

Journal für

# Gynäkologische Endokrinologie

Gynäkologie • Kontrazeption • Menopause • Reproduktionsmedizin

## **Menopause heute und morgen: Femalen® – ein Update der Alternativmedizin im Klimakterium**

Tramontana A

*Journal für Gynäkologische Endokrinologie 2015; 9 (2)*

*(Ausgabe für Österreich), 28*

**Offizielles Organ der Österreichischen  
IVF-Gesellschaft**

**Offizielles Organ der Österreichischen  
Menopause-Gesellschaft**

Indexed in EMBASE/Scopus/Excerpta Medica

[www.kup.at/gynaekologie](http://www.kup.at/gynaekologie)

Member of the



**Homepage:**

[www.kup.at/gynaekologie](http://www.kup.at/gynaekologie)

**Online-Datenbank mit  
Autoren- und Stichwortsuche**

Krause & Pachernegg GmbH · VERLAG für MEDIZIN und WIRTSCHAFT · A-3003 Gablitz

P. h. b. GZ072037636M · Verlagspostamt: 3002 Puchersdorf · Erscheinungsort: 3003 Gablitz

Unsere Räucherkegel fertigen wir aus den feinsten **Kräutern** und **Hölzern**, vermischt mit dem wohlriechenden **Harz** der **Schwarzföhre**, ihrem »Pech«. Vieles sammeln wir wild in den Wiesen und Wäldern unseres **Bio-Bauernhofes** am Fuß der Hohen Wand, manches bauen wir eigens an. Für unsere Räucherkegel verwenden wir reine **Holzkohle** aus traditioneller österreichischer Köhlerlei.

»Eure Räucherkegel sind einfach wunderbar.  
Bessere Räucherkegel als Eure sind mir nicht bekannt.«  
– Wolf-Dieter Storl

synthetische  
**OHNE**  
Zusätze

# Waldweihrauch

»Feines Räucherwerk  
aus dem *Schneeberg*«  
L A N D



[www.waldweihrauch.at](http://www.waldweihrauch.at)

# Menopause heute und morgen

## Femalen® – ein Update der Alternativmedizin im Klimakterium

A. Tramontana

*Kein Patient ist wie der andere, Anamnese ist nicht gleich Anamnese, die Beschwerden unterscheiden sich. Es braucht also verschiedene therapeutische Ansätze. So ist das Angebot der Alternativmedizin generell in der Frauenheilkunde und im Speziellen nach der Menopause groß und vielseitig. Umso größer scheint daher die Kunst des Therapeuten, so viele Seiten wie möglich im Blick zu haben und anzuwenden.*

### ■ Pflanzenheilkunde – Phytotherapie

Pflanzenmedizin, Herbalismus oder Phytotherapie ist die Verwendung von Pflanzen zum Heilen von Krankheiten beziehungsweise die Anwendung rein pflanzlicher Heilmittel, so genannter Heilpflanzen, nach Evidenz wissenschaftlicher Erforschung. Phytopharmaka enthalten als wirksamen Bestandteil ausschließlich Pflanzen, Pflanzenteile oder Produkte pflanzlicher Herkunft, gelten in Österreich als Arzneimittel und unterliegen strengen Qualitätsstandards und Zulassungsprüfungen.

### Pflanzenhormone – Phytoöstrogene in der Menopause

Unter Phytohormonen versteht man generell alle pflanzlichen Inhaltsstoffe, die hormonähnliche Effekte auslösen. Zu den Phytoöstrogenen gehören Isoflavone, Lignane und Coumestane, die in Rotklee und Soja vorhanden sind [1]. Ihr Einsatzgebiet sind die Wechseljahre der Frau und die Wiederherstellung des hormonellen Gleichgewichts, insbesondere zur Reduktion von Hitzewallungen [2]. Für Frauen nach hormonsensitiven Tumorerkrankungen ist jedenfalls eine Alternative zu empfehlen.

### Phytotherapie ohne Hormone – Pollenextrakte in den Wechseljahren

Im Angebot gibt es von Granatapfelsamenöl über Mönchspfeffer, Wurzelstockextrakt der Traubensilberkerze, Rhapontikrhabarber und Pflanzenpollen alles, was die Natur zu bieten hat. So ist der Neuzugang aus Pollenextrakten für die Anwendung im Klimakterium, bei benigner Prostatahyperplasie und den Wechseljahren des Mannes, der so genannten Andropause, schon altbekannt und reduziert Nykturie, Pollakisurie und die Restharmenge [3, 4].

### ■ Femalen® – der „goldene Blüten-Kaviar“

Femalen® von ratiopharm ist ein diätisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke zur diätetischen Behandlung von typischen Beschwerden in den Wechseljahren. Die Zusammensetzung einer Tablette besteht aus 160 mg einer Pflanzenpollenaufbereitung aus Roggen, Mais, Waldkiefer und Wiesenknäuelgras in Kombination mit 5 mg Vitamin E. Die verwendeten Pflanzenpollen werden aus ihrer Schale gelöst und somit eventu-

elle Allergene entfernt und der Polleninhalt mit seinen wirksamen Bestandteilen, wie Antioxidanzien, natürliche Entzündungshemmer, Vitamine, Mineralstoffe, Polyphenole und Karotinoide, dem Organismus zugänglich gemacht. Der aktive Inhaltsstoff ist der „goldene Blüten-Kaviar“, von dem aus 1 kg Blüten 5 g Pollenextrakt gewonnen werden. Die empfohlene Dosierung entspricht 2 Tabletten pro Tag, wobei die Wirkung erst nach Einnahme ohne Unterbrechung für > 4 Wochen zu erwarten ist, aber nichts gegen eine langfristige Anwendung spricht.

