

Stories from the road

Nedan följer några "Stories from the road" hämtade från *The John R. Lee M.D. Medical Letter* som var ett nyhetsbrev som gavs ut månatligen mellan 1998 - 2003 och det finns att få tag på här:

www.johnleemd.com/johnleemd-medical-letter.html.

Sedan följer kort information om två studier som omskrivs i två av *Virginia Hopkins Health Watch* nyhetsbrev:

www.virginiahopkinshealthwatch.com.

Förbättrad röst

En kyrkomusiker hörde av sig till dr Lee och berättade om sin hesa röst som ofta "skar" sig men som nu blivit klarare och undrade varför.

Dr Lee svarade:

- Jag har en och annan tanke om varför din röst blivit bättre. Progesteron är ju en känd hudfuktare. Därför finns det anledning att tro att slemhinnorna i halsen påverkas på samma sätt. Dessutom är det känt att det finns progesteron receptorer i alla slemhinnor. Det finns också ett immunglobulin som kallas *sekretorisk IgA* och som tillverkas av slemhinnorna för att fånga upp sjukdomsalstrande och främmande ämnen (t.ex. pollen), som då hindras att påverka vävnaderna. Jag har läst att progesteron stimulerar tillverkningen av sekretorisk IgA. Därför skyddas slemhinnorna i stämbanderna med progesteron, så att de inte påverkas av patogener och främmande ämnen som bakterier och virus. Det skulle nog även vara bra för manliga sångare att ta lite progesteron.

Att ett så stort antal kvinnor fortfarande tar bort sin livmoder och som har symptom som tydligt beror på östrogendominans

förvånar mig. Östrogendominans är den främsta orsaken till kraftiga blödningar, för tjock livmodersslemhinna, cellförändringar och fibrocystiska bröst. Progesteron i fysiologisk dos är det mest logiska läkemedlet och påfallande effektivt. För de sällsynta fall när man inte når framgång bör man överväga att inta essentiella fettsyror. Man bör också göra något åt sitt stressande. Man bör dessutom tänka på vad man äter. Man bör ha en diet som innehåller frukt och grönsaker som är obehandlade och undvika socker och snabba kolhydrater. Allt detta påverkar hormonbalansen.

Räddade från hysterektomi

3 kvinnor som väntade på att genomgå hysterektomi slapp operation tack vare progesteronsalvan. Alla tre hade vid upprepade cellprovtagningar haft cellförändringar på livmodertappen. I stället för en stor operation valde de att ta folsyra och B₆-vitamintillskott plus progesteronsalva under de två sista veckorna i menscykeln. Tre cykler senare var alla tre kvinnorna fria från cellförändringar och de har inte haft några problem sedan dess. Två av deras tre läkare kallade det för spontan läkning men en av dem blev intresserad av att läsa min bok.

När man tar 4-8 mg folsyra och 50 mg vitamin B₆ varje dag plus fysiologisk dos progesteronsalva, befrias man, enligt min erfarenhet, nästan alltid från cellförändringar på livmodertappen.

Förlossningsdepression och Prozac

Två kvinnor rapporterade att dom hade fått Prozac för sin förlossningsdepression men det hade inte hjälpt. De fick i stället progesteronsalva och efter två veckor mådde de bra igen.

Många andra som fått Prozac rapporterade stor viktökning. Deras läkare hade inte talat om för dom att Prozac och andra antidepressiva läkemedel blockerar enzymsystemet *P-450* i levern vars uppgift är att bryta ner östrogen. Östrogenet blir då kvar i kroppen och orsakar alla de problem som har att göra med östrogendominans.

När kvinnorna slutade med Prozac och började med progesteron gick vikten ner, energin återkom och depressionen försvann.

En lyckad graviditet

En kvinna som snart skulle fylla 40 år blev informerad om att eftersom hon inte hade ägglossning så kunde hon inte få fler barn. Efter att ha börjat med progesteron (som hon fick för fibrocystiska bröst och viktuppgång) blev hon gravid och födde ett friskt barn.

Genom att undersöka salivtest vet man att vissa kvinnor endast tillverkar progesteron ett par dagar efter ägglossningen. Ägglossningen kan fungera normalt, men om ägget inte kan tillverka tillräckligt mycket progesteron efter det att ägget befruktats, så kan ägget inte utvecklas som det ska vilket leder till att man får missfall. Om man får tillskott av progesteron upp till nödvändig nivå, så fortsätter dock graviditeten som den ska.

Själva namnet progesteron (engelska pro gestation - svenska för dräktighet) indikerar att det är progesteron som gynnar en lyckad graviditet.

