

Internationaler Tag des Kaffees am 1.Oktober: Nothelfer Kaffee

30.09.2020, 16:45 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Zentrum für Vitalität & Hormon-Power*



Christine Rosa Thanner, Hormon-Expertin

Hormon-Expertin Christine Rosa Thanner: "Lust auf Kaffee deutet auf Hormonmangel hin"

Rüti/ Zürich (30.09.2020) - Wer denkt bei Kaffeelust schon an Hormone? Lust auf viel Koffein deutet oft auf einen zu tiefen Cortisolspiegel hin. So die Hormonexpertin und "Hormonkommissarin" Christine Rosa Thanner, wenn es um das Aufspüren von "Tatmotiven und Tathergängen" im Körper geht: "Bei vielen meiner Kunden stelle ich viel zu niedrige Cortisol-Werte fest, aber dafür einen enormen Verbrauch an koffeinhaltigen Getränken wie Kaffee, Cola und Energiedrinks."

Was ist Cortisol? Es ist ein Anti-Stresshormon, das in der Nebennierenrinde ausgeschüttet wird. Und zwar immer unter anderem dann, wenn der Mensch unter physischem oder psychischem Stress steht. Cortisol hat noch andere lebenswichtige Aufgaben nebst Stressbekämpfung, wie Aufwecken, Energie liefern, Entzündungen bekämpfen und ist

ein wichtiges Hormon für den Herzkreislauf. Wenn Cortisol lange überfordert ist kann es nicht mehr auf einem überhöhten Level kämpfen. Die Cortisolwerte brechen zusammen. Diese zu tiefen Cortisolwerte sind viel bedrohlicher für die Gesundheit als überhöhte Werte.

Sehr viele Menschen sind morgens noch müde. Dann müssen Kaffee oder andere Muntermacher her. Das kann ein Alarmzeichen für ein zu tiefes Cortisol am Morgen sein. "Der Cortisol-Spiegel sollte geprüft und auf natürliche Art erhöht werden - dann kommt die Power wieder zurück in den Körper", so Thanner. Sie empfiehlt einen Hormon-Check, um die Hormonbalance wieder herzustellen.

Stresshormon Cortisol ist verantwortlich für zahlreiche Abläufe im Körper
Christine Thanner ist renommierte Hormon-Expertin und schlägt Alarm: "Viel Lust auf Kaffee und koffeinhaltige Getränke wie Cola und Energydrinks deutet auf einen Notstand beim lebenswichtigen, körpereigenen Hormon Cortisol hin. Für viele Funktionen ist es wichtig. Es ist bekannt als Antistress-Hormon, sorgt auch für Energie und Libido, kämpft gegen Gewichtszunahme und Entzündungen. Kaffee spendet nur vorübergehend Energie.

Nach dem Genuss des beliebten Heissgetränks fühlen sich viele Menschen nach einiger Zeit wieder erschöpft - und eben nicht voller Frische, Energie und Tatendrang! Kaffee ist eine genussvolle Notlösung. Besonders deutlich sind niedrige Cortisol-Werte nachweisbar, wenn man sich müde, ausgepowert und erschöpft fühlt."

Natürliche Anpassung der Hormone bringt Vitalität in den Körper zurück

Wenn das Energiereservoir des Körpers immer wieder "angezapft" wird, besteht die Gefahr, dass man über kurz oder lang unter chronischen Erschöpfungszuständen - auch Nebennierenerschöpfung genannt - leidet. Deshalb ist es umso wichtiger, im Rahmen einer Hormonspeichelauswertung die Cortisol-Werte zu messen. <http://www.hormon-power.ch/2013/05/speichelhormontest-statt-bluttest>

Christine Thanner lässt den Speicheltest vom Labor zum Kunden senden, der diesen bequem in den eigenen vier Wänden durchführen kann und zum Labor zurücksendet. Ein individuelles Hormon-Coaching kann dazu beitragen, zu tiefe oder zu niedrige Hormonwerte zu erkennen. Wobei dann anschliessend natürliche Hormonimpulse zur Hormonbalance und Bekämpfung von Müdigkeit, Energielosigkeit und Erschöpfung beitragen können.



Ein kardinaler Denkfehler beim Cortisol

<https://www.youtube.com/watch?v=P9rodUAS2yA>

Portrait

Christine Rosa Thanner zeigt, wie man die körpereigenen Hormone – mit diversen, natürlichen Methoden – ganzheitlich unterstützen und in einen optimalen Wert bringen kann. Denn unsere Hormone steuern alles: jede Zelle, jedes Organ, Körperfunktionen, psychische Funktionen, Gehirnfunktionen und sogar Persönlichkeitsmerkmale.

News-ID: 1102386 • Views: 537 (Stand: 24.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1102386/Internationaler-Tag-des-Kaffees-am-1-Oktober-Nothelfer-Kaffee.html>