

Fettprobleme

Abdominales Fett: (Bauchfett)

Folge Hyperalimentation

Androgenabhängig

Gluteales Fett:

Sog. Laktationsfett

Östrogen-/Gestagenabhängig

Abdominales Fett vermehrt:

Androgenmangel entsprechende

Somatotropinmangel Substitution

Gluteales Fett vermehrt:

Östrogenüberschuss

Gestagenüberschuss d.h. Dosisreduktion

Glutales Fett vermehrt:

Isoprenalin 0,3 – 0,5 %

als Gel

Nolvadex / Tamoxifen 0,2 – 0,4 %

als Gel 2 x /die

auf Gesäss und Oberschenkel applizieren

RR: Tamoxifen Gel

als fettende Coldcream:

Tamoxifendihydrogencitrat 0,2 – 0,4 g

Ungt. Leniens Ph H VII od 100 g

RP: Andractimgel

Unterstützende Massnahmen

Dinner cancelling Programm

Postbraudiale Bewegung

Kohlenhydratreiche Kost

Meiden von Alkohol

Fettmenge abhängig vom Verhältnis Anbau und Abbau

Sex. Steroide haben Einfluss auf Lipase

Lipase $\Rightarrow$ Glycin $\Rightarrow$ Fettsäure $\Rightarrow$ Fettgewebe

Gluteales Fett wird bei zu hoher Progesteron- und bei zu hoher Östrogendosis erhöht.

Fettabbau in dieser Region nur durch entsprechende Dosisreduktion möglich.

(Pflaster nie aufs Gesäss / Gel nie aufs Gesäss)

Wachstumshormon (STH) führt zur Lipolyse des abdominalen Fettes. Analog Gabe von Androgenen.

Arginin 2 g pos. stimuliert Somatotropin bei abd. Fettvermehrung

Rezeptorprobleme bei Fettan- und -abbau

Gluteales Fett

↓ 1 Agonisten

↑ 2 Antagonisten

Fettabbau stimuliert durch ↓ 1 adrenerge Rezeptoren

gebremst durch ↑ 2 adrenerge Rezeptoren

Lipaseaktivität wird im abd. Bereich durch Nahrungsaufnahme stimuliert. Die gluteale Lipase dagegen wird durch Sexhormone stimuliert primär Progesteron sekundär Östrogen.

Androgene und Fettgewebe:

Ein Testosteronspiegel < 0,2 ng/ml zu tief und gleichzeitig Gewichtsprobleme: Ind. zur Substitution gegeben

z.B. Androgensalbe (Andractim)

Andriol jeden 2. Tag 1 Tablette

DHEA 10 – 50 mg/die

STH Wachstumshormon und Fettabbau

Natürliche Stimulation von STH

Sportliche Betätigung

Einschalten von Fastentagen

resp. bewirken von tiefen Blutzuckerphasen

Dinner cancelling Programm

ab 17.00 keine Nahrungsaufnahme

tiefe Blutzuckerspiegel bewirken eine vermehrte Freisetzung von

Wachstumshormonen

Arginin 3 Wochen 2g/die abends oral ohne Nahrungsaufnahme