

# Hormonfrei und sicher

Wirksam und schonend lindert ein **Traubensilberkerzenextrakt** in Kombination mit Johanniskraut körperliche und seelische Beschwerden in den Wechseljahren, unter denen viele Frauen leiden.

**A**ls Klimakterium oder umgangssprachlich als Wechseljahre bezeichnet man bei der Frau die Jahre der hormonellen Umstellung vor und nach der letzten Regelblutung (Menopause). In dieser Zeit geht allmählich die Hormonproduktion in den Eierstöcken (Ovarien) zurück, sodass die Frau die Fähigkeit zur Fortpflanzung verliert. Dieser Lebensabschnitt ist keine Krankheit, sondern Teil des natürlichen Alterungsprozesses. Die Talfahrt der Hormone wird allerdings sowohl körperlich als auch psychisch ganz unterschiedlich erlebt. Während jede dritte Frau über starke Beschwerden klagt, verspürt ein Drittel von ihnen mäßige und ein weiteres Drittel sogar keine oder nur geringe Symptome.

## Ungleichgewicht der Hormone

Die Wechseljahre werden in drei Phasen unterteilt: In die Prä-, Peri- und Postmenopause. Als Prämenopause wird die Zeit vor der Menopause definiert, in der die hormonellen Umstellungsprozesse beginnen und sich erste Beschwerden zeigen können. Bei den meisten Frauen geschieht dies um das 45. Lebensjahr herum. Dann geht in den Ovarien der Vorrat an Eizellen und damit an Eibläschen (Follikeln) zur Neige, was mit einer

Abnahme der Östrogenproduktion einhergeht. Im gleichen Zuge sinkt der Progesteronspiegel, da der zum Gelbkörper umgewandelte Follikel Produktionsort des Progesterons ist. Der Körper versucht zunächst das allmähliche Nachlassen der Eierstockfunktion durch ein vermehrtes Ausschütten von follikelstimulierendem Hormon (FSH), das die Ovarien wieder zur Hormonproduktion anregen soll, zu kompensieren. Folge ist ein Ungleichgewicht der Hormone, das sich in zunehmend unregelmäßig werdenden Zyklen widerspiegelt.

## Hitzewallungen als Leitsymptom

Außerdem wird das Gleichgewicht weiterer Botenstoffe im Gehirn (z. B. Noradrenalin, Serotonin) gestört, welche die Körpertemperatur und die Stimmungslage regulieren. Dadurch gerät das seelische Wohlbefinden aus dem Takt und Stimmungsschwankungen mit Veränderungen der Stimmungslage, erhöhter Reizbarkeit oder depressiven Verstimmungen können sich einstellen. Außerdem wird das Thermoregulationszentrum empfindlicher auf an sich normale Schwankungen der Körperkerntemperatur und reagiert bereits bei einem leichten Temperaturanstieg mit unangemessenen Wärmeverlusten, die sich als Schweißausbrüche und Hitzewallungen dar-

stellen. Sie sind nicht nur unangenehm und beeinträchtigen die Lebensqualität. Treten sie nachts auf, sind Schlafstörungen und damit ein Abnehmen der Leistungskraft am Tage spürbare Folgen. Hitzewallungen gelten als das Leitsymptom der Wechseljahre, da sie das häufigste Symptom sind und meist als schwerwiegendste Auswirkung der hormonellen Veränderungen empfunden werden.

## Mitten im Wechsel

Zwischen 51 und 52 Jahren tritt durchschnittlich die letzte Regelblutung auf. Mit der Menopause ist der Wechsel aber noch nicht vollzogen, sie ist lediglich das deutlichste Signal für den hormonellen Umstellungsprozess. In der Perimenopause, also in der Zeit vor und nach der Menopause, nehmen die Hitzewallungen weiter zu, da die Produktion der Östrogene massiv reduziert und die des Progesterons ganz eingestellt wird. Außerdem löst der verringerte Östrogenspiegel weitere organische Veränderungen aus. Das Gewebe der Blase und Gebärmutter erschlafft, was eine Absenkung dieser Organe mit folgender Harninkontinenz nach sich ziehen kann. Harnwegs- und Genitalinfektionen können sich häufiger einstellen, da das Gewebe von Scheide und Harnröhre an Feuchtigkeit ver-

