

Von Kopf bis Fuß – hormongesteuert!

Als erfahrene Hormonspezialisten bieten Prof. Dr. Wolfgang Wuttke und Privat Dozentin Dr. Dana Seidlová-Wuttke Diagnose und Therapie vieler verschiedener Symptome und Erkrankungen an, die hormonelle Ursachen haben – und das bei Mann und Frau.

TEXT: ULRICH DREES | FOTOS: ISTOCKPHOTO, SYLVIA STEIN



Der Mann >>> Männer sind keine einfache Patientengruppe, wie Wolfgang Wuttke als versierter Allgemeinmediziner und kompetenter Endokrinologe aus langjähriger Erfahrung weiß. Denn Männer gehen insgesamt seltener zum Arzt und legen insbesondere viel geringeren Wert auf den wichtigen Bereich der Vorsorge, als Frauen es tun. „Meine zu drei Vierteln männlichen Patienten befassen sich viel zu selten mit Fragen gesundheitlicher Prävention“, erklärt er. „Das gilt vor allem beim Übergewicht.“ Oft führen die männlichen Patienten Prof. Wuttke gegenüber ihren „Bauch“ dann auf hormonelle Probleme zurück und suchen seinen Rat als renommierter Endokrinologen. „Hormone allein machen jedoch nicht dick“, meint dieser. „Sie tragen höchstens dazu bei, wenn man sich falsch ernährt und zu wenig bewegt. Gleichzeitig gibt es bei Männern immer noch oft die Einstellung, dass selbst starkes Übergewicht eine Art Statussymbol sei, das zeige, wie gut es einem geht.“

Anders als bei Frauen, wo sich Fett vor allem an Oberschenkel und Po verteilt, lagert sich das Fett beim Mann jedoch meist am Bauch ab. Dort produziert es dann Substanzen, die den ganzen Körper kontinuierlich in einen entzündlichen Zustand versetzen. Das lässt sich leicht an den Blutparametern messen. Dieser Entzündungszustand schädigt dann beispielsweise den Blutzucker-Haushalt – sodass sich ein Typ-2-Diabetes entwickelt. Darüber hinaus sind die Arterien betroffen, was zu Herzinfarkten, Schlaganfällen und Gefäßverschlüssen führt. All das möchte ich verhindern. Diese „schleichenden“ Gefahren sind viel zu wenigen Männern bewusst, deshalb arbeitet Wolfgang Wuttke mit seinen Patienten geduldig an der nötigen Sensibilisierung und einem effektiven Abbau des Übergewichts –

**EIN DICKER BAUCH IST KEIN
STATUSSYMBOL, DENN
BAUCHFETT GEFÄHRDET
DIE GESUNDHEIT.**

und zwar ohne dass sich jemand dünn hungern müsste. Aus wissenschaftlich belegten Erkenntnissen haben Prof. Wuttke und seine Frau eine schmackhafte und sättigende praxis-eigene Diät entwickelt, bei der Frau und Mann sinnvoll abnehmen. Wenn dann noch ausreichender aber ausdrücklich nicht übermäßiger Sport hinzukommt, stellt sich in absehbarer

Zeit ein vernünftiges und langfristig gesundheitsförderliches Gewicht ein.

Aber auch fern von Gewichtsproblemen kann Wolfgang Wuttke seinen männlichen Patienten bei vielen Beschwerden, wie zum Beispiel nachlassender Potenz oder einer sich entwickelnden Laktose-Intoleranz, helfen, die sich auf Grund des langsam nachlassenden Hormonspiegels im Alterungsprozess einstellen.

