

Sachverzeichnis

A

- ABP 30
- ACE 25, 40–41
- Acne inversa 132, 325
- ACTH 23, 37, 55–56, 72–73, 75, 77, 85, 97, 116, 137–138, 222
 - Diagnostik 56
 - Stoffwechselung 56
 - Wirkung 55
- Addison-Krise 72, 214
- Adenohypophyse 36–37, 137
- Adenohypophysenhormone 55
- Adenosinmonophosphat, zyklisches, *siehe* cAMP
- ADH 22, 25, 37, 81
- ADHS 90, 96–97, 133
- Adipozyten 48
- Adiuretin, *siehe* ADH
- Adnexitis 312
- Adrenalin 43, 69–71, 94, 100, 141, 144, 211, 222, 257–258
 - Diagnostik 71
 - Stoffwechselung 69
 - Wirkung 69
- Adrenalinmangel 71
- Adrenalin-Noradrenalin-Quotient 146
- Adrenalinüberschuss 71
- Adrenokortikotropes Hormon, *siehe* ACTH
- Adrenopause 123
- ADS 90, 96–97, 133
- Aggressivität 133
- Aging-Male-Syndrom 125
- Akne 132
- Akromegalie 60
- Aktionspotenzial 92
- Albumin 101
- Aldosteron 25, 45, 72, 107, 141, 257
 - Diagnostik 72
 - Stoffwechselung 72
 - Wirkung 72
- Aldosteronmangel 72
- Aldosteronüberschuss 72
- Alkoholkonsum 135
- Allergie 88
- Amenorrhö 320, 322
- Amin, biogenes 15, 17
- γ -Aminobuttersäure, *siehe* GABA
- Aminosäurederivat 15
- Anamnese 144, 148
 - allgemeine 128
 - spezielle 130
- Anamnesebogen 128
- Anamnesegespräch 129
- Ananas-Diät 160
- Androgen-bindendes Protein, *siehe* ABP
- Androgene 75, 79, 84–86
- Androgenrezeptor 85
- Andropause 125, 313
- Androstendion 49–50, 84–85, 87, 102, 138
 - Diagnostik 85
 - Stoffwechselung 85
 - Wirkung 85
- Androsteron 45
- Angelika 189
- Angiotensin
 - I 25, 40
 - II 25, 40
- Angiotensin-Converting-Enzym, *siehe* ACE
- Angiotensinogen 42
- Ängste 133
- Angststörung 274
 - Definition 274
 - Diagnostik 276
 - Differenzialdiagnose 275
 - generalisierte 274
 - Therapie 276
 - Ursache 275
- ANP 15, 26, 40, 257
- Antidiuretisches Hormon, *siehe* ADH
- Anti-Müller-Hormon 311
- Appendix 47
- Applikation
 - orale 175, 210
 - transdermale 175, 210
- Applikationsform 175
- Arachidonsäurederivat 17
- Arnikaöl 169
- Aromatase 49, 80, 102, 109, 118, 304, 327
- Arthritis 284

- Arthrose 284
- Ashwagandha 185
- Asthmaanfall 275
- Atemmeditation 203
- Atemübung 203
 - rhythmische 199
- Atriales Natriuretisches Peptid, *siehe* ANP
- Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung, *siehe* ADHS
- Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom, *siehe* ADS
- Aura 235
- Ausdauer Sport 86, 103, 199
- Ausleitung 163
- Ausleitungssset 168
- Axon 92
- Azetylsalicylsäure 259

B

- Bakterien
 - histaminbildende 90, 152, 270, 328, 330
 - histaminsenkende 330
 - neutrale 330
- Ballsport 199
- Baseninfusion 166
- Basenpulver 164
- Basentherapie 166
- Basistherapie 151
- Bauchhirn 47
- Bauchspeicheldrüse 45
- Befindlichkeitsskala 150
- Befruchtung 28
- Beifuß 182, 188, 305
- Belastungsstörung, posttraumatische, *siehe* PTBS
- Bewegung 171, 197
- Bewegungsmangel 122, 198
- Biokatalysator 102
- Biotin 205, 208
- Birke 155
- Bisphenol A, *siehe* BPA
- Bitterstoffe 154
- Blinddarm 47
- Blutdiagnostik 91, 138
 - Bewertung 139

