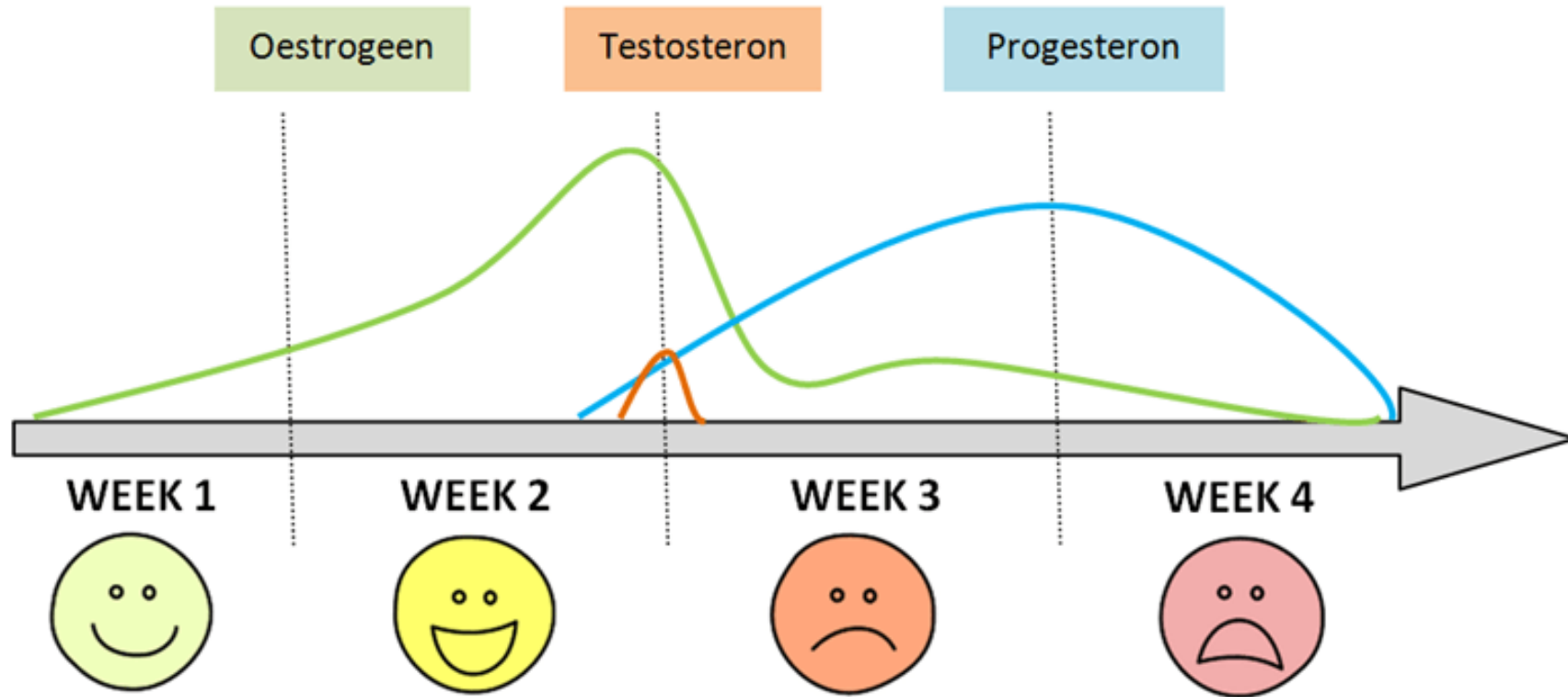


# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.



# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.

