

PYCNOGENOL®

Menopause



Pycnogenol® für die Menopause

Jedes Jahr kommen Millionen Frauen weltweit in die Übergangszeit der Menopause, auch Perimenopause genannt, die die fruchtbaren Jahre der Frau beendet. Auch wenn die Menopause eine ganz normale Phase im Leben einer Frau ist, bringt die Übergangszeit doch zahlreiche störende Symptome mit sich, die sich sehr oft nachhaltig auf alltägliche Abläufe, Leben und Gesundheit der betroffenen Frauen auswirken.

Während der Menopause leiden Frauen an zahlreichen Symptomen, die einen nachhaltigen Einfluss auf die alltäglichen Abläufe haben können. Frauen nehmen die Menopausensymptome auf individueller Ebene vielfach ganz unterschiedlich wahr. Auch weltweit erfahren Frauen ganz unterschiedliche Symptome, wobei Frauen in westlichen Ländern oft mit Hitzewallungen zu kämpfen haben, während die Frauen aus Asien am häufigsten unter Gelenkschmerzen leiden [Geller et al., 2006]. Außerdem wird die Lebensphase der Menopause von einem Rückgang der Endothelfunktion begleitet, die Frauen einem erhöhten Risiko kardiovaskulärer Gesundheitsprobleme aussetzt [Moreau et al., 2015]. Physiologische Änderungen während der Menopause sind vielfältig und schlagen sich auch in einer trockeneren und weniger elastischen Haut nieder.

Pycnogenol® mindert klimakterische Symptome

Pycnogenol® Pinienrindenextrakt wurde in einer Vielzahl kontrollierter Studien getestet, deren Ziel es war, den Erhalt eines guten Gesundheitszustands bei Frauen in der Menopause zu identifizieren. Die bisher nachgewiesenen Vorteile von Pycnogenol® reichen von einer Verbesserung nahezu aller Menopausensymptome bis hin zu kardiovaskulärem Schutz sowie auch verbesserter Gesundheit der Haut mit verbesserter Feuchtigkeit und Elastizität der Haut.

Drei voneinander unabhängige kontrollierte klinische Studien haben Pycnogenol® bescheinigt, wirksam und

verträglich klimakterische Symptome der Frauen zu lindern [Yang et al., 2007; Errichi et al., 2011; Kohama et al., 2013]. Pycnogenol® verfügt über natürliche entzündungshemmende Eigenschaften und verbessert die vaskuläre Funktion, die mit einer verbesserten Endothelfunktion in Zusammenhang steht [Nishioka et al., 2007]. Erfreulicherweise scheint Pycnogenol® bei Frauen, die an der klinischen Pycnogenol®-Studie teilnahmen, weder Phytoöstrogen-verwandte Wirkungen aufzuweisen, noch hormonelle Veränderungen während der Perimenopause hervorzurufen [Kohama et al., 2013].



Die Kategorien des Women's Health Questionnaire (WHQ) Fragebogen, ursprünglich definiert von Myra Hunter im Jahr 1992.