- Messgenauigkeit 138
 - mögliche Fehlinterpretationen 139
 - Blutdruckmessung 260–261
 - Blutdruckregulation 25
 - Blutdruckwerte nach WHO 260
 - Blutgerinnung 258
 - Blutgerinnungskaskade 258
 - Bluthochdruck 131, 260
 - Bluthochdrucktagebuch 263
 - Blutuntersuchung 143
 - BNP 26, 40, 257
 - Borreliose 243
 - BPA 110
 - Brain Natriuretic Peptide, *siehe* BNP
 - Brennnessel 155
 - Brustknoten 132, 323
 - Burn-out 133, 220, 222, 249, 279
 - Definition 220
 - Diagnostik 223
 - Differenzialdiagnose 221
 - Fallbeispiel 226
 - Leitsymptome 220
 - Therapie 223
 - Ursache 221
 - Burn-out-Syndrom 220, 222
- C**
- cAMP 77
 - Cantharis 155
 - CBG 101
 - Cholesterin 15, 17, 42, 77, 153
 - Cholesterinsenker 154
 - Chrom 205
 - Chronic-Fatigue-Syndrom 229
 - Cobalamin 206
 - Coenzym Q 10 208
 - Colitis ulcerosa 131
 - Colon irritabile 131
 - COMT 70
 - Conn-Syndrom 263
 - Cordyceps sinensis 185, 196
 - Corpus luteum 50, 58
 - Cranberry 155
 - CRH 23, 36, 55, 73
 - Cushing-Syndrom 303
 - CYP19A1 102
 - C-Zellen 39
- D**
- D4-Creme 210
 - D4-Globuli 210
 - Damiana 188
 - DAO 88, 90, 327
 - Darm 45, 151
 - darmassoziiertes lymphatisches Gewebe 152
 - Darmbakterien 90, 151–152
 - Darmdysbiose 91, 143, 161, 328
 - Darmentzündung 142, 152
 - Darmflorastatus 152, 270
 - Darmpräparate 152
 - Darmsanierung 149, 231, 330
 - Darmtherapie 151
 - Dehydroepiandrosteron, *siehe* DHEA
 - Dendriten 92
 - Depression 108, 133, 222, 276
 - Auslöser 278
 - bipolare 276
 - Definition 276
 - Diagnostik 279
 - Differenzialdiagnose 278
 - Fallbeispiel 282
 - Leitsymptome 277
 - Therapie 279
 - unipolare 276
 - Ursache 278
 - DHEA 45, 55, 75–76, 84, 138, 139, 144, 204
 - Diagnostik 76
 - Verstoffwechslung 75
 - Wirkung 75
 - DHEA-Mangel 123
 - Leitsymptome 123
 - Ursache 123
 - DHEA-Sulfat 76
 - DHT 30, 85–86, 122, 138, 325
 - Diagnostik 86
 - Verstoffwechslung 86
 - Wirkung 86
 - DHT-Mangel 86
 - DHT-Überschuss 86
 - Diabetes mellitus 19, 84, 131, 252, 303
 - Diarrhö 131
 - Diät 160
 - Dickdarm 47
 - Dihydrotestosteron, *siehe* DHT
 - Dihydrotestosterondysbalance 289
 - Dijodthyrosin 39, 64
 - Disruptor, endokriner 109–110, 143, 165
 - Disstress 75, 137
 - Dopamin 36, 69, 94–96, 138, 141, 144, 151, 161, 222, 257
 - Diagnostik 96
 - Verstoffwechslung 95
 - Wirkung 95
 - Dopaminmangel 95
 - Dopaminüberschuss 96
 - Down-Regulation 19, 104, 109, 174
 - Drogenkonsum 275
 - Drüse, endokrine 12–14
 - Dünndarm 45
 - Duodenum 45
 - Dysbalance, hormonelle, *siehe* Hormondysbalance
 - Dysmenorrhö 318, 322
- E**
- Eierstöcke 49
 - Eikosanoide 17
 - Einnistung 28
 - Einschleichen 210
 - Einzelmittel 209
 - Eisen 205, 208
 - Eisenkraut 189
 - Eisprung 28, 58, 84, 141
 - Embolie 258
 - Empfängnisverhütung, hormonelle 106
 - endokriner Disruptor 109–110, 143, 165
 - endokrines System 14
 - Endokrinologie 12
 - Endometriose 132, 323–324
 - Endorphine 71, 100
 - Engelwurz 189
 - Entgiftung 149, 163, 168
 - Entspannungstechniken 171, 200
 - Entspannungsübung 202
 - Entspannung durch Fühlen 203
 - Schnellentspannung 203
 - Entzündungen 131
 - Entzündungsmarker 256
 - Enzephalomyelitis, myalgische 229
 - Enzymausgleich 330
 - Enzyme 102
 - Epiphyse 38, 61
 - Epiphysenhormon 61
 - Epiphysenpräparate 182
 - Epithalamus 38
 - EPO 17, 42
 - Erkrankung
 - chronische 339
 - koronare 257
 - Nebennieren 213
 - psychische 274
 - Schilddrüse 248
 - Sexualorgane 283
 - Ernährungs-/Trinkgewohnheiten 135
 - Ernährungsumstellung 157, 212
 - Erschöpfung 133
 - Erschöpfungssyndrom, chronisches 133, 229
 - Definition 229
 - Diagnostik 230
 - Differenzialdiagnose 229
 - Fallbeispiel 232
 - Leitsymptome 229
 - Therapie 230
 - Ursache 229
 - Erstverschlimmerung 148–149

