



Hormone – Mangelsymptome	
DHEA Geringere Stresstoleranz Ansteckungsanfälligkeit Trockene, dünne Haut Gehäufte Altersflecken Gefühl der Unsicherheit, Traurigkeit Mangelnde Libido	Cortisol Erschöpfungszustände Isolierung, Rückzug Lärm- und Geräuschempfindlichkeit Schlafprobleme
Progesteron PMS und Eisprungschmerz Zwischen-, Schmierblutungen, Verkürzte Zyklen, starke Menstruation Wassereinlagerung in der 2. Zyklushälfte Gewichtszunahme Verändertes Schlafverhalten Myome und Zysten Mangelnde Libido Reizbarkeit Brustspannen	Östrogen Trockene Schleimhäute Trockene, faltige Haut Haarausfall, dünner werdendes Haar Konzentrationsprobleme Schlafstörungen Mangelnde Libido Schweißausbrüche, Hitzewallungen Muskel-, Gelenkschmerz Blaseninfektionen
Testosteron Mangelnde Libido Mangel an Selbstbewusstsein Abnehmende Leistungsfähigkeit Muskelschwäche Bindegewebsschwäche	Melatonin Schlafstörungen Müdigkeit
Schilddrüsenhormone Müdigkeit, Erschöpfung Leichtes Frieren Gewichtszunahme Neigung zu Stuhlverstopfung Neigung zu trockenem Haar und Haut Blutdruckschwankungen Menstruationsprobleme	