



## Leitfaden für die Anti-Aging-Sprechstunde, herausgegeben von A. Römmler (Thieme Verlag)

Ein Praxisleitfaden zur Einordnung des „Bausteins“ Hormone in die Anti-Aging-Medizin: zur Behandlung von Alterungssymptomen und -beschwerden, aber auch als frühzeitige Maßnahme zur Prävention von Alterungsfolgen. Es füllt eine Marktnische und besticht wegen seiner umfangreichen Literaturquellen, Tabellen und Abbildungen, gesundheitsrelevanten Aspekte und Tipps aus der Praxis.

Der Leitfaden stellt die evidenzbasierte aktuelle Datenlage, aber auch den reichen Erfahrungsschatz der jahrzehntelangen Hormonsprechstunde und umfangreichen Studententätigkeit des Herausgebers vor:

- **Androgene und anabole Hormondefizite:** Bedeutung von Dehydroepiandrosteron (DHEA) und der Adrenopause; Testosteron bei Mann und Frau; Bedeutung des Wachstumshormons und der Somatopause
- **Sexualhormone Östrogene und Gestagene:** Östrogene beim Mann; risikoarme, physiologische Hormonersatztherapie in der Peri- und Postmenopause; Herausstellung des Progesterons als bedeutendes, systemisch wirkendes Hormon; Wiederentdeckung des ersten Steroidhormons Pregnenolon
- **Tryptophan-Serotonin-Melatonin-System:** das häufige Serotonin-Defizit-Syndrom; die umfassende klinische Bedeutung von Melatonin
- **Sonderthemen und Kasuistiken:** Abgerundet werden die Hormonkapitel durch Beiträge zu chronobiologischen und orthomolekularen Aspekten bei Hormongaben und durch Kasuistiken zur Beurteilung von Hormonbefunden aus dem Labor.

Bei alledem geht es nicht nur um einzelne Hormondefizite, sondern auch um die Substitution multipler hormoneller Fehlregulationen im Rahmen der Anti-Aging-Medizin. Ein besonderes Plus des Leitfadens ist die konsequente Vermittlung handwerklicher Fähigkeiten für die Praxis: Neben Hilfestellungen zur Diagnostik gibt er konkrete praktische Hinweise zur Substitution inkl. Indikationen, Substanzen, Dosis, Dauer, Darreichung, Kontrolluntersuchungen und Risiken.

### Privatdozent Dr. med. Alexander Römmler

Herausgeber dieses Buches, ist Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe mit Schwerpunkt Endokrinologie. Im Zuge seiner umfangreichen praktischen und wissenschaftlichen Tätigkeit gründete er die Praxisklinik Hormonzentrum München (1981), betreibt eine Spezialsprechstunde Präventions- und Anti-Aging-Medizin (seit 1995); war Gründungsmitglied (1998), Präsident und danach (seit 2009) Ehrenpräsident der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging Medizin e. V. (GSAAM) und ist langjähriger Vortragender in unseren Seminarkursen der ÖGOM.