Das Orchester der *Hormonbalance*

Gehirn

Stress

Hypothalamus

TRH GnRH CRH

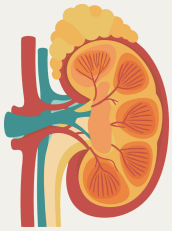
Hypophyse

TSH → Schilddrüse

FSH, LH → Eierstöcke

ACTH → Nebenniere → Cortisol

Nebennierenrinde



Cholesterin → Pregnenolon

- → Cortisol
- → Progesteron
- → DHEA → Östradiol, Testosteron

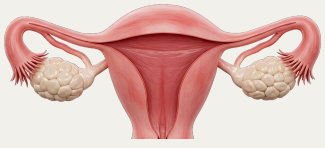
DHEA →

- Östrogene, Östradiol
- Testosteron

Stress

Pregnenolon → Cortisol

Eierstöcke



FSH → Östrogene

LH → Eisprung

Gelbkörper → Progesteron

Das Orchester der *Hormonbalance*

Schilddrüse

TSH → T3 / T4

Stress → TSH hoch → Progesteron

TSH

T3 & T4 revers T3

Antikörper
MAK TRAK

Nährstoffe
Jod Selen Zink

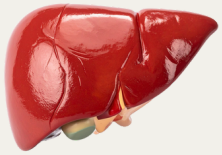
TSH → T3 / T4 Speicher → Leber 40% Darm 20% Gehirn 10% → T3

Darm

Aufnahme & Abtransport
Aufspaltung & Herstellung
Umwandlung

Eiweißaufspaltung
Vitaminaufnahme
Fettsäuren / Butyrat Erstellung
80% Serotonin
T4 → T3

Leber



Vorratsspeicher
Abbau Gifte & Hormone
Umwandlung T4 → T3

u.a. Vitamin A, D, B12, Folsäure
Eisen, Kupfer, Zink, Selen