

# Menochron®

*Complément alimentaire innovateur sur la base d'extraits végétaux à effet œstrogène pour le traitement naturel des troubles de la ménopause. Les ingrédients des gélules matin et soir sont particulièrement adaptés aux besoins respectifs du jour et de la nuit et permettent une intégration optimale dans l'alimentation journalière du point de vue chronobiologique. De plus, ils régulent le taux d'hormones du corps.*

## Bases

Les plantes contiennent des substances qui ont des effets semblables aux hormones produites par l'organisme humain. Pour cette raison ces composés sont aussi appelés phytohormones. Ces phytohormones ne sont présentes qu'en faibles quantités et comptent parmi les substances végétales secondaires dont les représentants les plus connus sont les isoflavones. Dans cette catégorie de substances les phytoœstrogènes sont d'une importance particulière, leur effet étant semblable, pourtant un peu plus faible que les hormones sexuelles (œstrogènes) produites par l'organisme humain. Cet effet est dû à leur ressemblance structurelle aux hormones sexuelles humaines ce qui permet une liaison aux récepteurs d'œstrogène, produisant ainsi un effet œstrogène ou bien anti-œstrogène. Un autre effet des phytoœstrogènes est qu'ils refoulent l'œstrogène naturel de ses protéines de transport ce qui peut mener à une augmentation des taux d'hormones naturelles libres et donc actives. C'est pourquoi les phytoœstrogènes peuvent compenser une diminution de la production propre du corps. Dans la ménopause, la diminution de la production d'hormones est souvent accompagnée de symptômes désagréables, comme les bouffées de chaleur, la transpiration accrue et d'autres qui ont des effets négatifs sur le bien-être général. On a démontré que ces effets indésirés peuvent être combattus par les phytoœstrogènes.

Etant donné qu'il se crée une concurrence aux points de liaison des récepteurs dans le corps entre les hormones naturelles du corps et les substances végétales secondaires, les phytohormones peuvent non seulement renforcer mais aussi atténuer l'effet des hormones propres au corps. La question si les effets hormonaux soient renforcés ou atténués dans le cas particulier est fonction non seulement de la spécificité de liaison du phytoœstrogène au récepteur respectif mais aussi de la concentration hormonale actuelle du corps. Comme les hormones naturelles

ont des effets beaucoup plus forts que les substances végétales, ces dernières mènent à une diminution de l'effet hormonal dans le cas d'une très haute concentration hormonale dans le corps, les substances à effet plus fort étant refoulées des points de liaison. Si, pourtant, les concentrations propres du corps sont très faibles, les phytoœstrogènes peuvent déployer leur plein effet. De cette façon les substances végétales secondaires exercent un effet régulateur fin sur l'équilibre hormonal. Mais ces substances produisent non seulement un effet sur les hormones mais elles influent aussi sur le métabolisme entier (lipides, glucides et minéraux) et contrôlent la croissance de différentes cellules et du tissu. De plus, elles protègent contre les maladies provoquées par les changements du métabolisme qui sont fonction des hormones, comme p. ex. la plus vite dégradation osseuse dans l'âge. Le soja, le trèfle rouge et le thé de Java sont particulièrement riches en ces substances végétales secondaires.

Outre les isoflavones, le Menochron® contient aussi d'autres précieux ingrédients, comme des acides aminés essentiels, des saponines et des phytostérols. De plus, grâce à l'extrait de Valériane, le corps peut trouver la détente nécessaire dont le défaut est souvent dû aux changements de l'équilibre hormonal qui malheureusement fait souvent défaut dans la ménopause. Dans ce cas le corps ne peut pas trouver le sommeil réparateur dont il a tellement besoin.

## Effets

**Graines de soja:** L'effet principal de cet extrait est basé sur sa teneur en isoflavones. En particulier le genistein, le daidzein et le glycitein, les trois isoflavones les plus importantes du soja ont été étudiées à fond en vue de leur propriétés œstrogènes et antioxydantes. Les saponines qu'elles contiennent également renforcent avant tout le système immunitaire. Ensemble avec les phytostérols, une autre catégorie

importante de substances végétales secondaires, elles lient le cholestérol, empêchant ainsi son absorption via l'intestin et enfin abaissant le taux de cholestérol.

**Orthosiphon:** Les feuilles séchées de l'orthosiphon, aussi dénommé thé de Java, contiennent un mélange à composition complexe d'huiles essentielles, d'acides végétaux, d'isoflavones, de saponines et de sels de potassium. On a observé un effet purifiant, anti-inflammatoire, faiblement spasmolytique et bactéricide.

**L'igname sauvage** contient des saponines, dont la diosgénine et la dioscorétine. Ces substances réduisent le taux de sucre et de



**Menochron®**

- ▶ dégage des isoflavones à effet œstrogène et d'autres substances végétales de façon optimale du point de vue chronobiologique
- ▶ régule l'équilibre hormonal, en particulier des femmes à partir de 45 ans
- ▶ favorise le métabolisme des lipides et des glucides ainsi que la formation osseuse et intercepte les radicaux libres

Menochron®

triglycérides dans le sang et augmentent les taux en («bon») cholestérol HDL. De plus, on connaît ses propriétés antioxydantes, spasmolytiques et anti-inflammatoires.

**Le dong quai (angélique de Chine)** appartient à la famille des Apiacées et est utilisé par la médecine traditionnelle chinoise pour le traitement de troubles menstruels, de règles intermédiaires et de troubles de la ménopause. Il est également utilisé contre l'hypertension et les troubles de l'irrigation sanguine.