Sachverzeichnis

- Erythropoetin 17, 42
Estradiol, *siehe* Östradiol
Estriol, *siehe* Östriol
Eustress 75, 137
- F**
Fastenkur 164
FAST-Test 236
Fatigue 229
Fertilitätsprobleme 132
Fettgewebe 48, 81, 102
Fettzellen 48
ω-3-Fettsäuren 206
Fibromyalgie 131, 242
– Definition 242
– Diagnostik 243
– Differenzialdiagnose 243
– Fallbeispiel 246
– Notfallmedikation 243
– Symptome 242
– Ursache 242
Fibromyalgiesyndrom 242
Fight-or-Flight-Reaktion 24, 69, 198
First-Pass-Effekt 175
Fleischkonsum 135
Flohsamen 153
Follikel 50, 80
Follikelphase 28
Follikelreifung 56
Follikel-stimulierendes Hormon,
siehe FSH
Follitropin, *siehe* FSH
Folsäure 107, 205, 208
Frauenmantel 190
Freeze-Effekt 198
FSH 26, 37, 56, 80, 137–138
– Diagnostik 56
– Verstoffwechslung 56
– Wirkung 56
- G**
GABA 94–98, 138, 141, 144
– Diagnostik 97
– Verstoffwechslung 96
– Wirkung 96
GABA-A-Rezeptor 77–78
GABA-Mangel 96
GABA-Rezeptor 96
GABA-Überschuss 97
GALT 152
Gap Junctions 92
Gastrin 17, 48
Gehirntumor 237
Gelbkörper 28, 50, 58
Gelbkörperhormon 83
Gelenkschmerz 284
– chronischer 131
Genussmittelkonsum 135
Gerinnungsstörung 311
Geschlechtsdrüse 49
Geschlechtsreife 26, 49
Gewebshormone 17, 88
Gewichtsreduktion 160, 212, 262
– hormonelle Zusammenhänge
161
GH, *siehe* Somatotropin
GHIH, *siehe* Somatostatin
Ghrelin 45, 48, 161
GHRH 36, 59
Gicht 284
Gigantismus 60
Glandula
– parathyroidea 39
– pinealis 38
– suprarenalis 43
– thyroidea 38
Glückshormon 98
Glukagon 15, 45, 48
Glukokortikoid 75
Glutamat 94, 96–98, 138, 141, 144,
257
– Diagnostik 98
– Verstoffwechslung 97
– Wirkung 97
Glutamatmangel 97
Glutamatrezeptor 97
Glutamatüberschuss 97
Glutathion 165, 205
Glykogenolyse 70
Glyphosat 110
GnRH 26, 30, 36
GnRH-Pulsgenerator 57
Goldrute 155
Gonaden 49, 79
Gonadenhormone 79
Gonadoliberin, *siehe* GnRH
Gonadotropin-Releasing-Hormon,
siehe GnRH
G-Protein-gekoppelter Rezeptor 19
Granulosazellen 56, 79
Grimmdarm 47
Grippe 334
Großmutterhormon 76
Growth Hormone, *siehe* Somatotropin
Growth-Hormone-Inhibiting-Hormon,
siehe Somatostatin
Growth-Hormone-Releasing-Faktor,
siehe GHRH
Growth-Hormone-Releasing-Hormon,
siehe GHRH
Grüntee-Extrakt 157
Gundelrebe 190
Gundermann 190
- H**
H1-Rezeptor 89
H2-Rezeptor 90
H3-Rezeptor 90
H4-Rezeptor 90
Haarausfall 132
Hafertee 155
Harninkontinenz 188
Hashimoto-Thyreoiditis 115, 256
– Definition 256
– Diagnostik 256
– Therapie 256
– Ursache 256
Hauterkrankung 168, 324
– Definition 324
– Therapie 325
– Ursache 325
Hautmedikation 325
hCG 28–29, 50, 141, 189
Heilpilze 196
Heißhungerattacke 132, 162
HELLP-Syndrom 258
Heparin 88, 259
Herz 40
Herzinfarkt 258
Herz-Kreislauf-Erkrankung 131
Herz-Kreislauf-System 257
Herzpräparate 270
Herzrasen 268
Herzrhythmusstörung 289
Herzschwäche 289
Heuschnipfen 334
HGH, *siehe* Somatotropin
Himbeere 191
Histamin 17, 54, 81, 88–91, 94, 119,
141, 151, 257, 327–328
– Diagnostik 90
– Verstoffwechslung 88
– Wirkung 88
Histaminintoleranz 91, 326
– Definition 326
– Diagnostik 328
– Fallbeispiel 332
– Symptome 326
– Therapie 330
– Ursache 327
Histaminliberatoren 329
Histaminmetaboliten 141
Histamin-N-Methyltransferase,
siehe HNMT
Histaminrezeptor 89
Histidin 88
Hitzewallungen 314
HNMT 328
Hoden 49, 79, 84–85
Hodenpräparate 186
Homocystein 107
Homöopathie 174, 209

