



AGNUS CASTUS AL Filmtabletten



Unterstützt bei Regelbeschwerden

- Hilft bei Rhythmusstörungen der Regelblutung
- Lindert Spannungs- und Schwellungsgefühl in den Brüsten (Mastodynie)
- Lindert prämenstruelle Regelbeschwerden

Natürlicher Umgang mit Menstruationsstörungen

Menstruationsstörungen sind weit verbreitet. Für viele Frauen ist die monatliche Regelblutung mit Unannehmlichkeiten verbunden. Diese beeinträchtigen die Lebensfreude der Frauen jeden Monat aufs Neue. Dazu gehören unregelmäßige Monatsblutungen, Spannungs- und Schwellungsgefühl in den Brüsten (Mastodynie) und monatlich wiederkehrende Beschwerden vor Eintritt der Regelblutung (prämenstruelle Beschwerden) wie Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Hautveränderungen, Erschöpfung, Wassereinlagerungen, Heißhunger und Gereiztheit. Die Einnahme von AGNUS CASTUS AL kann sich positiv auf die genannten Regelstörungen auswirken.

Beliebte Heilpflanze

Mönchspfeffer oder Keuschlamm sind die wirkungsvollen Früchte der Heilpflanze Agnus Castus. Der Extrakt aus den Früchten kann in den Hormonhaushalt eingreifen, indem die Ausschüttung des Hormons Prolaktin gehemmt wird. Viele Frauen mit erhöhten Prolaktinwerten neigen zu Menstruationsstörungen und empfinden Schmerzen in der Brust (Mastodynie). Durch die Regulierung der Prolaktinwerte kann Agnus Castus Menstruationsstörungen positiv beeinflussen.

ANWENDUNGSEMPFEHLUNG:

Soweit ärztlich nicht anders verordnet, nehmen Erwachsene täglich 1 Filmtablette AGNUS CASTUS AL unzerkaut mit reichlich Flüssigkeit ein. Nach Möglichkeit sollte die Einnahme der Filmtablette immer zur gleichen Tageszeit erfolgen. Für eine zuverlässige Wirkung sollte AGNUS CASTUS AL über mindestens 3 Monatszyklen eingenommen werden.



Nikotin und Alkohol vermeiden

Alkohol führt dazu, dass der Hormonspiegel durcheinander kommt. Der Zyklus kann sich verschieben. Alkohol entzieht dem Körper Wasser, was zu stärkeren Schmerzen führt. Bei Nikotinkonsum werden die Gefäße nicht richtig durchblutet, was auch wieder zu Schmerzen führen kann. Daher sollte vor allem während der Periode nach Möglichkeit auf Alkohol und Nikotin verzichtet werden.

Gesunde Ernährung

Die Ernährung kann Menstruationsbeschwerden beeinflussen. Generell sollte man sich ausgewogen ernähren, viel Gemüse und Obst sowie wenig Fleisch und Fertigprodukte. Eine ausreichende Wasserzufuhr ist ebenso wichtig. Zucker sollte vor allem vor der Periode gemieden werden. Dies wirkt sich auch positiv auf das Hautbild aus.

Regelmäßige Bewegung

Der Mensch neigt dazu, bei Schmerzen eher in eine Schonhaltung zu verfallen. Dabei bewirkt Bewegung eine verbesserte Durchblutung und wirkt krampflösend. Dabei muss es kein exzessives Sportprogramm sein. Ein paar Minuten Yoga, Muskelentspannungsübungen oder ein flotter Spaziergang führen bereits zu mehr Wohlbefinden.

Häufige Fragen & Antworten

Darf AGNUS CASTUS AL auch von jungen Frauen/Teenagern eingenommen werden?

Diesbezüglich liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. In jungen Jahren bzw. der Pubertät reagiert der weibliche Körper besonders sensibel auf hormonelle Veränderungen. Da Keuschlammfrüchte in den Hormonhaushalt eingreifen, ist von einer Einnahme im frühen Stadium der weiblichen Entwicklung abzusehen.

Wann darf ich AGNUS CASTUS AL nicht einnehmen?

AGNUS CASUS AL darf von Patienten mit Hypophysentumoren (Geschwülste der Hirnanhangsdrüse) und Mammakarzinom (Brustkrebs) nicht eingenommen werden. Studien geben Hinweise auf eine dopaminähnliche Wirkung von Keuschlammfrüchten. Daher kann es bei gleichzeitiger Einnahme von Dopamin-hemmenden Wirkstoffen zu einer gegenseitigen Wirkungsabschwächung kommen.

Während einer Schwangerschaft und Stillzeit darf AGNUS CASTUS AL nicht eingenommen werden. Es liegen keine ausreichenden Untersuchungen diesbezüglich vor.

Agnus castus AL: Wirkstoff:Keuschlammfrüchte-Trockenextrakt. Wird angewendet bei Rhythmusstörungen der Regelblutung (Regeltempoanomalien), Spannungs- und Schwellungsgefühl in den Brüsten (Mastodynie), monatlich wiederkehrenden Beschwerden vor Eintritt der Regelblutung (prämenstruelle Beschwerden). Hinweise: Bei Spannungs- und Schwellungsgefühl in den Brüsten sowie bei Störungen der Regelblutung sollte zunächst ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Untersuchung bedürfen. Enthält Glucose und Lactose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ALIUD PHARMA® GmbH, Postfach 1380, 89146 Laichingen. Stand: April 2014