

## Die Methode Rimkus

Die bisher übliche Hormonersatztherapie (HET) ist – aus guten Gründen – in Verruf geraten, viele Frauen sind heute sehr verunsichert.

Was ist zu tun? Kann man heute noch verantwortlich Hormone geben/einnehmen?

Und wenn ja, wie macht man das richtig? Was ist zu beachten?

**Typische Wechseljahresbeschwerden/Hormonmangelbeschwerden sind:**

- △ Osteoporose und Herzbeschwerden
- △ Traurigkeit/Depression
- △ Schwitзанfälle/Hitzewallungen
- △ Schlafstörungen und Gewichtszunahme
- △ Libidoverlust, Trockenheit der Schleimhäute

Nach einer Euphorie bis weit in die neunziger Jahre über die [positiven Wirkungen von Hormonen](#) vor allem in den Wechseljahren, kehrte auch gerade bei Frauenärzten Ernüchterung ein – was war passiert?

Mit einer groß angelegten Studie (NHS = **Nurses Health Study**: Grodstein, F., et al.: N. Engl. J. Med. [1996, 335, 453](#)) sollte vor einigen Jahren eigentlich der Segen der HET belegt werden. Leider stellte sich im Lauf der Studie heraus, daß die Frauen unter der durchgeführten standardisierten HRT häufiger Krebs (Karzinome) bekamen, die [Studie musste abgebrochen](#) werden.

Dieses Studienergebnis war für naturheilkundlich denkende Ärzte keine Überraschung, hatte doch die Studie mehrere gravierende Fehler:

- △ es wurden keine systematischen Hormonbestimmungen vor Therapiebeginn durchgeführt
- △ alle Frauen erhielten die gleiche (hohe) Medikation (Dosis)
- △ es wurden synthetische Hormone verabreicht...

Wie die Studie (leider) zeigte ist das nicht der richtige Weg, eine solche Hormonsubstitution (Hormonersatztherapie) wie in dieser Studie war nicht fachgerecht und mit groben Fehlern behaftet – auch wenn man es ganz wohlwollend betrachtet.

Daraus folgte die heute gültige allgemeine Empfehlung der Fachgesellschaften: „Hormone nur unter strenger Indikationsstellung zu verordnen“ und nach Möglichkeit maximal für fünf Jahre. Aber was heisst das konkret?

Auch Frauenärzte können mit dieser üblichen Empfehlung „einer strengen Indikationsstellung“ wenig anfangen. Entweder eine Frau braucht Hormone, dann sollten diese auch in der therapeutisch richtigen Dosierung und in der medizinisch notwendigen Einnahmedauer gegeben werden. Oder die Hormone sind unnötig oder sogar gefährlich (Krebserzeugend!) – und dann darf man diese natürlich nicht verordnen.

Manche Frau wundert sich: sollten gar wirtschaftliche Interessen der Industrie auch in die Empfehlungen der Fachgesellschaften hineinspielen? Ist dieser Gedanke ganz abwegig? Nach einem Artikel im [Deutschen Ärzteblatt](#) vom 18. Juli 2005 wird immerhin jede zweite gynäkologische Fortbildung durch die Industrie finanziert!

**Was ist also konkret zu tun, um Schaden zu vermeiden?**

Wir behandeln unsere Patienten nach der Methode von **Dr. med. Volker Rimkus**. Abgesehen davon, daß Dr. Rimkus sich in über 30 Jahren intensiv mit der **Therapie mit natürlichen Hormonen** beschäftigt hat (er ist auch als Erstbeschreiber der **Progesterontherapie beim Mann**), ist seine Methode von den Ergebnissen einfach am überzeugendsten.

Wir haben Erkenntnisse von **Dr. Lee** (Progesteron), **Dr.med. Platt** und von **Dr. Umbreit** und weitere natürliche Komponenten in unser Behandlungskonzept integriert.

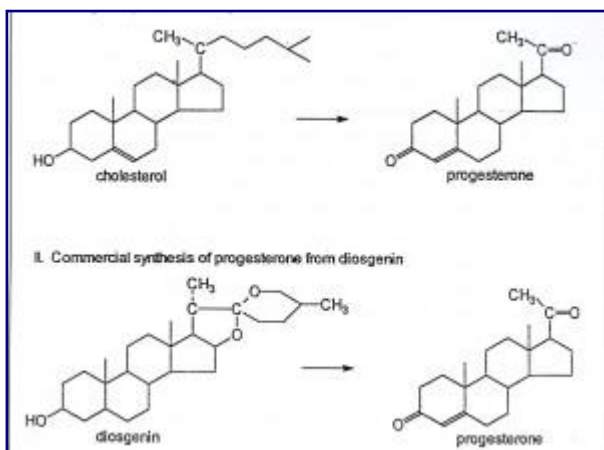
### Wie gehen wir vor?