Hormonreceptorer i bröstcancer

Flera kvinnor har reagerat på sina läkares förvirring rörande östrogen- och progesteronreceptorer i bröstvävnad, då man hittat bröstcancer. Läkarna tror tydligen att detta betyder att man bör undvika progesteron. Vad de glömmer är att progesteronreceptorer är något bra. De måste vara närvarande när progesteronet ska ge sitt budskap till bröstcellerna att hindra celledelning och gynna normal apoptos (programmerad celledöd - program som bestämmer hur länge cellen ska leva) vilka båda är viktiga för att hindra att bröstcancer cellerna blir fler.

Å andra sidan gynnar östrogen celledelning och försenar normal apoptos, vilket innebär att risken för bröstcancer istället ökar. Närvaron av progesteronreceptorer innebär att det finns en större chans för progesteronbudskapet att uppfattas av cellerna. Man kan dessutom inte alltid lita på testerna som påvisar dessa progesteronreceptorer. I hormonrelaterad bröstcancer är målet att undvika östrogendominans (särskilt östradioldominans) genom att man ser till att man har

tillräckligt med progesteron.

Detta som dr Lee och dr Zava pratade om för många år sedan har nu bekräftats av forskning. Dokument nr 19 handlar om detta.

Hjärnskada

En 42-årig mamma berättade för mig att hon åkt 200 miles (ca 320 km) för att lyssna på mitt föredrag och ta i hand med mig för att tacka mig för att hennes son räddades. När sonen var 20 år var han med om en trafikolycka och fick svåra huvudskador. Hennes sons neurolog hade förklarat för henne att hennes son antingen skulle komma att dö eller om han skulle överleva skulle han bli permanent hjärnskadad. Efter att ha läst min bok "Vad din doktor inte talat om för dig om klimakteriet" kom hon ihåg att progesteron kunde hjälpa vid hjärnskador efter trauman. Hon stannade vid hans säng i flera dagar och gav honom $\frac{1}{4}$ tesked progesteron, tre gånger om dagen. Efter 48 timmar vaknade han ur sitt koma och efter ytterligare 48 timmar var han klar i huvudet. Nu har han blivit helt återställt och har återvänt till sitt college.

Progesteron och stroke och huvudskador

Översättning och lite förkortat från Virginia Hopkins nyhetsbrev om hur Progesteron Förbättrar oddsen vid Huvudskador.

Studier på människor, som ursprungligen gjordes på Emory University av dr Donald G Stein, påbörjades efter att observationer gjorts att kvinnor återhämtade sig snabbare från huvudskador än män. Donald G Stein misstänkte att det hade med kvinnors progesteronproduktion att göra. Läkarna på Emory började ge sina huvudskadade patienter, både män och kvinnor, injektioner med progesteron. När man följde tillfrisknandet hos dessa patienter såg man tydligt att patienter som fick progesteron återhämtade sig snabbare och mer fullständigt än de som inte fick progesteron. Uppföljande forskning har bekräftat resultatet.

Dessa studier inspirerade fortsatt forskning som resulterade i att man såg hur progesteronet påverkar hjärnan på cellnivå. Man upptäckte inte bara att progesteron påverkar hjärnan, utan också att progesteron även tillverkas i hjärnan och i det centrala nervsystemet där det har stor betydelse för att underhålla myelinet som täcker nerverna. Annan

forskning visar att progesteron tillverkas i hjärnans gliaceller och nervceller, troligtvis från kolesterol.

Progesteron och stroke-forskning

Studier har gjorts på råttor där man framkallat en stroke. Gruppen med råttor som fick progesteron återhämtade sig snabbare och fick mindre hjärnskador än råttor som inte fick progesteron. Man kunde konstatera att råttorna med progesteron hade mindre inflammation och mindre svullnad i hjärnan. En av dessa studier utfördes av dr Stein som forskade på hjärnskadade patienter. Dr Stein märkte också i dessa studier att nivån av D-vitamin hade stor betydelse för återhämtningen.

Virginia Hopkins avslutar artikeln på följande sätt:

” Ja, om en nära anhörig får en stroke, skulle jag smörja in progesteronsalva under flera dagar.

Det är viktigt att understryka att detta resultat bara handlar om användandet av naturligt progesteron och inte syntetiskt progestin.

Några intressanta Youtube-klipp:

- www.youtube.com/watch?v=J0cnr6vGuqM&ab_channel=EmoryUniversity
- www.youtube.com/watch?v=vXn-FhUzAOI&ab_channel=EmoryUniversity
- <http://abcnews.go.com/Health/protecting-brain-progesterone/story?id=3222040>