

*Menochron® ist eine chronobiologische Zusammensetzung von Mikronährstoffen zur Ergänzung all der Vitalstoffe, die ernährungsbedingt fehlen oder die auf Grund bestimmter Lebensstile vermehrt benötigt werden, um einen normalen Energiestoffwechsel und eine normale Funktion des Nervensystems sowie die Erhaltung normaler Knochen und eine normale Muskelfunktion bei Frauen in den Wechseljahren zu unterstützen.*

### Grundlagen:

Viele Pflanzen enthalten geringe Mengen von Inhaltsstoffen, die eine ähnliche Wirkung wie die vom menschlichen Organismus gebildeten Hormone haben. Aus diesem Grund werden diese Verbindungen – die zur Gruppe der so genannten sekundären Pflanzenstoffe gehören – auch als «Phytohormone» bezeichnet.

Isoflavone sind die wichtigsten Vertreter dieser Gruppe. Von den Isoflavonen sind die Phytoöstrogene die wichtigsten, mit ähnlichen – aber schwächeren – Wirkungen wie die vom menschlichen Organismus produzierten Sexualhormone. Ihre Fähigkeit, solche Wirkungen auszuüben, verdanken die Phytoöstrogene ihrer strukturellen Ähnlichkeit mit menschlichen Sexualhormonen wie Östrogen, die es ihnen erlaubt, sich an die Östrogenrezeptoren des Körpers zu binden und dadurch östrogene oder anti-östrogene Wirkungen zu erzeugen. Eine weitere Wirkung von Phytoöstrogenen besteht darin, körpereigenes (endogenes) Östrogen aus seinen Transportproteinen zu verdrängen, was wiederum zu höheren Konzentrationen ungebundener und damit aktiver körpereigener Sexualhormone führen kann.

Da körpereigene Hormone und sekundäre Pflanzenstoffe um die Bindungsstellen an den Rezeptoren im Körper konkurrieren, können Phytohormone die Wirkung der körpereigenen Hormone nicht nur schwächen, sondern auch verstärken. Ob ihre Anwesenheit die hormonelle Wirkung im Einzelfall stärkt oder schwächt, hängt sowohl von der Bindungsspezifität der Phytoöstrogene an den jeweiligen Rezeptor als auch von der aktuellen endogenen Hormonkonzentration ab. Da die Wirkungen der körpereigenen Hormone wesentlich stärker sind als die Wirkungen der pflanzlichen Stoffe, neigen letztere bei extrem hohen Konzentrationen endogener Hormone dazu, die gesamte hormonelle Wirkung zu schwächen, indem sie die stärkeren Hormone aus der Bindung verdrängen. Im Gegensatz dazu können die Phytoöstrogene in Gegenwart sehr geringer Konzentrationen endogener Hormone ihre volle Wirkung entfalten.

Es ist daher offensichtlich, dass diese sekundären Pflanzenstoffe zur «Feinregulierung» des Hormonhaushaltes im Körper beitragen können. Diese können nicht nur die Hormone, sondern auch den gesamten Stoffwechsel des Körpers (d. h. Fett-, Zucker- und Mineralstoffwechsel) beeinflussen, und dazu beitragen, das Wachstum einer Vielzahl von Zellen und Geweben aufrechtzuerhalten.

Die folgenden Pflanzenstoffe können sich positiv auf den weiblichen Hormonspiegel auswirken:

**Soja:** Die hauptsächliche Wirkung von Soja beruht auf dem hohen Gehalt an Isoflavonen. Soja enthält darüber hinaus auch Saponine, die zur Aufrechterhaltung eines starken Immunsystems beitragen können. Zusammen mit den Phytosterinen, einer weiteren wichtigen Gruppe sekundärer Pflanzenstoffe, binden Saponine Cholesterin und können so dabei helfen, den Cholesterinspiegel im Normbereich zu halten.

**Java Tee:** Getrocknete Orthosiphonblätter enthalten eine komplexe Mischung aus ätherischen Ölen, Pflanzensäuren, Isoflavonen, Saponinen und Kaliumsalzen, welche die Nieren anregen können.

**Wilder Yams:** Die knollenbildende Kletterpflanze wird sowohl als Nahrungsmittel als auch als Heilpflanze benutzt. Sie enthält Saponine sowie Diosgenin und Dioscoretin, zwei sekundäre Pflanzenstoffe mit hormonähnlichen Wirkungen. Der Verzehr dieser Pflanze kann sich positiv auf die Wechseljahre auswirken.

