Sachverzeichnis

A
ABP 36
ACE 31, 46
Acne inversa 174, 417
ACTH 28, 42, 63–64, 84, 87, 89, 92, 105, 125, 151, 179–180, 277
– Diagnostik 64
– Verstoffwechselung 63
– Wirkung 63
Addison-Krise 85, 269
Adenohypophyse 41–42, 179
Adenohypophysenhormone 63
Adenosinmonophosphat, zyklisches, *siehe* cAMP
ADH 26, 31, 41, 98
ADHS 113, 122, 124–125, 175
Adipokine 162
Adipositas 130, 400
– Definition 400
– Diagnostik 400
– Therapie 401
Adipozyten 54–55, 97, 130, 163
Adiuretin, *siehe* ADH
Adnexitis 363
Adrenalin 50, 81–84, 120, 127, 165, 167, 183, 187, 266, 277, 306–307, 411
– Diagnostik 84
– Verstoffwechselung 82
– Wirkung 82
Adrenalinmangel 83
Adrenalin-Noradrenalin-Quotient 189
Adrenalinüberschuss 83
Adrenokortikotropes Hormon, *siehe* ACTH
Adrenopause 158
Adrenozeptor 82
ADS 113, 122, 124–125, 175
Aggressivität 175
Aging-Male-Syndrom 161
Akne 174
Akromegalie 69
Aktionspotenzial 118
Albumin 129
Aldosteron 31, 50, 84–85, 140, 183, 306, 406
– Diagnostik 85
– Verstoffwechselung 84
– Wirkung 84
Aldosteronmangel 84–85
Aldosteronüberschuss 85–86
Alkoholkonsum 177
Allergie 111
ALLO, *siehe* Allopregnanolon
Allopregnandiol 74
Allopregnanolon 18, 73, 124, 130–131, 164, 217, 349, 410
– Diagnostik 74
– Verstoffwechselung 73
– Wirkung 73
Amenorrhö 374–375
Amin, biogenes 17, 20
γ-Aminobuttersäure, *siehe* GABA
Aminosäure 258
– bedingt essenzielle 259
– essenzielle 259
– glykogene 51
– nicht essenzielle 259
– proteinogene 259
Aminosäurederivat 17
Anamnese 186, 192
– allgemeine 170
– spezielle 172
Anamnesebogen 170
Anamnesegespräch 171
Ananas-Diät 402
Androgen-bindendes Protein, *siehe* ABP
Androgene 89, 94, 105–106, 108
Androgenrezeptor 106–107
Andropause 161, 365
Androstendion 56, 105–106, 108, 130, 167, 180
– Diagnostik 106
– Verstoffwechselung 105
– Wirkung 105
Androsteron 50
Angelika 234
Angiotensin
– I 31, 46
– II 31, 46
Angiotensin-Converting-Enzym, *siehe* ACE
Angiotensinogen 46
Ängste 175
Angststörung 196, 322
– Definition 322
– Diagnostik 324
– Differenzialdiagnose 323
– generalisierte 323
– Therapie 324
– Ursache 323
ANP 17, 31, 45, 306
Antidiabetika 380
Antidiuretisches Hormon, *siehe* ADH
Antihistaminikum 113
Anti-Müller-Hormon 109, 363
Antiöstrogen 97–98, 130, 165
Appendix 53
Appetit 59
Applikation
– orale 217, 265
– transdermale 218, 265
Applikationsform 216
Arachidonsäurederivat 20
Arnikaöl 210
Aromatase 55, 97, 102, 130, 135, 143, 153, 419
Aromatasehemmer 98, 130
Arthritis 336
Arthrose 336
Ashwagandha 230
Asthmaanfall 323
Atemmediation 247
Atemübung 247
– rhythmische 244
Atherosklerose 92
Atriales Natriuretisches Peptid, *siehe* ANP
Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung, *siehe* ADHS
Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom, *siehe* ADS
Aura 283
Ausdauersport 108, 131, 244, 259, 382
Ausleitung 205
Ausleitungsset 209
Axon 118
Azetyl-Coenzym A 91
Azetylsalizylsäure 117, 308

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

B
Bakterien
– GABA-bildende 124
– histaminbildende 114, 197, 318, 420–422
– histaminsenkende 422
– neutrale 422
Baldrian 415
Ballsport 244
Basenpulver 206
Basentherapie 208
Basistherapie 195
Bauchfett 55, 130, 161, 366
– hormonell aktives 162
Bauchhirn 53–54
Bauchspeicheldrüse 50
Bauchumfang, Messung 162
Befindlichkeitsskala 194
Befruchtung 35
Beifuß 225, 232, 357
Belastungsstörung, posttraumatische, *siehe* PTBS
Bewegung 212, 242
Bewegungsmangel 156, 242
Biokatalysator 129
Biotin 252, 257–258
Birke 200
Bisphenol A, *siehe* BPA
Bitterstoffe 199
Blinddarm 53
Blutdiagnostik 114, 180
– Bewertung 181
– Messgenauigkeit 180
– mögliche Fehlinterpretationen 181
Blutdruckmessung 308, 310
Blutdruckregulation 31, 133
Blutdruckwerte nach WHO 309
Blutgerinnung 307
Blutgerinnungskaskade 307
Bluthochdruck 173, 308
Bluthochdrucktagebuch 312
Blutuntersuchung 186
Blutzuckerspiegel 110, 117
– Regulation 50
BMI 400
BNP 31, 45, 306
Body-Mass-Index, *siehe* BMI
Body-Shaming 401
Bonding 61
Borreliose 290, 390
BPA 23, 144
Brain Natriuretic Peptide, *siehe* BNP
Brain-Pull-Effekt 51, 110
Brennnessel 200
Brustknoten 174, 376
Brustkrebs 142
Burn-out 175, 274, 277, 297, 327
– Definition 274
– Diagnostik 276
– Differenzialdiagnose 276
– Fallbeispiel 281
– Leitsymptome 274
– Therapie 277
– Ursache 275
Burn-out-Syndrom 274, 277

