

# **Inhaltsverzeichnis**

**Die Welt wird weiblicher und das Essen ist schuld .....16**

**Einführung: Was sind Hormone, und was bewirken**

**sie im Körper? ..... 23**

**Der weibliche Körper .....31**

**Wann ist Mann ein Mann? ..... 35**

**1. Sexualhormone bei Männern ..... 38**

**1.1 DHEA .....38**

**1.2 Das Wachstumshormon HGH ..... 40**

**1.3 LH und FSH..... 40**

**1.4 Testosteron, das wichtigste Hormon..... 41**

**1.1.1. Was ist Testosteron? ..... 41**

**1.1.2. Funktionen des Testosterons ..... 42**

**1.1.3. Was ist, wenn Mann zu wenig  
Testosteron hat? ..... 44**

**1.1.4. Was verhindert die Produktion von  
Testosteron? ..... 46**

1.5	Östrogen, wie ein weibliches Hormon den Mann besiegt .....	49
1.5.1	Was ist Östrogen? .....	49
1.5.2	Die Funktionen von Östrogenen beim Mann und bei der Frau .....	50
<b>2.</b>	<b>Wie man zur Frau wird.....</b>	<b>53</b>
2.1	Wissenschaftliche Studien, die beweisen, wie Östrogene männliche Tiere verändern und verweiblichen .....	59
2.2	Was passiert beim Mann, wenn zu viele Östrogene in seinem Körper vorhanden sind? .....	69
2.3	Wie entsteht der Überschuss an Östrogenen im Männerkörper? .....	80
2.3.1	Körperfremde Östrogene (Xenoöstrogene): Wie die Chemikalien mit östrogenartiger Wirkung Männer verweiblichen .....	81
2.3.2	Natürliche Stoffe, die wie Östrogen wirken: Schwermetalle .....	96

2.3.3	Wachstumshormone in Naturpflanzen: Phytoöstrogene, natürliche Pflanzenstoffe mit hormonähnlicher Wirkung.....	97
-------	--	----

## 2.4 Woher kommt der Östrogen-Überschuss im männlichen Körper?.....101

2.4.1	Hormonelle Schadstoffe in Gemüse und Obst.....	107
2.4.2	Hormone in Fleisch, Geflügel und Fisch .....	110
2.4.3	Hormone in Fertigprodukten und Fastfood.....	116
2.4.4	Hormone in Milch und Milchprodukten.....	119
2.4.5	Hormone im Wasser verursachen Verweiblichung .....	125
2.4.6	Hormone in Getränken: Hormon- Cocktails .....	128
2.4.7	Zucker erhöht den Östrogenspiegel im Körper .....	133
2.4.8	Weißmehl und Weißmehlprodukte erhöhen den Östrogenspiegel .....	139
2.4.9	Salz kann auch zu mehr Östrogenen führen .....	148
2.4.10	Phytoöstrogene .....	155
2.4.11	Hormonüberschuss wegen Übergewicht und Fettleibigkeit.....	156

2.4.12	Weitere Hormonquellen außerhalb der Nahrungsmittel .....	159
2.5	Weniger Testosteron und mehr Östrogen wegen des Alterns? .....	167
2.6	Die unvermeidbare Bedeutungslosigkeit des Phallus-Mannes.....	170
2.7	Wie hormonell wirkende Chemikalien die sexuelle Orientierung und die Partnerwahl mitprägen können .....	176
2.8	Weibliche Hormone geben Männern auch eine weibliche Persönlichkeit .....	183
<b>3.</b>	<b>Schlussbemerkung .....</b>	<b>186</b>

## 1.5 Östrogen, wie ein weibliches Hormon den Mann besiegt

Auch in Männern werden Östrogene, die weiblichen Geschlechtshormone, gebildet, wenn auch nur etwa ein Zehntel der Menge, die im weiblichen Körper vorkommt.

