



M-pauzeX

Harmonie během menopauzy



- ✓ Nepravidelná menstruace?
- ✓ Návaly horka nebo zimy?
- ✓ Větší citlivost prsou?
- ✓ Častá bolest po celém těle?
- ✓ Pocity podrážděnosti? Náhlé změny nálad nebo slzy?
- ✓ Nárůst váhy? Nepříjemný tělesný zápach? Inkontinence?
- ✓ Větší ztráta vlasů? Lámavé nehty? Nebo dokonce ztráta zubů?
- ✓ Občasné deprese?

ZÁKAZNICKÝ SERVIS:

 246 052 946, po-pá 9-16:30

 info@novaxnaturpharma.cz

 NOVAX, PO BOX 66, 120 00 Praha 2

 www.novaxnaturpharma.cz



Co je dobré vědět?

Období, kterým uzavírá žena svůj plodný věk, se nazývá menopauza nebo též klimakterium a nikdy k němu nedochází ze dne na den. Počátky „přechodu“ bývají velmi pozvolné a žena je obvykle vůbec nezaregistruje. Přibližně 10 let před počátkem přechodu začínají u ženy změny v menstruačním cyklu. Kolem 35 roku ženy se přestávají pravidelně uvolňovat v každém cyklu vajíčka, kolem 45 roku věku je téměř 80% žen neplodných a přibližně v tomto období může u některých žen začít premenopauza.

Ženy obvykle začínají uvažovat o blížící se menopauze v souvislosti s nástupem nepravidelného cyklu (může jít jak o zkrácení délky cyklu, tak jeho prodloužení). Lze však vycházet i z jiných indicií, jakými jsou např. genetické dispozice. Víme-li, že maminka přestala menstruuovat už před 40 rokem, dá se očekávat, že menopauza nastane v brzkém věku. V případě, že maminka ženy menstruuovala pravidelně až do 55 let, dá se naopak očekávat, že menopauza nastoupí později. Podle statistik je průměrný věk žen v klimakteriu kolem 50 roku věku.

Prevence

V některých případech jsou průvodní příznaky menopauzy tak nesnesitelné, že dokážou ženám znepříjemnit život i po dobu několika let. Stále častěji však ženy využívají služeb specializovaných poraden a hledají alternativní řešení, která jim pomohou uvést hladiny hormonů do rovnováhy, aby maximálně eliminovaly nepříjemné symptomy provázející klimakterium. Odborníci doporučují, aby si ženy nechaly udělat nejprve krevní testy ke zjištění hladin hormonů a následně zahájily cílenou léčbu. Pokud však žena symptomy klimakteria zcela jasně identifikuje a dává přednost přirozenému průběhu přechodu, zcela jistě pomohou bylinné kúry, které mohou učinit menopauzu pro ženu snesitelnější. Doporučovanou bylinou je například jetel luční, který v oblíbě používaly i naše prababičky. Zároveň je vhodné upravit jídelníček a obohatit ho o stravu bohatou na isoflavony.

Vyživující složky

Během užívání kvalitních doplňků stravy je důležité eliminovat alkohol, cigarety a současně zkvalitnit jídelníček a pitný režim. Všechny vyživující složky doplňku stravy M-pauzeX tak mají výrazně vyšší šanci projevit velmi rychle své účinky.

Je dobré vědět, že...

Byliny mohou působit doslova jako balzám na naši psychiku i fyzický komfort.

Červený jetel přispívá k:

- ✓ menopauzálnímu pohodlí

Mateří kašička podporuje:

- ✓ hormonální aktivitu během menopauzy

Tolice setá přispívá k:

- ✓ sexuální zdraví, funkci dolních močových cest

Andělíka čínská přispívá k:

- ✓ osvěžení těla a normální funkci krevního systému

Kyselina pantothenová přispívá k:

- ✓ metabolismu steroidních hormonů

Věcí pyl podporuje:

- ✓ hormonální aktivitu, menopauzální komfort, duševní stav a výkon

Přeslička rolní podporuje:

- ✓ normální stav pokožky, vlasů a nehtů
- ✓ normální činnost močové soustavy

Vitamin C přispívá k:

- ✓ normální činnosti nervové soustavy a psychické činnosti

Vitamin B₆ přispívá k:

- ✓ regulaci hormonální aktivity

MENOPAUZA • SEXUÁLNÍ ZDRAVÍ
HORMONÁLNÍ AKTIVITA