**Lignanes:** leur nom étant dérivé du terme latin pour le bois (lignum), les lignanes sont une classe particulière d'antioxydants, de polyphénols et d'isoflavones. La ressemblance structurale des lignanes est la plus forte avec le groupe des hormones sexuelles. Cela permet – grâce à la fixation à certains récepteurs de nos cellules – non seulement la compensation de la production propre qui va en s'affaiblissant mais aussi la diminution en cas d'une surproduction d'hormones. De cette façon les lignanes interviennent dans le développement de tumeurs hormono-dépendantes (sein, prostate, intestin). Exception faite de certains risques de cancer, les lignanes sont aussi capables d'améliorer la santé du cœur.

**Trifolium (trèfle rouge):** Cette plante appartient à la famille des papilionacées. Outre les isoflavones mentionnées ci-dessus cet extrait contient avant tout du formononetin et du biochanin A. Ces derniers sont des stades préliminaires du genistein et du daidzein mais semblent avoir, eux aussi, leur effet propre et contribuer ainsi à l'efficacité du trèfle rouge. Le faible effet œstrogène de toutes les isoflavones réduit les troubles de la ménopause sans pourtant provoquer les problèmes connus d'une substitution d'œstrogène traditionnelle. De plus, il y a des indices que l'apport de ces isoflavones résulte aussi dans la protection contre l'ostéoporose.

**Valériane:** Cet extrait est l'un des plus vieux médicaments naturels qui est utilisé de tout temps pour le traitement d'états d'inquiétude et de troubles de sommeil. Il fait passer le corps dans un état détendu et accroît ainsi la disposition à l'endormissement. Prise régulièrement, la Valériane a un effet équilibrant et apaisant.

Outre les isoflavones et de nombreux autres composés actifs, le **cohosh noir** contient aussi des glycosides triterpéniques. Ceux-ci sont particulièrement utiles dans le traitement des troubles de la ménopause.

**Magnésium:** Le magnésium appartient aux minéraux les plus importants pour l'homme. Il est entre autres nécessaire pour la fonction musculaire normale et il est utilisé depuis longtemps en tant que spasmolytique. De plus, le magnésium est essentiel pour la construction osseuse saine.

## Indications

La prise de Menochron® sert à la prévention et au traitement des troubles de la ménopause et de tous ses changements, comme p.ex. les bouffées de chaleur, la transpiration accrue, l'irritabilité, les sautes d'humeur et l'insomnie mais aussi la densité osseuse et le métabolisme des lipides. Il est supposé qu'une prise régulière diminue le risque de développer un cancer hormonodépendant. Etant donné qu'il ne faut s'attendre à pratiquement pas d'effets secondaires comme ils surviennent dans une thérapie traditionnelle de remplacement d'hormones, Menochron® est aussi approprié pour les personnes pour qui une substitution traditionnelle n'est pas recommandée.

## Composition

### Gélule AM (matin)

	dose journalière
Isoflavones (à partir de soja)	40 mg
Extrait d'orthosiphon	200 mg
Igname sauvage	100 mg
Damiana	100 mg
Dong Quai	100 mg
Lignanes	15 mg

### Gélule PM (soir)

	dose journalière
Isoflavones (à partir de soja)	30 mg
Igname sauvage	100 mg
Lignanes	15 mg
Extrait de trèfle rouge	10 mg
Extrait de Valériane	50 mg
Magnésium (Mg)	90 mg
Cohosh Noir (Cimicifuga racemosa)	40 mg

dans un excipient hypo-allergénique à base d'amidon de riz.

## Posologie

En général, prendre 1 gélule AM (jaune) le matin et 1 gélule PM (bleu) le soir avec assez d'eau.

## Effets indésirables contre-indications

Les plantes à partir desquelles les extraits sont obtenus se sont montrées généralement bien compatibles à l'échelle mondiale. Il en résulte qu'une large gamme de doses est sans inconvénient pour la santé.

On connaît des cas isolés de réactions allergiques contre la protéine de soja. En cas d'une maladie cancéreuse ou dans son soin thérapeutique Menochron® ne doit être pris qu'après consultation du médecin traitant.








Chez les personnes à peau claire, le dong quai peut augmenter la sensibilité à la lumière solaire. Il est déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes de prendre ce produit.

## Remarques

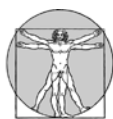
En général, il est recommandé de consulter un spécialiste avant la prise. En cas de maladies ou de la prise continue simultanée de médicaments Menochron® ne doit en tout cas être utilisé qu'après consultation d'un médecin. Si vous éprouvez des malaises lors de la prise de Menochron®, consultez un médecin et l'informez de la prise. Garder hors de la portée des enfants dans un lieu frais et sec.

### Groupes de produits Menochron®

Menochron® se trouve dans les groupes de produits suivants ([www.vitabasis.com](http://www.vitabasis.com)):

-  Hormones & Substances à effet hormone
-  Chronobiologie
-  Dépression & Humeur
-  Santé féminine
-  Système immunitaire, protection cellulaire & Antioxydants
-  Os & Articulations
-  Sexualité & Libido
-  Métabolisme & Poids

Fabricant:



**VitaBasix®**

by LHP Inc.

[www.vitabasis.com](http://www.vitabasis.com) | [france@vitabasis.com](mailto:france@vitabasis.com)

Tel.: 00800-8020 8010 | Fax: 00800-1570 1590

### Remarques importantes:

Nos produits sont fabriqués selon le standard des bonnes pratiques de fabrication. La qualité, la pureté et la concentration sont régulièrement contrôlées par des laboratoires indépendants compétents, conformément aux directives de la FDA (Food and Drug Administration, États-Unis).

Nos produits sont conçus en tant que mesure préventive et pour l'amélioration du bien-être général. Pour une utilisation curative, nous vous recommandons expressément de consulter d'abord votre médecin.

Sous réserve de modifications et de fautes d'impression. Mise à jour: Octobre 2008