- Hormon
- aglanduläres 15
 - bioidentisches 104, 173
 - Definition 12
 - effektorisches 21
 - freies 18
 - gebundenes 18
 - glandotropes 21, 37
 - glanduläres 14
 - hydrophiles 17–18
 - in der Potenz D4 174
 - laktotropes, *siehe* Prolaktin
 - lipophiles 17
 - nicht glandotropes 37
 - pankreatisches 45
 - vom Tyrosin abstammendes 15
- hormonähnliche Substanz 109
- Hormoncheckliste 130
- Hormoncreme 176
- Hormondiagnostik 136
- Hormondominanz 117, 145
- relative 145
- Hormondrüsenachsen 172
- Hormondrüsenaktivierung 172
- Hormondrüseninsuffizienz
- primäre 171
 - sekundäre 171
- Hormondrüsenpräparate 187
- Hormondrüsenstimulation 171
- Hormondrüsentherapie
- rhythmische 172
 - statische 172
- Hormondysbalance 112–113, 209
- Definition 113
 - Entstehung 112
 - Symptome 113, 130
 - typische Patientenaussagen 133
- Hormoneinteilung 13
- Hormonersatztherapie 82
- Hormonmangel
- leichter 210
 - schwerwiegender 210
- Hormonrezeptor 19, 22
- Hormonring 106
- Hormonspirale 106
- Hormonspritze 106
- Hormonstäbchen 106
- Hormonsubstitution 170, 173, 176
- Hormonsystem 12
- Regelkreise 31
 - Übersicht 35
- Hormonverhältnis 145, 210
- normales 145
- 5-HTP 62, 100, 182
- Human Growth Hormone, *siehe* Somatotropin
- humanes Choriongonadotropin, *siehe* hCG
- Hungern 160
- Hydrokortison, *siehe* Kortisol
- 17 α -Hydroxyprogesteron 140
- 5-Hydroxytryptophan, *siehe* 5-HTP
- Hyperaldosteronismus 72, 263
- Hyperkortisolismus 116
- Leitsymptome 116
 - Ursache 116
- Hypermenorrhö 319, 322
- Hyperprolaktinämie 59
- Hypertension 131
- hypertensive Krise 261
- Hyperthyreose 22, 66, 114, 182, 248
- Definition 248
 - Diagnostik 249
 - Differenzialdiagnose 248
 - hypophysäre 114
 - Leitsymptome 114
 - sekundäre 61
 - Therapie 250
 - Ursache 114
- Hypertonie 260
- Definition 260
 - Diagnostik 261
 - Differenzialdiagnose 261
 - Fallbeispiel 265
 - Medikation 263
 - Therapie 262
 - Ursache 260
- Hypoadosteronismus 72
- Hypogonadismus 311
- Hypokortisolismus 116
- Leitsymptome 116
 - Ursache 117
- Hypomenorrhö 320, 322
- hypothalamisch-hypophysäres System 21
- Hypophyse 21, 36–38, 100, 189
- Hypophysenadenom 61
- Hypophysenhinterlappen 37
- Hypophyseninsuffizienz 54
- Hypophysenpräparate 182
- Hypophysenstiel 37
- Hypophysentumor 54
- Hypophysenvorderlappen 37
- Hypophysenvorderlappeninsuffizienz 61
- Hypothalamus 21, 23, 34, 38, 100, 136
- Hypothalamushormone 51
- Hypothalamus-Hypophysen-Achse 21, 136
- Hypothalamus-Hypophysen-Gonaden-Achse 26
- Hypothalamus-Hypophysen-Hoden-Achse 30
- Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse 23, 94
- Hypothalamus-Hypophysen-Schilddrüsen-Achse 22
- Hypothalamuspräparate 181
- Hypothyreose 22, 59, 61, 66, 114, 183, 252, 284
- Definition 252
 - Diagnostik 252
 - Differenzialdiagnose 252
 - Fallbeispiel 254
 - hypophysäre 115, 171
 - Leitsymptome 114
 - primäre 171
 - sekundäre 171
 - Therapie 252
 - Ursache 115
- I**
- ICSH 29, 57
- IGF 17, 67
- IGF-1 18, 60
- IGF-2 18
- Ileum 46
- Immunmodulator 153
- Immunsystembelastung 134
- Infektanfälligkeit 131, 148, 333
- Definition 333
 - Diagnostik 334
 - Differenzialdiagnose 334
 - Fallbeispiel 337
 - Medikation 335
 - Therapie 335
 - Ursache 334
- Inhibin 79
- Inhibiting-Hormon 36
- Insulin 15, 48
- Insulinähnliche Wachstumsfaktoren, *siehe* IGF
- Insulin-Like Growth Factor, *siehe* IGF
- Insulinrezeptor 84
- interstitielles zellstimulierendes Hormon, *siehe* ICSH
- Intervallfasten 160
- Intervalltraining 199
- Intrinsic Factor 45
- Ionenkanalrezeptor 19
- J**
- Jejunum 46
- Jodmangel 67
- Johanniskraut 191, 281
- Johanniskrautöl 191
- Juckbohne 192
- Juckreiz 168
- K**
- Kalium 205, 208
- Kalorien zählen 160
- Kalziferol 68, 207–208

