

# Menochron®

*Innovative Nahrungsergänzung auf der Basis von pflanzlichen Extrakten mit östrogenähnlicher Wirkung zur natürlichen Behandlung von Wechseljahresbeschwerden. Die Inhaltsstoffe der Morgen- und Abendkapsel sind speziell auf den jeweiligen tageszeitlichen Bedarf abgestimmt, ermöglichen eine aus chronobiologischer Sicht sinnvolle Integration in die tägliche Ernährung und regulieren die körpereigenen Hormonspiegel.*

## Grundlagen

Pflanzen enthalten Substanzen, die ähnliche Wirkungen zeigen wie die vom menschlichen Organismus gebildeten Hormone. Diese in geringen Mengen vorkommenden und zu den sekundären Pflanzenstoffen zählenden Verbindungen, deren bekannteste Vertreter die Isoflavone sind, werden daher auch als Phytohormone bezeichnet. In dieser Substanzklasse wiederum haben die Phytoöstrogene eine herausragende Bedeutung, denn sie weisen eine ähnliche, wenn auch schwächere Wirkung als die vom menschlichen Organismus selbst gebildeten Sexualhormone (Östrogene) auf. Diese Wirkung ist auf ihre strukturelle Ähnlichkeit zu den menschlichen Sexualhormonen zurückzuführen, denn sie ermöglicht eine Bindung an die Östrogenrezeptoren, wodurch eine östrogene oder aber antiöstrogene Wirkung erzielt werden kann. Eine weitere Wirkung der Phytoöstrogene besteht darin, dass sie das körpereigene Östrogen von seinen Transporterproteinen verdrängen, was zu einer Erhöhung der körpereigenen freien und damit aktiven Hormonspiegel führen kann. Aufgrund dieser Gründe können Phytoöstrogene eine nachlassende Eigenproduktion des Körpers ergänzen. Das Nachlassen der Eigenproduktion wird in den Wechseljahren (Menopause) häufig von Symptomen wie Hitzewallungen, Schwitzen u. a. begleitet, die sich negativ auf das allgemeine Wohlempfinden auswirken. Diesen unerwünschten Effekten wirken Phytoöstrogene nachweislich entgegen.

Da sowohl das körpereigene Hormon als auch die sekundären Pflanzenstoffe um die Bindungsstellen der Rezeptoren im Körper konkurrieren, können die Phytohormone die Wirkung der körpereigenen Hormone nicht nur verstärken, sondern auch abschwächen. Ob es nun im Einzelfall zu einer Verstärkung oder Abschwächung der Hormonwirkungen kommt, hängt sowohl von der Bindungsspezifität des Phytoöstrogens als auch von der Bindungsspezifität des körpereigenen Hormons ab als auch von der aktuellen, körpereigenen Hormonkonzentration. Da die körpereigenen Hormone im Vergleich zu den

pflanzlichen Substanzen wesentlich stärkere Effekte zeigen, führen letztere bei einer sehr hohen, körpereigenen Hormonkonzentration zur Abschwächung der Hormonwirkung, da die stärker wirkenden aus den Bindungsstellen verdrängt werden. Sind die körpereigenen Konzentrationen jedoch sehr niedrig, so können die Phytoöstrogene ihre volle Wirkung entfalten. Somit üben diese sekundären Pflanzenstoffe eine feinregulierende Wirkung auf den Hormonhaushalt aus. Diese Stoffe besitzen aber nicht nur eine Wirkung auf die Hormone, sondern beeinflussen auch den gesamten Stoffwechsel (Fett-, Zucker- und Mineralstoffwechsel) und steuern das Wachstum verschiedenster Zellen und Gewebe. Zudem schützen sie vor Erkrankungen, die auf hormonabhängige Veränderungen des Stoffwechsels zurückzuführen sind, wie z. B. dem schnelleren Knochenabbau im Alter. Besonders reich an diesen sekundären Pflanzenstoffen sind Soja, Rotklee und Katzenbart.

Menochron® enthält neben den Isoflavonen weitere wertvolle Inhaltsstoffe wie essentielle Aminosäuren, Saponine und Phytosterole. Darüber hinaus bewirkt das Valeriana-Extrakt, dass der Körper die notwendige Entspannung findet, deren Mangel oft in den Veränderungen des Hormonhaushaltes zu finden ist und die in den Wechseljahren daher leider häufig ausbleibt, so dass der Körper nicht in den für ihn so wichtigen, erholsamen Schlaf findet.