Die Frau >>> Bereits vor 20 Jahren verfasste Dr. Dana Seidlová-Wuttke ihr erstes Lehrbuch „Die Kontrazeption für die Praxis“. „Davon profitiere ich bis heute“, erklärt sie. „Weil das pharmako-biochemische Wissen über die wirksamen Inhaltsstoffe der verschiedenen Mittel zur Empfängnisverhütung der Schlüssel für die richtige Auswahl der hormonellen Behandlung ist“, sagt Dr. Dana Seidlová-Wuttke. Gerade hier kann sie ihr Fachwissen häufig anwenden, denn die hormonelle Verhütung ist zusammen mit der Hormonersatztherapie das häufigste Thema ihrer Sprechstunde. Nicht selten kommen Mutter und Tochter gemeinsam zur Beratung. Zyklusstörungen und andere Zyklusbeschwerden, Akne, Haarausfall, klimakterische Beschwerden, Kopfschmerzen, Gewichtszunahme, Beratung über Impfungen in der Gynäkologie – es gibt viele Beispiele für die aus denen Patientinnen sich in der Praxis von Dr. Dana Seidlová-Wuttke an die erfahrene Endokrinologin wenden.

Einen weiteren wichtigen Bereich ihrer Arbeit bildet der Brustkrebs in der Nachsorge, vor allem mit Blick auf die Vorbeugung von Osteoporose und einer Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens, welches unter dem entstandenem Östrogenverlust leidet. In Kooperation mit den Kollegen des medizinischen Experten des Diagnostischen Brustzentrums bietet Dana Seidlová-Wuttke hier eine umfassende Beratung, in der die neuesten Erkenntnisse des wissenschaftlichen Fortschritts in der Medizin berücksichtigt werden. Auf der Basis einer schnellen Labordiagnostik erhalten Patientinnen innerhalb einer sehr kurzen Zeit eine therapeutische Lösung, eine zweite Meinung oder eine qualifizierte Beratung.

Auch immer mehr junge Frauen suchen die Hormon- und Gewichtssprechstunde auf, weil sie einen Weg suchen, ihr Gewicht zu reduzieren oder ihre Ernährung zu ändern. Ebenso oft stellen Patientinnen Dr. Seidlová-Wuttke die Frage nach dem richtigen Zeitpunkt für eine gesunde und problemfreie Schwangerschaft, die ihnen schließlich ein gesundes

Kind schenkt. Beide Themen stehen dabei in einem engen Zusammenhang, denn der aktuelle Wissensstand der Epigenetik legt nahe, dass das Muttergewicht eine sehr wichtige Rolle für den Schwangerschaftsverlauf und für spätere Erkrankungen der Mutter und des Kindes spielt. Dass 56% aller deutschen Frauen mit Übergewicht ringen, verdeutlicht

**HORMONE STEuern UNS.
WERDEN SIE SCHWÄCHER,
SIND WIR WIE EIN SCHIFF
OHNE STEUERMANN.**

die Tragweite dieser Problematik, denn der Weg zum Normalgewicht ist stets langsamer als der davon weg. „Es gibt kein gesundes Übergewicht“, zieht Dr. Seidlová-Wuttke hier das gleiche Fazit wie ihr Mann und ergänzt: „Unsere Lebensmittel sind lange nicht so gesund, wie wir glauben. Sehr oft meiden wir bestimmte Speisen, was langfristig ein Defizit – und damit ein Gesundheitsproblem – entstehen lässt.“ Zu den Angeboten ihrer Praxis gehört deshalb auch eine Ernährungsberatung für Vegetarier oder Veganer sowie die Kooperation mit Sportzentren und Physiotherapeuten. „Neben der richtigen Ernährung“, führt sie aus, „gehört nämlich auch regelmäßiger Sport zum Erfolgsrezept für gesunde Körperproportionen.“

Am Ende sind sich Wolfgang Wuttke und Dana Seidlová-Wuttke einig: „Die große Vielseitigkeit der Endokrinologie erlaubt manchmal unerwartete Wege. Wir sind bereit, diese anzubieten, und unsere Patienten haben die Möglichkeit, diese Wege mit uns zu gehen.“ ■