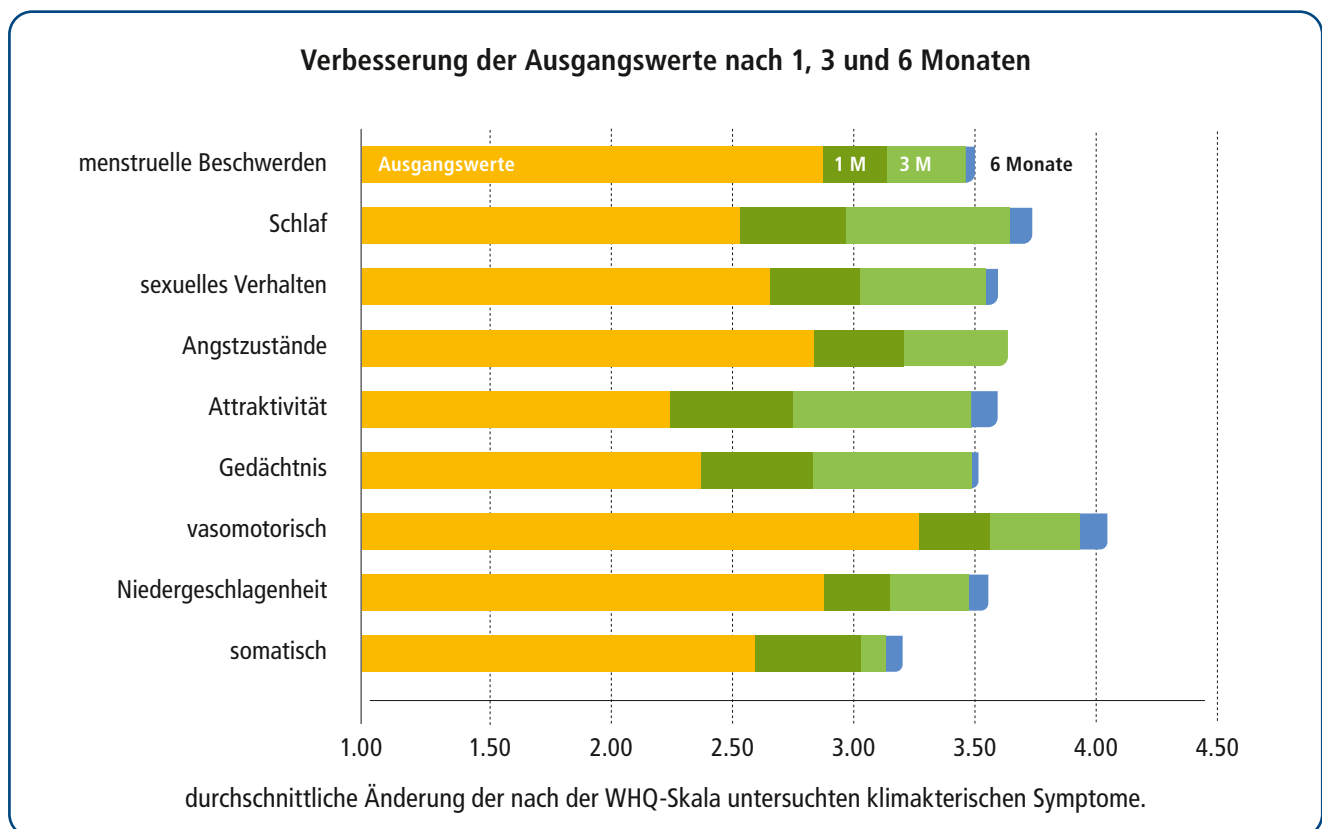
Dieser Fragebogen ist das am häufigsten verwendete Hilfsmittel, um Verbesserung von menopausalen Symptomen in klinischen Studien festzustellen, die

ebenfalls in Pycnogenol® Menopause-Studien eingesetzt wurden.



Eine doppelblinde, Placebo-kontrollierte Studie mit 200 gesunden Frauen in der Perimenopause, die keinerlei Hormontherapie erhielten, zeigte, dass Pycnogenol®

bei Einnahme über einen Zeitraum von sechs Monaten alle untersuchten klimakterischen Symptome linderte [Yang et al., 2007].



Die Frauen stellten sich zu Studienbeginn mit moderaten Menopausensymptomen vor, im Laufe eines Monats stellte sich unter Behandlung mit Pycnogenol® eine schrittweise Verbesserung ein. Weitere Fortschritte wurden nach drei zusätzlichen Monaten fortwährender Einnahme von Pycnogenol® verzeichnet. Die Linderung der Menopausensymptome hielt an und besserte sich bei fortgeführter Einnahme von Pycnogenol® über drei weitere Monate bis zum Studienende nach sechs Monaten leicht weiter [Yang et al., 2007]. Die Vorzüge von Pycnogenol® für Frauen in der Menopause wurden

dann bei 80 kaukasischen Frauen im Rahmen einer kontrollierten Studie in Italien untersucht. Die Erkenntnisse bestätigen die Vorteile einer täglichen Einnahme von Pycnogenol® hinsichtlich der Linderung von Symptomen, die typischerweise mit der perimenopausalen Übergangsphase in Verbindung gebracht werden [Errichi et al., 2011]. Diese Studie wies bereits nach einer Einnahme von Pycnogenol® morgens und abends über einen Zeitraum von acht Wochen auf eine signifikante Verbesserung der Symptome hin.