C
cAMP 93
Candidose 153
Cantharis 201
CBG 129
Chinone 101
Cholecalciferol 132
Cholesterin 18, 46, 91–92, 132, 199, 399
Cholesterinquotient 91
Cholesterinsenker 199
Chrom 252
Chronic-Fatigue-Syndrom 388
Chylomikron 217
Cobalamin 255, 258
Coenzym Q 10 255, 257
Colitis ulcerosa 173
Colon irritabile 173
COMT 83, 134
Conn-Syndrom 311
Cordyceps sinensis 230, 241
Corona 396
Corpus luteum 56, 66
COVID-19 396
Cranberry 200
Craving 332
CRH 28, 41, 63–64, 86
Cushing-Syndrom 355
CYP450-Enzyme 102
C-Zellen 44

D
D 4-Creme 265
D 4-Globuli 265
Damiana 232
DAO 97, 112, 114, 164, 419
Darm 52, 195
darmassoziiertes lymphatisches Gewebe 197
Darmbakterien 114, 196–197
Darmdysbiose 115, 185, 195, 406, 419
Darmentzündung 185, 197
Darmflora 195
Darmflorastatus 197, 318
Darmpräparate 197
Darmsanierung 193, 195, 392, 421
Darmtherapie 195
Dauerstress 30
Dehydroepiandrosteron, *siehe* DHEA
Dejodase 76
Dejodierung 75
5′-Dejodinase 76–77, 167
Dendriten 118
Depression 142, 175, 196, 259, 276–277, 325
– Auslöser 326
– bipolare 325
– Definition 325
– Diagnostik 327
– Differenzialdiagnose 326
– Fallbeispiel 330
– Leitsymptome 325
– Therapie 327
– unipolare 325
– Ursache 326
Dexamethason 89
DHEA 50, 63, 88–90, 105, 165, 167, 180, 182, 187, 251, 406, 409
– Diagnostik 89
– Verstoffwechselung 89
– Wirkung 89
DHEA-Mangel 158
– Leitsymptome 158
– Ursache 158
DHEA-Sulfat 89
DHT 37, 106–107, 131, 157, 180, 416
– Diagnostik 107
– Verstoffwechselung 107
– Wirkung 107
DHT-Mangel 107
DHT-Überschuss 107
Diabetes mellitus 24, 105, 173, 299, 355
– Typ 1 379
– Typ 2 117, 379
  – Definition 379
  – Therapie 380
  – Ursache 379
– Typ 3 382
– Typ 4 383
– Typ 5 383
Diabetesdiagnostik 378
Diabeteserkrankung 378
Diaminoxidase, *siehe* DAO
Diarrhö 173
Diät 401
Dickdarm 53
Diffusion, passive 218
Dihydrotestosteron, *siehe* DHT
Dihydrotestosterondysbalance 341
1,25-Dihydroxycholecalciferol 133
Dijodthyrosin 44, 75, 77
Dimerisierung 95
Diosgenin 23–24
Disruptor, endokriner 142–145, 186, 207

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Disstress 88, 179
Dopamin 41, 82, 120–122, 131, 164, 180, 183, 187, 196, 277, 306, 331, 406, 410
– Diagnostik 122
– Verstoffwechselung 121
– Wirkung 121
Dopaminfasten 334
Dopaminmangel 121
Dopaminüberschuss 122
Down-Regulation 24, 138, 143, 215
Drogenkonsum 323
Drüse, endokrine 14–16
Dünndarm 52
Duodenum 52
Dysbalance, hormonelle, *siehe* Hormondysbalance
Dysmenorrhö 115, 372, 375

E
Eierstöcke 56
Eikosanoide 20
Einnistung 35
Einschlafhilfe 414
Einschleichen 265
Einzelmittel 264
Eisen 186, 252, 257, 411
Eisenkraut 233
Eisprung 33, 65, 105, 184
Eklampsie 383
Embolie 307
Empfängnisverhütung, hormonelle 139–140
endokriner Disruptor 142–145, 186, 207
endokrines System 16
Endokrinologie 14
Endometriose 174, 376–377
Endorphine 83, 127, 411
Engelwurz 234
Entgiftung 193, 205, 210, 399
Entspannung 30
Entspannungstechniken 212, 245
Entspannungsübung 247
– Entspannung durch Fühlen 248
– Schnellentspannung 247
Entzugssymptome 332
Entzündungen 173
Entzündungsmarker 303
Enzephalomyelitis, myalgische 388
Enzymausgleich 422
Enzyme 129
Epiphyse 42–43, 70
Epiphysenhormon 70
Epiphysenpräparate 226
Epithalamus 43
EPO 20, 47
Epstein-Barr-Virus 390
Ergocalciferol 133
Erholung 30
Erkrankung
– chronische 424
– koronare 305
– Nebennieren 268
– Pankreas 378
– psychische 322
– Schilddrüse 296
– Sexualorgane 335
Ernährung
– antientzündliche 248
– bei Typ-2-Diabetes 380
Ernährungs-/Trinkgewohnheiten 177
Ernährungsumstellung 163, 202, 267, 380, 401
Erschöpfung 175
Erschöpfungssyndrom, chronisches 175, 388
– Definition 388
– Diagnostik 390
– Differenzialdiagnose 390
– Fallbeispiel 394
– Leitsymptome 389
– Merkblatt 393
– Therapie 391
– Ursache 390
Erstverschlimmerung 192–193
Erythropoetin 20, 47
Estradiol, *siehe* Östradiol
Estriol, *siehe* Östriol
Eustress 88, 179

F
Fastenkur 205
FAST-Test 284
Fatigue 389
Fertilitätsprobleme 174
Fettgewebe 54, 98, 130
Fettleber 117
ω-3-Fettsäuren 253
Fettverteilung 401
Fettzellen 55
Fetus 101
Fibromyalgie 173, 290
– Definition 290
– Diagnostik 291
– Differenzialdiagnose 291
– Fallbeispiel 293
– Notfallmedikation 291
– Symptome 290
– Ursache 290
Fibromyalgiesyndrom 290
Fight-or-Flight-Reaktion 28, 82, 242
Firmicutes-Bacteroidetes-Verhältnis 406
First-Pass-Effekt 217
Fleischkonsum 177
Flohsamen 198
Folat 258
Follikel 56, 97
Follikelphase 33
Follikelreifung 64
Follikel-stimulierendes Hormon, *siehe* FSH
Follitropin, *siehe* FSH
Folsäure 141, 252, 257–258
Frauenmantel 234
Freeze-Effekt 243
FSH 33, 42, 64–65, 97, 179–180
– Diagnostik 65
– Verstoffwechselung 64
– Wirkung 64

