

Können „synthetische“ (Sexual-) Hormone die hormonelle Hautalterung aufhalten bzw. verzögern?

(Zur Erklärung: es gibt auch noch viele andere Hormone, wie zB die Schilddrüsen-Hormone – für den Stoffwechsel – oder das Insulin der Bauchspeicheldrüse – für die Steuerung des Zuckerstoffwechsels – oder Adrenalin und Cortisol – „StressHormone“ ...) Zunächst zum Hintergrund: Die Wirkung von Hormonen ist grundsätzlich dadurch gekennzeichnet, daß sie nach dem „Schlüssel- Schloss- Prinzip“ funktionieren. Das heisst, daß die Hormone zwar alle Gewebe und Zellen des Körpers erreichen können, aber nur dort Ihre Wirkung entfalten, wo ein passender spezifischer Hormon-Rezeptor („Schloss“) vorhanden ist: wenn der durch den Schlüssel (also das Hormon) aktiviert wird, dann kommt es zur Hormonwirkung. Insofern gibt es in dieser Hinsicht nur geringe Unterschiede zwischen den synthetischen veränderten Sexual-Hormon-Derivaten und den unveränderten Original-Hormonen, insofern als der eine Teil des Hormonmoleküls (der „Bart“ gewissermaßen) in den Rezeptor (also das „Schloss“) passen muß, um wirken zu können. Wenn das aber gegeben ist, wird die Hormonwirkung ausgelöst. Der andere Teil des Hormonmoleküls kann aber bestimmten Veränderungen unterzogen werden, um die Wirkung zu verändern/ zu verstärken/ abzuschwächen. Das war auch das ursprüngliche Ziel der Veränderung der Original-Hormone: man wollte die Wirkdauer und die Bioverfügbarkeit verbessern, später kamen noch andere Ziele dazu. So entsteht das „Antibabypillen-Östrogen“ durch das „Anhängen“ von „Ethinyl“ an das original- Östradiol, damit haben wir also EthinylÖstradiol. Dieses passt an dem einen Ende des Hormons weiterhin sehr gut in den Rezeptor („Schloss“) und wirkt damit weitgehend so ähnlich wie das Originalhormon. Aber das andere Ende wurde verändert und ist damit verantwortlich für gewisse Wirkungsänderungen! Wie wir ja inzwischen wissen, gibt es bestimmte „Pillen“, die eher eine schöne Haut machen, andere wirken besser auf die Stimmung usw. Es gibt also sehr wohl (kleine) Unterschiede in der Wirkung, wenn eine (scheinbar kleine) Änderung am Originalhormon durchgeführt wird. Ein weiterer wichtiger Effekt entsteht beim natürlichen Abbau der Hormone (Metabolismus). Die natürlichen unveränderten Hormone werden über mehrere Schritte um- und abgebaut und dann sicher über Stuhl und Urin ausgeschieden. Wenn nun aber veränderte hormonähnliche Substanzen diesem Hormon-Abbau unterzogen werden, entstehen eben auch teilweise veränderte unbekannte Bruchstücke, die Ihrerseits als Fremdstoffe bereits ein gewisses Risikopotential haben und Veränderungen hervorrufen können. Von diesen veränderten Metaboliten können manche zudem nur schwer über natürlichen üblichen Abbau ausgeschieden werden. Man muß also davon ausgehen, daß diese veränderten Metaboliten das Risiko für Zell- und Gewebsveränderungen erhöhen. Damit erklären wir auch das bekanntermaßen erhöhte Risiko zB für Brustkrebs bei längerer Einnahme der üblichen synthetischen Hormone (=veränderte Hormon-Derivate). Bio-Identische Hormone oder natürliche human- identische Hormone umgehen diese Schwierigkeiten, indem sie in Bezug auf QUELLE (natürliche Quelle wie zB YamsWurzel oder Soya) und STRUKTUR (räumlicher Aufbau) komplett identisch sind zu den Originalhormonen und damit sowohl in WIRKUNG als auch beim ABBAU genauso sind, wie die Original-Hormone. Bei kürzerer Anwendung der Hormone würde ich also in Bezug auf die Haut zunächst keine größeren

Unterschiede zwischen synthetischen und originalen/ bio-Identischen Hormonen erwarten. Die Wirkung auf die Haut ist im Rahmen des Hormonabfalls zB bei der Menopause deutlich sichtbar: eine hormonell gut versorgte Haut hat eine gute Spannkraft und wirkt „jung“, „gesund“ und „vital“, eine Haut unter Hormonmangel verliert Ihre Spannkraft und wirkt „alt“, „krank“ und „müde“. Bei längerer Anwendung (also mehr als 5 Jahre) können sich allerdings allmählich Unterschiede zeigen und es ist eine allmähliche RisikoZunahme für Erkrankungen zu erwarten.