Das Haupteinsatzgebiet sind Hitzewallungen. Es konnte gezeigt werden, dass die Intensität bei einer Anwendung von > 4 Wochen um 10 % und > 8 Wochen um > 20 % abnimmt und unter weiterer Einnahme nachhaltig reduziert bleibt. Die Häufigkeit nimmt ebenfalls signifikant ab und verbessert sich zunehmend mit der Einnahmedauer > 3 Monate [5]. Andere Studienergebnisse versprechen ebenfalls eine deutliche Reduktion von Beschwerden der Wechseljahre wie Schwitzen (um 66 %), Reizbarkeit (um 54 %) oder Müdigkeit (um 51 %). So sind 93 % der Anwenderinnen mit der Effektivität und 98 % mit der Verträglichkeit zufrieden [6].

Wissenschaftliche Studien haben außerdem bestätigt, dass die Anwendung auch bei Brustkrebspatientinnen möglich ist, da keine zytotoxische Wirkung nachweisbar ist und weder das Wachstum von Brustkrebszellen noch deren Östrogenrezeptoren beeinflusst werden, also keine östrogene Aktivität vorhanden ist [7].

Somit besteht der große Vorteil in der Empfehlung auch für Frauen in der Menopause nach hormonsensitiven Tumorerkrankungen. Femalen® verlangt in der täglichen Praxis zwar noch experimentelle Erfahrung, scheint aber ein vielversprechendes Mittel zu sein, um auch Frauen nach einer Krebserkrankung im Wechsel zu unterstützen – denn auch die kommen zunehmend in die Jahre.

### Literatur:

1. Price KR, Fenwick GR. Naturally occurring oestrogens in foods – a review. Food additives and contaminants. 1985; 2: 73–106.
2. Adlercreutz H, Hamalainen E, Gorbach S, et al. Dietary phyto-oestrogens and the menopause in Japan. Lancet 1992; 339: 1233.
3. Buck AC. Phytotherapy for the prostate. Br J Urol 1996; 78: 325–36.
4. Dutkiewicz S. Usefulness of Cernilton in the treatment of benign prostatic hyperplasia. Int Urol Nephrol 1996; 28: 49–53.
5. Winther K, Rein E, Hedman C. Femal, a herbal remedy made from pollen extracts, reduces hot flushes and improves quality of life in menopausal women: a randomized, placebo-controlled, parallel study. Climacteric 2005; 8: 162–70.
6. Elia D, Mares P. Assessment of the tolerance and effectiveness of a food supplement Séréllys (Femal) for menopausal women. Genesis 2008; 135: 12–5.
7. Munoz, E. Effect of a PE-F/A on estrogenic activity. VivaCell Biotechnology GmbH. Internal report. July 2012.

### Korrespondenzadresse:

Dr. Alessandra Tramontana  
Geburtshilflich-Gynäkologische Abteilung  
Sozialmedizinisches Zentrum Ost – Donauespital  
A-1220 Wien, Langobardenstraße 122  
E-Mail: [alessandra.tramontana@wienkav.at](mailto:alessandra.tramontana@wienkav.at)

# Mitteilungen aus der Redaktion

## Besuchen Sie unsere zeitschriftenübergreifende Datenbank

[Bilddatenbank](#)

[Artikeldatenbank](#)

[Fallberichte](#)

## e-Journal-Abo

Beziehen Sie die elektronischen Ausgaben dieser Zeitschrift hier.

Die Lieferung umfasst 4–5 Ausgaben pro Jahr zzgl. allfälliger Sonderhefte.

Unsere e-Journale stehen als PDF-Datei zur Verfügung und sind auf den meisten der marktüblichen e-Book-Readern, Tablets sowie auf iPad funktionsfähig.

[Bestellung e-Journal-Abo](#)

## Haftungsausschluss

Die in unseren Webseiten publizierten Informationen richten sich **ausschließlich an geprüfte und autorisierte medizinische Berufsgruppen** und entbinden nicht von der ärztlichen Sorgfaltspflicht sowie von einer ausführlichen Patientenaufklärung über therapeutische Optionen und deren Wirkungen bzw. Nebenwirkungen. Die entsprechenden Angaben werden von den Autoren mit der größten Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Die angegebenen Dosierungen sind im Einzelfall anhand der Fachinformationen zu überprüfen. Weder die Autoren, noch die tragenden Gesellschaften noch der Verlag übernehmen irgendwelche Haftungsansprüche.

Bitte beachten Sie auch diese Seiten:

[Impressum](#)

[Disclaimers & Copyright](#)

[Datenschutzerklärung](#)