



Dr. Jan-Dirk Fauteck
Andrea Eder

DHEA

ISBN 978-3-7106-0971-8
22,- €
Format 13,5 × 21 cm
272 Seiten
Broschur

04. November 2026

Pressekontakt

Friederike Harr & Linda Schleif
presse@brandstaetterverlag.com
T ++43-(1)-5121543-252
www.brandstaetterverlag.com

DHEA ist ein Schlüsselhormon im menschlichen Körper – und dennoch in der medizinischen Praxis wenig präsent. Dieses Buch ordnet seine Bedeutung für die allgemeine Gesundheit und einen gesunden Alterungsprozess neu ein. Gleichzeitig unterstreicht es seine immense Rolle im gesamten Hormonhaushalt.

Verständlich und anhand zahlreicher Praxisbeispiele erklärt der international führende Chronomediziner Dr. Jan-Dirk Fauteck, wie DHEA in der Nebennierenrinde gebildet wird, wie es im Körper wirkt und warum es in der Forschung oft als „Prohormon“ bezeichnet wird. Denn DHEA ist nicht nur selbst aktiv, sondern dient auch als Ausgangsstoff für zentrale Hormone wie Östrogen und Testosteron. Veränderungen seines Spiegels können daher vielfältige körperliche Prozesse beeinflussen.

Anschaulich wird gezeigt, wie ein niedriger DHEA-Wert mit häufig altersbedingten Beschwerden in Zusammenhang stehen kann, etwa Erschöpfung, nachlassende Leistungsfähigkeit, Veränderungen der Libido, Gedächtnisprobleme oder Stoffwechselveränderungen. Auch mögliche Auswirkungen auf Knochengesundheit, Blutdruck, Körpergewicht und seelisches Wohlbefinden werden differenziert dargestellt.

Das Buch vermittelt aktuelles Wissen über DHEA und seine Rolle im komplexen Zusammenspiel der Hormone. Für alle, die Gesundheit, Leistungsfähigkeit und ein aktives Älterwerden bewusst begleiten möchten.

Das erste Sachbuch, das DHEA als zentrales, bislang unterschätztes Hormon des Älterwerdens verständlich erklärt

Lebensnah: Differenzierte hormonelle Einordnung typischer Altersbeschwerden

Ein fundierter Beitrag zum Trendthema Longevity

Die Autor/innen

Dr. med. **Jan-Dirk Fauteck** erforscht seit Jahrzehnten die Rolle der inneren Uhr im menschlichen Organismus.

Der Präventivmediziner und international führende Chronobiologe ist Gründungsmitglied und

wissenschaftlicher Leiter der Fortbildungsakademie für präventionsmedizinisch interessierte Ärzte ea3m, European Academy of Preventive and Anti-Aging Medicine.

Andrea Eder, Studium der Vergleichenden Literaturwissenschaft und Germanistik;
langjährige Tätigkeit als Redakteurin und Lektorin im Verlagswesen, für Online- und
Printmedien sowie Unternehmen in unterschiedlichen Branchen.