

Hormonkaos: Bioidentiske- eller syntetiske hormoner?

Hormoner eller ej. Det har ofte været spørgsmålet, når hormonsystemet kommer i ubalance. Nu skal modne kvinder også forholde sig til, om de skal tage den ene eller den anden slags hormoner, hvis de ønsker at tage hormoner overhovedet. Syntetiske hormoner eller de bioidentiske hormoner – også kaldet naturlige hormoner.

HELLE KJÆRULF | viva@jp.dk

Hormonerne raser i menneskekroppen igennem – især synligt hos kvinder. Menstruation, PMS, graviditet, overgangsalder og så videre. Ikke mindst når overgangsalderen sætter ind, tilbyder lægerne ofte behandling med hormoner for at lindre eksempelvis svedeture og humørsvingninger. Men bivirkninger og risiko for kræftsygdomme kan gøre valget svært.

Om kvinder overhovedet skal tage hormoner, når de oplever problemer f.eks. i overgangsalderen, er lægerne dog stadig ikke enige om. En videnskabelig undersøgelse påviste i 2002 sammenhæng mellem brystkræft og blodpropper. Det halverede forbruget af hormoner på verdensplan.

Ifølge Kræftens Bekæmpelse er der lavet mange både internationale og danske undersøgelser, som slår fast, at der er en risiko ved at få hormoner i overgangsalderen, fordi det giver en forøget risiko for at få brystkræft.

Overlæge og professor på Gynækologisk afdeling på Rigshospitalet Øjvind Lidgaard mener derimod, at risikoen for at få eksempelvis brystkræft er så lille, at der ikke er så meget at betænke sig på, hvis man har en rigtig dårlig livskvalitet og har mange gener pga. overgangsalder. Det fortæller han bl.a. i bogen "Hit med hormonerne", som er omtalt længere nede i artiklen.

Viden og følelser går hånd i hånd

Snakken om naturlige hormoner frem for syntetiske hormoner er taget til de senere år. Det er et område, hvor viden og følelser går hånd i hånd.

Bioidentiske hormoner, som også bliver kaldt naturlige hormoner, er i deres biokemiske struktur identiske med de hormoner, kroppen selv producerer.

For snart fem år siden havde den amerikanske talkshowværtinde Oprah Winfrey spørgsmålet om terapi med bioidentiske hormoner på programmet. Ifølge Oprah ville de fleste kvinder over 35 år før eller siden opleve gener som svedeture, humørsvingninger, kløe, udmattelse, dårlig søvn, nedsat sexlyst eller dårlig forbrænding pga. hormonel ubalance. Hun havde prøvet behandling med bioidentiske hormoner på egen krop og mente, at det havde reddet hende. Efterfølgende eksploderede salget af bioidentiske hormoner i USA.

Speciallæge i gynækologi og obstetrik Christine Felding pointerer, at den rapport, der slog bunden ud af hormonbehandlingen i 2002, hand-

lede om syntetiske hormoner.

»Hvis det stod til os gynækologer i Europa, skulle det studie laves igen med bioidentiske hormoner. Men det er nærmest en umulighed at få lov til. Det er det sørgelig i hele affæren. I gamle dage, for ikke så længe siden, lavede man hormonerne ud fra gravide kvinders hormon, og de må jo siges at være bioidentiske,« siger hun.

»De hormoner, vi bruger herhjemme, er bioidentiske – og det er uanset, om det er plaster, piller eller gele. Gele er blevet meget populært, både hvad angår østrogen, progesteron og testosteron, men hvorfor det skulle være mere bioidentisk end piller og plaster? Indholdet er jo fuldstændig det samme.«

Christine Felding har beskæftiget sig i 20 år med hormonbehandling og kvinder i overgangsalderen. Hun forklarer, at der i Danmark kun bliver brugt et eneste præparat med syntetiske hormoner til kvinder i overgangsalderen, og det er Livial, som har testosteroeffekt. Det bliver anvendt for eksempel til kvinder med manglede sexlyst.

Så vidt hun ved, er der ikke forskel på Danmark og eksempelvis Tyskland og USA, når det gælder hormonbehandling.