Sachverzeichnis

- Kalzitonin 39, 64, 68, 258
Kalzitriol 67, 87
Kalzium 67, 205, 208, 258
Kampfsport 199
Karpaltunnelsyndrom 339
Katecholamine 15, 69
Katechol-O-Methyltransferase,
 siehe COMT
Keimdrüse 49
Kernrezeptor 19
Kinderwunsch, unerfüllter 132, 309
Kisspeptin 58
Klimakterium virile 125
Knoten
 – heißer 67, 248
 – kalter 67
Kolon 47
Kombinationspille 106
Komplexmittel 181, 187, 209
 – entgiftende 167
 – leberstärkende 154
 – nierenunterstützende 155
Kontrazeptiva, hormonelle 106, 132
Konzentrationsmangel 133
Kopfschmerz 131
Körpertemperaturregulation 54
Kortikoid 75
Kortikoliberin, *siehe* CRH
Kortikosteron 45, 73
Kortikotropin, *siehe* ACTH
Kortikotropin-Releasing-Hormon,
 siehe CRH
Kortisol 45, 55, 63, 67, 73–76, 84,
 87, 94, 107, 115, 138, 139–140,
 144, 151, 161, 211, 222, 257
 – bioidentisches 178
 – Diagnostik 74
 – Verstoffwechslung 73
 – Wirkung 73
Kortisolaufwachreaktion 63, 74, 179
Kortisol-bindendes Globulin, *siehe*
 CBG
Kortisol-DHEA-Quotient 146
Kortisolkurve 222
 – akuter/chronischer Stress 224
 – Burn-out 224
 – chaotischer Verlauf 224
 – physiologische 224
Kortison 45, 73, 75, 174
Kraftaufbau 86
Kraftsport 199
Krebsrisiko 82, 179
Kupfer 205, 208
Kynurenin 95, 97, 100
- L**
Late-Onset-Hypogonadismus 125
Lavendelöl 169
L-Dopa 69, 95, 192
Leaky-Gut-Syndrom 152
Lebensmittel
 – ballaststoffhaltige 153
 – entgiftungsunterstützende 168
 – histaminhaltige 88, 329, 331
Leber 41, 101
Leberpräparate 183
Lebertherapie 153
Leinsamen 153, 175
Leptin 29, 48, 161
Leydig-Zellen 29, 49, 57, 79–80, 83,
 86
LH 26, 30, 37, 57–58, 80, 85,
 137–138, 141
 – Diagnostik 58
 – Verstoffwechslung 57
 – Wirkung 57
LH-Mangel 58
Libidoverlust 132
Lichtstärke 62
Locus coeruleus 23
Long-Feedback-Mechanismus 23
Low-Carb-Diät 160
LTH, *siehe* Prolaktin
L-Thyroxin, *siehe* Thyroxin
L-Tryptophan 62, 100
L-Tyrosin 15, 43, 64, 95, 156, 223
Lunge 40
Lungenalveolen 41
Lutealphase 28
Luteinisierendes Hormon, *siehe* LH
Lutropin, *siehe* LH
- M**
Magen 45
Magen-Darm-Trakt 45
Magnesium 205, 208
Magnesiummangel 243
MAK 256
Mammakarzinom 82
Mangan 205
MAO 70, 328
MAO-B 90
Mariendistel 154
Mastzellen 88
Mediation 202
Mediatoren 17, 88
Medikamente 208
 – ärztlich verordnete 211
Medikamenteneinnahme 135
Meditation 202
Melanin 55
Melanozyten-stimulierendes Hormon,
 siehe MSH
- Melatonin 38, 61–62, 64, 74, 98,
 138, 139, 204, 222
 – bioidentisches 179
 – Diagnostik 64
 – Verstoffwechslung 62
 – Wirkung 62
Melatoninmangel 63
Melatonin-Sulfat 141
Menarche 26
Menometrorrhagie 320, 322
Menopause 119, 125, 313, 317
Menorrhagie 320, 322
Menses 29
Menstruationsblut 318
Menstruationszyklus 20, 26–27, 49
mentale Therapie 200
Metrorrhagie 319
Midlife-Crisis 132
Migräne 131, 235
 – Definition 235
 – Diagnostik 238
 – Differenzialdiagnose 236
 – Fallbeispiel 240
 – Therapie 238
 – Ursache 236
Migräneanfall 235
 – Notfallmedikation 238
Mikropille 106
Mikrosomale Antikörper,
 siehe MAK
Milchejektionsreflex 52
Minderwuchs 60
Mineralokortikoid 72
Minipille 106
Missed Abortion 218
Mitochondrien 77
Mitochondrienstoffwechsel 77
Mönchspfeffer 182, 192
Monoamine 94
Monoaminoxidase, *siehe* MAO
Monoaminylisierung 90
Monojodthyrosin 39, 64
Morbus
 – Addison 56, 72, 116–117, 214
 – Basedow 114, 249
 – Crohn 90, 131
 – Hashimoto 256
 – Parkinson 96
MSH 37, 55
Muskelaufbautraining 199
Muskelschwäche 131
Muskelverspannung 131
Muttermund 28
Myom 132, 321, 323