Skalenwertbereich 0–4	Skalenwert bei Aufnahme	nach 8 Wochen Pycnogenol®
Hitzewallungen	3.1	1.1
Nachtschweiß	3.1	2.1
unregelmäßige Perioden	3.7	2.1
Libidoverlust	2.1	1.1
vaginale Trockenheit	2.2	1.2
Stimmungsschwankungen	1.9	1.1

Es zeigte sich, dass Pycnogenol® außerdem eine deutliche positive Wirkung auf Müdigkeit, Konzentrations- und Gedächtnisprobleme hat und auch eine Verbesserung hinsichtlich Haarausfall, Schwindel, Gewichtszunahme, Völlegefühl, brüchiger Nägel, unregelmäßigem Puls, Niedergeschlagenheit, Angstzuständen, Gereiztheit und Panikstörungen bringt. Außerdem erwies sich Pycnogenol® als hilfreich wenn es um die zahlreichen Schmerzempfindungen ging, die bei einigen Frauen manchmal während der Menopause auftreten.

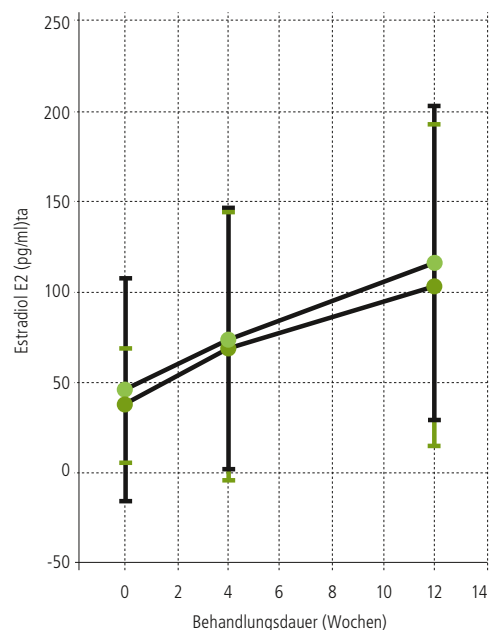
Skalenwertbereich 0–4	Skalenwert bei Aufnahme	nach 8 Wochen Pycnogenol®
Brustschmerzen	2.6	1.3
Kopfschmerzen	3.2	2.2
Gelenkschmerzen	2.7	0.9
elektrische Schocks	2.5	0.6
Zahnfleischprobleme	2.2	1.2
Muskelverspannung	2.8	1.1
juckende Haut	2.9	1.2
Kribbeln in den Extremitäten	2.2	1.1

Vor allem berichteten Frauen in der Menopause, die an den klinischen Pycnogenol®-Studien teilnahmen, über keinerlei Nebenwirkungen. Im Gegenteil, Pycnogenol® wurde von den teilnehmenden Frauen sehr gut vertragen. Die bei den Frauen abgenommenen Blutproben zeigten, dass die Einnahme von Pycnogenol® den oxidativen Stress signifikant reduzierte.

Großangelegte doppelblinde, Placebo-kontrollierte Studie mit mehr als 170 Frauen

Eine großangelegte doppelblinde Studie mit 170 japanischen Frauen in der Menopause zeigte, dass Pycnogenol® die Symptome lindert, ohne die Wachstums- und Sexualhormonspiegel der Frauen zu beeinflussen [Kohama et al., 2013]. Nach vier und zwölf Wochen der täglichen Einnahme wurden Blutproben genommen und mit den Ausgangswerten vor der Pycnogenol®-Einnahme verglichen. Der IGF-1-Spiegel (insulinähnlicher Wachstumsfaktor Typ 1) verzeichnete im Vergleich zu den Ausgangswerten vor der Pycnogenol®-Einnahme, oder im Vergleich zu einer mit einem Placebo behandelten Kontrollgruppe, keinen signifikanten Anstieg. Der Estradiol E2-Spiegel stieg in beiden Gruppen, sowohl in der mit Placebo als auch in der mit Pycnogenol® behandelten Gruppe, marginal und unbedeutend an. Es wurden keine Veränderungen der Spiegel von follikelstimulierenden Hormonen oder von Dehydroepiandrosteron verzeichnet.

