Donau Post | Donau-Post | 16.10.2017

Wie Hormone funktionieren

Martina Johnson hielt beim Frauenbund einen interessanten Vortrag

Altenthann. (ams) Kürzlich fand nach dem Oktoberrosenkranz in der Pfarrkirche im Pfarrheim ein Vortrag von Martina Johnson zum Thema „Frauen und Hormone" statt. Der Vortrag ging auf folgende Punkte ein: Wie funktionieren Hormone? Welche Aufgaben haben sie? Als weiterer Punkt wurden häufige hormonell bedingte Krankheitsbilder bei Frauen angesprochen.

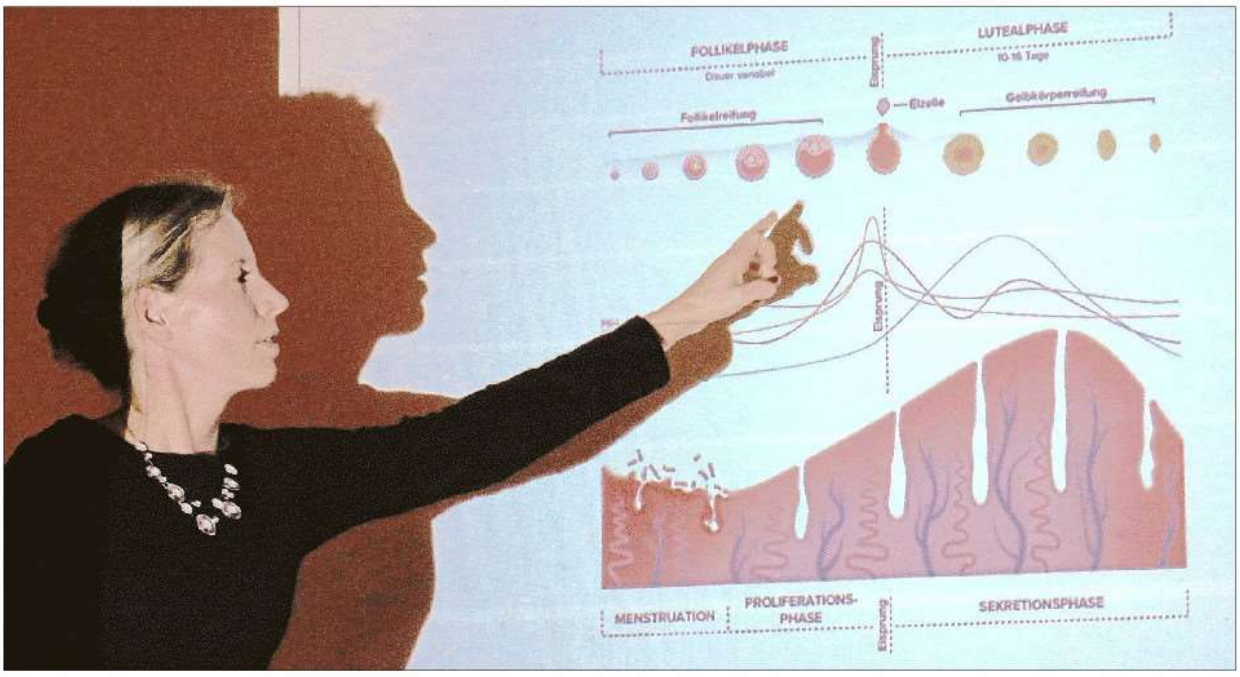
Martina Johnson zeigte mit ihrer Präsentation auf, welche Hormone es gibt und die Zuhörerinnen waren erstaunt zu erfahren, dass es etwa 20 verschiedene Hormone sind, die viele Funktionen im Körper steuern und somit das Verhalten beeinflussen. Hormone helfen dabei, in den unterschiedlichsten Situationen das Richtige zu tun.

Sie führte weiter aus, dass Hormone chemische Botenstoffe seien, die gemeinsam mit dem Nervensystem versuchten, den Körper im Gleichgewicht zu halten. „Sie steuern die Verdauung, die Körpertemperatur, den Stoffwechsel, das Wachstum und auch das Gefühlsleben, sie halten aber auch den Blutdruck konstant."

Wichtig auch die Information, dass die Wirkstoffe die Arbeit der Schilddrüse und der Bauchspeicheldrüse beeinflussten, also auch für den Blutzuckerspiegel verantwortlich seien. Johnson führte aus, dass auch Schlafrhythmus, Wachstum und Verdauung bis hin zum Denken und Fühlen von Hormonen und so genannten Neurotransmittern (Überträgerstoffen von Nervenimpulsen) gesteuert oder beeinflusst würden, ohne dass man bewusst etwas davon mitbekomme. „Sie steuern nicht nur das Verhalten, sie haben auch Einfluss auf unser Aussehen und sind für die Erzeugung von Durst- und Hungergefühl verantwortlich", so die Expertin.

Viele Krankheiten oder Fehlfunktionen beruhen laut Johnson auf Fehlleistungen und Störungen der verschiedenen Hormonsysteme, deshalb sei es sehr wichtig, den Hormonspiegel im Körper von Zeit zu Zeit bestimmen zu lassen. Fazit: „Da alle Hormone im Körper wichtige Aufgaben übernehmen, ist ein ausgeglichener Hormonhaushalt für das körperliche und seelische Wohlbefinden überaus wichtig."

Die Teilnehmerinnen fanden den Vortrag sehr informativ, wichtig und interessant, lange wurde anschließend noch über die eine oder andere Erkenntnis diskutiert und sicher von einigen Zuhörerinnen der Vorsatz gefasst, mehr auf die Gesundheit und die Funktion der Hormone zu achten.



Martina Johnson gab einen Einblick in die vielfältigen Funktionen der Hormone. (Foto: Seidl)