1. Zunächst bestimmen wir zur Übersicht und Kontrolle die aktuellen Hormonwerte im Blut. Sofern eine Frau untersucht wird, die noch ihre Regelblutung hat, wird die Blutabnahme zwischen dem 21. und 28. Tag nach dem Beginn der Blutung durchgeführt. Bei diffizilen Untersuchungen werden gelegentlich auch andere Intervalle verwendet.

2. Wenn sich Mangelzustände zeigen, wird genau dieser Mangel (und nur dieser) ergänzt. (Das unterscheidet sich wesentlich vom üblichen Vorgehen, bei dem in der Regel keine Hormonwerte bestimmt werden). Die Entscheidung ob ein Mangel vorliegt, orientiert sich immer zuerst an den Symptomen der Patientin/des Patienten. Grundlage der Verordnungen sind die Ergebnisse der Forschungen von Dr. med. Volker Rimkus. Die Veränderung wird engmaschig kontrolliert, bis der Spiegel sich normalisiert hat.

3. Wir verordnen grundsätzlich ausschliesslich natürliche, den menschlichen Hormonen exakt identische Hormone = **natüridentische Hormone**, also KEINE Hormone aus Pferdeurin (Equilin) und KEINE synthetischen Hormone. Das ist der zweite wesentliche Unterschied! Zur Herstellung der fehlenden Hormone eignet sich am Besten das **Diosgenin** aus der **Yamswurzel**, was nach einem bestimmten Verfahren ("Marker Prozess") in Progesteron umgewandelt wird.

Wir verwenden also NICHT den direkten Extrakt aus der Yamswurzel, genausowenig wie wir den direkten Extrakt aus **Soya** verwenden. Warum nicht? Die genannten Pflanzen enthalten zwar minimalen Spuren von Progesteron (und andere Hormone), aber das genügt nicht für eine gezielte Therapie, es müssten Unmengen eingenommen werden. Die Vorgehensweise ist anders: aus der Yamswurzel bzw. aus Soya wird ein Extrakt gewonnen. Dieser Extrakt enthält eine Schwefelverbindung: **DIOSGENIN**. Diese Substanz wird nun dem Markerverfahren unterzogen und dadurch entsteht ein Progesteron, das vollkommen indentisch ist mit dem natürlichen Progesteron, welches der menschliche Körper bildet. Hier sehen Sie die Strukturformel:



Wie Sie in der Skizze sehen, ist das aus Diosgenin gewonnene Progesteron völlig identisch mit dem natürlichen Progesteron (das auf natürlichem Weg aus Cholesterin entsteht).

Dieses **natürliche Progesteron** kann der Körper dann weiter verstoffwechseln „umwandeln“ in:

- **Östrogen** und – über weitere Zwischenschritte – erfolgt aus Progesteron (!) die Synthese von:
- **Testosteron** (männliches Hormon, gibt Dynamik, ist wichtig für die Libido, Grundlage für Muskelwachstum). Damit werden auch viele Veränderungen klar, die in den Wechseljahren plötzlich auftreten, wenn über einen Progesteronmangel auch das Testosteron weniger wird.

- **Cortisol** (Stresshormon). Das ist unter anderem verantwortlich dafür, daß viele Frauen in den Wechseljahren „dünnhäutiger“ werden, weniger Stress ertragen können.

- **Aldosteron** (zur Regulierung des Wasserhaushalts). Viele Frauen (und auch Männer) verändern Ihre Figur mit den Wechseljahren: u.a. durch die Einlagerung von Wasser steigt das Gewicht, die Figur der Matrone entsteht

Die natürliche weitere Verstoffwechslung (Umwandlungsfähigkeit) ist die Ursache für die vielen günstigen Wirkungen des Progesterons und dafür, daß bei einer Therapie mit **natürlichem Progesteron keine Nebenwirkungen** auftreten.

Synthetische Hormone können zwar an den Rezeptor andocken und teilweise auch eine hormonähnliche Wirkung auslösen, aber oft wird damit der Rezeptor blockiert. Insbesondere können aber synthetische Hormone nicht in der natürlichen Weise weiter verstoffwechselt werden – also in andere Hormone umgewandelt werden, was zu einem vielfachen Mangel an Hormonwirkungen führt. Es ist ja nicht das natürliche Hormon, sondern ein verändertes oder synthetisches Produkt. Genau diese weitere Umwandlung der Hormone (insbesondere des Progesterons) ist aber die Ursache für die umfangreichen günstigen Wirkungen, die Progesteron im menschlichen Organismus hat!