keine Veränderung der Hormonspiegel im Vergleich zur Kontrollgruppe

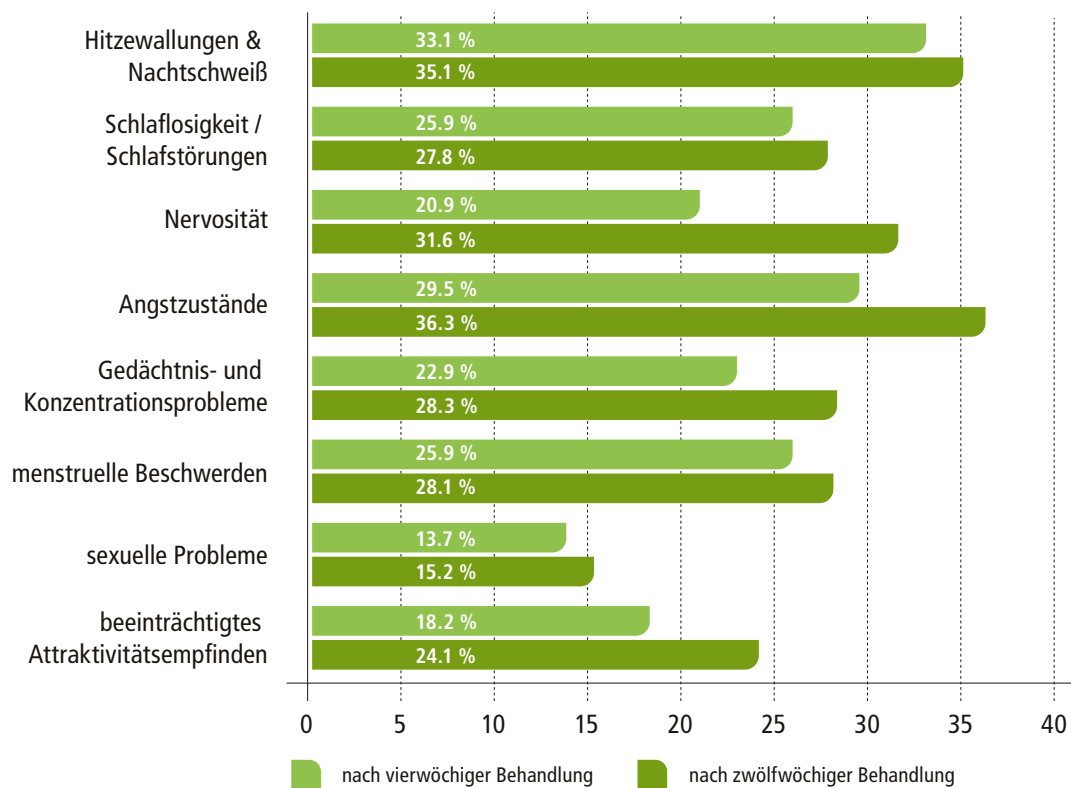


Zusammengefasst zeigt Pycnogenol® keine hormonelle oder phytoöstrogenartige Wirkung.

Diese Studie bestätigte in der gleichzeitigen Anwendung der beiden Fragebögen, „Women’s Health Questionnaire“ und „Kupperman-Index“ eine signifikante Verbesserung der menopausalen Symptome. Die Symptome, die besonders gut auf Pycnogenol® ansprechen, waren vasomotorische Probleme: „Hitzewallungen“, „schnelles Schwitzen“, „Kältegefühl an Rumpf und Extremitäten“ und „Atemlosigkeit“. Diese vasomotorisch bedingten Symptome sind abhängig von einer gesunden Endothelfunktion, die es den Blutgefäßen

möglich macht, sich zusammenzuziehen und zu entspannen und so die Durchblutung nach Bedarf zu regulieren. Pycnogenol® trägt signifikant zu einer verbesserten Endothelfunktion bei und ermöglicht es den Arterien, sich zu weiten, um so die Durchblutung bedürftiger Gewebe sicherzustellen, oder die Haut mit dem Ziel des Abstrahlens überschüssiger Körperwärme kräftig zu durchbluten. Außerdem wies diese Studie nach, dass eine täglich eingenommene Gesamtdosis von 60 mg Pycnogenol®, wie unten dargestellt, einen wirksamen Beitrag zur Linderung klimakterischer Symptome leistet.