## Wirkungen

**Sojabohne:** Die hauptsächliche Wirkung dieses Extraktes beruht auf seinem Gehalt an Isoflavonen. Insbesondere Genistein, Daidzein und Glycitein, die drei wichtigsten Isoflavone des Sojas, sind hinsichtlich ihrer östrogenen und antioxidativen Eigenschaften eingehend untersucht wurden. Die ebenfalls enthaltenen Saponine stärken vor allem das Immunsystem. Zusammen mit den Phytosterolen, einer weiteren wichtigen Klasse sekundärer Pflanzenstoffe, binden sie aber auch Cholesterol,

wodurch dessen Aufnahme über den Darm verhindert und letztlich der Cholesterinspiegel gesenkt wird.

**Orthosiphon:** Getrocknete Orthosiphonblätter, auch Katzenbartblätter genannt, enthalten ein komplex zusammengesetztes Gemisch aus ätherischen Ölen, Pflanzensäuren, Isoflavonen, Saponinen und Kaliumsalzen. Beobachtet wird eine ausschwemmende, entzündungshemmende, schwach krampflösende und keimabtötende Wirkung.

**Wilde Yamswurzel** enthält Saponine wie Diosgenin und Dioscoretin. Diese Substanzen senken den Blutzucker- und Triglyzerid-Spiegel und erhöhen das («gute») HDL-



**Menochron®**

- ▶ setzt chronobiologisch optimiert östrogen-wirksame Isoflavone und andere Pflanzenstoffe frei
- ▶ reguliert den Hormonhaushalt speziell von Frauen über 45
- ▶ unterstützt den Fett- und Zucker-Stoffwechsel, den Knochenaufbau und fängt freie Radikale ab

Auf einen Blick

Menochron®

Cholesterin. Weiters sind antioxidative, krampflösende und entzündungshemmende Eigenschaften bekannt.

**Dong Quai (Chinesischer Brustwurz)** gehört zur Sellerie-Familie und wird in der traditionellen chinesischen Medizin bei Menstruationsbeschwerden, Zwischenblutungen und klimakterischen Beschwerden eingesetzt. Es fand auch Anwendung gegen hohen Blutdruck und Durchblutungsstörungen.

**Lignane:** Abgeleitet vom lateinischen Begriff für Holz (lignum) bezeichnet Lignane eine besondere Klasse an Antioxidantien, Polyphenolen und Isoflavonen. Am stärksten ist die strukturelle Ähnlichkeit der Lignane mit der Gruppe der Sexualhormone. Das ermöglicht durch Anbindung an gewisse Rezeptoren unserer Zellen sowohl den Ausgleich der nachlassenden Eigenproduktion als auch eine Abschwächung bei zu hoher Hormonproduktion. Auf diese Weise greifen Lignane in die Entwicklung hormonabhängiger Tumore (Brust, Prostata, Darm) ein. Neben der Einschränkung gewisser Krebsrisiken kann mit Lignanzen zusätzlich eine Verbesserung der Herzgesundheit erzielt werden.

**Trifolium (Rotklee)** ist ein Schmetterlingsblütler. Neben den bereits oben genannten Isoflavonen, besitzt dieses Extrakt vor allem Formononetin und Biochanin A. Letztere stellen Vorstufen von Genistein und Daidzein dar, scheinen aber auch ihrerseits eine eigene Wirkung zu besitzen und so zur Wirksamkeit von Rotklee beizutragen. Die milde östrogene Wirkung aller Isoflavone verringert Beschwerden in der Menopause, ohne die bekannten Probleme, die mit einer klassischen Östrogen-substitution verbunden sind, hervorzurufen. Darüber hinaus gibt es Hinweise darauf, dass die Zufuhr dieser Isoflavone in einem Schutz vor Osteoporose resultiert.

**Valeriana:** Dieses Extrakt, auch Baldrian genannt, ist eines der ältesten angewandten Naturheilmittel und wird von Alters her zur Behandlung von Unruhezuständen und Schlafstörungen verwendet. Es versetzt den Körper in einen entspannten Zustand und erhöht so die Einschlafbereitschaft. Regelmäßig eingenommen wirkt Baldrian ausgleichend und beruhigend.

**Trauben-Silberkerze** enthält neben Isoflavonen und vielen anderen wirksamen Verbindungen Triterpen-Glycoside. Diese sind besonders bei klimakterischen Beschwerden besonders hilfreich.