G
GABA 120–122, 124–125, 164, 180, 183, 187, 259, 409
– Diagnostik 124
– Verstoffwechselung 122
– Wirkung 122
GABA-A-Rezeptor 73, 92, 94, 123–124
GABA-A-Rezeptoragonist 134
GABA-B-Rezeptor 123
GABA-Mangel 124
GABA-Rezeptor 123, 196, 349
– ionotroper 123
– metatroper 123
GABA-Überschuss 124
GALT 197
Gap Junctions 118
Gastrin 20, 54
Gefahrenklasse 143
Gehirntumor 285
Gelbkörper 33, 56, 66
Gelbkörperhormon 103
Gelegenheitsblutzucker 378
Gelenkschmerz 336
– chronischer 173
Genussmittelkonsum 177
Gerinnungsstörung 363
Geschlechtsdrüse 55
Geschlechtsreife 32, 55
Gestagene 350
Gestationsdiabetes 383
Gewebshormone 20, 111
Gewichtsreduktion 267, 311, 401, 405
– hormonelle Zusammenhänge 406
GH, *siehe* Somatotropin
GHIH, *siehe* Somatostatin
Ghrelin 50, 55, 59, 406, 409
GHRH 39, 68
Gicht 336
Gigantismus 69

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Glandula
– parathyroidea 44
– pinealis 42
– suprarenalis 48
– thyroidea 43
GLP-1 407
GLP-1-Rezeptoragonist 407
Glucagon-like Peptide-1, *siehe* GLP-1
Glückshormon 125
Glucuronidierung 102
Glukagon 17, 50, 54, 110
Glukokortikoid 89
Glukokortikoidrezeptor, membranassoziierter 88
Glukoneogenese 51, 111
Glukosetoleranztest 378
Glutamat 51, 120, 122, 124–125, 180, 183, 187, 306
– Diagnostik 125
– Verstoffwechselung 124
– Wirkung 124
Glutamatmangel 125
Glutamatrezeptor 124
Glutamatüberschuss 125
Glutathion 207, 252
Glykogen 110, 403
Glykogenolyse 83, 110
Glykogenspeicher 51
Glykolyse 117
Glyphosat 144
GnRH 33, 36, 39, 58, 65
– Diagnostik 59
GnRH-Pulsgenerator 66
Goldrute 200–201
Gonaden 55, 94
Gonadenhormone 94
Gonadoliberin, *siehe* GnRH
Gonadotropin-Releasing-Hormon, *siehe* GnRH
G-Protein-gekoppelter Rezeptor 21
Granulosazellen 64, 94
Grimmdarm 53
Grippe 385
Großmutterhormon 90
Growth Hormone, *siehe* Somatotropin
Growth-Hormone-Inhibiting-Hormon, *siehe* Somatostatin
Growth-Hormone-Releasing-Faktor, *siehe* GHRH
Growth-Hormone-Releasing-Hormon, *siehe* GHRH
Grüntee-Extrakt 202
Gundelrebe 235
Gundermann 235

H
H1-Rezeptor 113
H2-Rezeptor 113
H3-Rezeptor 113
H4-Rezeptor 113
Haarausfall 149, 174
Hafer 199–200
Haferkur 199, 381
Happy Foods 125
Harninkontinenz 233
Hashimoto-Thyreoiditis 149, 164–165, 303
– Definition 303
– Diagnostik 303
– Therapie 304
– Ursache 303
Hauterkrankung 210, 416
– Definition 416
– Therapie 417
– Ursache 417
Hautmedikation 417
HbA_{1c} 378
hCG 35, 56, 183, 233
HDL-Cholesterin 91, 167
Heilpilze 241
Heißhungerattacke 51, 174, 406
HELLP-Syndrom 307
Heparin 111, 308
Hertoghe-Zeichen 149
Herz 45
Herzinfarkt 307
Herz-Kreislauf-Erkrankung 173
Herz-Kreislauf-System 305
Herzpräparate 319
Herzrasen 316
Herzrhythmusstörung 341
Herzschwäche 341
Heuschnupfen 385
HGH, *siehe* Somatotropin
Himbeere 235
Histamin 20, 62, 98, 111–112, 114–116, 120, 153, 164, 183, 196, 306, 406, 410, 419–421
– Diagnostik 114
– Verstoffwechselung 112
– Wirkung 112
Histaminintoleranz 114–115, 418
– Definition 418
– Diagnostik 421
– Fallbeispiel 423
– Symptome 418
– Therapie 421
– Ursache 419
Histaminliberatoren 420
Histaminmetaboliten 183
Histamin-N-Methyltransferase, *siehe* HNMT
Histaminrezeptor 113
Histidin 112
Hitzeschockprotein 94
Hitzewallungen 367
HNMT 419
Hoden 56, 94, 105–106
Hodenpräparate 231
Homocystein 141
Homöopathie 216, 264
Hormon
– mikronisiertes in Öl 217
– aglanduläres 17
– Aufsättigung 218
– bioidentisches 137, 215
– Definition 14
– effektorisches 25
– freies 21
– gebundenes 21
– glandotropes 25, 41
– glanduläres 16
– hydrophiles 18, 21
– in der Potenz D 4 216
– laktotropes, *siehe* Prolaktin
– lipophiles 18
– lokale Wirkung 218
– nicht glandotropes 42
– pankreatisches 50
– vom Tyrosin abstammendes 17
hormonähnliche Substanz 23–24, 142
– Wirkeffekt 23
Hormoncheckliste 172
Hormoncreme 219
Hormondiagnostik 178
Hormondominanz 152, 188
– relative 188
Hormondrüsenachsen 213
Hormondrüsenaktivierung 213
Hormondrüseninsuffizienz
– primäre 212
– sekundäre 212
Hormondrüsenpräparate 231
Hormondrüsenstimulation 212
Hormondrüsentherapie
– rhythmische 213
– statische 213
Hormondysbalance 146–147, 264
– Definition 147
– Entstehung 146
– Symptome 147, 172
– typische Patientenaussagen 175
Hormoneinteilung 15
Hormonersatztherapie 100
Hormonmangel
– leichter 265
– schwerwiegender 265
Hormonrezeptor 21, 26
Hormonring 139
Hormonspirale 139

