



Anwendungsanleitung für transdermale, bioidentische Hormontherapie

Progesteron-Gel/Creme _____%

vorhandener Zyklus:

- **morgens** , **mittags** , **abends** eine erbsengroße Menge oder ein Hub 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

_____ -Gel/Creme _____%

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

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

Hormon-Gel/Creme-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

- 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).