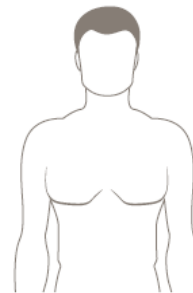


TESZTOSZTERONHIÁNY – AZ ÖSZTROGÉNTÚLSÚLY HATÁSA FÉRFIAKRA

Az *Orvosi levelek* újabb fejezete olyan problémáról ad hírt, amely egyre több férfit érint. A nemi működések zavarai, a potencia- és prosztataproblémák, az indokolatlan kimerültség, az idő előtti fejtetői kopaszodás mögött hormonális okok is állnak. A problémákért döntően az ösztrogénhatású vegyületek felelősek. Ezek hatásaival a férfiak jóval kevesebb, a női hormonokat hatékonyan ellensúlyozni képes progeszteronja nem tud lépést tartani. Az ösztrogéntúlsúly elsősorban a férfihormon, a tesztoszteron hatásait gyengíti.

A hormonegyensúly felborulása férfiakban az alábbi módokon nyilvánulhat meg:

- motivációhiány, lehangoltság, ingerlékenység, alvászavarok
- testszőrzet-csökkenés, hajhullás, fejtetői kopaszodás (kivéve a genetikai okot)
- erekciós és potenciazavarok, prosztataproblémák
- vizeletürítési zavarok
- terméketlenség (hímivarsejtszám csökkenés)
- súlygyarapodás



A helyzetet tovább rontja, ha a tesztoszteron – a relatív progeszteronhiány következtében – nagyobb mértékben alakul át agresszívebb hatású hormonná, az úgynevezett dihidrotesztoszteronná (DHT), amely közvetlen módon felelős a fejtetői hajritkulásért és a prosztatatanagyobbodásért.

Egy 42 éves férfinél nagyfokú és indokolatlan kimerültségről és fáradtságérzésről panaszkodott, amely hónapok óta fennállt annak ellenére, hogy igyekezett kipihenni magát. Nemi vágya szinte teljesen megszűnt, és nemi potenciája is cserben hagyta. Haja erősen hullani kezdett, főleg a fejtetőn. Altestében, a gát tájékán fél évvel korábban bizonytalan feszülést kezdett érezni, és a vizelete is nehezebben indult meg. – A nyálmintából elvégzett hormondiagnosztika a tesztoszteron vészes mértékű csökkenését mutatta, amelyet a női hormon (az ösztradiol) kóros emelkedése, valamint a stresszhormon (a kortizol) súlyos fokú csökkenése kísért.

Az említetten kívül számos hasonló esetet is lehetne idézni. A nyálminta eredménye majdnem minden esetben a tesztoszteron csökkenését és a női hormonok túlsúlyát igazolja, amely a férfi szervezetben kifejezetten hátrányos. A helyzet javításának kulcsa az alábbiakban rejlik:

- a hormonegyensúly helyreállítása, az ösztrogénhatások ellensúlyozása,
- a mellékvese célzott regenerációja,
- valamint az ezeket támogató életmódbeli változtatások kialakítása.

A hormonális háttér feltérképezésének lehetősége férfiak esetén is rendelkezésre áll. A megoldást ez esetben is a tényleges ok kezelése jelenti, mivel hormonális zavar fennállásakor nem afrodiziákumra, hanem a hormonális probléma rendezésére van szükség. A herék vérellátásának különböző módszerekkel történő javításán túl ezért az ösztrogénterhelés ellensúlyozása és a progeszteronszint növelése a legfontosabb teendők. Ez nemcsak gátolja a tesztoszteron agresszívebb hatású hormonná történő alakulását, de az ösztrogéntúlsúly visszaszorításával a csökkent libidót, a prosztatatanagyobbodást vagy a csonttritkulást is képes javítani. A progeszteron e hatásaira a feleségeiket progeszterontartalmú krémmel bekenő férfiak kapcsán derült fény, amikor a bőrükön át felszívódó hatóanyag a prosztatatanagyobbodást vagy a potenciacsökkenést nem várt módon javította vagy megszüntette.

A témáról bővebben [ide kattintva](#) »

Dr. Csiszár Miklós

A következő levél témája: *Ösztrogéndominancia és elhízás*