

Symptome einer Östrogendominanz

Wird der Östrogenspiegel zu hoch, können wir dies an zahlreichen Symptomen bemerken. Jede Frau hat hier ihre ganz individuelle Art, dies zu erleben, darüber hinaus kann sich die Symptomatik noch von Zyklus zu Zyklus ändern.

Es ist also nicht so, dass eine Frau mit Östrogendominanz alle hier aufgelisteten Symptome hat. Manche Frauen entwickeln viele dieser Symptome, andere nur wenige.

Allgemein:

Östrogen hat Wechselwirkung zur Schilddrüse

Östrogen verändert die Glukosetoleranz und verschlechtert die Blutzuckerwerte

Verlust von Zink bei gleichzeitigem vermehrten Speichern von Kupfer (macht Krampfneigung)

Östrogen reduziert den Sauerstoffspiegel in allen Zellen

Es erhöht das Risiko, an Gebärmutterkrebs zu erkranken

Es erhöht das Risiko, an Brustkrebs zu erkranken

Es lässt uns vermehrt Salz und Wasser speichern

Es macht depressiv

Es macht schlaff, den Geist ebenso, wie die Muskulatur.

Es vermindert das Wachstum von Knochenzellen. Knochenmasseverlust.

Haut, Haare Nägel

Haut wird trockener

Haut kann jucken oder gerötete Stellen bekommen

Hornhaut kann rissig werden

Trockenheit der Vaginalschleimhaut

Gesicht rot und aufgedunsen

Haare werden spröde, meist beginnend am Hinterkopf

Haare fallen aus

Haare und Schamhaare werden grau

Nägel werden brüchig

Zahnwurzeln entzünden sich chronisch

Osteoporose!

Schweiss

Schwitzen, besonders nachts

Wärmegefühl, anfallsweise

Dann wieder leichtes Frieren, Strickjacke

Kreislauf

Blutgerinnung erhöht!

Das Blut wird dicker, klumpt schneller, so dass bei hoher Östrogendominanz

Die Gefährdung von Schlaganfall und Herzinfarkt erhöht ist.

Anfälle von Schwindel

Gefühl, als würde das Gehirn schwappen

Morgenmüdigkeit, mag nicht aufstehen

Kopfdruck, besonders morgens

Herzklopfen

Erhöhte Pulsfrequenz

Erhöhter Blutdruck

Gemüt

Aufmerksamkeit verändert

Unkonzentriert, liest einen Text, weiß nicht, was drin steht

Kommt beim Treppensteigen aus dem Takt

Lufthunger! Schnappt manchmal nach Luft,

dann wieder tiefes Einatmen, als ob man den Sauerstoffgehalt regeln müsste

Kopfschmerzen anfallsweise , Migräne

Depressive Verstimmung bis hin zur Depression

nichts macht mehr Sinn

Wochenbettdepression

Sinne

Östrogen macht schmerzempfindlicher!

Schmerzen verstärken sich

Allgemeine Empfindlichkeit

Visus verschlechtert sich- zyklusabhängig und tageszeitabhängig

Gehör verschlechtert sich- zyklusabhängig und tageszeitabhängig

Geruchssinn gesteigert

Riecht „alles“

Dadurch manchmal Heisshunger oder Ekel

Abneigung gegen Fett

Gefühle fahren Achterbahn

Frustintoleranz

„als hätte jemand schlechte Laune direkt in den Körper injiziert, plötzlich“

Aggression, anfallsweise, dann wieder weich wie Watte

Lichtempfindlichkeit

Nahe am Wasser gebaut

Nachlassen der Libido

Weniger Lust auf Sex

Beim Sex fällt Entspannung schwerer

Orgasmus weniger intensiv als sonst

Verdauung

Kochsalz

Wasseransammlung im Gewebe

Aufgedunsen

Anschwellen der Brüste

Anschwellen des Bauches

Veränderter Appetit, schwankend

Appetit auf frische, leichte Kost

Heisshunger

Heisshunger auf Süßes

Vermehrter Durst

Durchfall wechselt mit Verstopfung

Blähungen von Dingen, die sonst nie gebläht haben.

Bauchkneifen durch Blähungen bei besonderer Schmerzempfindlichkeit des Bauches

Alkohol und Kaffee werden nicht mehr so gut vertragen

Organe

Empfindlichkeit der Galle

Abneigung gegen Fett

Sodbrennen

Magendrücken

Lautes, kraftvolles Aufstossen

Extremitäten

Gelenkschwäche

Gelenkschmerzen

Gefühl, als seien morgens beim Aufstehen die Bänder und Sehnen nicht elastisch genug.

Vermehrter Harndrang

Schwächung der Abwehr von Vagina und Blase

Gewichtszunahme

Bei länger anhaltender Östrogendominanz:

Gewichtszunahme

Fettdepots an Hüften und Oberschenkeln

Bindegewebe des Bauches wird „kriseliger“, dellig

Erschlaffung des Bindegewebes

Entzündungsneigung

Östrogen setzt das körpereigene Kortison außer Kraft.

Dadurch heilen Entzündungen und Verletzungen nicht mehr gut.

Aus einstigen Zipperlein werden Beschwerden

Menstruationsbeschwerden

Ganzer Bauch ist schmerzempfindlicher, vor und während der Mens

Mens spärlicher und sich länger hinziehend, oder

Ungewöhnlich starke Blutungen

Mens aussetzend

Schmierblutungen

Stimmungsschwankungen vor der Mens

Brust

Empfindlich

Geschwollen

Muskelkatergefühl beim Laufen oder Hüpfen

Berührungsempfindlich