



Anwendungsanleitung für transdermale, bioidentische Hormontherapie

Für Frauen mit bestehendem Zyklus

- | | |
|-------------------------------|---|
| 1. Woche = Tag 1–6 (Blutung): | PAUSE der Hormonanwendung mit Progesteron, Estradiol, Estriol und Testosteron |
| 2. Woche = Tag 7–13: | Hormonanwendung aller Hormone (außer Progesteron!) |
| 3. und 4. Woche = Tag 14–27: | Hormonanwendung aller Hormone möglich |

Während der Blutung werden keine Sexualhormone angewandt. DHEA und Hydrocortison können bereits während der Blutung zum Einsatz kommen.

In der zweiten Woche können Estradiol, Estriol und Testosteron dazu kombiniert werden. Progesteron sollte erst in der zweiten Zyklushälfte, also ab Woche Drei zum Einsatz kommen.

Männer und Frauen ohne bestehenden Zyklus

- | |
|---|
| - Hormongel 3 Wochen anwenden und dann 1 Woche Pause oder |
| - 5 Tage (Montag bis Freitag) hintereinander anwenden und dann 2 Tage (Samstag bis Sonntag) Pause |

Empfehlungen:

- Waschen Sie sich nach der Anwendung des Gels die Hände mit Wasser und Seife, wenn Sie das Gel mit den Händen aufgetragen haben.
- Bedecken Sie die Anwendungsfläche mit einem Kleidungsstück, sobald das Gel getrocknet ist.
- Vorzugsweise sollte zwischen der Anwendung eines Gels und dem Baden oder Duschen ein Zeitraum von einer Stunde eingehalten werden. (Wird gelegentlich eine halbe Stunde nach der Anwendung des Gels geduscht oder gebadet, dürfte dies die Behandlung aber nicht wesentlich beeinflussen.)
- Eine Kontrolle der Speichel- und Blutwerte sollte den Vorgaben Ihrer Ärztin entsprechend eingehalten werden, um Unter- oder Überdosierungen auszuschließen und den Verlauf zu kontrollieren (für gewöhnlich erfolgt die Kontrolle nach drei bis sechs Monaten).



Progesteron-Gel _____%

vorhandener Zyklus:

- **morgens** , **mittags** , **abends** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen in der **zweiten Zyklushälfte** (ca. Zyklustage 14-27) schmieren

- **gepulste zyklische Anwendung:**

2-mal täglich Zyklustag 14-17

3-mal täglich Zyklustag 18-24

2-mal täglich Zyklustag 25-27

Testosteron-Gel _____%

- **jeden Tag morgens** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen schmieren

- **Pause** während der Menstruationsblutung

Estradiol-Gel _____%

- **morgens** , **abends** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen schmieren

- **Pause** während der Menstruationsblutung

Estriol-Gel _____%

- **morgens** , **abends** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen schmieren

- **Pause** während der Menstruationsblutung

DHEA-Gel _____%

- **morgens** , **mittags** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen schmieren

- **Pause** **oder keine Pause** während der Menstruationsblutung

Hydrocortison-Gel _____%

- **jeden Tag morgens** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen schmieren

- **Pause** **oder keine Pause** während der Menstruationsblutung

Hormon-Gel-Mischung _____% _____% _____%

- **morgens** , **mittags** , **abends** eine erbsengroße Menge auf den Puls bzw. auf die Innenseite der Unterarme oder in die Kniekehlen schmieren

- **Pause** **oder keine Pause** während der Menstruationsblutung