



## Hinweise zur Anwendung und zur Blutentnahme von Hormonen

### Allgemeines

Die meisten Hormonanalysen erfolgen in unserer Praxis über eine Blutentnahme. Ausnahmen bilden das Cortisol – Tagesprofil und das Melatonin -Nachtprofil, hier bietet die Speicheluntersuchung deutliche Vorteile. In Einzelfällen kann auch eine Urinuntersuchung von Hormonabbauprodukten sinnvoll sein.

Für die Hormonuntersuchungen ist es in der Regel nicht notwendig, nüchtern zu sein. Sollte es in Ausnahmefällen doch sinnvoll sein, werden Sie vorab von uns informiert. Einige Hormone unterliegen tagesrhythmischen Schwankungen, so dass eine Blutentnahme am Morgen optimal ist.

Bei Frauen vor den Wechseljahren sind bestimmte Zeitfenster im Zyklus zu beachten, in denen eine Hormonanalyse bevorzugt wird. In jedem Fall ist eine Hormonanalyse in Abhängigkeit von der letzten Periodenblutung zu beurteilen, um Fehlinterpretationen zu vermeiden. Aus diesem Grunde ist es wichtig, das Datum der letzten Periode zu notieren.

### Natürliche, bioidentische Hormone

#### HORMON-GEL ODER HORMON-CREME

Bevorzugte Auftragsstellen an der Haut:

- An den Innenseiten von Unterarm und Oberarm
- An der Stirn, am seitlichen Hals, auf der Haut oberhalb der Schlüsselbeine
- An der seitlichen Haut der Taille

#### BITTE BEACHTEN

Bereits 3 Tage vor einer geplanten Blutentnahme sollte kein Gel / keine Creme an dem Arm aufgetragen werden, an dem Sie sich Blut abnehmen lassen.

#### Estradiol-Gel / -Creme

Die Blutentnahme unter einer laufenden Estradiol-Substitution sollte optimalerweise **4 – 6 Stunden** nach der Gel-Applikation erfolgen.

#### Testosteron-Gel / -Creme

Bitte bereits 3 Tage vor der geplanten Blutentnahme auf eine abendliche Anwendung des Gels wechseln. Die Blutabnahme findet dann im Abstand von **9 – 12 Stunden** nach der letzten Gel-Applikation statt.

#### HORMON-TABLETTEN ODER -KAPSELN

##### Natürliche, humanidentische Hormon-Kapseln (Rimkus-Kapseln)

Die Kapseln enthalten hormonell gesehen Estradiol, Progesteron oder eine Kombination aus beiden Hormonen. Die Einnahme erfolgt in der Regel **zweimal täglich**, am Morgen und am Abend. Die Blutentnahme unter einer laufenden Therapie sollte **2 Stunden** nach der Kapseleinnahme erfolgen, z.B. sollte für eine geplante Blutabnahme um 15:00 Uhr die „Morgen-Kapsel“ erst um 13:00 Uhr genommen werden.

##### DHEA-Kapseln und Pregnenolon-Kapseln

Die Einnahme von DHEA und Pregnenolon erfolgt **einmal täglich** am Morgen vor dem Frühstück. Die Blutabnahme sollte möglichst **4 Stunden** nach der morgendlichen Einnahme durchgeführt werden.