**Remifemin\***, Wirkstoff: Trockenextrakt aus Cimicifugawurzelstock. **Zusammensetzung:** 1 Tablette enthält: 2,5 mg Trockenextrakt aus Cimicifugawurzelstock (6-II : 1), Auszugsmittel: Propan-2-ol (40 % V/V). Sonstige Bestandteile: Cellulosepulver, Kartoffelstärke, Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat. **Anwendungsgebiete:** psychische und neurovegetative Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegenüber Cimicifugawurzelstock oder einem der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** selten Magen-Darm-Beschwerden (dyspeptische Beschwerden, Durchfall), allergische Reaktionen der Haut (Nesselsucht, Hautjucken, Hautausschlag), Gesichtssedeme und periphere Ödeme, Gewichtszunahme, Erhöhung der Transaminasen. Sehr selten Berichte über Leberschädigungen unter Arzneimitteln aus Cimicifugawurzelstock (Zusammenhang nicht bewiesen). **Warnhinweis:** enthält Lactose. Packungsbeilage beachten.

Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstraße 35, 38259 Salzgitter Stand 11/11



© Alle Fotos: Schaper & Brümmer GmbH & Co.

liert und es zu Verschiebungen des pH-Wertes kommt, wodurch sich pathogene Keime leichter einnisten können. Durch eine rückläufige Produktion von Scheidensekret können Beschwerden beim Geschlechtsverkehr auftreten. Der Abbau von kollagenen und elastischen Fasern bewirkt eine verringerte Elastizität und Dicke der Haut mit vermehrter Faltenbildung. Im Gesicht und am Körper kann es zu einer vermehrten Behaarung, auf der Kopfhaut hingegen zu einem Haarverlust aufgrund eines relativen Übergewichts an Testosteron kommen. In der Regel nehmen die meisten Frauen trotz gleich bleibender Kalorienzufuhr allmäh-

lich an Gewicht zu, da sich der Stoffwechsel mit zunehmendem Alter verlangsamt.

**Der Wechsel ist vollzogen** In der Postmenopause, also der Zeit nach der Menopause, versiegt die Östrogenproduktion in den Ovarien ganz. Der Östrogenmangel verändert den Calciumhaushalt, was langfristig die Festigkeit der Knochen negativ beeinflussen und zu einer Osteoporose führen kann. Darüber hinaus können Gelenksbeschwerden durch eine veränderte Qualität der Knorpel auftreten. Zudem gleicht sich das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen aufgrund der fehlenden kardiovas-

kulären Schutzfunktion der Östrogene dem der Männer an. Der letzte Abschnitt der Wechseljahre endet, wenn sich wieder ein stabiler Hormonhaushalt eingestellt hat. Meist sind die Hormone etwa bis zum 60. Lebensjahr wieder in der Balance.

**Hormone nur bei sehr starken Beschwerden** Bis vor wenigen Jahren war es üblich, negative Begleiterscheinungen in der hormonellen Umstellungsphase mit Hormonpräparaten zu therapieren. Nicht nur die typischen Wechseljahresbeschwerden sollten gelindert werden, sie wurden auch zur Prävention von Osteoporose oder koronarer ▶

**Remifemin® plus, Zusammensetzung:**  
 1 Filmtablette enthält:  
 arzneilich wirksame Bestandteile: Hyperici herb. extr. sicc. (Trockenextrakt aus Johanniskraut), entspr. Gesamthypericin (standard.) = 0,25 mg; Cimicifugae rhiz. extr. sicc. (Trockenextrakt aus Cimicifugawurzelstock), entspr. Triterpenglykoside berechnet als 27-Deoxyactein (standard.) = 1,0 mg.  
 Sonstige Bestandteile: mikrokristalline Cellulose, Glycerolalikonat, Glycerolbehenat, Kartoffelstärke, Lactose, Macrogol, Magnesiumstearat, Methylhydroxypropylcellulose, hochdisperses Siliciumdioxid, Talkum, Farbstoffe E 132, E 172.  
**Anwendungsgebiete:**  
 Beschwerden im Klimakterium wie Hitzewallungen, Schweißausbrüche, depressive Verstimmungszustände und psychovegetative Störungen wie Niedergeschlagenheit, innere Anspannung, Reizbarkeit, Konzentrationsschwäche, Schlaflosigkeit, Angst und/oder nervöse Unruhe.

