

Inhalt

Vorwort von John R. Lee	7
Vorwort zur ersten deutschen Auflage von W. Gerz	11
Vorwort zur zweiten deutschen Auflage von W. Gerz	13
Vorwort zur vierten deutschen Auflage von W. Gerz	15
I. Geschichte des Progesterons	17
II. Was ist Progesteron?	22
A. Fortpflanzung	24
B. Intrinsische biologische Eigenschaften	25
C. Die Rolle von Progesteron als Steroidvorläufer	27
III. Was sind Gestagene?	31
IV. Tanz der Steroide	40
V. Progesteron und Menstruationszyklus	45
VI. Progesteron und Menopause	51
VII. Ein Wort zu Östrogen	59
A. Östrogensynthese	61
B. Wirkungen von Östrogen	62
C. Östrogendominanz (Östrogen ohne Gegenspieler)	64
VIII. Progesteron und Störungen im Beckenbereich	65
A. Vaginitis	65
B. Entzündliche Erkrankungen des kleinen Beckens	66
C. Ovarialzysten und Mittelschmerz	67
D. Endometriose	68
E. Fibromyome des Uterus	70
F. Endometriales Karzinom	71
G. Ovarialkarzinom	71
IX. Progesteron und PMS	73
X. Progesteron und Osteoporose	76
A. Eine kleine Physiologie des Knochens	78
B. Die Progesteronhypothese	80
C. Andere Faktoren, die Osteoporose verursachen	82
D. Faktoren, die für die Knochensubstanz schädlich sind	91
E. Schlussfolgerung	94
F. Typisches Programm zur Osteoporosebehandlung	94

XI. Progesteron und Krebs	97
A. Grundsätzliche Überlegungen	97
B. Die Hormon-Connection	98
1. <i>Das Mammakarzinom</i>	98
2. <i>Das Endometriumkarzinom</i>	100
3. <i>Das Ovarialkarzinom</i>	101
C. Schlussfolgerung	101
XII. Anwendung von natürlichem Progesteron	104
A. Vorschläge zur Progesteronbehandlung	107
1. <i>Transdermale Absorption</i>	107
2. <i>Verteilung im Körper</i>	107
3. <i>Dosierung nach dem Zyklus</i>	109
4. <i>Dosierung von Progesteron</i>	109
5. <i>Wenn eine Frau auf ein Gestagen eingestellt ist</i>	110
6. <i>Wenn eine Frau auf Schilddrüsenmedikamente eingestellt ist</i>	110
B. Osteoporosevorsorge und/oder -behandlung	111
1. <i>Postmenopausale Patientinnen</i>	111
2. <i>Perimenopausale Patientinnen</i>	112
C. Fibrozystische Mastopathie	114
D. Prämenstruelles Syndrom (PMS)	115
E. Ovarialzysten	117
F. Gebärmutterfibrom	117
G. Portioerosion bzw. Dysplasie	117
XIII. Progesteron und der medizinisch-industrielle Komplex	119
XIV. Nachwort von John Lee	122
XV. Anhang – Erklärungen der Fachausdrücke/Weitere Literatur	126
XVI. Was tun? – Ratschläge für Betroffene (W. Gerz)	136
A. Grundsätzliche Regeln	136
B. Hormonelle Störungen	136
C. Osteoporose	146
D. Zum Schmunzeln und zur eigenen Überprüfung	146
E. Anti-Aging	149
XVII. Informationen zu Bezugsmöglichkeiten von Progesteron und sinnvollen Laboruntersuchungen	150
A. Bezugsmöglichkeiten von Progesteron	150
B. Anwendungshinweise Progesteron	150
C. Sinnvolle Laboruntersuchungen	154
D. Laboradressen	155
E. Kontaktadressen	175