

Macht die Pille depressiv? Neue Forschungsergebnisse

Liebe Leserinnen und Leser,



Frauen erkranken etwa doppelt so häufig an Depressionen wie Männer. Hat die Pille an dem Ungleichgewicht der Geschlechter einen bislang unberücksichtigten Anteil?

Hormone sind die Dirigenten des Körpers: Sie übermitteln Nachrichten vom Gehirn an die Organe, steuern Stoffwechselprozesse – und beeinflussen die Psyche. Das gilt nicht nur für bekannte Stimmungsmacher wie Serotonin und Dopamin, sondern auch für die Sexualhormone. So bemerken viele Frauen, dass sich ihre Laune kurz vor den fruchtbaren Tagen hebt, und in den Keller rauscht, wenn die Menstruation bevorsteht.

Insofern ist es nicht verwunderlich, dass auch hormonelle Mittel zur Empfängnisverhütung in die Psyche eingreifen. In welchem gravierendem Maße, zeigt nun eine große dänische Studie: Sie enthüllt, dass Frauen, die die Pille einnehmen, möglicherweise ein erheblich höheres Risiko haben, eine Depression zu entwickeln.

Forscher der Universität Kopenhagen hatten dazu die Daten von mehr als einer Millionen Mädchen und Frauen im Alter von 15 und 34 Jahren ausgewertet, die aus dänischen Gesundheitsregistern stammten.

Deutlich mehr Depressionen

Im Vergleich zu Frauen, die nicht hormonell verhüten, erkrankten Frauen, die eine Kombipille mit Gestagen und Östrogen nahmen, mit um 20 Prozent größerer Wahrscheinlichkeit an einer Depression. Eine reine Gestagenpille ließ das Risiko um 30 Prozent steigen, der Vaginalring sogar um 60 Prozent. Und bei Frauen, die ein Hormonpflaster zur Verhütung einsetzten, verdoppelte sich die Wahrscheinlichkeit an einer Depression zu erkranken. Am größten war die Gefahr einer Depression sechs Monate nach Beginn der hormonellen Verhütung – dann lag das Zusatzrisiko durchschnittlich bei 40 Prozent. Nach vier bis sieben Jahren waren es nur noch zehn Prozent.

Junge Frauen sind besonders gefährdet

Besonders besorgniserregend: Am stärksten stieg das Risiko für die 15- bis 19-Jährigen. Sie entwickelten mit einem Kombipräparat bis zu 80 Prozent häufiger Depressionen, mit einer reinen Gestagenpille sogar bis zu 120 Prozent. „Frauen in diesem Alter reagieren besonders sensibel auf Risikofaktoren für Depressionen“, sagt Studienleiterin Charlotte Wessel Skovlund.

Heranwachsende sind seelisch verletzlich

In der Pubertät tauchen besonders viele seelische Störungen auf. Jeder zehnte Heranwachsende entwickelt eine Auffälligkeit wie eine Ess- oder Angststörung, ein gestörtes Sozialverhalten oder eben eine Depression. Dabei treten letztere bei Mädchen doppelt so häufig auf wie bei Jungen. Dafür könnte die Untersuchung teilweise eine Erklärung liefern.

Eine weitere Erklärung ergibt sich, wenn man bedenkt, dass die Pille ein Nährstoffräuber ist.

Nur pubertär oder doch schon depressiv?

Problematisch ist, dass die Symptome einer Depression bei Heranwachsenden häufig als typisches Pubertätsverhalten fehlinterpretiert werden – beispielsweise Lustlosigkeit, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen, sozialer Rückzug oder auch Leistungseinbußen.

Die künstliche Hormonschwemme durch die Pille steigert nicht nur das Risiko für Thrombosen, einem Schlaganfall oder Herzinfarkt. Die Pille verursacht einen Mangel an essentiellen Nährstoffen. Gerade junge Frauen haben ohnehin bereits einen Mangel an essentiellen Vitaminen. Die Pille entzieht Ihrem Körper wertvolle Nährstoffe, die er dringend braucht, um gesund zu bleiben. Dazu gehören alle B-Vitamine, Folsäure, Magnesium und Zink.

Wie sehr die Pille in Ihren Nährstoffhaushalt eingreift und welche Auswirkungen das auf Ihren Körper hat, lesen Sie in meinen bereits früher veröffentlichten Gesundheitsbriefen:

[Mit HormoFem gegen die Nebenwirkungen der Pille \(1\)](#)

[Mit HormoFem gegen die Nebenwirkungen der Pille \(2\)](#)

[Mit HormoFem gegen die Nebenwirkungen der Pille \(3\)](#)

[Mit HormoFem gegen die Nebenwirkungen der Pille \(4\)](#)

HormoFem: Zum Ausgleich des erhöhten Bedarfs an Nährstoffen bei Einnahme der Pille

Die meisten Frauen kennen mittlerweile die durch die Pille verursachte erhöhte Thrombosegefahr oder das höhere Risiko an Brust- oder Gebärmutterhalskrebs zu erkranken. Über diese Risiken klärt der Arzt auch auf.

In Deutschland verwenden etwa 6 Millionen Frauen orale Kontrazeptiva. Die Antibabypille ist damit das am häufigsten verwendete Verhütungsmittel. Über 70% der Frauen zwischen 20 und 29 Jahren nehmen die Pille, bei Frauen über 30 sind es mehr als 40%.

Die Antibabypille verursacht einen Mangel an wichtigen Nährstoffen.

Mittlerweile wird die Pille auch zunehmend jungen Mädchen verschrieben, nicht primär zur

Verhütung, sondern gegen Menstruationsbeschwerden (PMS) oder unreine Haut (obwohl die Pille dafür nicht zugelassen ist). Die Antibabypille ist ein täglich oral einzunehmendes, synthetisches Hormonpräparat, das die weiblichen Hormone Östrogen und Gestagen in unterschiedlicher Zusammensetzung und Dosierung enthält. Eine Pille ohne Östrogene ist die sogenannte „Minipille“.

Was viele Frauen dagegen nicht wissen ist, dass die Anti-Baby-Pille auch in den Mikronährstoffhaushalt eingreift und den Vitamin- und Mineralstoffbedarf erhöht. Besonders Vitamin B6 und Folsäure werden verstärkt benötigt, aber auch Magnesium und Zink.

HormoFem gibt es aktuell im Sonderangebot: 14,90 € statt 24,90 €.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihr Gerd Schaller



Wichtiger Hinweis zu unseren medizinischen Informationen

Die wissenschaftlichen Informationen auf unseren Seiten wollen und können keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung durch einen Arzt oder einen Therapeuten ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung unserer Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Die Ratschläge und Empfehlungen dieser Website wurden nach besten Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des jeweiligen Autors, der Stiftung Research for Health, der Redaktion sowie ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln