

In Studien gründlich geprüft

Mönchspfeffer bessert prämenstruelles Syndrom

BERN – Neue klinische Studien stellen die Phytotherapie des prämenstruellen und des klimakterischen Syndroms auf ein immer solideres wissenschaftliches Fundament. Professor Dr. Johannes Bitzer, Universitäts-Frauenklinik Basel, berichtete auf einem Symposium über aufschlussreiche klinische Studien zur Behandlung des prämenstruellen Syndroms mit Mönchspfeffer-Extrakt. Das Symposium fand im Berner Inselspital statt und wurde von Professor Dr. Martin Birkhäuser, Bern, geleitet.



Prof. Dr. Johannes Bitzer

Im Januar letzten Jahres bestätigte eine im *British Medical Journal* veröffentlichte, randomisierte, plazebokontrollierte Doppelblindstudie, dass der in PreMens® enthaltene Mönchspfeffer-Trockenextrakt (Ze 440) eine wirksame und gut verträgliche Behandlung des prämenstruellen Syndroms (PMS) darstellt (R. Schellenberg, *British Medical Journal* 2001; 322: 134–137). In sechs deutschen Allgemeinpraxen nahmen total 170 Frauen an der Studie

teil. Sie wurden während drei konsekutiven Zyklen mit Mönchspfeffer-Extrakt (täglich 1 Dragée) oder Plazebo behandelt. Der Extrakt verbesserte die PMS-Symptomatik bei mehr als der Hälfte der Frauen (52 %) um mindestens 50 %, während knapp ein Viertel der Frauen (24 %) auf das Plazebo ansprach. Aufgrund der Selbstbeurteilung der Frauen wurde bei fünf häufigen PMS-Symptomen (Gereiztheit, Stimmungsschwankungen, Aggressivität, Kopfschmerzen, Brustspannen) mit dem Extrakt eine signifikant stärker ausgeprägte Besserung erzielt. Auch die ärztliche Beurteilung des klinischen Gesamteindrucks sprach für eine signifikante Überlegenheit des Extraktes. Die Behandlung wurde gut vertragen

und von keiner Frau wegen Nebenwirkungen abgebrochen.

Zuvor hatten bereits mehrere offene Studien nachgewiesen, dass Mönchspfeffer-Extrakte die PMS-Symptomatik bessern. In einer offenen, prospektiven Multizenterstudie wurden 50 Frauen während drei Zyklen mit dem in PreMens® enthaltenen Extrakt Ze 440 behandelt und während insgesamt acht Zyklen beobachtet. Während der Behandlung liessen die Symptome deutlich nach, um sich nach Therapieende im Lauf von drei Zyklen wieder zu verstärken. Orale Kontrazeptiva, die von 13 Frauen neben dem Extrakt verwendet wurden, beeinflussten die Behandlungsergebnisse nicht.

Prof. Bitzer empfiehlt bei Frauen mit PMS ein dreistufiges Behandlungskonzept. Die erste Stufe umfasst eine eingehende Beratung zur Lebensführung. Ist dies nicht ausreichend, können auf der zweiten Behandlungsstufe nebenwirkungsarme Therapien wie Mönchspfeffer-Extrakt angeboten werden. Bei starken PMS-Beschwerden kommen schliesslich auf der dritten Stufe SSRI's oder hormonelle Therapien in Betracht.

PMS in der Schweiz

Wo bleiben die Ärzte?

In der Schweiz schenken manche Ärzte, anders als ihre amerikanischen Kollegen, dem prämenstruellen Syndrom (PMS) bis anhin nur wenig Beachtung. Dies geht aus einer epidemiologischen Erhebung zur Bedeutung des PMS in der Schweiz hervor. Die Studienleiterin für die Romandie, Dr. Saira-Christine Renteria, Médecin associé, CHUV, Lausanne, stellte fest, dass die Lebensqualität einer erheblichen Zahl von Frauen durch das PMS beeinträchtigt wird. Mehrheitlich greifen Betroffene zur Selbstmedikation. Die Hilfe durch medizinische Fachleute bleibt oft unbefriedigend.