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Hormonspritze 139
Hormonstäbchen 139
Hormonsubstitution 211, 214, 219
Hormonsystem 14
– Regelkreise 37
– Übersicht 40
Hormontherapie, bioidente 196, 366
Hormonverhältnis 187–188, 265
– normales 188
Hormonwirkung, indirekte 164
5-HTP 70, 127, 226, 259, 411
Human Growth Hormone, *siehe* Somatotropin
humanes Choriongonadotropin, *siehe* hCG
Hungern 402
Hungerstoffwechsel 51, 404
Hydrokortison 86, 89
25-Hydroxycholecalciferol 132
17α-Hydroxylase 102, 131
17α-Hydroxylasemangel 132
17α-Hydroxylaseüberschuss 132
17α-Hydroxyprogesteron 182
5-Hydroxytrypthophan, *siehe* 5-HTP
Hyperaldosteronismus 85, 311
Hyperglykämie 110, 165
Hyperkortisolismus 150
– Leitsymptome 150
– Ursache 151
Hypermenorrhö 372, 375
Hyperprolaktinämie 67
Hypertension 173
hypertensive Krise 310
Hyperthyreose 27, 78, 148, 165, 227, 296
– Definition 296
– Diagnostik 297
– Differenzialdiagnose 296
– hypophysäre 148
– Leitsymptome 148
– sekundäre 70
– Therapie 297
– Ursache 148
Hypertonie 308
– Definition 308
– Diagnostik 310
– Differenzialdiagnose 310
– Fallbeispiel 314
– Medikation 312
– Therapie 311
– Ursache 308
Hypoaldosteronismus 84
Hypoglykämie 110
Hypogonadismus 363
Hypokortisolismus 151
– Leitsymptome 151
– Ursache 151
Hypomenorrhö 373, 375
Hypophyse 25, 41–43, 127, 233
Hypophysenadenom 70
Hypophysenhinterlappen 41–42
Hypophyseninsuffizienz 63
Hypophysenpräparate 225
Hypophysenstiel 41
Hypophysentumor 63
Hypophysenvorderlappen 41
Hypophysenvorderlappeninsuffizienz 70
Hyposomnie 407
hypothalamisch-hypophysäres System 25–26
Hypothalamus 25, 28, 39, 43, 127, 178
Hypothalamushormone 58
Hypothalamus-Hypophysen-Achse 25, 178
Hypothalamus-Hypophysen-Gonaden-Achse 32
Hypothalamus-Hypophysen-Hoden-Achse 36
Hypothalamus-Hypophysen-Nebennierenrinden-Achse 27, 120
Hypothalamus-Hypophysen-Schilddrüsen-Achse 27
Hypothalamuspräparate 224
Hypothyreose 27, 68, 70, 78, 148–149, 165, 167, 227, 299, 336
– Definition 299
– Diagnostik 299
– Differenzialdiagnose 299
– Fallbeispiel 301
– hypophysäre 150, 212
– Leitsymptome 148
– primäre 212
– sekundäre 212
– Therapie 300
– Ursache 149

I

ICSH 36, 65, 165
– Diagnostik 66
– Verstoffwechselung 65
– Wirkung 65
IGF 20, 79
IGF-1 20, 69
IGF-2 20
Ileum 53
Immunmodulation 133
Immunmodulator 198
Immunsystembelastung 176
Indol-3-Carbinol 101
Infektanfälligkeit 173, 192, 384
– Definition 384
– Diagnostik 385
– Differenzialdiagnose 384
– Fallbeispiel 387
– Medikation 385
– Therapie 385
– Ursache 384
Inhibin 66, 94, 109
– Verstoffwechselung 109
– Wirkung 109
Inhibiting-Hormon 41
Inositol 253
Insomnie 407
Insulin 17, 50, 54, 110, 117, 165, 167, 379
– Verstoffwechselung 110
– Wirkung 110
Insulinähnliche Wachstumsfaktoren, *siehe* IGF
Insulin-Like Growth Factor, *siehe* IGF
insulinotropes Peptid 110
Insulinresistenz 165, 167, 379
Insulinrezeptor 105, 110
interstitielles zellstimulierendes Hormon, *siehe* ICSH
Intervallfasten 403
Intervalltraining 243
Intrinsic Factor 51
Iodothyronin-Dejodase 76
Iodotyrosin-Dejodase 76
Ionenkanalrezeptor 21
Isoflavone 145
Isoflavonoide 23–24

J

Jejunum 53
Jetlag 409
Jod 253
Jodlipid 77
Jodmangel 79
Johanniskraut 236, 329
Johanniskrautöl 236
Jo-Jo-Effekt 402
Juckbohne 236
Juckreiz 210

K

Kalium 253, 257
Kalorienzählen 402
Kalzidiol 132–133
Kalziferol 80, 255, 257
Kalzitonin 44, 75, 80, 133, 307
Kalzitriol 80, 108, 133
– Wirkungen 133
Kalzium 80, 252, 257, 307
Kalziumhomöostase 133
Kampfsport 244
Karpaltunnelsyndrom 424
Katecholamine 17, 81
Katechol-O-Methyltransferase, *siehe* COMT
Keimdrüse 55

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Kernrezeptor 21
Ketoazidose, diabetische 379
ketoazidotisches Koma 379
7-Keto-DHEA 18, 90, 215
Kinderwunsch, unerfüllter 174, 360
Kisspeptin 67
Klimakterium virile 161
Knochenstoffwechsel 133
Knoten
– heißer 79, 296
– kalter 79
Kolon 53
Kombinationspille 139
Komplexmittel 224, 231, 264
– entgiftende 209
– leberstärkende 199
– nierenunterstützende 201
Kontrazeptiva, hormonelle 23, 102, 139, 165, 174, 350
Konzentrationsmangel 175
Kopfschmerz 173
Körpertemperaturregulation 62
Kortikoid 89
Kortikoliberin, *siehe* CRH
Kortikosteron 50, 86
Kortikotropin, *siehe* ACTH
Kortikotropin-Releasing-Hormon, *siehe* CRH
Kortisol 50, 63, 72, 79, 86, 88, 90, 105, 109, 120, 140, 149, 162, 165, 167, 180, 182–183, 187, 196, 266, 277, 306, 406, 410, 412
– bioidentisches 222
– Diagnostik 88
– Verstoffwechselung 86
– Wirkung 86
Kortisolaufwachreaktion 72, 87, 223, 408
Kortisol-bindendes Globulin, *siehe* CBG
Kortisol-DHEA-Quotient 189
Kortisolkurve 276
– akuter/chronischer Stress 278
– Burn-out 278
– chaotischer Verlauf 278
– physiologische 278
Kortisolrezeptor 87
Kortison 50, 86, 88, 215
Kraftaufbau 108
Kraftsport 244
Krafttraining 382
Krebsrisiko 100, 223
Kupfer 253, 257
Kynurenin 121, 125, 127, 259

