

Progesteron sojusznik kobiecości

Progesteron jest żeńskim hormonem steroidowym wydzielanym przez ciało żółte, gonady (jajniki i jądra), korę nadnerczy, łożysko oraz w czasie ciąży (od trzeciego miesiąca ciąży). Progesteron wytwarzany jest z cholesterolu.

Amerykański lekarz, doktor Johna R. Lee, twierdzi: To nie brak estrogenu powoduje kobiece problemy okresu przekwitania lecz niedobór progesteronu – hormonu ciała żółtego, produkowanego w jajnikach w drugiej połowie cyklu kobiecego. W przypadku braku owulacji lub gdy faza produkcji jest za krótka (jak to się zdarza w okresie przekwitania), dochodzi do dominacji estrogenu nad progesteronem. Progesteron nie może już wypełniać swojego zadania: utrzymania równowagi w stosunku do estrogenu.

Badania doktora Lee wykazały, że progesteron ma wiele dodatnich właściwości: chroni kobiety przed rakiem macicy i piersi, przed guzami w piersiach, zapobiega chorobom serca, podnosi wilgotność skóry, działa antydepresyjnie i wspaniale pomaga przy syndromie napięcia przedmiesiączkowego. Tysiące kobiet donosiło, że poprzez stosowanie progesteronu zrzuciły zbędne kilogramy, mają więcej energii i podniosło się ich libido.

Innym ważnym czynnikiem jest zapobieganie osteoporozie: progesteron powoduje znaczne zwiększenie się gęstości kości: u pacjentek doktora Lee typowy był wzrost o 10% w pierwszym roku i 3-5% w następnych latach.

Automatycznie nasuwa się pytanie, dlaczego ten progesteron jest tak mało znany. Odpowiedź jest prosta: ponieważ przemysł farmaceutyczny nie może tu zgłosić patentu, ewentualne zyski są widocznie zbyt niskie.

Już w 1965 roku naukowcy donosili, że estrogen powoduje, iż skóra staje się cieńsza. Według nich to właśnie progesteron odmładza skórę, czyniąc ją gładszą i bardziej nawilżoną.

Okazało się, że organizm najłatwiej przyjmuje ten hormon poprzez skórę. Doktor Lee zaczął stosować u swoich pacjentek krem z progesteronem. Krem może być wsmarowany w skórę i jego składniki są lepiej absorbowane przez ciało niż przy podawaniu doustnym.

Krem był stosowany głównie w przypadku pacjentek zagrożonych osteoporozą. Już po kilku miesiącach doktor Lee stwierdził z zaskoczeniem, że zwiększyła się gęstość kości kobiet stosujących krem a nie przyjmujące estrogenów. Te same wyniki uzyskał w przypadku pacjentek znajdujących się w okresie przekwitania.

Po pewnym czasie stosowania kremu z progesteronem pacjentki zaczęły informować doktora Lee o uldze w syndromie napięcia miesiączkowego. Inne mówiły, że zniknęły im fibrocysty z piersi. Kobiety od lat cierpiące na zbieranie się wody nie potrzebowały nagle żadnych środków moczopędnych. Kobiety nękanie depresjami czuły się nagle lepiej, u niektórych zniknęła niedoczynność tarczycy.

Kobiecy organizm przestaje jednak produkować ten hormon w okresie przekwitania. Czy natura chciała, aby kobiety cierpiały z powodu dominacji estrogenu? Oczywiście nie. Wiadomo przecież, że kobiety z krajów trzeciego świata nie uskarżają się na symptomy przekwitania, tak częstych w krajach zachodnich. Kluczem do tej zagadki jest ich pożywienie, bogate w roślinne hormony – fitohormony. Jest to krem lub żel z naturalnym progesteronem oraz niektóre rośliny, takie jak korzeń yamsu, czerwona koniczyna, niepokalanek mnisi oraz chińskie zioła jak Dong Quai i schizandra.