### 1.5.1 Was ist Östrogen?

Östrogene sind weibliche Geschlechtshormone, die wichtigsten **Sexualhormone** bei Frauen. Sie werden hauptsächlich in den Eierstöcken und im Gelbkörper, zu einem geringen Anteil auch in der Nebennierenrinde, produziert. Männer produzieren sie im Hoden. Ein kleiner Teil wird auch im Fettgewebe aus Testosteron umgewandelt.

Östrogene wirken nicht nur in den Geschlechtsorganen. Sie haben auch wichtigen Einfluss auf das **Herz-Kreislauf-System**, den **Fett- und Zuckerstoffwechsel**, die Haut, die Lunge, den Knochenstoffwechsel, den Darm, die **Laune**, den Geist usw.

## 1.5.2 Die Funktionen von Östrogenen beim Mann und bei der Frau

### Bei Männern

Östrogene in normaler Konzentration haben bei Männern viele positive Funktionen:

- ▶ Sie schützen vor **Osteoporose**, indem sie die Knochen fit halten
- ▶ Sie schützen vor **Herzkrankheiten, Arteriosklerose und Alzheimer**
- ▶ Sie schützen die **Psyche**
- ▶ Sie fördern den **Appetit**
- ▶ Östrogenen aktiviert die Umwandlung von **Zucker in Fett**
- ▶ Sie helfen bei der **Samenreifung**

### Bei Frauen

Östrogene spielen im weiblichen Zyklus und bei der Fruchtbarkeit eine sehr wichtige Rolle. Sie steuern die **Fruchtbarkeit**. Sie fördern die Reifung einer befruchtungsfähigen **Eizelle**, das

Wachstum der **Gebärmutterschleimhaut** sowie die Ausbildung der weiblichen **Geschlechtsorgane**.

Sie sind verantwortlich für die **geschlechtsspezifischen**, weiblichen Funktionen und **Merkmale** (schmalere Schultern, breitere Hüften, dickerer und breiterer Hintern, Busen, Fetteinlagerungen am Po, an der Hüfte, an den Beinen, zartere Haut, weichere Stimme und Mimik, weibliche Bewegungen, typisch weibliche **Emotionen und Verhaltensweisen**, intensiveres Bauchgefühl und Intuition, mütterlicher Instinkt usw.).



Sie erfüllen aber auch im ganzen Körper wichtige **Aufgaben:**

- ▶ Sie sind wichtig für den normalen Verlauf einer **Schwangerschaft**
- ▶ Sie stimulieren das **Immunsystem**
- ▶ Sie beeinflussen die **Zellenaktivitäten**
- ▶ Sie erhöhen im Hirn die Sensibilität für das **Hören**
- ▶ Sie stärken die **Knochen**
- ▶ Sie wirken als **Radikalfänger**
- ▶ Sie senken den **Blutdruck**
- ▶ Sie schützen die Gesundheit der **Blutgefäße**
- ▶ Sie beeinflussen das Wachstum von **Nervenzellen**, die **Herzfunktionen**, die Stabilität des **Bindegewebes** sowie den **Zucker- und Fettstoffwechsel** positiv
- ▶ Sie machen die **Haut** schön und helfen ihr Flüssigkeit zu speichern
- ▶ Sie steuern die **Haarproduktion** und die **Haarstruktur**
- ▶ Sie haben außerdem die gleichen Funktionen wie bei den Männern
- ▶ Und vieles mehr.

Am Höchsten ist der **Östrogen-Spiegel** beim Eisprung, den niedrigsten Spiegel hat die Frau während der Menstruation.

