

Hormone. Leitfaden für die Anti-Aging-Sprechstunde

Prof. Dr. Alfred S. Wolf

Der handliche und flexible Praxisleitfaden ist ein gelungenes, wissenschaftlich basiertes und auf praktische Medizin ausgerichtetes Werk für Ärzte im Bereich Präventionsmedizin und Antiaging. Die Inhalte auch komplexer endokriner Vorgänge sind verständlich beschrieben, angereichert durch hervorragende, farblich abgestimmte Schema-Zeichnungen, Tabellen und Informationsboxen. Gedacht für die Praxis der Antiaging-Sprechstunde ist jedes Kapitel gleichartig strukturiert, mit Einführung, Pathophysiologie des jeweiligen Hormondefizits sowie entsprechenden Maßnahmen.

Die wichtigen praktisch bedeutsamen Fragestellungen der ambulanten Beratung werden klar benannt: Was sollte bestimmt werden? Wie kann man Werte interpretieren? Wie und wo findet man Referenz- und „Erwartungswerte“ als Richtschnur für das Vorgehen?

Neben der endokrinologischen Diagnostik nimmt die Hormonsubstitution



Römmler A, Hrsg. Hormone. Leitfaden für die Anti-Aging-Sprechstunde. Stuttgart: Thieme; 2014. 296 S. Broschur. 39,99 €. ISBN: 978-3-13167-291-9

einen großen Raum ein, mit klarer Differenzierung von „Hormon-Therapie“ versus Substitution, als Ersatz der im Altersgang defizitären Substrate. Klinisch wichtige Indikationen, Applikationsformen, individuelle Verordnungen, notwendige Kontrollen und Zeitfenster sowie Nebenwirkungen werden für jedes der Hormone wie DHEA, Testosteron bei Frauen und Männern, Wachstumshormon, Östrogene in der Post-/Perimenopause und beim Mann klar beschrie-

ben, inklusive Pregnenolon, Serotonin und Melatonin. Jedes Kapitel wird mit „Tipps für die Praxis“, einer Zusammenfassung und ausführlicher Literatur-Legende abgerundet. Bei problematischen Hormonen wie Wachstumshormon (hGH) versteht es der Autor, durch eine vorurteilsfreie Diskussion, die „Fallstricke“ einer pragmatischen Lösung durch kritisches Abwägen und durch zahlreiche Belege auszupendeln.

Überragend sind die Kapitel zu Östradiol und Progesteron, wo die reichliche klinische Erfahrung des Autors voll zum Tragen kommt. Sämtliche Informationen für eine ausgewogene, risikoarme und abwägende Beratung von Frauen in der Peri- und Postmenopause sind darin enthalten, ohne mit kritischen Analysen und Bemerkungen zu sparen. Vier Gastautoren runden den praktischen Hormonüberblick (zu Chronobiologie, orthomolekulare Medizin sowie Testosteron beim Mann) ab.

Ein rundum gelungenes, praktisches Hormonbuch, hochinteressant für Ärzte in der Präventions- und Antiaging-Medizin, Frauenärzte, Studierende, aber auch für internistische Endokrinologen, die mit den praktischen Hormonproblemen im Rahmen der Alterungsprävention, Gesundheitsoptimierung und salutogenetischen Maßnahmen bislang wenig Erfahrung haben.