L
L-Alanin 51
Langzeitblutzucker 378
L-Arginin 51, 260
Late-Onset-Hypogonadismus 161
Lavendelöl 210
L-Carnitin 260
L-Cystein 260
LDL-Cholesterin 91, 158, 167
L-Dopa 82, 121, 236
Leaky-Gut-Syndrom 185, 197, 379
Lebensmittel
– antientzündliche 250
– ballaststoffhaltige 198
– entgiftungsunterstützende 210
– histaminhaltige 112, 420, 423
Leber 46–47, 129, 196
Leberpräparate 227
Lebertherapie 198
Leinsamen 198, 216
Leptin 36, 54–55, 59, 162, 406
Leydig-Zellen 36, 56, 65, 94, 97, 103, 108
LH 33, 42, 65–66, 97, 105, 165, 179–180, 183
– Diagnostik 66
– Mangel 66
– Verstoffwechselung 65
– Wirkung 65
L-Histidin 51, 260
Libidoverlust 174
Lichtstärke 71
Lignane 23–24, 145
Lipolyse 162
L-Isoleucin 110, 260
L-Leucin 110, 261
L-Lysin 261
L-Methionin 261
Locus coeruleus 28
Long COVID 396
– Definition 396
– Diagnostik 398
– Symptome 396
– Therapie 398
Long-Feedback-Mechanismus 27
L-Ornithin 261
Louwen-Diät 117
Low-Carb-Diät 402
L-Phenylalanin 261
LTH, *siehe* Prolaktin
L-Thyroxin, *siehe* Thyroxin
L-Tryptophan 70, 127, 259, 261, 411
L-Tyrosin 17, 50, 75, 121, 202, 261, 279
Lunge 45
Lungenalveolen 46
Lutealphase 33
Luteinisierendes Hormon, *siehe* LH
Lutropin, *siehe* LH
Lux 72
L-Valin 51, 262

M
Magen 51
Magen-Darm-Trakt 51
Magensäuremangelsyndrom 206
Magersucht 162
Magnesium 124, 134–135, 199, 253, 257, 311, 411
Magnesiummangel 134, 291
Magnesiumpräparate 134
MAK 303
Mammakarzinom 100
Mangan 253
Mangelernährung 383
MAO 83, 97, 164, 419
MAO-B 114
Mariendistel 199
Mastzellen 111
Mediation 247
Mediatoren 20, 111
Mediennutzung, sichere 335
Medikamente 257
– ärztlich verordnete 266
Medikamenteneinnahme 177
Meditation 247
Melanin 63
Melanozyten-stimulierendes Hormon, *siehe* MSH
Melatonin 43, 70, 73, 87, 126, 180, 182, 226, 251, 259, 277, 409, 416
– bioidentisches 222
– Diagnostik 73
– Verstoffwechselung 71
– Wirkung 71
Melatoninmangel 72
Melatoninsulfat 183
Menarche 32
Menometrorrhagie 115, 373, 375
Menopause 154, 160, 365, 370
Menorrhagie 115, 373, 375
Menses 35
Menstruationsblut 371
Menstruationszyklus 25, 33–34, 55
mentale Therapie 245
Merseburger Trias 304
Metrorrhagie 372
Midlife-Crisis 174
Migräne 173, 283
– Definition 283
– Diagnostik 286
– Differenzialdiagnose 284
– Fallbeispiel 288
– Therapie 286
– Ursache 284
Migräneanfall 283

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

– Notfallmedikation 286
Mikropille 139
Mikrosomale Antikörper, *siehe* MAK
Milchejektionsreflex 60
Minderwuchs 69
Mineralokortikoid 84
Minipille 139
Missed Abortion 273
Mitochondrien 90, 399
Mitochondrienstoffwechsel 90, 134
Mittelmeerkost 250
Mönchspfeffer 225, 237
Monoamine 120
Monoaminoxidase, *siehe* MAO
Monoaminylierung 114
Monojodthyrosin 44, 75
Morbus
– Addison 64, 85, 151, 269
– Basedow 148, 296, 304
  – Definition 304
  – Diagnostik 305
  – Therapie 305
  – Ursache 305
– Crohn 114, 173
– Hashimoto 303
– Parkinson 122
MSH 42, 63
Muskelaufbautraining 244
Muskelschwäche 173
Muskelverspannung 173
Muttermund 33
Myo-Inositol 253
Myom 174, 376–377

N

Nachtkerzenöl 210
Nährstoffbetimmung 186
Nährstoffsubstitution
– Lebensmittel 252
– Nahrungsergänzungsmittel 265
Nährstoffzufuhr 252
Nahrungsergänzung 204, 265
Nahrungsmittel 248
– zum Hormonmangelausgleich 251
Nahrungsmittelauswahl 203
Nebennieren 48–49
Nebennierendysbalance 150
Nebennierenerkrankung 268
Nebennierenhormone 81
Nebenniereninsuffizienz 268
Nebennierenmark 28, 49, 82
Nebennierenpräparate 229
Nebennierenrinde 28, 49–50, 84, 86, 89, 97, 105, 108
Nebennierenschwäche 268
– Definition 268
– Diagnostik 270
– Differenzialdiagnose 269
– Fallbeispiel 272
– Leitsymptome 268
– Therapie 270
– Ursache 268
Nebennierenstärkung 201
Nebennierenunterfunktion 268
Nebenschilddrüse 44, 79
Nebenschilddrüsenhormon 75
Nervenstärkung 414
Nervensystem 15
– parasympathisches 30
– sympathisches 30
Nervenzelle 118–119
Nervus vagus 30
Neuordnungsreaktion 192
Neurohypophyse 41–42
Neuron 118–119
Neuropeptide 120
Neurosteroidhormon 18
Neurotransmitter 14–15, 62, 118, 120
Niacin 254
nichtsteroidale Antirheumatika 117
Nidation 35
Nidationsblutung 374
Niere 47–48
Nierenpräparate 228
Nierenunterstützung 200
Nitrostress 390
NK-Zellen 223
NMDA 93
NMDA-Rezeptor 93
N-Methyl-D-Aspartat, *siehe* NMDA
N-Methylhistamin 183, 419
No-Carb-Diät 402
Noradrenalin 50, 81–82, 84, 120, 164, 167, 183, 187, 266, 277, 411
– Diagnostik 84
– Verstoffwechselung 82
– Wirkung 82
Noradrenalinmangel 83
Noradrenalinüberschuss 83
Normwert 187, 265
Nosoden 208
Noxen 257
NREM-Schlaf 408
Nüchternblutzucker 378
Nukleotide 392, 400
Nulldiät 402