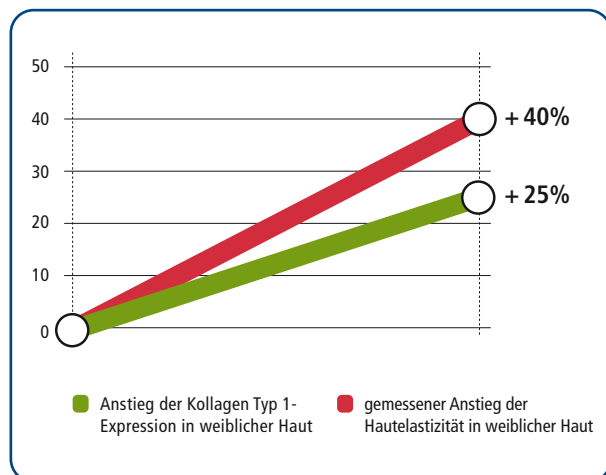
Relative Verbesserung der Menopausensymptom-Skalenwerte nach 4 und 12 Wochen Behandlung mit täglich 60 mg Pycnogenol®



Dermatologische Vorzüge von Pycnogenol® für Frauen in der Menopause

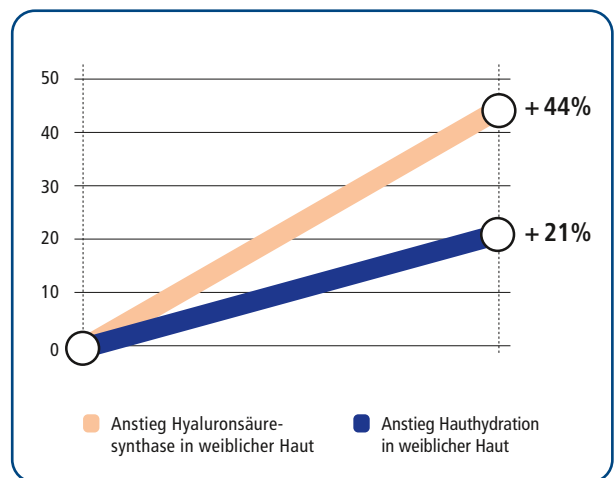
Mit dem Beginn der Perimenopause wird das Erscheinungsbild der Haut zunehmend beeinträchtigt. Frauen nehmen diese fortlaufenden Änderungen ihrer Haut wahr, bemerken, dass die Haut die Elastizität verliert und oft auch immer trockener wird. Darüberhinaus wird die Haut mit dem steigenden klimakterischen Alter immer dünner und der abfallende Kollagenspiegel in der Haut führt zu einem allmählichen Verlust ihrer Elastizität.

Zwanzig gesunde Frauen in der Menopause erhielten eine tägliche Dosis Pycnogenol® über einen Zeitraum von zwölf Wochen hinweg und die Kollagen Typ 1-Expression wurde anhand von Hautproben ermittelt, die vor und nach der Einnahme von Pycnogenol® genommen wurden [Marini et al., 2012]. Bereits nach sechs Wochen zeigte sich eine signifikant um 44 % erhöhte Kollagen Typ 1-Expression. Dementsprechend war die Haut der Frauen deutlicher elastischer und Ultraschalluntersuchungen weisen auf eine verbesserte Straffheit hin.



Die an dieser Studie teilnehmenden Frauen wurden auch auf die Hauthydratation und Hyaluronsäuresynthese

hin untersucht. Die Ergebnisse zeigten eine signifikant gesteigerte Expression des Enzyms Hyaluronsäuresynthese in der Haut, welches die feuchtigkeitsspendende Hyaluronsäure produziert. Ein erhöhter Hyaluronsäurespiegel resultiert in einer Bindung und Speicherung von mehr Wasser, insbesondere im extrazellulären Bereich, was folglich zu einer ebeneren, elastischeren und straffer erscheinenden Haut führt.



