

## Östrogenfreie Hilfe gegen klimakterische Beschwerden

**Traubensilberkerze (lateinisch *Cimicifuga racemosa*) kam aus Amerika zu uns. Nordamerikanische Indianerinnen haben die Heilpflanze traditionell gegen Frauenleiden verwendet. In Deutschland werden moderne Cimicifuga-Extrakte als wirksame Mittel gegen klimakterische Beschwerden eingesetzt. Neueste Forschungsergebnisse zeigen jedoch, dass bestimmte Cimicifuga-Extrakte nicht nur Frauen, sondern auch Männern helfen könnten.**

Zu den lästigsten Begleiterscheinungen der Wechseljahre gehören neurovegetative und psychische Beschwerden. Viele Frauen klagen in diesem schwierigen Lebensabschnitt über Leistungsminderung, Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen. Die früher empfohlene Hormonbehandlung mit Östrogenen hilft zwar dagegen, ist aber mit einem erhöhten Risiko für Brust- und Gebärmutterkrebs verbunden. Extrakte aus Cimicifuga bergen, wie Studien zeigen, keine solchen Risiken in sich.

Cimicifuga ist nämlich kein pflanzliches Östrogen. Die Wirkung ethanolischer Cimicifuga-Extrakte basiert vielmehr auf deren Einfluss auf die Nervenbotenstoffe Serotonin und Dopamin. Das ergaben Untersuchungen von Dr. med. Dana Seidlová-Wuttke von der Abteilung Gynäkologie und Geburtshilfe der Universität Göttingen. Während also Östrogene zu einem unerwünschten Wachstum der Gebärmutterschleimhaut oder des Brustgewebes führen können, sind Cimicifuga-Extrakte frei von derartigen Folgen.

Die Göttinger Wissenschaftlerin konnte außerdem tierexperimentell und in klinischen Studien zeigen, dass Cimicifuga-Extrakte einen positiven Einfluss auf Knochen ausüben und daher dem gefürchteten Knochenschwund (Osteoporose) entgegenwirken.

Überraschend sind neue Erkenntnisse über eine mögliche Wirkung von Cimicifuga-Extrakten auf den Mann: Erste Untersuchungen deuten darauf hin, so Dr. Seidlová-Wuttke, dass bestimmte Cimicifuga-Zubereitungen auch zur Vorbeugung und Behandlung von altersbedingten Veränderungen der Prostata wirksam sein könnten. Die Wissenschaftlerin vermutet, dass die Substanz ähnlich wie ein Aromatase- bzw. 5-Alpha-Reduktase-Hemmer wirkt. Um das zu bestätigen, sind allerdings noch weitere Untersuchungen notwendig.

Weitere Informationen zu Phytotherapie finden Sie unter  
[www.phytotherapie-komitee.de](http://www.phytotherapie-komitee.de)

KFN 9/2010 –31.5.2010