Oestrogeen	Oestrogeen laag	Oestrogeen Hoog / Dominant
	♥ Osteoporose / osteopenie	♥ Regelmatig schimmelinfecties
	♥ Nachtzweeten	♥ Mentale klachten/ stemmingswisselingen
	♥ Opvliegers	♥ Depressie, angst
	♥ Cholesterol verhoogd	♥ Prikkelbaar
	♥ Hart- en vaatproblemen	♥ Huilbuien
	♥ Onregelmatig ongesteld	♥ Duf hoofd
	♥ Minder bloedverlies tijdens menstruatie	♥ Slaapproblemen
	♥ Pijn in onderrug	♥ Hoofdpijn tijdens menstruatie
	♥ Pijn in benen	♥ Geen zin in seks
	♥ Pijnlijke gewrichten	♥ Schildklierproblemen
	♥ Constipatie	♥ Tandvleesproblemen
	♥ Minder stevige borsten	♥ Verminderd reukvermogen
	♥ Slapper bindweefsel (bv slappe bovenarmen)	♥ Droge huid
	♥ (Constante) vermoeidheid	♥ Hartkloppingen
	♥ Snelle huidveroudering	♥ Duizeligheid
	♥ Geheugenproblemen	♥ Vermoeidheid
	♥ Blaasontstekingen	♥ Vetverdeling meer op buik minder op billen en benen
	♥ Urineweginfecties	♥ Urineverlies
	♥ Schildklierproblemen	♥ Urine moeilijk op kunnen houden
	♥ Haaruitval	♥ Droge ogen
	♥ Extra haargroei op buik, armen, benen en gezicht	♥ Droge vagina
	♥ Pijnlijke borsten	♥ Hartkloppingen
	♥ Gewichtstoename	
		♥ Hevige bloedingen/menstruaties (met soms ijzertekort)
		♥ Korte menstruatie
		♥ Onregelmatige menstruatie
		♥ Gespannen / gevoelige borsten
		♥ Vrouwelijke borstvorming bij mannen
		♥ Cellulitis
		♥ PMS (klachten voor menstruatie)
		♥ Hoofdpijn; dagen voor de menstruatie
		♥ Meer vetopslag in kuitzen, bovenbenen en billen
		♥ Vocht vasthouden
		♥ Angst
		♥ Depressie
		♥ Hoofdpijn
		♥ Nerveus
		♥ Onrustig
		♥ Snel geïrriteerd
		♥ Prikkelbaar
		♥ Overgevoelig
		♥ Opgeblazen gevoel
		♥ Gewichtstoename
		♥ Schildklierproblemen
		♥ Koude handen & voeten
		♥ Slaapproblemen
		♥ Geen zin in seks
		♥ Vaginale schimmelinfecties
		♥ Endometriose
		♥ Stemmingswisselingen
		♥ Vaginale schimmelinfecties
		♥ Vleesbomen in de baarmoeder

# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.

## Progesteron Progesteron laag

---

- ♥ Onverklaarbare gewichtstoename
- ♥ Cyclische hoofdpijnen
- ♥ Wazig gevoel in hoofd
- ♥ Auto-immuniteit
- ♥ Niet stressbestendig
- ♥ Pijnlijke borsten
- ♥ PMS; klachten voor menstruatie
- ♥ Slapeloosheid
- ♥ Onvruchtbaarheid
- ♥ Vroege miskraam
- ♥ Menstruatie; minder dan vier dagen
- ♥ Angst/ onrust
- ♥ Regelmatig candida-infectie
- ♥ Klachten vertraagde schildklier

# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.

## Cortisol

### Cortisol laag / cortisolresistentie

- ♥ Moeilijk opstaan
  - ♥ Duizelig bij opstaan
  - ♥ Nooit uitgerust voelen
  - ♥ Lage bloedsuiker
  - ♥ Niet stressbestendig: gevoelig voor licht, geur, geluid
  - ♥ Drang naar cafeïne
  - ♥ Hoge ontstekingsgevoeligheid/ slechte resistentie tegen infecties
  - ♥ Slaapproblemen
  - ♥ Slecht geheugen/ concentratiestoornissen
  - ♥ Auto-immuunziekte
  - ♥ Vermoeidheid
  - ♥ Spierzwakte
  - ♥ Totale zwakte
  - ♥ Koud hebben
  - ♥ Gewichtstoename
  - ♥ Gewichtsafname
  - ♥ Haaruitval
  - ♥ Misselijkheid
  - ♥ Hoofdpijn
  - ♥ Lusteloos
  - ♥ Verwardheid
  - ♥ Lage lichaamstemperatuur
- ♥ Allergieën
  - ♥ Frequent plassen
  - ♥ Drang naar zout
  - ♥ Drang naar zoet/koolhydraten
  - ♥ Dunner wordende wenkbrauwen
  - ♥ Eczeem, psoriasis
  - ♥ Snel blauwe plekken
  - ♥ Hyperpigmentatie van de huid
  - ♥ Laag libido
  - ♥ Maag- darmklachten
  - ♥ Nervositeit
  - ♥ PMS: klachten voor menstruatie
  - ♥ Snel geïrriteerd
  - ♥ Angstig
  - ♥ Depressieve gevoelens
  - ♥ Woede
  - ♥ Snel gefrustreerd
  - ♥ Alles is teveel
  - ♥ Geen eetlust
  - ♥ Osteoporose (botontkalking)
  - ♥ Osteopenie (voorstadium osteoporose)
  - ♥ Lage bloeddruk
  - ♥ Gevoelig voor infecties