Die Studie beruht auf einem Fragebogen zum Thema PMS, der in der weit verbreiteten französisch-sprachigen Frauenzeitschrift *Femina* erschien. 911 Frauen sandten den in auswertbarer Form ausgefüllten Fragebogen zurück. Hier einige Ergebnisse:

- Häufigstes psychisches Symptom: Irritabilität (78 %).
- Häufigstes körperliches Symptom: Müdigkeit (50 %).
- Häufigste Verhaltensänderung: verstärkter Appetit (39 %), besonders Drang nach Süßem.
- 30 % berichten, dass familiäre Spannungen und Auseinandersetzungen das tägliche Leben stark beeinträchtigen.
- Die Beschwerden treten ausschliesslich in der 2. Zyklushälfte auf und lassen nach, sobald die Menstruation beginnt.
- 60 % behelfen sich mit Selbstbehandlung (Analgetika, Phytotherapie, Homöopathie).
- Die lediglich 23 %, die einen Arzt aufsuchten, beurteilen die Konsultation als unbefriedigend.
- Dass orale Kontrazeptiva therapeutisch wenig Erfolg versprechen, spiegelt sich im beträchtlichen Anteil von Pillen-Anwenderinnen (27 %).

Zu weitgehend übereinstimmenden Resultaten kam eine analoge Fragebogenerhebung in der Deutschschweiz.

Standardisierter Mönchspfeffer-Extrakt

Auf der Suche nach dem Wirkmechanismus

BERN – Der standardisierte Extrakt Ze 440 wird aus den schwarzen Früchten des Mönchspfeffers, vier-samigen Steinbeeren, gewonnen, erklärte Professor Dr. sc. nat. Beat Meier, Forschungsleiter der Zeller AG, Romanshorn. Die Pflanze gedeiht am besten in Küstennähe im Mittelmeerraum. Die in der Schweiz in Gärten und Parkanlagen vereinzelt anzutreffenden Exemplare tragen meist keine Früchte. Der Pflanzenextrakt besteht aus zahlreichen Inhaltsstoffen. Die eigentlichen Wirkstoffe wurden bisher nicht identifiziert, so dass der gesamte Extrakt als das Wirkprinzip betrachtet wird. Mit modernen Analyseverfahren wurden im Extrakt keine Phytoöstrogene gefunden.

Der Extrakt wirkt dopaminartig und kann in der Hypophyse die Prolaktinsekretion hemmen. Möglicherweise werden so hohe nächtliche Spitzen des Prolaktinspiegels normalisiert. Die Affinität des Extraktes zu Dopamin-D₃-Rezeptoren, die vor allem im mesolimbischen System vorkommen, könnte für die Besserung emotionaler Symptome verantwortlich sein. Eine Affinität des Extraktes zu Östrogenrezeptoren fehlt.



Alternative zur Hormonsubstitution

Wurzelextrakt lindert klimakterische Beschwerden

BERN – Manche Frauen ziehen es vor, die neurovegetativen und psychischen Menopausebeschwerden phytotherapeutisch statt mit einer Hormonersatztherapie zu lindern. Verfügt denn die wissenschaftlich-rationale Phytotherapie über ein potentes Klimakterium-Mittel, das im ärztlichen Praxisalltag empfohlen werden kann? Dass Extrakte der Traubensilberkerze diesem Anspruch gerecht werden, legte Dr. Christine Bodmer, Leiterin des Menopause-Zentrums, an der Frauenklinik Bern, dar.