- N**
- Nachtkerzenöl 169
 - Nährstoffbestimmung 143
 - Nährstoffsubstitution
 - Lebensmittel 207
 - Nahrungsergänzungsmittel 210
 - Nährstoffzufuhr 204
 - Nahrungsergänzung 159, 210
 - Nahrungsmittel 204
 - zum Hormonmangelausgleich 204
 - Nahrungsmittelauswahl 158
 - Nebennieren 43–44
 - Nebennierendysbalance 116
 - Nebennierenerkrankung 213
 - Nebennierenhormone 69
 - Nebenniereninsuffizienz 213
 - Nebennierenmark 23, 43–44, 69
 - Nebennierenpräparate 185
 - Nebennierenrinde 24, 44, 72–73, 75, 80, 84, 86
 - Nebennierenschwäche 213
 - Definition 213
 - Diagnostik 215
 - Differenzialdiagnose 214
 - Fallbeispiel 218
 - Leitsymptome 213
 - Therapie 215
 - Ursachen 213
 - Nebennierenstärkung 156
 - Nebennierenunterfunktion 213
 - Nebenschilddrüse 39, 67
 - Nebenschilddrüsenhormon 64
 - Nervensystem 13
 - Nervenzelle 92–93
 - Neuordnungsreaktion 148
 - Neurohypophyse 36–37
 - Neuron 92–93
 - Neuropeptide 94
 - Neurosteroidhormon 17
 - Neurotransmitter 12–13, 92
 - Niacin 206
 - Nidation 28
 - Nidationsblutung 321
 - Niere 42–43
 - Nierenpräparate 184
 - Nierenunterstützung 155
 - Nitrostress 229
 - NK-Zellen 180
 - NMDA 78
 - NMDA-Rezeptor 78
 - N-Methyl-D-Aspartat, *siehe* NMDA
 - N-Methylhistamin 141, 328
 - Noradrenalin 43, 69–71, 94, 141, 144, 211, 222
 - Diagnostik 71
 - Stoffwechselung 69
 - Wirkung 69
 - Noradrenalinmangel 71
 - Therapie 302
 - Ursache 301
 - Noradrenalinüberschuss 71
 - Normwert 144, 210
 - Nosoden 167
 - Noxen 208
 - Nulldiät 160
- O**
- Obstipation 131
 - Ödem 131, 298, 315
 - Oligomenorrhö 319, 322
 - Opioidsystem, endogenes 100
 - Orchiektomie 87, 294
 - Organpräparate 181
 - Östradiol 49, 79–81, 91, 101–102, 138, 139, 144, 204, 257, 315, 325, 327
 - bioidentisches 177
 - Diagnostik 80
 - Stoffwechselung 80
 - Wirkung 80
 - Östradioldominanz 117
 - Östradiolmangel 119, 311
 - Leitsymptome 119
 - Ursache 119
 - Östradiolrezeptor 82
 - Östradiol-Testosteron-Verhältnis 84, 117, 146
 - Östriol 80–81, 138, 140, 204
 - Diagnostik 81
 - Stoffwechselung 81
 - Wirkung 81
 - Östriolmangel 119
 - Leitsymptome 119
 - Ursache 120
 - Östriol-Östradiol-Verhältnis 81
 - Östrogendominanz 117, 284, 310
 - Definition 284
 - Diagnostik 284
 - Differenzialdiagnose 284
 - Fallbeispiel 287
 - Leitsymptome 118
 - Notfallmedikation 285
 - relative 311
 - Therapie 284
 - Ursache 118
 - Östrogendysbalance 117, 284
 - Östrogene 45, 49–50, 79, 82, 107, 115
 - bioidentische 177
 - Östrogenrezeptor 20, 82
 - Östron 79–81, 102, 138, 140
 - Ovarektomie 294
 - Ovarialinsuffizienz 301
 - Definition 301
 - Diagnostik 302
 - Differenzialdiagnose 302
 - primäre 301
 - sekundäre 301
 - Ovarialsyndrom, polyzystisches, *siehe* PCO-Syndrom
 - Ovarien 49, 79, 85–86
 - Ovarienpräparate 186
 - Ovulation 28
 - Ovulationsphase 28
 - Ovulationstest 58, 141–142
 - Oxytocin 22, 37, 51–52, 138
 - Diagnostik 52
 - Stoffwechselung 51
 - Wirkung 51
 - Oxytocinrezeptor 51
- P**
- Paardynamik 313
 - Paleo-Diät 160
 - Panikattacke 275
 - Pankreas 45
 - pankreatisches Polypeptid 45
 - Parathormon 39, 67–68, 138, 257–258
 - Diagnostik 69
 - Stoffwechselung 67
 - Wirkung 67
 - Parathormonmangel 68
 - Parathormonüberschuss 68
 - Parietalalauge 38
 - Pars intermedia 37
 - PCO-Syndrom 108, 132, 302
 - Definition 302
 - Diagnostik 304
 - Differenzialdiagnose 303
 - Fallbeispiel 307
 - Symptome 303
 - Therapie 304
 - Ursache 302
 - Peptidhormon 15
 - Perimenopause 124
 - Petersilie 155
 - Peyer-Plaques 46
 - Pfeiffer-Drüsenfieber 214, 218, 243
 - Phäochromozytom 71
 - Phobie 274
 - Phosphor 206, 208
 - Phytohormon 104, 175
 - Phytoöstrogene 105, 153
 - Phytoprogestrone 105
 - Phytotherapeutika 171, 181, 188
 - Pickel 168, 325
 - PIH 36
 - Pilates 199
 - Plazenta 49–50
 - PMDS 132, 296
 - Symptome 296

