

# Progesteron-Therapie

## **zur natürlichen Erhöhung des Progesteron-Spiegels bei postpartaler Depression und Psychose beim prämenstruellen Syndrom und bei Klimakteriumsbeschwerden**

Das Progesteron sollte auf jeden Fall natürliches Progesteron sein.  
Die orale Anwendung ist nicht zu empfehlen, da etwa 80% des Wirkstoffes durch die Leber zerstört wird, so dass äußerliche Anwendung anzuraten ist.  
Progesteron hilft nur gegen einen Auslösefaktor von PPD/PPP, den hormonellen, daher sollten natürlich auch die anderen Auslösefaktoren (s. Website des Vereins) abgeklärt und mit ärztlicher und therapeutischer Unterstützung behandelt werden.

### Progesteron-Creme:

Nach der Entbindung 5%ige Progesteron-Creme 2x täglich auf Innenseite der Oberschenkel oder Oberarme auftragen, je nach Befinden (Anzeichen von Überdosierung: zu rosige Stimmung, Aufgedretheit) dann Übergang auf 3%ige bzw. 1%ige Creme. Anwendung dieser niedrig dosierte Creme auch bei prämenstruellem Syndrom (PMS): ab 12. Zyklustag bis zum erneuten Einsetzen der Menstruation.

#### **Bezugsadresse der Creme:**

Klösterl-Apotheke, Färbergraben 12 RG, 80331 München, Tel.: 089/54343211,  
Fax: 089/54343277, Rezept und Abbuchungserklärung zusenden.

#### **Rezeptur der 3%igen Creme (Inhaltsstoffe bitte auf das Rezept drucken!):**

Progesteron 3,0 g, Vitamin E 1,5 g; Cremegrundlage bei 100 g: Vaselinum flavum 14,0 g, 2-Ethylhexyllaurat 5,0 g, Oleum Arachidis (proteinfrei) 5,0 g, Cetylpalmitat 3,0 g, Sorbitan- und Glycerolmonooleat 3,0 g, Liqu. Ammonii caustici 10% 0,8 g, Acidum citricum 0,5 g, Aqua pur. 68,7 g, PZN 09999011

### Progestogel:

Ist eine Alternative und auf Rezept in jeder Apotheke erhältlich, aber schwächer, der 1%igen Progesteron-Creme vergleichbar, dosiert.

### Kontaktadressen bei Hormonproblemen:

Hormonselbsthilfe Elisabeth Buchner, [www.hormonselbsthilfe.de](http://www.hormonselbsthilfe.de)  
Hormonselbsthilfe Schützenapotheke München, [www.schuetzenapotheke-muenchen.de](http://www.schuetzenapotheke-muenchen.de)