### Cortisol hoog

- ♥ Bloeddruk hoog
  - ♥ Onderbroken/ onrustige slaap
  - ♥ Tandknarsen
  - ♥ Niet meer gevoelig voor infecties/ nooit ziek
  - ♥ Slechte wondheling
  - ♥ Spiermassaverlies
  - ♥ Hoge ademhaling
  - ♥ Bisonnek
  - ♥ Bol gezicht
  - ♥ Concentratie- en herinneringproblemen
  - ♥ Depressie/angst
  - ♥ Hoofdpijn
  - ♥ Geen zin in seks
- ♥ Overgewicht
  - ♥ Aankomen in gewicht met name op de buik
  - ♥ Vermoeidheid
  - ♥ Verhoogde eetlust
  - ♥ Drang naar koolhydraten en suikers
  - ♥ Nooit ziek
  - ♥ Overmatige lichaamsbehairing bij vrouwen
  - ♥ Hart- en vaatziekten
  - ♥ Diabetes type 2
  - ♥ Osteoporose
  - ♥ Osteopenie

# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.

Schildklier	Schildklier hormoon laag		Schildklierhormoon hoog
	♥ Lage lichaamstemperatuur lager dan 36,5°C in de ochtend direct na ontwaken (niet opstaan)	♥ Cystes in eierstokken	♥ Moeite dingen te herinneren
	♥ Vocht vasthouden	♥ Slechte concentratie	♥ Jong grijze haren krijgen
	♥ Pafferig gezicht in de ochtend	♥ Snel ziek worden Weinig energie	♥ Tinnitus (geluiden in oren zoals piepen, zoemen etc.)
	♥ Koude handen, koude voeten en neuspunt	♥ Geheugen slechter	♥ Duizeligheid
	♥ Slecht tegen kou kunnen	♥ Onvruchtbaarheid	♥ Droge haren
	♥ Weinig transpireren	♥ Depressie zonder oorzaak	♥ Hoofdpijn
	♥ Verhoogd cholesterol	♥ Aankomen zonder veel te eten	
	♥ Slaapproblemen	♥ Verlies wenkbrauw haar aan zijkanten	♥ Hartkloppingen
	♥ Geen zin in seks	♥ Droge huid	♥ Snelle hartslag
	♥ Opgezet weefsel rond de ogen	♥ Spier- en gewrichtsklachten	♥ Gejaagd gevoel
	♥ Kortademigheid	♥ Haaruitval	♥ Trillende handen
	♥ Lage rugpijn	♥ Spierzwakte	♥ Gewichtsverlies
	♥ Endometriose	♥ Mentale klachten	♥ Overmatig transpireren
	♥ Trage reactiesnelheid	♥ Paniekaanvallen	♥ Vermoeidheid
	♥ PMS klachten	♥ Slecht zien	♥ Spierkrampen
	♥ Snelle veroudering	♥ Moeite met slikken	♥ Bollen uitpuilende ogen
	♥ Vermoeidheid	♥ Dikke tong	♥ Niet goed tegen warmte kunnen
	♥ Moeite met erectie	♥ Lage bloeddruk	♥ Diarree
	♥ Snel geïrriteerd	♥ Chronische obstipatie	♥ Oogklachten
	♥ Miskramen	♥ Terugkerende infecties	♥ Menstruatieproblemen
	♥ Artritis (gewrichtsontsteking)	♥ Overgewicht	♥ Hartritestoornissen
	♥ Terugkerende candida (schimmelinfectie)	♥ Droog haar	♥ Spierzwakte
	♥ Cystes in borsten	♥ Haaruitval	♥ Slaapstoornissen
		♥ Spierkrampen	♥ Stemningswisselingen
		♥ Angst	
		♥ Nerveus	

# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.

