



Des hormones déséquilibrés – plus que bien vivre sa ménopause

Les hormones sont des substances messagères dans notre corps.

Ils contrôlent en grande partie notre bien-être et notre équilibre.

Cela vaut aussi bien pour les hommes que pour les femmes.

Les sites de synthèse endocrinienne ne sont pas seulement les testicules et les ovaires, les glandes surrénales, la thyroïde ou le pancréas.

Notre microbiome est également importante.

Nous associons souvent l'hormone œstrogène davantage aux femmes qu'aux hommes. Cependant, ils en ont aussi besoin et en juste quantité.

Le microbiome est conjointement responsable de la régulation en douceur des œstrogènes circulants dans le corps. Les bactéries produisent une enzyme, la bêta-glucuronidase, qui à son tour convertit l'œstrogène en ses formes actives

Un microbiome déséquilibré, également connu sous le nom de dysbiose, réduit la quantité d'œstrogène présente dans le corps.

La dépression, l'instabilité de l'humeur et d'autres troubles psychologiques sont souvent hormonaux .

Ils peuvent être traités avec des plantes régulatrices hormonales ou des remèdes homéopathiques.

Parmi les principaux troubles mentaux d'origine hormonale

les causes incluent, par exemple, les sautes d'humeur prémenstruelles ou la dépression ménopausique, mais aussi les troubles de la thyroïde

généralement accompagnée de crises mentales.

Sur la base d'un bilan de santé aussi que - si nécessaire - une analyse des hormones où de microbiome nous allons trouver les régulateurs hormonaux responsables pour ces crises

Ca me permet des suggestions pour faciliter les troubles physiologiques ainsi que psycho-hormonaux.