

# WECHSELJAHRE FORTE KAPSELN

*Bietet optimale Unterstützung für Ausgeglichenheit und Wohlbefinden in den Wechseljahren. Nahrungsergänzungsmittel mit pflanzlichen Extrakten aus Rotklee, Yamswurzel und dem wichtigen Vitamin B-Komplex.*

## **Auch in den Wechseljahren möchte sich die Frau attraktiv und vital fühlen!**

Die Wechseljahre wie auch die Pubertät sind ein normaler, natürlicher Lebensabschnitt, in dem sich Funktionen im Körper verändern. Obwohl der Wechsel keine Krankheit ist, kann er dennoch bei vielen Frauen zu unangenehmen Begleiterscheinungen führen. Die positive Seite ist jedoch, dass die Wechseljahre auch eine Phase der Neuorientierung sind. Oftmals erzählen Frauen, dass diese Zeit ihres Lebens im Nachhinein betrachtet eine der wichtigsten war. Es ist eine Phase in der viele Frauen auf ihrem beruflichen Höhepunkt sind oder wieder mehr Zweisamkeit genießen können, da die Kinder aus dem Haus sind. Andere Frauen wiederum nutzen diese Zeit, um sich ihrer Werte und Ziele zu erinnern und wieder mehr Zeit den schönen und wichtigen Dingen im Leben zu widmen.

Was auch immer davon auf Sie zutrifft –  
**NUTZEN SIE DIESE ZEIT FÜR SICH!**

## **Stellung der Hormone im weiblichen Organismus**

Hormone steuern während des gebärfähigen Lebensabschnitts den weiblichen Zyklus. Es reifen Eizellen in den Eierstöcken heran. Diese produzieren Östrogen, das zum Aufbau der Gebärmutter Schleimhaut führt und bei entsprechender Höhe wird durch das Gehirn der Eisprung ausgelöst. Im Eierstock verbleibt der sogenannte Gelbkörper, der wiederum Progesteron (ein Hormon der Gestagenfamilie) produziert, das die Gebärmutter Schleimhaut für eine Schwangerschaft vorbereitet. Tritt diese aber nicht ein, versiegt die Progesteronproduktion und die Gebärmutter Schleimhaut wird in der Regelblutung (Menstruation) abgestoßen. Es ist also ein sehr enges Zusammenspiel von Östrogen und Progesteron, welches für den weiblichen Zyklus verantwortlich ist. Heute ist bekannt, dass unmittelbar vor der letzten Menstruation, der Menopause, eher ein Östrogenüberschuss herrscht. Der Körper produziert Östrogen in geringen Mengen bis ans Lebensende in der Nebennierenrinde, den Eierstöcken und dem Fettgewebe, während der Progesteronspiegel gegen Null geht.

**Die Wechseljahre sind eine Zeit des Wandels. Die Hormonproduktion nimmt allmählich ab, das sensible Zusammenspiel der Hormone gerät aus dem Gleichgewicht und das kann teilweise zu unangenehmen körperlichen und seelischen Begleiterscheinungen führen. Besonders in dieser Zeit sehnen sich Frauen wieder nach Ausgeglichenheit und Wohlbefinden.**

**Und so kann uns die Natur dabei unterstützen:**

## **Progesteronspiegel**

Zu Beginn der Wechseljahre beginnt vor allem der Progesteronspiegel deutlich zu sinken. Dies führt oftmals zu Hitzewallungen, Zyklusschwankungen oder Wassereinlagerungen. Hierfür enthält *Dr. Schreibers®* „Wechseljahre forte“ Diosgenin aus der Yamswurzel. Dieses ist in der Struktur dem körpereigenen Progesteron fast identisch. Die Yamswurzel wird in Mexiko, aber auch in anderen tropischen und subtropischen Weltgegenden schon sehr lange von Frauen im Wechsel verwendet.

## **Östrogenspiegel**

Im Laufe der hormonellen Umstellung fällt nach dem Progesteronspiegel auch der Östrogenspiegel, was ebenfalls zu unangenehmen Begleiterscheinungen führen kann. Aus diesem Grund enthält *Dr. Schreibers®* „Wechseljahre forte“ Isoflavone aus Rotklee. Isoflavone sind in Struktur und Aufbau dem weiblichen Hormon Östrogen sehr ähnlich, sind jedoch keine Hormone sondern sogenannte sekundäre Pflanzenstoffe. Rotklee hat gegenüber Soja den Vorteil, dass er vollkommen ohne Gentechnik auskommt, weniger von Pestiziden belastet ist und keine Abholzung des Regenwaldes erfordert.

