

Michael Ludwig

# Sinnvolles tun – Unsinniges lassen

Über das *primum nil nocere* in der  
gynäkologischen Endokrinologie

Mit 27 Abbildungen und 5 Tabellen



9 783941 962088

ISBN 978-3-941962-08-8

Diese Publikation ist in der Deutschen Nationalbibliografie verzeichnet, bibliografische Informationen der Deutschen Nationalbibliothek sind über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

optimist Fachbuchverlag in Hamburg – Annika Ludwig und Michael Ludwig GbR  
[www.optimist-verlag.de](http://www.optimist-verlag.de)

© optimist Fachbuchverlag in Hamburg 2022

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutzgesetzgebung frei wären. Markennamen sind in diesem Buch in der Regel *kursiv* geschrieben.

Hinweis: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Derartige Angaben müssen vom jeweiligen Benutzer im Einzelfall anhand der Literaturstellen bzw. durch sorgfältiges Prüfen des Beipackzettels der verwendeten Präparate auf ihre Richtigkeit überprüft werden. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Anwenders.

Titelbild: © 2013 Lightspring/Shutterstock

## Inhaltsverzeichnis 3

---

### Teil I: Allgemeines 7

---

Warum ich dieses Buch schreibe  
und die Geschichte vom „Vollpfosten“ .....9

Die 7 Sünden der Medizin..... 12

- Obscurity – Unklarheit..... 12
- Cruelty – Grausamkeit ..... 12
- Bad manners – schlechte Manieren..... 16
- Overspecialisation – Überspezialisierung ..... 16
- Love of the rare – Liebe der seltenen Diagnose ..... 17
- Common stupidity und Sloth –  
Fehlen von gesundem Menschenverstand und die Faulheit ..... 18
- Die 7 Sünden im Beispielfall..... 20

Disease mongering .....22

Was ist eine Krankheit? .....25

Was ist eine Diagnose? .....30

Was muss man therapieren?.....33

Wie therapiert man? .....35

- Intuition, Empirie, Studien ..... 35
- Die Grenzen von Beobachtungsstudien..... 35
- Prospektive, randomisierte Studien – der Goldstandard..... 36
- Ärztliche Erfahrung – ein unmessbarer Einflussfaktor ..... 39
- Medizinische Studien und Erkenntnisse sind in der Regel keine  
mathematischen Sätze ..... 40
- Placebo- und Nocebo-Effekte..... 42

## Teil II: Spezielles 45

<b>Müdigkeit – was ist das?</b> .....	<b>46</b>
<b>Gewichtsreduktion</b> .....	<b>51</b>
– Abnehmen mit hCG-Unterstützung.....	51
– Oxytocin.....	51
– Schilddrüsenhormone.....	52
– Östradiol zur Gewichtsreduktion .....	52
– Metformin – Abnehmen mit einem Diabetesmedikament? .....	56
– Gewicht – a never ending story.....	59
<b>Zyklusstörungen abklären – und „nichts“ finden</b> .....	<b>61</b>
<b>PCO-Syndrom</b> .....	<b>63</b>
<b>Reproduktionsmedizin – kritische Angebote</b> .....	<b>69</b>
– IVF und ICSI im zeitlichen Verlauf in Deutschland .....	69
– Unterstützende Behandlungsangebote.....	72
<b>Unerfüllter Kinderwunsch ab 40</b> .....	<b>75</b>
<b>Habituelle Aborte – kaum sinnvolle Diagnostik, kaum wirkungsvolle Therapien</b> .....	<b>79</b>
– Definition und Diagnostik.....	79
– Die Prävention mit ASS: schwierige Studienlage und das Phänomen der Adhärenz und Compliance.....	80
– Gabe von Gestagenen zur Abortprävention .....	83
– Risikofaktor Alter.....	85
– Umsetzung in den Alltag – das Problem der Risikokalkulation.....	86

<b>Östrogendominanz, Lutealphaseninsuffizienz, prämenstruelles Syndrom</b> .....	<b>88</b>
– Östrogendominanz .....	88
– Lutealphaseninsuffizienz.....	89
– Prämenstruelles Syndrom.....	90
<b>Hormonelle Kontrazeptiva – Nutzen und Schaden individuell abwägen</b> .....	<b>92</b>
– Nicht-kontrazeptive Vorteile hormoneller Kontrazeptiva.....	92
– Was ist der Schaden der hormonellen Kontrazeptiva? .....	95
<b>Zeit der Menopause</b> .....	<b>98</b>
– Bestimmung des Menopausenzeitpunkts – keine hormonelle Diagnose.....	98
– Was ist klimakterische Symptomatik und was ist hormonell behandelbar? .....	100
– In der Perimenopause ist der Progesteronmangel ein wichtiges Thema – ist das so?.....	101
– Postmenopause .....	104
– Hormonersatztherapie ist manchmal mehr als das .....	106
– Manchmal hilft Aufklärung und reden.....	108
– Aber meine Patientin möchte unbedingt eine Diagnostik und Therapie! .....	109
<b>Bioidentische Hormone</b> .....	<b>111</b>
<b>Die Wundersubstanz Pregnenolon</b> .....	<b>113</b>
– Was ist Pregnenolon?.....	113
– Welche therapeutischen Effekte von Pregnenolon sind evidenzbasiert?.....	114
<b>„Meine Kosmetikerin sagt, ich soll wegen meiner Haut und dem Haarwachstum mal Hormone bestimmen lassen“</b> .....	<b>116</b>

---

Haarausfall .....	118
Libidomangel .....	123
Schilddrüse – klein, wichtig, wirkungsvoll, aber nicht allmächtig.....	127
– Allgemeines.....	127
– Schilddrüse in Zusammenhang mit Fertilität und Schwangerschaft.....	128
– <i>Fat-burner</i> L-Thyroxin.....	130
– Schilddrüsenfunktion im Alter .....	130
– Fazit.....	131
<b>Teil III: Fazit und Ausblick</b> .....	<b>133</b>
Hypochondrie – Cyberchondrie .....	134
Affirmantis probatio .....	135
Es gibt kein Recht auf Beschwerdefreiheit .....	140
Primum nil nocere.....	143
<b>Literaturverzeichnis</b> .....	<b>146</b>

---



## Teil I: Allgemeines