O

Obstipation 173
Ödem 173, 351, 368
Oligomenorrhö 372, 375
Opioidsystem, endogenes 127
Orchiektomie 109, 346
Orexin 407, 409
Organpräparate 224
Östetrol 101
Östradiol 55, 97–99, 101, 115, 128, 130, 164, 167, 180, 182, 187, 251, 306, 368, 410, 416, 419
– bioidentisches 221
– Diagnostik 98
– Verstoffwechselung 97
– Wirkung 97
Östradioldominanz 102, 152, 164–165, 410
Östradiolmangel 154, 363
– Leitsymptome 154
– Ursache 154
Östradiolrezeptor 96, 100
Östradiol-Testosteron-Verhältnis 104, 152, 189
Östriol 98–99, 102, 180, 182, 251, 411
– Diagnostik 99
– Verstoffwechselung 99
– Wirkung 99
Östriolmangel 154
– Leitsymptome 154
– Ursache 154
Östriol-Östradiol-Verhältnis 99
Östrobolom 195–196
östrogenähnliche Moleküle 23–24, 102, 145
Östrogendominanz 152, 336, 362
– Definition 336
– Diagnostik 336
– Differenzialdiagnose 336
– Fallbeispiel 339
– Leitsymptome 152
– Notfallmedikation 337
– relative 362
– Therapie 336
– Ursache 153
Östrogendysbalance 152, 336
Östrogene 50, 56–57, 94, 100, 140, 150, 165
– bioidentische 221
Östrogen-Hormonersatztherapie 102
Östrogenmetababolit 101
Östrogenrezeptor 22, 25, 94, 100–101
Östron 96–98, 101, 130, 180, 182
Ovarektomie 346
Ovarialinsuffizienz 353
– Definition 353
– Diagnostik 354
– Differenzialdiagnose 354
– primäre 353
– sekundäre 353
– Therapie 354
– Ursache 353
Ovarialsyndrom, polyendokrines metabolisches, *siehe* PMO-Syndrom

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Ovarien 56, 94, 105, 108
Ovarienpräparate 230
Ovulation 33
Ovulationsphase 33
Ovulationstest 66, 183–184
Oxytocin 26, 41, 59–60, 180
– Diagnostik 60
– Verstoffwechselung 59
– Wirkung 59
Oxytocinrezeptor 59

P
Paardynamik 364
Pacing 389
Paleo-Diät 402
Panikattacke 323
Pankreas 50
Pankreashormone 110
pankreatisches Polypeptid 50
Pantothensäure 258
Parasomnie 408
Parasympathikus 30
parasympathisches Nervensystem 30
Parathormon 44, 79–80, 180, 306–307
– Diagnostik 81
– Verstoffwechselung 80
– Wirkung 80
Parathormonmangel 81
Parathormonüberschuss 81
Parietalauge 43
Pars intermedia 41
Peptidhormon 17
Perimenopause 160
Petersilie 200
Peyer-Plaques 53
Pfeiffer-Drüsenfieber 269, 272, 290
Phäochromozytom 83
Phobie 323
Phosphor 253, 257
pH-Wert 207
– Normwerte 207
Phytohormon 23–24, 137–138, 216
Phytoöstrogene 138, 198
Phytoprogesterone 138
Phytotherapeutika 212, 224, 232
Pickel 210, 417
PIH 41
Pilates 244
Plazenta 55–56
PMDS 174, 347
– Symptome 348
PMO-Syndrom 142, 174, 354
– Definition 354
– Diagnostik 356
– Differenzialdiagnose 355
– Fallbeispiel 359
– Symptome 355
– Therapie 356
– Ursache 355
PMS 174, 347, 419
– Definition 347
– Diagnostik 349
– Differenzialdiagnose 349
– Fallbeispiel 352
– Nährstoffpräparate 350
– Symptome 347
– Therapie 349
– Ursache 348
Polymenorrhö 373, 375
Polypen 376
Post COVID 396
Postmenopause 160
Post-Pill-Syndrom 142, 232
Post-Vac-Syndrom 396
Präeklampsie 307, 383
Prämenopause 159
prämenstruelles dysphorisches Syndrom, *siehe* PMDS
prämenstruelles Syndrom, *siehe* PMS
Präparatdosierung 265
Präparate
– harmonisierende 327, 337
– lymphsystemunterstützende 351, 368
5α-Pregnan 183
Pregnenolon 46, 89–93, 103, 120, 180, 215
– Diagnostik 93
– Verstoffwechselung 92
– Wirkung 92
Pregnenolonmangel 93
Pregnenolon-S 93
Preiselbeere 200
PRH 41, 67
PRL, *siehe* Prolaktin
Progesteron 50, 57, 73, 86, 103–105, 127, 130, 140, 165, 180, 182, 187, 251, 410, 416
– bioidentisches 217, 220, 349
– Diagnostik 104
– Verstoffwechselung 103
– Wirkung 103
progesteronähnliche Moleküle 23–24, 145
Progesterondysbalance 152
Progesteronmangel 155, 336
– Leitsymptome 155
– Ursache 155
Progesteron-Östradiol-Verhältnis 152, 188, 406
Progesteronrezeptor 25, 104
Prolaktin 67–68, 165, 179–180, 362
– Diagnostik 68
– Verstoffwechselung 67
– Wirkung 67
Prolaktinom 68
Prolaktin-Release-Inhibiting-Hormon, *siehe* PIH
Prolaktin-Releasing-Hormon, *siehe* PRH
Prolaktoliberin, *siehe* PRH
Prolaktostatin 41
Propolis 417
Prostaglandine 20, 110, 115–117
Prostaglandintypen 115
Prostazyklin 116
Proteohormon 17
Protirelin, *siehe* TRH
Protonenpumpenhemmer 206
Provokationstest 114
PTBS 171, 323
PTH, *siehe* Parathormon
Pubertät 417
Pyridoxin 254

