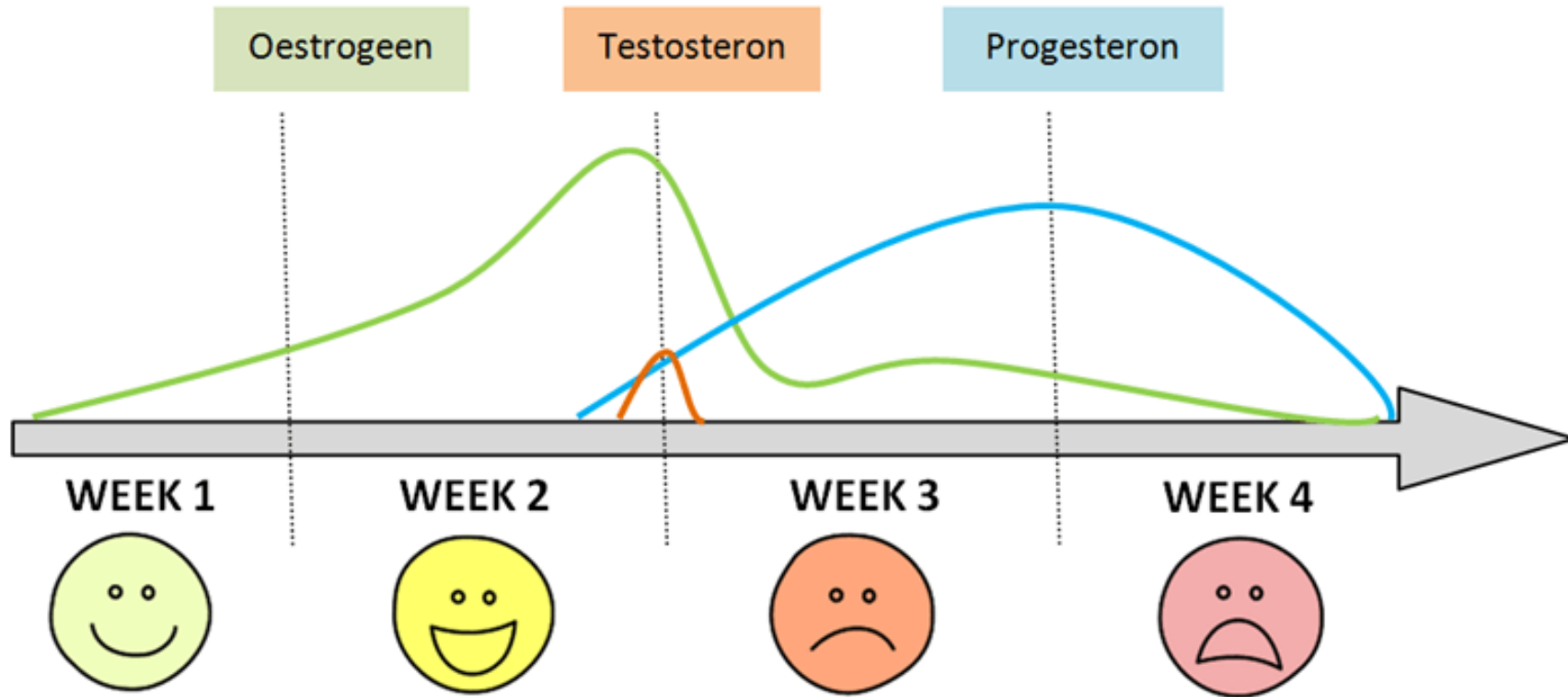


Overzicht Hormonen



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	Betekent tekort Progesteron
	♥ Osteoporose / osteopenie	♥	Regelmatig schimmelinfecties	♥ Opgeblazen gevoel
	♥ Nachtzweeten	♥	Mentale klachten/ stemmingswisselingen	♥ Gewichtstoename
	♥ Opvliegers	♥	Depressie, angst	♥ Schildklierproblemen
	♥ Cholesterol hoog	♥	Prikkelbaar	♥ Koude handen & voeten
	♥ Hart- en vaatproblemen	♥	Huilbuien	♥ Slaapproblemen
	♥ Onregelmatig ongesteld	♥	Duf hoofd	♥ Geen zin in seks
	♥ Minder bloedverlies tijdens menstruatie	♥	Slaapproblemen	♥ Schimmelinfecties
	♥ Pijn in onderrug	♥	Hoofdpijn tijdens menstruatie	♥ Endometriose
	♥ Pijn in benen	♥	Geen zin in seks	♥ Stemmingswisselingen
	♥ Pijnlijke gewrichten	♥	Schildklierproblemen	♥ Vaginale schimmelinfecties
	♥ Constipatie	♥	Tandvleesproblemen	♥ Vleesbomen in de baarmoeder
	♥ Minder stevige borsten	♥	Verminderd reukvermogen	
	♥ Slapper bindweefsel (bv slappe bovenarmen)	♥	Droge huid	
	♥ (Constante) vermoeidheid			
	♥ Snelle huidveroudering			

Overzicht Hormonen



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

Oestrogeen	Oestrogeen laag	Oestrogeen Hoog / Dominant	Betekent tekort Progesteron	
	<ul style="list-style-type: none">♥ Geheugenproblemen♥ Blaasontstekingen/urine­weginfecties♥ Schildklierproblemen	<ul style="list-style-type: none">♥ Vetverdeling meer op de buik en minder op de billen en benen♥ Urineverlies♥ Moeilijk op kunnen houden van urine♥ Droge ogen♥ Droge vagina♥ Hartkloppingen♥ Oorzaken: Menopauze / ondergewicht	<ul style="list-style-type: none">♥ Angst, depressie♥ Hoofdpijnen♥ Nerveus / onrustig / snel geïrriteerd♥ Prikkelbaar♥ Overgevoelig	<ul style="list-style-type: none">♥ (Oestrogeendominant = progesterontekort je kunt dus dan nog steeds ook een tekort hebben aan oestrogeen)