**Gegenanzeigen:**  
 Patientinnen unter Therapie mit Immunsuppressiva (Ciclosporin, Tacrolimus zur innerlichen Anwendung, Sirolimus), Anti-HIV-Arzneimitteln (Proteinase-Hemmer wie Indinavir, Non-Nucleosid-Reverse-Transcriptase-Hemmer wie Nevirapin), Zytostatika wie Imatinib, Irinotecan - mit Ausnahme von monoklonalen Antikörpern.  
 Bekannte Allergie gegen einen der Bestandteile. Bekannte Lichtüberempfindlichkeit der Haut.  
**Nebenwirkungen:** sehr selten, insb. bei hellhäutigen Personen, durch erhöhte Lichtempfindlichkeit der Haut (Photosensibilisierung) sonnenbrandähnliche Reaktionen unter starker Bestrahlung. Selten Magen-Darm-Beschwerden (dyspeptische Beschwerden, Durchfall), allergische Reaktionen der Haut (Nesselsucht, Hautjucken, Hautausschlag), Gesichtsoedeme und periphere Ödeme, Gewichtszunahme, Erhöhung der Transaminasen. Sehr selten Müdigkeit oder Unruhe. Sehr selten Berichte über Leberschädigungen unter Arzneimitteln aus Cimicifugawurzelstock (Zusammenhang nicht bewiesen).  
**Warnhinweis:** enthält Lactose. Packungsbeilage beachten.

Schaper & Brümmer  
 GmbH & Co. KG,  
 Bahnhofstraße 35,  
 38259 Salzgitter  
 Stand 8/09

► Herzkrankheit eingesetzt. Nachdem Studien aber Hinweise auf ein erhöhtes Risiko für Brust- und Eierstockkrebs sowie kardiovaskuläre Ereignisse (z. B. Thrombosen, Embolien, Schlaganfälle) bei langfristiger Einnahme ergeben haben, wurde die Hormontherapie vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) neu bewertet. Heute sollen Hormone gemäß den akuten Empfehlungen der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft nur noch bei sehr starken Wechseljahresbeschwerden sowie nach ausführlicher Beratung und Abwägung von Nutzen und Risiko verordnet werden. Dabei sollten die Hormone nur so kurz wie möglich und so niedrig dosiert wie nötig eingesetzt werden.

lischer Cimicifuga racemosa-Extrakt (iCR-Spezialextrakt), der in den Präparaten Remifemin® plus und Remifemin® enthalten ist und als geprüftes Arzneimittel zur Verfügung steht. Cimicifuga racemosa ist die Bezeichnung für die Traubensilberkerze, eine Arzneipflanze der indianischen Volksmedizin, die sich bei uns seit über 100 Jahren als Phytotherapeutikum zur Therapie gynäkologischer Erkrankungen etabliert hat. Sowohl die Kommission E des ehemaligen Bundesgesundheitsamtes als auch die WHO (World Health Organisation), die ESCOP (The European Scientific Cooperative on Phytotherapy) und das Herbal Medicinal Products Committee (HMPC) der Europäischen Arzneimittelbehörde (EMA) haben Extrakte aus dem

auf die körperlichen Beschwerden wie Hitzewallungen und Schweißausbrüche wirkt, hat Johanniskraut (zusätzlich in Remifemin® plus) eine positive Wirkung auf psychische Symptome wie depressive Verstimmungen, Nervosität und Stimmungsschwankungen. Wenn die körperlichen und seelischen Symptome zum ersten Mal auftreten, empfiehlt sich die Einnahme des stärkeren Remifemin® plus. Es enthält den iCR-Spezialextrakt in besonders hoher Dosierung. Remifemin® plus ist das Präparat mit der höchsten Tagesdosierung an Traubensilberkerze auf dem deutschen Arzneimittelmarkt. Mit ihm bekommen die Frauen ihre Beschwerden am besten unter Kontrolle, denn es sorgt dafür, dass der Körper bereits zu Beginn optimal