Q
Quarkumschlag 210

R
RAAS 17, 31–32, 41, 84, 120
Ranvier-Schnürringe 118
Rauchen 177
RBP 186
5α-Reduktase 106, 122, 130, 356, 410
5α-Reduktasemangel 131
5α-Reduktaseüberschuss 131
Referenzbereich 187–188
Referenzwert 265
Refertilisierung 346
Regelblutung 35
Reishi 241
Release-Inhibiting-Hormon 41
Releasing-Hormon 25, 39
REM-Schlaf 408
Renin 20, 31, 47
Renin-Angiotensin-Aldosteron-System, *siehe* RAAS
Resilienz 246
Resilienzförderung 246
Restless-Legs-Syndrom 408, 424–425
Resveratrol 101
Retinol 254
Retinol-bindende Protein, *siehe* RBP
α-Rezeptor 82
β_1-Rezeptor 82
β_2-Rezeptor 83
Rezeptoranpassung 24
Rheuma 291
Riboflavin 254, 258
Rimkus-Methode 217
Risikosportart 244
Rosenwurz 202, 229

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Rotklee 237
Rückkopplung, negative 26
Ruprechtskraut 238

S
Sägepalme 238
Sägepalmfrucht 342, 357
Salbei 239, 368
Salivadiagnostik 181
– Bewertung 182
– Messgenauigkeit 182
– mögliche Fehlinterpretationen 182
Salzhormon 84
Salzhunger 84–85
Salzwasseranwendung 417
SARS-CoV-19 116, 385, 396–398
– Impfung 396
Säure-Basen-Haushalt 206
Schafgarbe 199
Scheitelauge 43
Schilddrüse 43, 75
Schilddrüsendysbalance 147
Schilddrüsenerkrankung 147, 296
Schilddrüsenhormone 70, 75, 129, 306, 417
– bioidentische 222
– Biosynthese 76
– Diagnostik 78
– Verstoffwechselung 75
– Wirkung 75
Schilddrüsenkrebs 299
Schilddrüsenpräparate 226
– aktivierende 300
– beruhigende 297
Schilddrüsenrezeptor 22, 78
Schilddrüsenüberfunktion 148, 227, 296
Schilddrüsenunterfunktion 148, 227, 299
Schlafapnoesyndrom, obstruktives 408
Schlafarchitektur 408
Schlafbeere 230
Schlafhygiene 293, 412–413
Schlaflabor 412
Schlafmittel 413
Schlafstadium 408
Schlafstörungen 72–73, 175, 407
– Definition 407
– Diagnostik 412
– primäre 407
– sekundäre 408
– Therapie 413
– Ursache 409
Schlaf-Wach-Rhythmus 43, 409
Schlaganfall 284, 307
Schleimhauthormon 99
Schlüssel-Schloss-Prinzip 15, 21–22, 130, 215
Schmerzerkrankung 283
Schmerzübermittlung 115
Schmierblutung 372
Schöllkraut 199
Schüßler-Salze 209
Schwangerschaft 35, 56, 67, 78, 92, 101, 103, 129, 183, 348
Schwangerschaftsdiabetes 383
Schwangerschaftstest 35, 183
Second Messenger 15
Sekretin 20, 54
Sekretion
– autokrine 15
– endokrine 15
– neurokrine 15
– parakrine 15
Selbstverletzung 349
Selen 77, 186, 254, 257
– Mangel 304
Selenoprotein P 77
Serotonin 70, 120–121, 125–127, 164, 180, 183, 185, 196, 251, 259, 277, 306–307, 406, 409
– Diagnostik 126
– Verstoffwechselung 125
– Wirkung 125
Serotoninkrise 126, 259, 415
Serotoninmangel 126
Serotoninrezeptor 127
Serotoninsyndrom 126
Serotoninüberschuss 126
Sertoli-Zellen 36, 56, 64, 94
Sexualhormon-bindendes Globulin, *siehe* SHBG
Sexualhormone 95
SHBG 90, 98, 107, 109, 129, 141, 355
Sichtanker 427
Signalübertragung 15
Silent Inflammation 20, 249
Smoothie 250
Social-Media-Abhängigkeit 333
Sodbrennen 206
Soja 241
Somatoliberin, *siehe* GHRH
Somatopause 69, 158
Somatostatin 27, 41, 50, 54, 61, 68–69, 120
– Verstoffwechselung 61
– Wirkung 61
Somatotropes Hormon, *siehe* Somatotropin
Somatotropin 20, 42, 68–69, 125, 167, 179–180
– Diagnostik 69
– Verstoffwechselung 68
– Wirkung 68
Somatotropin-Inhibiting-Hormon, *siehe* Somatostatin
Somatotropinmangel 158
– Leitsymptome 69, 158
– Ursache 159
Somatotropin-Releasing-Hormon, *siehe* GHRH
Somatotropinüberschuss 69
Speicheldiagnostik 181
– Bewertung 182
– Messgenauigkeit 182
– mögliche Fehlinterpretationen 182
Speichelprobe 181
Speicherhormon 21
Spermarche 37
Spermatogenese 56, 65
Spermienbildung 65
Spermienreifung 56
Sport 212, 242, 311, 381, 405
– bei Unter-/Übergewicht 244
– mögliche Einschränkungen 244
Sportart 243
Sportumfang 243
Spotting 372
Statine 199
Steinzeitdiät 402
Sterilisation 154, 346
– Frau 347
– Mann 346
Sterilität 360
– Therapie 363
– Ursache 361
Steroidhormon 18, 195
– Biosynthese 18
Steroidhormonkaskade 18
Steuerhormon 41
Steuerung, hormonelle 25
STH, *siehe* Somatotropin
Stillen 61
Stillzeit 67
Stimmbruch 37
Storchschnabel 238
Stress 149, 179, 242
– akuter 28
– chronischer 29, 243
Stressachse 27–28, 30, 120, 242
– aktivierte 29
Stresshormon 87
Stressmanagement 246
Struma 79
– diffusa 79
– nodosa 79
Stuhlanalyse 185
Stuhldiagnostik 114
Sturzblutung, vaginale 117, 397
Substanz, endokrin aktive 142
Substanzabhängigkeit 333

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

Sucht 331
– Definition 331
– Diagnostik 332
– Prävention 334
– Therapie 333
– Ursache 331
SUC-Therapie 200
Suizid 326, 349
Suizidalität 323
Sulfatierung 103
Sympathikus 30
sympathisches Nervensystem 30
Synapse 118–119
– chemische 118
– elektrische 118
Synthase 411
System
– endokrines 16
– hypothalamisch-hypophysäres 25–26