Overzicht Hormonen



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

Progesteron

Progesteron laag

-
- | | |
|--------------------------------------|--|
| ♥ Onverklaarbare gewichtstoename | ♥ Angst/ onrust |
| ♥ Cyclische hoofdpijnen | ♥ Regelmatig candida-infectie |
| ♥ Wazig gevoel in hoofd | ♥ Klachten vertraagde schildklier |
| ♥ Auto-immuniteit | ♥ Oorzaken: chronische stress/
oorzaken van |
| ♥ Niet stressbestendig | oestrogeendominantie |
| ♥ Pijnlijke borsten | |
| ♥ PMS; klachten voor menstruatie | |
| ♥ Slapeloosheid | |
| ♥ Onvruchtbaarheid/ vroege miskraam | |
| ♥ Menstruatie; minder dan vier dagen | |

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
- ♥ 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

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
- ♥ Laag libido
- ♥ Overgewicht
- ♥ Aankomen in gewicht met name op de buik
- ♥ Vermoeidheid
- ♥ Verhoogde eetlust
- ♥ Drang naar koolhydraten en suikers
- ♥ Nooit ziek

Overzicht Hormonen



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

Schildklier	Schildklier hormoon laag	Schildklier hormoon hoog
	♥ Lage lichaamstemperatuur lager dan 36,5°C in de ochtend direct na ontwaken (niet opstaan)	♥ Hartkloppingen
	♥ Vocht vasthouden	♥ Gejaagd gevoel
	♥ Pafferig gezicht in de ochtend	♥ Trillende handen
	♥ Koude handen, koude voeten en neuspunt	♥ Gewichtsverlies
	♥ Slecht tegen kou kunnen	♥ Transpireren
	♥ Weinig transpireren	♥ Vermoeidheid
	♥ Verhoogd cholesterol	♥ Spierkrampen
	♥ Slaapproblemen	♥ Bollen uitpuilende ogen
	♥ Geen zin in seks	♥ Niet goed tegen warmte kunnen
	♥ Opgezet weefsel rond de ogen	♥ Diarree
	♥ Kortademigheid	♥ Oogklachten
	♥ Lage rugpijn	♥ Menstruatieproblemen
	♥ Endometriose	♥ Hartritmestoornissen
	♥ Trage reactiesnelheid	♥ Spierzwakte
	♥ PMS klachten	♥ Slaapstoornissen
	♥ Snelle veroudering	♥ Stemningswisselingen
	♥ Weinig energie	
	♥ Geheugen slechter	
	♥ Onvruchtbaarheid	
	♥ Depressie zonder oorzaak	
	♥ Aankomen zonder veel te eten	
	♥ Verlies wenkbrauw haar aan zijkanten	
	♥ Droge huid	
	♥ Spier- en gewrichtsklachten	
	♥ Haaruitval	
	♥ Spierzwakte	
	♥ Mentale klachten	
	♥ Paniekaanvallen	
	♥ Slecht zien	
	♥ Moeite met slikken	
	♥ Dikke tong	
	♥ Lage bloeddruk	
	♥ Chronische obstipatie	
	♥ Terugkerende infecties	
	♥ Overgewicht	

Overzicht Hormonen



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

Schildklier

Schildklier hormoon laag

- ♥ Slecht de kou kunnen verdragen
- ♥ Miskramen
- ♥ Artritis
- ♥ Angst/nerveus
- ♥ Terugkerende candida
- ♥ Cystes in borsten of eierstokken
- ♥ Slecht kunnen concentreren
- ♥ Moeite dingen te herinneren
- ♥ Jong grijze haren krijgen

Schildklierhormoon hoog

- ♥ Tinnitus (geluiden in oren zoals piepen, zoemen etc)
- ♥ Duizeligheid
- ♥ Droge haren
- ♥ Hoofdpijn
- ♥ Slecht afweersysteem

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)
- ♥ Botontkalking
- ♥ Bleek gezicht
- ♥ Dementie
- ♥ Droge ogen
- ♥ Geheugenproblemen
- ♥ Overgewicht
- ♥ Slappe huid
- ♥ Vermoeidheid
- ♥ Verminderde mentale helderheid (brainfog)

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

Overzicht Hormonen



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

Histamine	Histamine laag	Histamine Hoog		
	<ul style="list-style-type: none">♥ Snel vermoeid♥ Verhoogde waarden van koper en CPK in bloed♥ Verhoogde oestrogeengehalte♥ Makkelijk vocht vasthouden♥ Depressie (vaak bepaalde periode in cyclus)♥ Snel geïrriteerd♥ Als kind hyperactief♥ Schizofreen♥ Hallucinaties♥ Paranoia♥ Sterke angsten♥ Gevoel van snel falen of tekort schieten♥ Lage motivatie♥ Negatieve reactie op antidepressiva	<ul style="list-style-type: none">♥ Voedselintoleranties/ allergieën♥ Gevoelig voor chemische (huidverzorgings) producten♥ Kan pijn goed verdragen; hoge pijngrens♥ Geen zin in seks♥ Hoge bloeddruk	<ul style="list-style-type: none">♥ 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♥ Lage bloeddruk♥ Overactief	<ul style="list-style-type: none">♥ Dwangmatig/Obsessief handelen♥ 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