Pycnogenol® beeinflusst Hyperpigmentierung der Haut

Bei einigen Frauen kann es während der Menopause zu einem Auftreten hyperpigmentierter Hautflächen kommen, die als besonders störend empfunden werden. Solche überpigmentierte Hautflecken treten bei vielen Frauen gar nicht auf, während andere Frauen besonders störende überpigmentierte dunkle Flecken entwickeln. Eine Studie mit Frauen in der Menopause zeigte, dass Pycnogenol® die Aktivierung von Genen, die mit der Hautpigmentierung in Verbindung gebracht werden, verhindern kann, weshalb man davon ausgeht, dass sich so eine weitere Verdunklung der Haut verhindert lässt [Grether-Beck et al., 2016].

Pycnogenol® zeigt in drei kontrollierten Studien mit insgesamt 450 Frauen in der Menopause eine nachweislich deutliche Linderung von Menopausensymptomen

Pycnogenol® ist nachweislich sicher und ruft keine hormonellen Änderungen bei Frauen in der Menopause hervor

Pycnogenol® bekämpft sichtbare Alterungszeichen und verbessert Elastizität, Straffheit und Feuchtigkeitslevel der Haut, indem es die Bildung von Kollagen, Elastin und Hyaluronsäuresynthese bei Frauen in der Menopause fördert

Literaturverzeichnis

Errichi S, Bottari A, Belcaro G, Cesarone MR, Hosoi M, Cornelli U, Dugall M, Ledda A, Feragalli B.

Supplementation with Pycnogenol® improves signs and symptoms of menopausal transition. *Panminerva Med* 53(3 Suppl 1): 65–70, 2011.

Grether-Beck S, Marini A, Jaenicke T, Krutmann J.

French Maritime Pine Bark Extract (Pycnogenol®) Effects on Human Skin: Clinical and Molecular Evidence. *Skin Pharmacol Physiol* 29(1): 13–17, 2016.

Kohama T, Negami M.

Effect of low-dose French maritime pine bark extract on climacteric syndrome in 170 perimenopausal women: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *J Reprod Med* 58(1–2):39–46, 2013.

Marini A, Grether-Beck S, Jaenicke T, Weber M, Burki C, Formann P, Brenden H, Schönlau F, Krutmann J.

Pycnogenol® effects on skin elasticity and hydration coincide with increased gene expressions of collagen type I and hyaluronic acid synthase in women. *Skin Pharmacol Physiol*. 25(2): 86–92, 2012.

Moreau KL & Hildreth KL.

Vascular Aging across the Menopause Transition in Healthy Women. *Adv Vasc Med*. DOI:10.1155/2014/20439, 2014.

Yang HM, Liao MF, Zhu SY, Liao MN, Rohdewald P.

A randomised, double-blind, placebo-controlled trial on the effect of Pycnogenol® on the climacteric syndrome in peri-menopausal women. *Acta Obstet Gynecol Scand*. 86(8): 978–85, 2007.

Horphag Research
Administrative Office
P.O. Box 80
71 Av. Louis Casati
CH-1216 Cointrin/Geneva
Switzerland
Phone +41 (0)22 710 26 26
Fax +41 (0)22 710 26 00
info@pycnogenol.com
www.pycnogenol.com

Pycnogenol® ist eine eingetragene Marke von Horphag Research. Die Verwendung dieses Produktes ist durch ein oder mehrere U.S. Patente sowie weitere internationale Patente geschützt.

Die in diesem Dokument zur Verfügung gestellten Informationen sind ausschliesslich für den professionellen Gebrauch gedacht. Die hierin gemachten Aussagen und bereitgestellten Informationen wurden weder von der Food and Drug Administration noch einer anderen Gesundheitsbehörde überprüft. Dieses Produkt ist nicht für die Diagnose, Behandlung, Heilung oder Verhinderung von Krankheiten bestimmt. Horphag Research stellt Pycnogenol® den Herstellern von fertigen Produkten als Rohstoff zur Verfügung. Daher macht Horphag Research keinerlei Angaben zum Nutzen fertiger Produkte und jeder Hersteller trägt für sich selbst die Verantwortung dafür, sicher zu stellen, dass jegliche von ihm getroffene Aussage hinsichtlich des Nutzens seines fertigen Produktes vollumfänglich den regulatorischen und gesetzlichen Anforderungen der Gebiete, in denen er seine Produkte vermarktet, entspricht.