## Testosteron

### Testosteron laag

- ♥ Depressie
- ♥ Meer vet op de buik
- ♥ Verminder spierweefsel, spierzwakte
- ♥ Laag libido/ erectieproblemen
- ♥ Borstvorming (man)
- ♥ Verlies lichaamshaar (hoofd, borst, oksel)
- ♥ Osteoporose (botontkalking)
- ♥ Osteopenie
- ♥ Auto-immuunziektes
- ♥ Bleek gezicht

- ♥ Dementie
- ♥ Droge ogen
- ♥ Geheugenproblemen
- ♥ Overgewicht
- ♥ Slappe huid
- ♥ Vermoeidheid
- ♥ Verminderde mentale helderheid (brainfog)
- ♥ Vaginale droogheid
- ♥ Onvruchtbaarheid bij de man
- ♥ Opvliegers bij de man

### Testosteron hoog

- ♥ Langere ringvinger ten opzichte van wijsvinger
- ♥ Acne/ vette huid
- ♥ Roos
- ♥ Overmatige haargroei (gezicht, armen, borst)
- ♥ Insulineresistentie (instabiele bloedsuiker)
- ♥ Dunner wordend haar op hoofd
- ♥ PCOS
- ♥ Agressiviteit
- ♥ Doelgericht & daadkrachtig
- ♥ Rusteloos (hyper)

- ♥ Bekkenpijn
- ♥ Cystes in eierstokken (vrouw)
- ♥ Veel zin in seks
- ♥ Onderbroken slaap
- ♥ Onvruchtbaarheid (vrouw)
- ♥ Spierspasmen
- ♥ Skintags/fibroom
- ♥ Stemningswisselingen
- ♥ Woede-uitbarstingen
- ♥ Meer zin in seks
- ♥ Angst
- ♥ Onregelmatige menstruatie
- ♥ Menstruatie blijft uit

# Overzicht Hormonen



Love & Teek Care ❤️ - Omcirkel wat voor jou van toepassing is.

## Histamine

### Histamine laag

- ♥ Snel vermoeid
- ♥ Verhoogde bloedwaarden van koper en Creatine-Kinase (bij verhoogde spierafbraak)
- ♥ Verhoogd oestrogeengehalte
- ♥ Makkelijk vocht vasthouden
- ♥ Depressie (vaak bepaalde periode in cyclus)
- ♥ Snel geïrriteerd
- ♥ Als kind hyperactief
- ♥ Schizofreen
- ♥ Hallucinaties
- ♥ Paranoïa
- ♥ Sterke angsten

- ♥ Voedselintoleranties/ allergieën
- ♥ Gevoelig voor chemische (huidverzorgings) producten
- ♥ Kan pijn goed verdragen; hoge pijngrens
- ♥ Geen zin in seks
- ♥ Hoge bloeddruk
- ♥ Gevoel van snel falen of tekort schieten
- ♥ Lage motivatie
- ♥ Negatieve reactie op antidepressiva

### Histamine Hoog

- ♥ Snel metabolisme
- ♥ Snel warm hebben
- ♥ Weinig lichaamshaar
- ♥ Slank tot normaal gewicht
- ♥ Snel vochtverlies
- ♥ Licht slapen
- ♥ Ochtendmens
- ♥ Sterk gemotiveerd
- ♥ Hoog libido
- ♥ Snel een orgasme
- ♥ Veel speeksel
- ♥ Veel traanvocht
- ♥ Kan alcohol goed verdragen
- ♥ Snel slijmvorming
- ♥ Snel spierkrampen
- ♥ Gevoelige huid
- ♥ Oorsuizen

- ♥ Dwangmatig/Obsessief handelen / fobieën
- ♥ Depressie
- ♥ Verslavingsgevoelig (drugs, alcohol, suikers)
- ♥ Sociale isolatie
- ♥ Waandenkbeelden
- ♥ Snel angstig
- ♥ Hoge spanning in lijf
- ♥ Allergieën
- ♥ Snel problemen met bovenste luchtwegen
- ♥ Hoofdpijnen
- ♥ Migraine
- ♥ Huidproblemen zoals bv acne
- ♥ Lage bloeddruk
- ♥ Overactief