Sachverzeichnis

- PMS 132, 296, 327
– Diagnostik 297
– Differenzialdiagnose 297
– Fallbeispiel 300
– Nährstoffpräparate 298
– Symptome 296
– Therapie 298
– Ursache 297
Polymenorrhö 320, 322
Postmenopause 125
Post-Pill-Syndrom 108, 188
Präeklampsie 258
Prämenopause 124
prämenstruelles dysphorisches Syndrom, *siehe* PMDS
prämenstruelles Syndrom, *siehe* PMS
Präparatdosierung 210
Präparate
– harmonisierende 279, 285
– lymphsystemunterstützende 299, 315
5 α -Pregnan 103, 141
Pregnenolon 42, 75–78, 83, 94, 138, 174
– Diagnostik 78
– Verstoffwechslung 77
– Wirkung 77
Pregnenolonmangel 78
Pregnenolon-S 78
Preiselbeere 155
PRH 36, 58
PRL, *siehe* Prolaktin
Progesteron 45, 50, 73, 83–84, 99–100, 103, 107, 138, 140, 144, 204, 325
– bioidentisches 176
– Diagnostik 84
– Verstoffwechslung 83
– Wirkung 83
Progesterondysbalance 117
Progesteronmangel 120, 284
– Leitsymptome 120
– Ursache 121
Progesteron-Östradiol-Verhältnis 117, 145, 161
Progesteronrezeptor 20
Prolaktin 58–59, 137–138, 311
– Diagnostik 59
– Verstoffwechslung 58
– Wirkung 58
Prolaktinom 59
Prolaktin-Release-Inhibiting-Hormon, *siehe* PIH
Prolaktin-Releasing-Hormon, *siehe* PRH
Prolaktoliberin, *siehe* PRH
Prolaktostatin 36
Propolis 326
Prostaglandine 18, 91
Proteohormon 15
Protirelin, *siehe* TRH
Protonenpumpenhemmer 164
Provokationstest 91
PTBS 129, 275
PTH, *siehe* Parathormon
Pubertät 325
Pyridoxin 206
- ### Q
- Quarkumschlag 168
- ### R
- RAAS 15, 25, 37, 72, 94
Ranvier-Schnürringe 92
Rauchen 135
5 α -Reduktase 85, 103, 304
5 α -Reduktasemangel 103
5 α -Reduktaseüberschuss 103
Referenzbereich 144–145
Referenzwert 210
Refertilisierung 294
Regelblutung 29
Reishi 196
Release-Inhibiting-Hormon 36
Releasing-Hormon 21, 36
Renin 18, 25, 42
Renin-Angiotensin-Aldosteron-System, *siehe* RAAS
Resilienz 201
Resilienzförderung 201
Restless-Legs-Syndrom 339–340
Retinol 206
 α -Rezeptor 70
Rezeptoranpassung 19
Rheuma 243
Riboflavin 206
Risikosportart 199
Rosenwurz 156, 185
Rotklee 193
Rückkopplung, negative 21
Ruprechtskraut 193
- ### S
- Sägepalme 194
Sägepalmfrucht 290, 305
Salbei 194, 315
Salivadiagnostik 139
– Bewertung 140
– Messgenauigkeit 140
– mögliche Fehlinterpretationen 140
Salzhormon 72
Salzhunger 72
Salzwasseranwendung 326
Sars-CoV-2-Infektion 334
Säure-Basen-Haushalt 164
Schafgarbe 154
Scheitelaug 38
Schilddrüse 38, 64
Schilddrüsendysbalance 113
Schilddrüsenerkrankung 248
Schilddrüsenhormone 61, 64, 102, 257, 325
– bioidentische 179
– Biosynthese 65
– Diagnostik 66
– Verstoffwechslung 64
– Wirkung 64
Schilddrüsenkrebs 252
Schilddrüsenpräparate 182
– aktivierende 253
– beruhigende 250
Schilddrüsenüberfunktion 114, 182, 248
Schilddrüsenunterfunktion 114, 183, 252
Schlafbeere 185
Schlafhygiene 245
Schlafstörungen 63–64, 133
Schlaf-Wach-Rhythmus 38
Schlaganfall 236, 258
Schleimhauthormon 81
Schlüssel-Schloss-Prinzip 13, 18, 102, 173
Schmerzerkrankung 235
Schmerzübermittlung 91
Schmierblutung 319
Schöllkraut 154
Schüßler-Salze 168
Schwangerschaft 29, 50, 58, 66, 77, 83, 101–102, 141, 296
Schwangerschaftstest 29, 141
Second Messenger 13
Sekretin 18, 48
Sekretion
– autokrine 13
– endokrine 13
– neurokrine 13
– parakrine 13
Selbstverletzung 297
Selen 206, 208
Serotonin 62, 94–95, 98–99, 138, 141, 151, 161, 204, 222, 257–258
– Diagnostik 99
– Verstoffwechslung 98
– Wirkung 98
Serotoninmangel 99
Serotoninrezeptor 99
Serotoninsyndrom 99
Serotoninüberschuss 98
Sertoli-Zellen 29, 49, 56, 79
Sexualhormon-bindendes Globulin, *siehe* SHBG
Sexualhormone 79
SHBG 76, 81, 86–87, 102, 107, 303

