

Mehr Lebensqualität dank hormonfreier Therapie klimakterischer Beschwerden

Das Klimakterium ist längst kein „Anfang vom Ende“ mehr, sondern die natürliche Schwelle zu einem weiteren, meist sehr langen Lebensabschnitt. Das Durchschreiten dieser Schwelle kann jedoch beschwerlich sein: Rund 80 Prozent aller Frauen klagen über körperliche Beschwerden wie plötzliche Hitzewallungen, Schweißausbrüche und Schlafstörungen. Zur Behandlung solcher Beschwerden bieten pflanzliche Arzneimittel eine wirksame Alternative, die im Gegensatz zur Hormontherapie nahezu frei von Nebenwirkungen ist.

Wissenschaftlich besonders gut gesichert ist die Anwendung von Extrakten der Traubensilberkerze (*Cimicifuga racemosa*) gegen die so genannten neurovegetativen Störungen, wie die „fliegende Hitze“, Herzbeschwerden, Leistungsabbau oder Gelenk- und Muskelbeschwerden. Einige Frauen haben allerdings nicht nur unter körperlichen Missempfindungen zu leiden: Auch ihre Stimmung fährt „Achterbahn“ mit ihnen. Sie reagieren ohne fassbare Anlässe überempfindlich, sind grundlos niedergeschlagen, gereizt und nervös. Mitunter kommt es sogar zu schwerwiegenden depressiven Verstimmungszuständen, die erhebliche Probleme mit dem Partner nach sich ziehen können.



Eine Behandlung mit *Cimicifuga* allein ist bei derart ausgeprägten psychischen Symptomen oft nicht ausreichend. In diesen Fällen bietet sich neben den Extrakten aus Traubensilberkerze noch die Gabe eines Johanniskraut-Extraktes an. Die Wirksamkeit einer solchen Kombination wurde jetzt im Verlauf einer Studie eindrucksvoll bestätigt.

Die klinische Prüfung der fixen Kombination aus den beiden Pflanzenextrakten stand unter der Ärztlichen Leitung von Prof. Dr. med. Ralf Uebelhack vom Universitätsklinikum Charité. An der Untersuchung beteiligten sich 301 Frauen, die seit mindestens drei Monaten unter körperlichen Beschwerden wie Wallungen, Schwitzen und Schlafstörungen, gleichzeitig aber auch unter ausgeprägten psychischen Symptomen wie Verstimmungen, Leistungsabfall und sexuelle Unlust litten. Der Erfolg der Therapie wurde anhand zweier international anerkannten Messinstrumente, der Menopause Rating Scale (MRS) und der Hamilton Depression Scale 17 (HAMD-17), bewertet. Die Tests ergaben: Die Pflanzenkombination war bereits nach acht Wochen signifikant wirksamer als das Scheinpräparat. Am Ende der Prüfperiode nach 16 Wochen lagen die MRS-Werte der klimakterischen Beschwerden um 50 Prozent niedriger als am Anfang und waren so mit den Therapieerfolgen einer Hormonersatztherapie vergleichbar. Die HAMD-Werte sanken um 41,8 Prozent - das bedeutet eine ebenfalls relevante Verbesserung der seelischen Stimmungslage der mit der Pflanzenkombination behandelten Frauen.