## Zusammensetzung

AM Kapsel (Morgen)	
	Tagesdosis
Isoflavone (aus Soja)	40 mg
HMR Lignane	15 mg
Orthosiphon-Extrakt	200 mg
Wilder Yamswurzel-Extrakt	100 mg
Damiana-Extrakt	100 mg
Dong Quai-Extrakt	100 mg
Coral Calcium®	25 mg
Bioperine®	2,5 mg

in pharmazeutischer Qualität. Andere Inhaltsstoffe: Reismehl, SiO<sub>2</sub>, Magnesiumstearat, Stearinsäure, Tricalciumphosphat

**Magnesium:** Magnesium gehört zu den für den Menschen wichtigsten Mineralstoffen und ist unter anderem für die normale Muskelfunktion notwendig und wird seit langem zur Krampflinderung eingesetzt. Darüber hinaus ist Magnesium für einen gesunden Knochenaufbau essentiell.

## Indikationen

Die Einnahme von Menochron® dient der Vorbeugung und Behandlung von Beschwerden der Menopause und aller damit verbundenen Veränderungen wie z.B. Hitzewallungen, Schwitzen, Reizbarkeit, Stimmungsschwankungen und Schlaflosigkeit, aber auch der Knochendichte und des Fettstoffwechsels. Eine regelmäßige Einnahme kann unter Umständen das Risiko, an hormonabhängigen bösartigen Tumoren zu erkranken, senken. Da mit so gut wie keinen Nebenwirkungen, wie sie bei einer klassischen Hormontherapie auftreten, zu rechnen ist, ist Menochron® auch für solche Personen geeignet, die eine klassische Substitution nicht vertragen.

## Dosierung

Im Normalfall 1 Kapsel AM (gelb) morgens und 1 Kapsel PM (blau) abends mit reichlich Flüssigkeit einnehmen. Bei besonders starken menopausalen Anzeichen kann die Dosis auf 2 Kapseln morgens und 2 Kapseln abends erhöht werden.

## Nebenwirkungen, Kontraindikationen

Die Pflanzen, aus denen die Extrakte gewonnen wurden, haben sich in traditionellen Nahrungsmitteln weltweit als allgemein gut verträglich erwiesen. Gesundheitliche Unbedenklichkeit ist so über einen weiten Dosis-Bereich gegeben.

PM Kapsel (Abend)	
	Tagesdosis
Isoflavone (aus Soja)	30 mg
HMR Lignane	15 mg
Magnesium (Mg)	90 mg
Wilder Yamswurzel-Extrakt	100 mg
Rotklee-Extrakt	10 mg
Valeriana-Extrakt	50 mg
Trauben-Silberkerze-Extrakt	40 mg
Coral Calcium®	25 mg
Bioperine®	2,5 mg

Gegen Soja-Eiweiß sind vereinzelt allergische Reaktionen möglich. Bei einer Krebserkrankung oder in deren Nachsorge sollte Menochron® nur nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt eingenommen werden.

Dong Quai kann bei hellhäutigen Personen die Empfindlichkeit gegen Sonnenlicht erhöhen. Für Schwangere oder stillende Mütter nicht geeignet.

## Hinweise

Generell wird empfohlen, vor der Einnahme einen Spezialisten zu konsultieren. Beim Vorliegen von Krankheiten oder bei gleichzeitiger Dauereinnahme von Medikamenten sollte Menochron® auf alle Fälle nur nach Rücksprache mit einem Arzt angewandt werden. Treten unter der Einnahme von Menochron® Beschwerden auf, sollten Sie einen Arzt aufsuchen und ihn über die Einnahme informieren. Für Kinder unerreichbar an einem kühlen, trockenen Ort aufbewahren.

## Menochron®-Produktgruppen

Menochron® ist in folgenden Produktgruppen zu finden ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

- Hormone & Hormonähnliche Substanzen
- Chronobiologie
- Depression & Stimmung
- Frauengesundheit
- Immunsystem, Zellschutz & Antioxidantien
- Knochen & Gelenke
- Sexualität & Libido
- Stoffwechsel & Gewicht

Hersteller:



**VitaBasix**®

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)  
Tel.: 00800-1570 1570 | Fax: 00800-1570 1590

## Wichtige Hinweise:

Unsere Produkte werden nach GMP (Good Manufacturing Practice) Standard hergestellt. Qualität, Reinheit und Konzentration werden laufend von unabhängigen Testlabors nach FDA (Food and Drug Administration) Richtlinien überprüft.

Unsere Produkte sollen als Präventivmaßnahmen bzw. zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens verstanden werden. Bei der Verwendung zur Behandlung von Krankheiten empfehlen wir unbedingt die vorherige Konsultation Ihres Arztes.

Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Stand September 2015