## 2. Wie man zur Frau wird

In den USA und Japan wurde ca. 250 000 Babys als Mädchen geboren, obwohl sie männlich gezeugt waren. Sie wären eigentlich Jungen gewesen. Die **Geschlechtsumwandlung** geschieht noch im Bauch der Mutter, die **Chemikalien** und **Pestiziden** ausgesetzt wurde. Diese hormonell wirkenden Chemikalien feminisieren die Babys. **Weltweit** zeigen Geburtsstatistiken ähnliche Phänomene. (Wissensstand 2009)

Laut eines Berichts der britischen Umweltorganisation *Chem-Trust* im Jahr 2009 reagieren **männliche Geschlechtsorgane** schon während der Entwicklung **im Mutterleib** weitaus empfindlicher auf Chemikalien und Pestizide. Diese hormonähnlich wirkenden Stoffe führen zu einer immer stärkeren „**Feminisierung**“, auch bei Erwachsenen.

Ich komme aus Kamerun und deswegen habe ich das live erlebt. In den 80er Jahren sah man ein neues Phänomen in **Kamerun**. Plötzlich hatte immer mehr **Männer Busen** wie Frauen. Männer bekamen plötzlich Busen!

## Wie man zur Frau wird



Es wurde überall berichtet und dokumentiert. Viele diese Männer gingen damit offensiv an die Öffentlichkeit, und so sah ich selbst Männer, die ich vorher ohne Busen gekannt hatte nun mit Frauen-ähnlichen **Brüsten**. Es wurde intensiv nach Gründen dafür gesucht und sehr schnell wurde man fündig. Einige Monate vorher hatte die neue Regierung die **Liberalisierung des Fleischhandels** angeordnet. Somit wurde massiv Hühner- und Schweinfleisch aus Europa importiert. Besonders **Hühnerfleisch** war überall zu haben.



Dieses wurde auf der Straße **billig** verkauft. Es war um ein Vielfaches billiger als das Fleisch aus Kamerun. Deswegen stürzten sich einige regelrecht darauf, besonders Menschen, die zu wenig Geld hatten, um besseres Fleisch zu kaufen. Sie konsumierten dieses Europa-Produkt in **Massen**. Untersuchungen wiesen nach, dass dieses Fleisch mit **Hormonen** „befallen“ war. Die Männer wurden regelrecht **feminisiert** und die Regierung musste handeln. Sie zog die Anordnung wieder zurück und der **Import** von Fleisch wurde wieder streng **reglementiert** und wie Magie verschwand dieses Phänomen wieder. 90% der Fleischprodukte stammen aus dem Land selbst und sind viel **gesünder**, auch weil die Bauern gar nicht so viel Geld ausgeben können, um diese ganzen Chemikalien zu kaufen.

**Es war auf jeden Fall ein  
Beweis dafür, wie eine  
Störung im männlichen  
Hormonhaushalt Männer  
verweiblichen kann.**



Man sieht immer mehr Jungs, bei denen die **männlichen Merkmale**, wie breite Schultern in der Pubertät, **kaum** herausgebildet sind.

Eine ungesunde **Ernährung** mit vielen **Chemikalien** (Pestiziden, Düngemitteln, Weichmachern, Konservierungsstoffen, hormonell wirksamen Chemikalien in Fleisch, Fisch, Süßigkeiten, Fertiggerichten usw.), wie bei wir es beim **Industrieessen** haben, führt langfristig zu einer geringeren Produktion von Testosteron und zu einer Steigerung des **Östrogenspiegels** im Körper eines Mannes. Dies wiederum bewirkt eine **Verweiblichung** und große **Potenzstörungen** bei Männern. Weitere Konsequenzen können sein, dass die Männer immer schwächere Potenz mit immer kürzeren **Erektion** haben, dass der Penis immer kleiner, dünner und weniger steif wird, dass Männer immer häufiger vorzeitige **Ejakulationen** haben sowie eine Vermehrung der **Unfruchtbarkeit**.

Studien in mehr als 20 Ländern haben gezeigt, dass die **Spermienqualität** viel schlechter geworden ist. Die Spermienzahl hat sich in den letzten 50 Jahren von 150 Millionen pro Milliliter auf 60 Millionen Spermien pro Milliliter verringert. (Wissensstand 2009)