»Men man skal have hedeture, søvnproblemer, humørsvingninger og andre problemer, før danske læger må give hormoner til kvinder i overgangsalderen. Vi må ikke give hormoner som bolsjer for skønheden eller forebyggende mod knogleskørhed.«

Naturlige hormoner

Christine Felding pointerer, at man altid kan patentere et præparat, når det er en kombination af flere hormoner. Så det er ikke det, der er afgørende for den manglende forskning på området.

»Når jeg spørger firmaerne, så siger de, at der slet ikke er gang i hormonsalget, derfor kan det ikke betale sig for dem at investere millioner i forskning, når kvinderne ikke tør købe præparaterne i sidste ende.«

Anette Paulin er alternativ behandler og medforfatter til bogen "Naturlig hormonterapi", som udkommer i marts 2014. Hun har i de senere år specialiseret sig i hormoner og sat sig ind i den viden, der eksisterer især i udlandet om bioidentiske hormoner.

Hun ønsker, at den viden og erfaring om bioidentiske hormoner, der eksisterer især i USA, men også i Tyskland, England og Norge, skal komme danske kvinder til gode. Og hun er slet ikke i tvivl om, at man kan afhjælpe symptomer



Mia Lundin har udgivet "Female Brain Go Insane". Hun arbejder på at genskabe den hormonelle balance gennem en kombination af bioidentiske hormoner og kosttilskud.



Sussie Sheikh skrev bogen "Hit med hormonerne" animeret af sin egen elendighed. Foto: Lars Krabbe

på overgangsalder og andre hormonelle ubalancer ved hjælp af naturlige hormoner.

»Resultaterne af forskningen i bioidentiske hormoner viser, ganske kort sagt, at små doser naturlig progesteron kombineret med østriol, naturlig østrogen – eller testosteron – kan gøre underværker for helbredet. Man kan få nattesøvn tilbage, slippe af med hedeture og depressioner – og samtidig forebygge brystkræft og osteoporose,« siger Anette Paulin.

Ifølge speciallæge Christine Felding bruger danske læger ikke naturligt progesteron, fordi det er alt for svagt til at virke beskyttende på livmoderslimhinden.

»Vi kan give en kvinde østrogen og nogle gange gestagen for at beskytte livmoderen mod livmoderkræft. Progesteron alene giver vi kun til kvinder, hvis de insisterer, fordi de tror, det virker. Men slet ikke i kombination med østrogen,« siger Christine Felding.

»Østriol er et meget svagt østrogen og ikke godt nok. Vi bruger østradiol, som er stærkere.«

Hun så gerne, at der blev forsket mere i bioidentiske hormoner herhjemme, men som hun fortæller, foregår der ikke meget i øjeblikket.

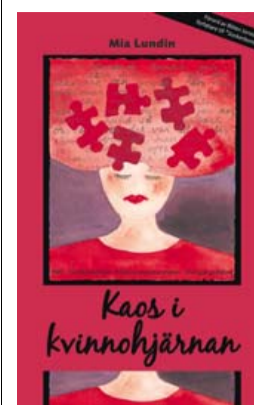
Færre bivirkninger

Anette Paulin pointerer, at det at gå ind for bioidentiske hormoner dog ikke betyder, at man ikke er klar over de dokumenterede bivirkninger, som rent faktisk findes.

»Der kan være alvorlige bivirkninger ved f.eks. østradiol, også i bioidentisk form. Men forskningen viser også, at naturligt progesteron giver solid beskyttelse mod disse bivirkninger, og den viden bruger man i bioidentisk hormonterapi til at beskytte patienterne – hvorimod den ikke bliver brugt i den konventionelle hormonbehandling. Og det gør den konventionelle hormonbehandling unødigt risikabel,« lyder hendes påstand.

Anette Paulin mener, at det er et spørgsmål om at bruge den forskning, der findes, til at forbedre den eksisterende hormonbehandling, og her har bioidentiske hormoner klart vist en mulighed for at opnå den samme effekt, men med langt færre bivirkninger.

