fler ägg i äggstockarna. Äggstockarna går i pension helt enkelt och slutar att tillverka östrogen och progesteron. De fortsätter dock att producera lite testosteron (manligt könshormon) och det hormonet är viktigt för en kvinnas välbefinnande och sexlust. När äggstockarna inte längre producerar mer östrogen och progesteron börjar istället kroppens fettvävnad att förse kroppen med östrogen. Binjurarna står för tillverkningen av lite progesteron.

Man har gjort mätningar i saliv som visar att kvinnor i västvärlden tenderar att ha för mycket östrogen och för lite progesteron. Det uppstår alltså en obalans mellan dessa två hormoner varför det är viktigt att tillföra bioidentiskt progesteron som har många positiva verkningar i kroppen. Viktigast är att det är ett anabolt hormon (det ger alltså mer energi), det stärker skelettet och motverkar cancer. Östrogen å andra sidan stimulerar alla celler till att dela sig och det är därför cancerframkallande om det inte hålls i balans. Den balansen tillhandahålls av just progesteronet (och till viss del även testosteronet). Därför är det viktigt att få tillräckligt med progesteron vilket lätt kan tillföras genom en kräm som smörjs på huden. Progesteron har en lång rad med positiva egenskaper som man kan läsa mer om i böckerna av Dr John Lee.

Så många som 30 % av alla kvinnor kommer i övergångsåldern att ha för lite östrogen. De får ihållande värmevallningar och torrhet i underlivet. Dessa är helt entydiga symptom på för lite östrogen. Det bör då tillföras men aldrig ensamt eftersom endast östrogen är cancerframkallande. Denna tendens motverkas dock av progesteronet. Det bästa är att tillföra östrogen som ett plåster med svag styrka och allt eftersom besvären lindras kan man sluta med det. Progesteronet kan man dock fortsätta att tillföra livet ut.