T
Tachykardie 316
– Definition 316
– Diagnostik 318
– Differenzialdiagnose 317
– Fallbeispiel 320
– Medikation 319
– Symptome 316
– Therapie 319
– Ursache 317
Tageslichtlampe 72
Tagesmüdigkeit 175, 410
TAK 303
Tanzen 244
Taurin 124, 256
TBG 75, 78, 129, 141
Testergebnisauswertung 187
Testikel 56
Testosteron 37, 50, 56, 106, 108–109, 130, 140, 150, 161, 180, 182, 187, 251, 306, 363, 406, 409, 416
– bioidentisches 222
– Diagnostik 108
– Verstoffwechselung 108
– Wirkung 108
Testosterondominanz 152, 157
– Leitsymptome 157
– Ursache 157
Testosterondysbalance 156, 341
– Definition 341
– Diagnostik 341
– Differenzialdiagnose 341
– Fallbeispiel 344
– Notfallmedikation 342
– Therapie 341
Testosteronmangel 156
– Leitsymptome 156
– Ursache 156
Testosteronüberschuss 157
Tetrahydrodeoxykortikosteron, *siehe* THDOC
Tetrajodthyronin, *siehe* Thyroxin
TGF 79
THDOC 74
Thekazellen 65, 94
Therapie
– Dauer 267
– ganzheitlicher Ansatz 194
– Grundsäulen 211
– Wahl 211
Thiamin 254, 258
Thrombin 307
Thrombose 307
Thymopoetin 44
Thymosin 44
Thymus 44–45, 69
Thymuspräparate 227
Thyreoglobulin-Antikörper, *siehe* TAK
Thyreoiditis 165
Thyreoliberin, *siehe* TRH
Thyreoperoxidase, *siehe* TPO
thyreotoxische Krise 296
Thyreotropin, *siehe* TSH
Thyreotropin-Releasing-Hormon, *siehe* TRH
Thyroidea-stimulierendes Hormon, *siehe* TSH
Thyronin 75
Thyroxin 27, 44, 75, 77–78, 105, 180, 187
Thyroxin-bindendes Globulin, *siehe* TBG
Tiger-Lilie 239
Tinnitus 424
Tocopherol 255
Toxinbelastung 205
Toxinelimination 207
TPO 75
TRAK 297, 303–304
Transaktivierung 87
Transformierender Wachstumsfaktor, *siehe* TGF
Transkortin, *siehe* CBG
Transporteiweiß 147
Transporthormon 21
Transportproteine 127
Transrepression 87
Trauben-Silberkerze 239
Trauma
– körperliches 176
– seelisches 176
Traumatherapie 247
TRH 27, 41, 62–63, 67, 70, 306, 409
– Diagnostik 63
– Verstoffwechselung 62
– Wirkung 62
Trijodthyronin 27, 44, 75, 77, 180, 187
– reverses 77
TSH 27, 42, 70, 78, 179–180, 187
– Diagnostik 70
– Verstoffwechselung 70
TSH-Mangel 70
TSH-Rezeptor-Autoantikörper, *siehe* TRAK
TSH-Überschuss 70
TSH-Wirkung 70
Tubenligatur 346–347
Tuberkulose 385
Tumormarker 109
Tyrosin 82

U
Überforderung 177
Übergewicht 174, 245, 400
– Definition 400
– Diagnostik 400
– Therapie 401
Überlebensreaktion 28, 82
Ubiquinol 255
Ubiquinon 255
Ultrashort-Feedback-Mechanismus 27
Umwelthormon 142
Unterernährung 383
Untergewicht 244
Untersuchung, körperliche 171
Up-Regulation 24, 143, 215
Urindiagnostik 114, 183
– Bewertung 183
– Messgenauigkeit 183
– mögliche Fehlinterpretationen 184
Urinschwangerschaftstest 35
Urinstix 183
Uteruspräparate 230

V
Vaginalcreme 366
Vaginalflora 367
Vaginalmykose 153
Vaginalschleimhaut 366
Vanillinmandelsäure 183
Vasektomie 346
Vasopressin, *siehe* ADH
Veganismus 177
Verbene 233
Verstimmung, depressive 325
Verteidigungssatz 427
Viszeralfett 162
– Gesundheitsrisiko 162
Vitamin
– A 186, 254, 257, 411
– B_1 254, 257–258

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York

– B_{12} 199, 255, 257–258
– B_2 254, 257–258
– B_3 254, 258
– B_5 254, 258
– B_6 199, 254, 257–258
– B_7 252, 258
– B_8 253
– B_9 252, 258
– C 225, 255, 257, 411
– D 132, 134, 165, 255, 257
– E 255, 257
– K 165, 196, 255, 257, 307
Vitamin-B-Komplex 258
Volumenhaushalt des Körpers 31

W
Wachhormon 125
Wachstumshormon, *siehe* Somatotropin
Wechseljahre 154, 161
– Frau 159, 365
– Mann 161, 365
Wechseljahresbeschwerden 160, 174, 365
– Definition 365
– Diagnostik 365
– Differenzialdiagnose 365
– Fallbeispiel 370
– Therapie 365
Wechselwirkungen, hormonelle 164
Wehen 59–60
Wehentropf 60
WH, *siehe* Somatotropin
Winterdepression 73
Wohlfühlgewicht 406
Wolfstrapp 240
Wundheilungsstörung 173

X
Xenohormon 142

Y
Yamswurzel 216, 240
Yoga 244
Ysop 233

Z
Zellgesundheit 399
Zervixschleim 33
Zimt 368
Zink 135, 256–257
Zinkpräparate 136
Zirbeldrüse 42
Zitratzyklus 90, 124
Zöliakie 114
Zona
– fasciculata 50, 86, 89
– glomerulosa 50, 84
– reticularis 50, 89, 108
Zonulin 185, 197
Zwangshandlung 175
Zwischenblutung 372
Zyklooxygenase 117
Zyklus
– männlicher 36
– weiblicher 32
Zyklusanomalien 174, 371–372
– Definition 371
– Diagnostik 374
– Therapie 374
Zykluslänge 33
Zyste 174, 376–377
Zytokine 20, 397
Zytokinsturm 397–398

aus: Herzberg, Hormonelle Dysbalancen (ISBN 9783132461222) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York