## **Funktion der Psyche**

B-Vitamine (Biotin, Folsäure, Niacin, Thiamin, B6, B12) gelten als Balsam für die Seele und tragen zu einer normalen Funktion der Psyche bei. Sie kommen in der Natur immer als Komplex vor.

## **Müdigkeit und Ermüdung**

Die enthaltene Pantothenensäure trägt zu einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.



## Zutaten

Rotklee-Extrakt; Yamswurzel-Extrakt; Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose; Trennmittel: Magnesiumsalze von Fettsäuren, Siliziumdioxid; Nicotinamid; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Calcium-D-Pantothenat; Riboflavin; Cyanocobalamin; Thiaminhydrochlorid; Pyridoxinhydrochlorid; Folsäure; Biotin.

| Inhaltsstoffe      | pro Kapsel | % RM* |
|--------------------|------------|-------|
| Rotklee-Extrakt    | 225 mg     | -**   |
| davon Isoflavone   | 90 mg      | -**   |
| Yamswurzel-Extrakt | 106,7 mg   | -**   |
| davon Diosgenin    | 64 mg      | -**   |
| Niacin             | 18 mg      | 112'  |
| Pantothensäure     | 6 mg       | 100'  |
| Riboflavin         | 3 mg       | 214'  |
| Thiamin            | 2 mg       | 182'  |
| Vitamin B6         | 2 mg       | 142'  |
| Folsäure           | 420 µg     | 210'  |
| Biotin             | 100 µg     | 200'  |
| Vitamin B12        | 3 µg       | 120'  |

\*% der Referenzmenge nach EU Verordnung 1169/2011

\*\*keine Angabe

Enthält keine kennzeichnungspflichtigen Allergene.

## Verzehrempfehlung

Täglich eine Kapsel zu einer Mahlzeit mit ca. 200 ml Wasser einnehmen.

*Dr. Schreibers*® „Wechseljahre forte“ sollte über einen längeren Zeitraum eingenommen werden, da der volle Effekt der Isoflavone und des Diosgenins erst nach etwa 2 Monaten auftritt. Bei länger dauernder Einnahme von mehr als 6 Monaten ist es empfehlenswert, Ihre

Gynäkologin oder Ihren Gynäkologen zu informieren. *Dr. Schreibers*® „Wechseljahre forte“ ist gluten- und laktosefrei, ohne Farbstoffe und laut Gesetz ohne Konservierungsmittel. Es ist für Diabetikerinnen und Vegetarierinnen geeignet. *Dr. Schreibers*® „Wechseljahre forte“ ist ein Nahrungsergänzungsmittel. Bei regelmäßiger Einnahme können „Wechseljahre forte“ bei der Balance von Hormonschwankungen helfen. Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für abwechslungsreiche Ernährung dar. Eine ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

## Folgende Tipps unterstützen zusätzlich in den Wechseljahren

- Fitness für Leib und Seele – in Bewegung bleiben, denn dies stärkt den Bewegungsapparat
- und fördert das allgemeine Wohlbefinden und einen natürlichen Schlaf.
- Auf die Ernährung achten – ausreichend Obst, Gemüse und Milchprodukte essen.
- Gewichtskontrolle - eine gesunde Ernährung ist ausgewogen und hilft das Gewicht zu halten.
- Verzicht auf Nikotin
- Auszeiten zum Entspannen suchen
- Neue Interessen schaffen
- Soziale Kontakte pflegen
- Lebensfreude zulassen

## Packungsgröße

„Wechseljahre forte“ Packung zu 30 und 60 Kapseln

## Lagerungshinweise

Vor Wärme und direktem Sonnenlicht geschützt an einem trockenen Ort lagern. Für Kinder unzugänglich aufbewahren. Nur bis zum Ablaufdatum verwenden (siehe Verpackung).

Bei Fragen zu *Dr. Schreibers*® „Wechseljahre forte“, kontaktieren Sie Ihren/Ihre ApothekerIn oder wenden Sie sich direkt an uns: ERWO Pharma GmbH, Europaring F 08/101, 2345 Brunn am Gebirge, T +43 2236 / 32 02 55, [www.erwo-pharma.com](http://www.erwo-pharma.com). Weitere Informationen finden Sie unter: [www.dr-schreibers.at](http://www.dr-schreibers.at)

Stand der Gebrauchsinformation: August 2016