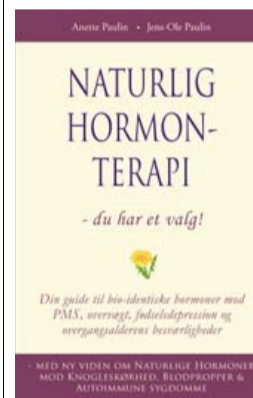
»Den forskning må vi have læger og sundhedsmyndigheder til at forholde sig til. Men først og fremmest skal kvinderne vide, at der findes bedre muligheder end dem, de får tilbudt nu,« siger Anette Paulin.

BØGER OM HORMONBEHANDLING


"Kaos i Kvinnohjärnan" af Mia Lundin
Svenskeren Mia Lundin, der er bosat i Los Angeles, har skrevet bogen "Female Brain Go Insane", som udkom i 2010 på engelsk – og i 2011 på svensk med titlen "Kaos i kvinnohjärnan". Bogen forklarer om de følelsesmæssige svingninger, som mange kvinder oplever i forskellige stadier af livet. Mia Lundin er

uddannet sygeplejerske med speciale i gynækologi og obstetrik. Hun har i mere end tyve år beskæftiget sig med kvinder og hormoner. Gennem årene har hun behandlet og hjulpet tusindvis af kvinder i alle aldre, som har lidt af bl.a. hedeture, humørsvingninger, ukontrolleret gråd, depression og uro. Kvinder, som har oplevet, at de var ved at blive "skøre", og som tidligere er blevet fejldiagnostiseret og har fået udskrevet antidepressiv medicin. Mia Lundin ser symptomerne som klare tegn på hormonelle forandringer og arbejder på at genskabe den hormonelle balance gennem en kombination af bioidentiske hormoner og kosttilskud. Hun fortæller meget om hjernens kemi og har mange fortællinger fra kvinder, som hun har behandlet.

www.mialundin.se



"Naturlig hormonterapi - du har et valg" af Anette Paulin og Jens Ole Paulin

Anette Paulin er uddannet cand.mag. og har i mange år beskæftiget sig med sundhed, kost, vitaminer, mineraler og homøopatisk medicin. I de senere år har hun specialiseret sig i hormoner. Hun har sat sig ind i den viden og erfaring, der er, ikke mindst i udlandet,

med brug af bioidentiske hormoner. Og ønsker gennem bogen at gøre den viden tilgængelig i Danmark. Hun har desuden en blog om naturlig hormonterapi: naturligehormoner.blogspot.dk

"Naturlig hormonterapi - du har et valg" forlaget Vingholm, udkommer den 12. Marts 2014.



"Hit med hormonerne" af Sussie Sheikh

I debatbogen "Hit med hormonerne" stiller forfatter og journalist Sussie Sheikh spørgsmålet: Får man kræft af at tage hormontilskud i overgangsalderen, eller er det tværtimod gavnligt for helbredet?

En videnskabelig undersøgelse kædede i 2002 hormoner sammen med

brystkræft og blodpropper. Forbruget faldt med 60 pct. Kvinder holdt op med at tage dem, læger holdt op med at udskrive dem, pressen skrev altid negativt om dem, og hormoner har siden da været konsekvent kædet sammen med brystkræft og blodpropper, skriver Sussie Sheikh.

Hun oplevede selv at blive tilbudt "lykkepiller" som lindring, da hun kom i overgangsalderen. Det satte hende i gang med at undersøge, hvad der talte henholdsvis for og imod behandling. Hun mener, at den holdning, der hersker i dag, baserer sig på et tvivlsomt fundament. Den påstand bliver hun bakket op af af førende speciallæger og forskere på området. Mange nyere undersøgelser viser, at hormoner kan have en direkte positiv effekt på kvinders helbred og livskvalitet. Den forøgede kræftisiko er minimal og opvejes næsten altid af fordelene, mener forfatteren. Meneringen er delte, og emnet er ét, der kan sætte sindene i kog. Men efter 10 hormonfattede år er det på tide, at vi tager debatten, siger Sussie Sheikh. Hun mener, at den nuværende manglende behandling er en uanstændighed over for kvinder, der lider.

"Hit med hormonerne", forlaget Lemon Press A/S, udkom den 31. november 2013.