- Sichtanker 341
 Signalübertragung 13
 Sodbrennen 164
 Soja 197
 Somatoliberin, *siehe* GHRH
 Somatopause 60, 123
 Somatostatin 22, 36, 45, 48, 53, 60, 94
 – Verstoffwechslung 53
 – Wirkung 53
 Somatotropes Hormon, *siehe* Somatotropin
 Somatotropin 18, 37, 59–61, 97, 137–138
 – Diagnostik 60
 – Verstoffwechslung 59
 – Wirkung 59
 Somatotropin-Inhibiting-Hormon, *siehe* Somatostatin
 Somatotropinmangel 123
 – Leitsymptome 60, 124
 – Ursache 124
 Somatotropin-Releasing-Hormon, *siehe* GHRH
 Somatotropinüberschuss 60
 Speicheldiagnostik 139
 – Bewertung 140
 – Messgenauigkeit 140
 – mögliche Fehlinterpretationen 140
 Speichelprobe 139
 Speicherhormon 18
 Spermarche 29
 Spermatogenese 49, 56
 Spermienbildung 56
 Spermienreifung 49
 Sport 160, 171, 197, 262
 – mögliche Einschränkungen 199
 – bei Unter-/Übergewicht 200
 Sportart 199
 Sportumfang 199
 Spotting 319
 Statine 154
 Steinzeitdiät 160
 Sterilisation 119, 294
 – Frau 295
 – Mann 294
 Sterilität 309
 – Therapie 312
 – Ursache 310
 Steroidhormon 15
 – Biosynthese 16
 Steroidhormonkaskade 15
 Steuerhormon 37
 Steuerung, hormonelle 20
 STH, *siehe* Somatotropin
 Stillzeit 58
 Stimmbruch 30
 Storchschnabel 193
 Stress 115, 137, 198
 – akuter 23
 – chronischer 25, 198
 Stressachse 23–24, 94, 198
 – aktivierte 24
 Stresshormon 74
 Stressmanagement 201
 Struma 67
 – diffusa 67
 – nodosa 67
 Stuhlanalyse 142
 Stuhldiagnostik 90
 Substanz, endokrin aktive 109
 SUC-Therapie 155
 Suizid 278, 297
 Suizidalität 275
 Synapse 92–93
 – chemische 92
 – elektrische 92
 System
 – endokrines 14
 – hypothalamisch-hypophysäres 21
- T**
 Tachykardie 268
 – Definition 268
 – Diagnostik 270
 – Differenzialdiagnose 269
 – Fallbeispiel 272
 – Medikation 270
 – Symptome 268
 – Therapie 270
 – Ursache 268
 Tageslichtlampe 63
 Tagesmüdigkeit 133
 TAK 256
 Tanzen 199
 TBG 65–66, 102, 107
 Testergebnisauswertung 144
 Testikel 49
 Testosteron 30, 45, 49–50, 85–87, 102–103, 107, 115, 125, 138, 140, 144, 161, 204, 257, 311, 325
 – bioidentisches 178
 – Diagnostik 87
 – Verstoffwechslung 86
 – Wirkung 86
 Testosterondominanz 117, 122
 – Leitsymptome 122
 – Ursache 122
 Testosterondysbalance 121, 289
 – Definition 289
 – Diagnostik 289
 – Differenzialdiagnose 289
 – Fallbeispiel 292
 – Notfallmedikation 290
 – Therapie 290
 Testosteronmangel 121
 – Leitsymptome 121
 – Ursache 122
 Testosteronüberschuss 122
 Tetrajodthyronin, *siehe* Thyroxin
 TGF 67
 Thekazellen 57, 79
 Therapie
 – Dauer 212
 – Grundsäulen 170
 – Wahl 170
 Therapieansatz, ganzheitlicher 150
 Thiamin 206
 Thrombin 258
 Thrombose 258
 Thymopoetin 39
 Thymosin 39
 Thymus 39–40, 61
 Thymuspräparate 183
 Thyreoglobulin-Antikörper, *siehe* TAK
 Thyreoliberin, *siehe* TRH
 Thyreoperoxidase, *siehe* TPO
 thyreotoxische Krise 249
 Thyreotropin, *siehe* TSH
 Thyreotropin-Releasing-Hormon, *siehe* TRH
 Thyroidea-stimulierendes Hormon, *siehe* TSH
 Thyronin 65
 Thyroxin 22, 39, 64–66, 84, 138, 144
 Thyroxin-bindendes Globulin, *siehe* TBG
 Tiger-Lilie 195
 Tinnitus 339
 Tocopherol 207
 Toxinbelastung 163
 Toxinelimination 165
 TPO 64
 TRAK 249, 256
 Transformierender Wachstumsfaktor, *siehe* TGF
 Transkordin, *siehe* CBG
 Transporteiweiß 113
 Transporthormon 18
 Transportproteine 100
 Trauben-Silberkerze 195
 Trauma
 – körperliches 134
 – seelisches 134
 Traumatherapie 202
 TRH 22, 36, 54, 58, 61, 257
 – Diagnostik 54
 – Verstoffwechslung 54
 – Wirkung 54
 Trijodthyronin 22, 39, 64, 66, 138, 144
 – reverses 66

Sachverzeichnis

TSH 22, 37, 61, 66, 137–138, 144
– Diagnostik 61
– Verstoffwechslung 61
TSH-Mangel 61
TSH-Rezeptor-Autoantikörper,
 siehe TRAK
TSH-Überschuss 61
TSH-Wirkung 61
Tubenligatur 294–295
Tuberkulose 334
Tyrosin 69

U

Überforderung 135
Übergewicht 132, 160, 200
Überlebensreaktion 23, 69
Ultrashort-Feedback-Mechanismus 23
Umwelthormon 109
Untergewicht 200
Untersuchung, körperliche 129
Up-Regulation 19, 109, 174
Urindiagnostik 90, 140
– Bewertung 141
– Messgenauigkeit 141
– mögliche Fehlinterpretationen 141
Urinschwangerschaftstest 29
Urinstix 141
Uteruspräparate 186

V

Vanillinmandelsäure 141
Vasektomie 294
Vasopressin, *siehe* ADH
Veganismus 135
Verbene 189
Verstimmung, depressive 276
Verteidigungssatz 341

Vitamin

– A 206, 208
– B₁ 206, 208
– B₁₂ 206, 208
– B₂ 206, 208
– B₃ 206
– B₆ 206, 208
– C 182, 206, 208
– D 207–208
– E 207–208
– K 207–208, 258
Volumenhaushalt des Körpers 25

W

Wachshormon 98
Wachstumshormon, *siehe* Somatotropin
Wechseljahre 120
– Frau 124, 313
– Mann 125, 313
Wechseljahresbeschwerden 132, 313
– Definition 313
– Diagnostik 314
– Differenzialdiagnose 313
– Fallbeispiel 317
– Therapie 314
Wehen 52–53
pH-Wert 164
– Normwerte 165
WH, *siehe* Somatotropin
Winterdepression 64
Wohlfühlgewicht 162
Wolfstrapp 195
Wundheilungsstörung 131

X

Xenohormon 109

Y

Yamswurzel 175, 196
Yoga 199
Ysop 189

Z

Zervixschleim 28
Zimt 315
Zink 207–208
Zirbeldrüse 38
Zitratzyklus 77, 97
Zöliakie 90
Zona
– fasciculata 45, 73, 75
– glomerulosa 45, 72
– reticularis 45, 75, 86
Zonulin 152
Zwangshandlung 133
Zwischenblutung 319
Zyklus
– männlicher 29
– weiblicher 26
Zyklusanomalien 132, 318
– Definition 318
– Diagnostik 321
– Therapie 321
Zykluslänge 26
Zyste 132, 321, 323
Zytokine 18