



Hormone und ihre Mangelsymptome:

E2-Estradiolmangel:

Trockene Haut	verminderte Libido
Schwitzen/Schweißausbrüche	Schlafstörungen
Hitzewallungen	brüchige Nägel
Schmierblutungen	Haarausfall
unregelmäßige Zyklen	vermehrte Gesichtsbehaarung
Herzstechen und -stolpern	Erschöpfung
Osteoporose	depressive Verstimmungen

Estrogendominanz:

Unfruchtbarkeit	Ödeme
Zyklusstörungen	Kopfschmerzen oder Migräne
Prämenstruelles Syndrom (PMS)	Gewichtszunahme
geschwollene Brüste, Brustzysten	Tränenausbrüche
Brustkrebs	Ängste und Panik
Endometriose	weicher Muskeltonus
Eierstockzysten	Allergien
Endometrium- oder Eierstockkrebs	Autoimmunerkrankungen
starke Blutungen	Schilddrüsenunterfunktion
Uterusmyome	Müdigkeit, aber auch Schlaflosigkeit
erhöhte Blutgerinnung	Gereiztheit
Libidomangel	reduzierte Spermienreifung

E3-Estriolmangel:

trockene Haut	rezidivierende Blasenentzündungen
trockene und überempfindliche Scheide	Bindehautentzündung
Scheidenpilz	Zahnfleischbluten
ausbleibende Schwangerschaft	Gelenkbeschwerden
Nahrungsmittelunverträglichkeiten	Nasennebenhöhlenentzündungen
Beschwerden der oberen Atemwege	Schwindel
Infektanfälligkeit	Tinnitus
Magenschleimhautentzündungen	erhöhtes Risiko für Brust- und Gebärmutterkrebs
Durchfall	
Reizdarm	Schlafstörungen
Reizblase	Prostatavergrößerung



Progesteronmangel:

starke Menstruation	Prostatabeschwerden
Zwischenblutungen	Schlaflosigkeit
Prämenstruelles Syndrom (PMS)	Rückenschmerzen
schmerzhafte Brüste	Zahnfleischentzündungen
Zysten, Myome	Neigung zu blauen Flecken
Fehlgeburten	kalte Hände und Füße
Gewichtszunahme	Ödeme
zyklische Kopfschmerzen	Koordinationsschwäche
Kinderlosigkeit	Aggressionen
verminderte Libido	krankhafte Eifersucht
Insulinüberschuss	Reizbarkeit
Gedächtnisschwäche	Überreaktionen
Kreislaufschwäche	Launenhaftigkeit
Schwindel	Weinkrämpfe, Hysterie
dunkle Augenringe	Ängste
Akne	Depressionen
Infektanfälligkeit	Selbstmordgedanken

Testosteronmangel:

mangelndes Selbstwertgefühl	Ängste
mangelnde Stressresistenz	verminderte Libido, Potenzstörungen
Gedächtnisschwäche	Bindegewebsschwäche, Cellulitis
Unentschlossenheit	Gebärmuttervorfall
Depressionen	Prostatabeschwerden
Aggressionen	unzureichende Spermienproduktion
Müdigkeit, Antriebslosigkeit	Blasenschwäche, Harninkontinenz
Bluthochdruck	nächtliches Harnlassen
niedriger Muskeltonus (geringe Grundspannung)	nachlassende körperliche Leistungsfähigkeit
Myome	Osteoporose



Cortisolmangel:

Schwäche	Zittern
Schwindel	Kältegefühle
niedriger Blutdruck	Verdauungsstörungen
Erschöpfung	Gewichtszunahme
Müdigkeit	Muskelkrämpfe
Vergesslichkeit	Epstein-Barr-Virus-Infektion (EBV)
benebeltes Denken	Borreliose
Depressionen	Autoimmunerkrankungen
Panik	Arthritis
Infektanfälligkeit	verschiedene Arten von Schmerz
Stressintoleranz	Ruhelosigkeit
Ablehnung sportlicher Aktivität	braune Flecken auf der Haut (Hyperpigmentierung)

DHEA-Mangel:

Schlaflosigkeit	Neigung zu blauen Flecken
dünne und trockene Haut	Herz-Kreislauf-Erkrankungen
trockene Haare	Ängstlichkeit
glanzlose, trübe Augen	Depressionen
spärliche Achsel- und Schambehaarung	Übergewicht
Müdigkeit	Libidomangel
Antriebslosigkeit	Entzündungen
Stressintoleranz	schwaches Immunsystem
eingeschränkte Leistungsfähigkeit	nachlassende Muskelkraft und Ausdauer
Kreislaufbeschwerden	Verlust von Knochenmasse