Können „synthetische“ Hormone die Wechseljahre aufhalten bzw verzögern?

Wechseljahre sind gekennzeichnet durch den Abfall der SexualHormone. Wenn nun dieser Abfall zu bestimmten Symptomen führt wie zu den typischen bekannten Hitzewallungen, Schlafstörungen, Trockenheit von Schleimhäuten, Stimmungsschwankungen, Verschlechterung der Knochenstruktur etc dann können diese Zeichen eines Hormonmangels teilweise wieder rückgängig gemacht werden, wenn man die fehlenden Hormone wieder ergänzt. In Bezug auf den Unterschied zwischen synthetischen HormonDerivaten und originalen/ human-identischen Hormonen gilt das gleiche, wie oben: nämlich: für eine kürzere Anwendungszeit würden wir wohl nur geringe Unterschiede erwarten, aber bei längerer Anwendung steigt bei den synthetischen Hormonen das Risiko. Insofern können wir mit dem Wiederauffüllen eines Hormonmangels das Auftreten von Wechseljahressymptomen vermeiden oder zumindest deutlich abschwächen und bestimmte Alterungsprozesse verlangsamen.

Haben bioidentische Hormone die gleiche „Wirkstärke“ wie künstliche Hormone?

Die „Wirkstärke“ hängt von verschiedenen Faktoren ab. Falls die Wirkungsstärke bei original/ bioIdentischen Hormonen geringer sein sollte, dann ist das eigentlich ohne Bedeutung, da dann einfach die Dosis erhöht werden kann, bis die „Wirkung stimmt“. Deswegen ist es sehr sinnvoll, die Hormonspiegel im Blut zu messen und ggf. die Dosis daraufhin anzupassen um sicher in den grünen Zielbereich zu kommen. Entscheidend ist letztlich, ob die gewünschte Wirkung erreicht wird und ob und in welchem Umfang unerwünschte Wirkungen auftreten. Wenn bio-identische Hormone zur Substitution (also zum Ausgleich eines nachgewiesenen Mangels) verwendet werden, ist das Risiko unverändert und sehr gering. Interessant ist vielleicht auch die Beobachtung einer höheren Passgenauigkeit der OriginalHormone in die „HormonrezeptorTasche“, der Original-Schlüssel passt also besser ins Schloß. Was möglicherweise zu einer Überlegenheit der Wirkung der bio-identischen Hormone gegenüber den synthetischen Hormonen führen könnte. Dem gegenüber muß bei den synthetischen Hormonen mit einem höheren Risiko und einem teilweise verändertem Wirkspektrum gerechnet werden.

Können bioidentische Hormone die Wechseljahre oder die hormonelle Hautalterung aufhalten bzw verzögern?

Bio-Identische Hormone können einen Hormonmangel „besser“ ausgleichen als synthetische Hormone, weil sie identisch sind zu den Original-Hormonen und insofern einerseits perfekt in das Schloss (Rezeptor) passen und damit genau

die Wirkungen haben wie die OriginalHormone und auch beim Abbau keine RisikoErhöhung befürchten lassen müssen.

Haben Sie evtl. die Beobachtung gemacht, dass Frauen die sich einer Therapie mit künstlichen Hormonen (z.B. Antibabypille) unterzogen haben, weniger oder gar keine Probleme mit der hormonellen Hautalterung hatten, als jene die nie oder schon Jahre keine künstlichen Hormone mehr einnahmen?

Diese Beobachtung können wir laufend bestätigen, das hat aber nichts damit zu tun, daß es sich um synthetische oder um natur-identische Hormone handelt, sondern das ist eine Wirkung der Hormone, wenn diese in den Rezeptor passen und die entsprechende Wirkung auslösen. Genau diese Wirkungen auf Alterungsvorgänge wie zB das Hautrelief (weniger Falten), Stimmungsverbesserung, Schleimhäute, besserer Schlaf, mehr Vitalität hatten seinerzeit den Siegeszug der Hormon-Ersatz-Therapie HET ausgelöst. Das bittere Erwachen stellte sich spätestens mit der großen WHI Studie (sowie NHI andere) ein, als deutlich wurde, daß diese Verbesserungen mit einer bedrohlichen Risikozunahme zB für Brustkrebs und Herz-Kreislaufkrankungen sowie Thrombosen etc. verbunden waren. Im Umkehrschluß können wir täglich beobachten, dass zB. ein wechselljahresbedingter Abfall von Sexualhormonen (vor allem Östrogen) immer wieder zu einer erschreckenden und beschleunigten (Haut-) Alterung führt, die oftmals durch die Gabe (wieder auffüllen) genau dieser Hormone wieder verbessert/ verlangsamt und teilweise sogar umgekehrt werden kann.