Und genau das ist auch der Grund für die vielen schlechten Ergebnisse in wissenschaftlichen Studien bei der Untersuchung von synthetischen Hormonen: diese wirken eben nur so ähnlich und nicht genau so, wie es die Natur in Jahrmillionen entwickelt hat. Hier haben wir natürlich ein Problem mit den vielen wissenschaftlichen Studien zu Progesteron, Östrogen und anderen Hormonen: nachdem solche Studien sehr teuer sind, müssen diese durch die Industrie finanziert werden. Das macht man natürlich nur mit Produkten, für die man exklusive Rechte eintragen kann und für natürliche Hormone kann man das naturgemäß nicht. Also werden nur veränderte Naturhormone (wie z.B. das Equin aus Pferdeurin: Handelsname: Presomen) oder synthetische Hormone wissenschaftlich untersucht, weil die Hersteller dieser Hormon – Produkte nur die Studien für Ihre Produkte finanzieren. Das ist keine „Gemeinheit“ oder gar unseriös, sondern wirtschaftlich sehr gut verständlich. Allerdings gibt es in der Konsequenz demnach leider keine wissenschaftlichen Studien mit naturidentischem Hormon, weil das niemand finanziert. Hier wäre natürlich ganz dringend die universitäre Forschung gefragt! Jede Frau die lange genug lebt, kommt irgendwann in die Wechseljahre (übrigens gilt das in ähnlicher Form auch für Männer, hierzu kommt später eine eigene Darstellung mit dem Titel „Wechseljahre des Mannes“). Weltweit betrachtet ist das eine enorm große Anzahl von Menschen, von denen viele Hilfe benötigen. Das ist damit ein Milliarden Markt! Damit ist es sehr gut verständlich, daß die Industrie Produkte für diesen Markt entwickelt. Natürlich mit dem Ziel, die entsprechenden Produkte zu verkaufen.

Um eine **Aufklärung der interessierten Bevölkerung** zu erreichen, haben wir das [HORMON-NETZWERK](#) gegründet. Sie können dazu weitere Informationen erhalten, wenn Sie auf den link klicken. Dem Hormon Netzwerk können sich alle anschliessen, Näheres über den link.

Übrigens: haben Sie sich noch nie gefragt, warum bei Frauenärzten normalerweise so gut wie nie der Spiegel der Hormone gemessen wird, aber dennoch den meisten Patientinnen die gleichen Hormone verordnet werden? Das ist fast so ähnlich, wie allen Diabetikern (Zuckerkranken) die gleiche Insulindosis zu geben – ohne vorherige Messung!

Ein Grund liegt vielleicht auch darin, daß synthetische Hormone die Blutspiegel so gut wie nicht verändern und deswegen eine Messung unter Therapie auch keine verbesserten Spiegel zeigt. Man kann also die Therapie mit synthetischen Hormonen auch gar nicht richtig kontrollieren!

Bei einer Behandlung mit natürlichen Hormonen kann man aber sehr wohl eine Verbesserung der entsprechenden Spiegel im Blut messen: das machen wir auch und zwar wird grundsätzlich vor Therapie und 2 Monate nach Therapiebeginn der entsprechende Spiegel bestimmt.

**Fazit:**

Grundsätzlich ist es immer die Entscheidung eines jeden individuellen Menschen. Die Entscheidung für eine Therapie mit natürlichen Hormonen erfordert die Abwägung vieler Aspekte, wir beraten und informieren so gut wie möglich, damit jede® das selber entscheiden kann! Allerdings sind die Informationen nicht so leicht zu bekommen. Das wurde weiter oben im Text erläutert. Die natürlichen Hormone sind natürlich (leider!) kein Jungbrunnen und auch kein „Zauber- Allheil-Mittel“. ABER: viele weit verbreitete Symptome gehen auf hormonelle Mangelerscheinungen zurück. Die übliche Behandlung war entweder mühsam oder/und zum Teil mit erheblichen Nebenwirkungen (Ansteigen der Krebsgefahr) und dazu häufig ohne spürbare Verbesserung des Befindens. Im Unterschied dazu sind die weitreichenden Wirkungen einer Therapie mit natürlichen Hormonen wirklich verblüffend und sollten in Ruhe überlegt werden.

Die Maxime muß immer sein: nicht schaden!

Wenn die individuelle Lebensqualität spürbar eingeschränkt ist und ein natürlicher – gesunder – Weg besteht, diese wieder herzustellen, dann ist das für viele Menschen eine gute Möglichkeit. Wenn Sie sich über ihre persönlichen Hormon – Werte und die Möglichkeiten der Behandlung konkret informieren wollen, dann rufen Sie einfach an und machen einen Termin aus!

Alles Gute!

Dr. Matthias Herrmann