**Dong Quai** gehört zur Sellerie-Familie und wird in der traditionellen chinesischen Medizin eingesetzt. Die Pflanze kann ausgleichend auf den Östrogen Spiegel wirken.

**Lignane:** Abgeleitet vom lateinischen Begriff für Holz (lignum) bezeichnet Lignane eine Stoffgruppe, die als Naturstoff in Pflanzen vorkommen, z. B. in der Taigawurzel, in der Baldrianwurzel und in verschiedenen essbaren Pflanzenteilen wie z. B. Lein- und Sesamsamen, Getreidekörnern, Früchten und Gemüse. Neben zellschützenden Eigenschaften helfen sie das hormonelle Gleichgewicht zu bewahren.

**Rotklee Blüten:** Die Pflanze gehört zu einer Gruppe, die Schmetterlingsblütler genannt wird. Ist reich an Isoflavonen und enthält hohe Bestandteile von Formononetin und Biochanin A, beides Vorstufen von Genistein und Daidzein, die anscheinend auch eigene Wirkungen haben, die das Wirkspektrum des Rotklee ergänzen.

**Baldrian:** Auch Valeriana officinalis genannt, wird seit der Antike zur Behandlung von Nervosität, Unruhezuständen und Einschlafstörungen verwendet. Er versetzt den Körper in einen entspannten Zustand und kann so die Einschlafbereitschaft erhöhen.

Sollte die Aufnahme dieser Nährstoffe durch die Ernährung nicht ausreichen oder ein erhöhter Bedarf bestehen, können diese Nährstoffe durch spezielle Nahrungsergänzungsmittel supplementiert werden.

Einige dieser Nährstoffe werden morgens besser aufgenommen und aktivieren den Körper, andere hingegen werden zum Abend besser aufgenommen und unterstützen die Regeneration. Chronobiologisch ausgerichtete Produkte tragen diesem Sachverhalt entsprechend Rechnung.

## Inhaltsstoffe:

AM Kapsel (Morgen)	Tagesdosis
Isoflavone (aus Soja)	40 mg
HMR Lignane	15 mg
Java Tee Blattextrakt (orthosiphon aristatus)	200 mg
Wilder Yams Wurzelextrakt	100 mg
Damiana Blattextrakt	100 mg
Dong Quai Wurzelextrakt	100 mg
Coral Calcium®	25 mg
Bioperine®	2,5 mg

**Andere Inhaltsstoffe:** Reismehl, Magnesiumstearat.

PM Kapsel (Abend)	Tagesdosis
Isoflavone (aus Soja)	30 mg
HMR Lignane	15 mg
Magnesium (Mg)	90 mg
Wilder Yams Wurzelextrakt	100 mg
Rotklee Blütenextrakt	10 mg
Baldrian Wurzelextrakt (Valerian)	50 mg
Traubensilberkerze Wurzelextrakt (Black Cohosh)	40 mg
Coral Calcium®	25 mg
Bioperine®	2,5 mg

**Andere Inhaltsstoffe:** Reismehl, Magnesiumstearat.

## Verzehrsempfehlung:

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.

Das Produkt ist vegetarisch, glutenfrei, laktosefrei, nicht gentechnisch verändert. Kapselhülle vegetarisch.

Das Produkt enthält Soja.

## Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Lichtgeschützt und trocken bei Raumtemperatur lagern.

Die publizierten Informationen sind keine Heilaussagen und nicht als Aufforderung oder Anregung zur Selbstmedikation gedacht. Einige der oben getroffenen Aussagen zu einzelnen Mikronähstoffen sind zwar aus wissenschaftlichen Arbeiten abgeleitet, aber von den offiziellen Behörden wie z.B. der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als „noch nicht ausreichend belegt“ eingestuft worden, sodass keine positive Wirkung bestätigt werden kann.

Das hier beschriebene Produkt wurde weder von der Food and Drug Administration (FDA; USA) noch der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA; Europa) abschließend bewertet. Dieses Produkt ist nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.

Irrtum sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten. VBX-1-24

## Menochron®-Produktgruppen

 Chronobiologie

 Depression & Stimmung

 Frauengesundheit

 Hormone & Hormonähnliche Substanzen

 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)