Haben Sie evtl. die Beobachtung gemacht, dass Frauen die sich einer Therapie mit bioidentischen Hormonen unterzogen haben, weniger oder gar keine Probleme mit der hormonellen Hautalterung hatten, als jene die nie oder schon Jahre keine bioidentischen Hormone mehr einnahmen?

In Bezug auf die kurzfristige Wirkung würde ich wenig Unterschiede erwarten - zwischen bio-identischen und synthetischen Hormonen erwarten. Langfristig aber überwiegen bei den synthetischen Hormonen deutlich die Risiken den Gewinn. Auf die wesentlichen Unterschiede zwischen bio-identischen Hormonen und synthetischen Hormon-Derivaten bin ich weiter oben genauer eingegangen.

Ab welchem Alter schreitet die Hautalterung am meisten voran?

Es ist eindeutig durch die Erfahrung und auch durch Studien belegt: wenn das Sexual-Hormon Östrogen abfällt, kommt es zu einem zunehmenden Verlust von Hyaluronsäure, die u.a. Wasser in der Haut bindet. Mit dem Abfall von Östrogen verliert somit die Haut Ihre Spannkraft und altert schneller. Hierzu kommen noch viele weitere Mechanismen, wie Oxidationsprozesse („Rosten“ der Zellwände) durch zuviel freie Radikale und Abschwächung der AntiOxidantien, vermehrte Entzündungen, verminderte Nährstoffversorgung, verminderte Sauerstoffversorgung etc. Nachdem die Wechseljahre typischerweise durch den Abfall von Östrogen gekennzeichnet sind (in Deutschland in der Phase zwischen dem 42. und 56. Lebensjahre) ist das statistisch mit ca. 49 - 51 Jahren. Aber auch wenn durch andere Umstände wie zB Krankheit weniger Östrogen produziert wird, kommt es zu einer vorzeitigen

(Haut-)Alterung. Alle diese negativen Alterungs-Phänomene verstärken sich erheblich mit dem Eintreten in die Wechseljahre.

Welche Faktoren können die Hautalterung beschleunigen bzw verzögern?

Mittlerweile kennen wir diese Ursachen ziemlich genau, sie werden oft mit dem Begriff vermehrter „zellulärer Stress“ beschrieben. Bekannte Stressfaktoren für eine beschleunigte (Haut-) Alterung sind: vermehrte Sonneneinstrahlung (zuviel „Bräunen“), Nikotin (zuviel Rauchen), heftige Gewichtsschwankungen, wiederholte und längere Entzündungen, Hormon- und Nährstoffmangel- wie zB Vitamin D3, Sauerstoffmangel, Durchblutungsmangel – interessanterweise auch Veränderungen der Darmflora („Dysbiose“)! Und natürlich der Mangel an Sexualhormonen- wie oben beschrieben! Aber auch psychische Belastungen wie berufliche und familiäre Konflikte können zu einer schnelleren Alterung führen.

Welche Hormone sollte man ggf. zusätzlich zuführen, um Wechseljahrsbeschwerden oder Hautalterung zu verzögern?

Es ist eher nicht so günstig, wie mit einer Gieskanne alles Mögliche zuzuführen. Besser ist es, erst einmal festzustellen, ob etwas fehlt und in welchem Ausmaß - und das dann gezielt auszugleichen. Nach dem Motto: „vor der Therapie kommt die Diagnose“ empfehlen wir, zunächst einmal ein ärztliches Gespräch zu führen und dann verschiedene Untersuchungen zu machen - bei einem entsprechend qualifizierten Arzt (siehe zB: www.Hormon-Netzwerk.de/Therapeutenliste) - insbesondere auch mit entsprechenden Laborwerten! Daraus ergeben sich dann auf die individuellen Notwendigkeiten und den persönlichen Bedarf zugeschnittene Maßnahmen, die eine individuelle maßgeschneiderte Behandlung ermöglichen.

Thomas Beck

<http://www.beckdoc.de>