## SEHR GUTE DOKUMENTATION DER WIRKSAMKEIT UND SICHERHEIT

Mit dem iCR-Spezialextrakt wurden umfangreiche präklinische und klinische Untersuchungen durchgeführt, darunter auch GCP-konforme, randomisierte und kontrollierte Studien. Insgesamt nahmen über 12000 Patientinnen Remifemin® plus und Remifemin® ein. Es wurde eine signifikante Verbesserung sowohl der körperlichen Beschwerden wie Hitzewallungen, Schweißausbrüche und Schlafstörungen als auch der seelischen Begleiterscheinungen wie depressive Verstimmungen, Nervosität und Stimmungsschwankungen erzielt. Beide Präparate zeichnen sich zudem durch eine gute Verträglichkeit aus. Im Hinblick auf ihre Sicherheit konnte gezeigt werden, dass der iCR-Spezialextrakt weder Hormone noch Phytohormone enthält und keine gesamt-systemische östrogenartige Wirkung ausübt. Unter der Therapie werden weder hormonelle Werte verändert, noch kommt es zu einer Beeinflussung östrogensensibler Organe wie der Brust oder Gebärmutter.

**Natürliche Hilfe mit der Kraft der Traubensilberkerze** Bei neurovegetativen (z. B. Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen) und psychischen Wechseljahresbeschwerden haben sich pflanzliche Präparate bewährt, wobei es bei Auswahl eines Phytotherapeutikums wichtig ist, sich für ein Präparat mit nachgewiesener Qualität, Wirksamkeit und Sicherheit zu entscheiden. Diese Kriterien erfüllen nur Arzneimittel, da sie diese drei Punkte im Rahmen ihrer Zulassung durch zahlreiche Studien nachgewiesen haben. Ein sehr gut untersuchtes und dokumentiertes Phytotherapeutikum ist ein spezieller isopropano-

Wurzelstock der Traubensilberkerze in ihren Monografien bei klimakterischen Beschwerden positiv bewertet. Da der iCR-Spezialextrakt weder Hormone noch Phytohormone enthält, ist er in der Lage, die Beschwerden schonend und trotzdem zuverlässig zu lindern. Er übt keine östrogenartige Wirkung aus, sodass weder hormonelle Werte verändert noch unerwünschte Effekte bei östrogensensiblen Organen wie der Gebärmutter-schleimhaut oder am Brustgewebe auftreten.

**Mit dem Plus für die Seele** Während die Traubensilberkerze (in Remifemin®) vor allem regulierend

mit Wirkstoff versorgt wird. Das Präparat hilft nicht nur gegen stärkere Wechseljahresbeschwerden. Darüber hinaus profitieren Frauen mit betont psychischen Symptomen von dem Johanniskrautzusatz. So sind auch seelische Probleme von Anfang an in den Griff zu kriegen. Remifemin® ist hingegen die richtige Lösung bei leichteren, vorwiegend körperlichen Symptomen oder im weiteren Verlauf der Wechseljahre, wenn die Beschwerden sicher unter Kontrolle sind oder schon wieder abklingen. ■

Gode Meyer-Chlond, Apothekerin

# PTA

DIE PTA IN DER APOTHEKE

## KURZQUIZ

### Mitmachen und gewinnen!

Lesen Sie den Artikel ab Seite 68, beantworten Sie alle Fragen und schicken Sie die Antworten per Post, Fax oder E-Mail an:

DIE PTA IN DER APOTHEKE

Stichwort: »Klimakterium«

Postfach 1180

65837 Sulzbach (Taunus)

Fax: 0 61 96/76 67-269

E-Mail: [gewinnspiel@pta-aktuell.de](mailto:gewinnspiel@pta-aktuell.de)

Einsendeschluss ist der  
31. August 2013.

Bitte Adresse der  
Apotheke angeben!

Teilnahmeberechtigt sind nur Angehörige der Heilberufe sowie Apothekenpersonal. Die Verlosung erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich. Pro Person wird nur eine Einsendung berücksichtigt. Mitarbeiter der Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversands an die Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, weitergegeben wird. Der Teilnehmer erklärt sich bereit, dass seine Antworten dem Unternehmen zu Marktforschungszwecken anonymisiert zur Verfügung gestellt werden.



## GEWINNSPIEL KLIMAKTERIUM

1. Bei welchen Beschwerden empfehlen Sie Ihren Kundinnen die Einnahme von Remifemin®/ Remifemin® plus?




---



---



---



---

2. Ergänzen Sie Ihre Empfehlung durch weitere Präparate? Wenn ja, welche?

---



---



---

3. Gibt es zusätzlich Tipps, die Sie Ihren Remifemin®-Kundinnen mit auf den Weg geben?

---



---



---

### Das können Sie gewinnen:

#### 1. bis 15. Preis:

Je einen amazon-Gutschein.