Die Traubensilberkerze (*Cimicifuga racemosa*, englisch: black cohosh) stammt aus Kanada und den USA, gedeiht aber auch gut in Schweizer Gärten. Bei der Pflanze, die zu den Hahnenfussgewächsen gehört, handelt es sich um eine nicht verholzende, mehrjährige Staude. Im Juni und Juli trägt sie weisse Blüten, die in langen, schmalen Trauben angeordnet sind. Der Gesamtextrakt des im Herbst geernteten Wurzelstocks stellt ein Vielkomponentengemisch dar, wobei noch nicht feststeht, welche der zahlreichen Inhaltsstoffe die eigentlichen Wirkstoffe sind.

In klinischen Studien* wurde nachgewiesen, dass der in Cimifemin® Tabletten enthaltene Cimicifuga-Extrakt klimakterische Beschwerden signifikant beeinflusst. Zur Quantifizierung der klinischen Wirksamkeit wurden folgende Skalen herangezogen: Menopausenindex nach Kupperman (zur Erfassung klimakterischer Beschwerden), Hamilton Anxiety Skala (HAM-A zur Erfassung psychischer und somatischer Angstsymptome), Selbstbeurteilungs-Depressions-skala (SDS zur Erfassung von Depressionssymptomen), Clinical Global Impression Skala (CGI zur

Gesamterfassung der Zustandsänderung). Was die Wirkungen auf Gonadotropine und Vaginalepithel betrifft, fielen die Studienresultate nicht einheitlich aus. Nur teilweise wurde eine östrogenartige Wirkung auf die Hypothalamus-Hypophysenachse mit Senkung des Serum-LH-Spiegels oder eine Proliferation des Vaginalepithels gefunden. Eine kleine 12-wöchige Studie* an 28 Frauen zeigte sonographisch keine Dickenzunahme des Endometriums.

In präklinischen in-vitro-Versuchen mit östrogenabhängigen Mammakarzinom-Zelllinien hemmt Cimicifuga-Extrakt die Proliferation. In Kombination mit Tamoxifen, das die Proliferationsrate reduziert, bewirkt der Wurzelextrakt einen synergistischen Effekt. Ob der Extrakt bei Frauen mit Mammakarzinom bedenkenlos verwendet werden kann, steht derzeit noch nicht eindeutig fest. Insgesamt sprechen neue Forschungen* dafür, dass Cimicifuga-Extrakt je nach Wirkort im Körper entweder östrogen-agonistisch oder östrogen-antagonistisch wirkt und somit als Phyto-SERM bezeichnet werden kann.

* Literaturliste bei der Redaktion erhältlich

Cimifemin® Tabletten: Pflanzliches Heilmittel; **Zusammensetzung:** 1 Tablette enthält: Flüssigextrakt aus Traubensilberkerze entsprechend 20 mg Wurzelstock, Aromatica und weitere Hilfsstoffe. **Indikationen/Anwendungsmöglichkeiten:** Beschwerden in den Wechseljahren (Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen, Nervosität und Verstimmungszustände). **Dosierung/Anwendung:** 2 mal täglich (morgens und abends) 1 Tablette unzerkaut mit etwas Flüssigkeit einnehmen. Cimifemin kann längere Zeit angewendet werden, mindestens über einen Zeitraum von 6 Wochen. **Unerwünschte Wirkungen:** In seltenen Fällen leichte Magenbeschwerden, Übelkeit. **IKS-Nummern:** 48734. **Packungen:** Cimifemin Tabl 30/60/180. **Stand der Information:** Mai 1999

PreMens: Pflanzliches Heilmittel; **Zusammensetzung:** 1 Dragée enthält: 40 mg Mönchspfeffer Trockenextrakt Ze 440 (entspricht 20 mg nativem Mönchspfeffer Extrakt: Extraktionsmittel Ethanol 60 Gew.-%, Drogen-/Extrakt-Verhältnis (DEV) ca. 6–12:1, standardisiert auf mind. 0,6 % Casticin). Das Präparat enthält zusätzlich Hilfsstoffe, u.a. Lactose. **Indikationen/Anwendungsmöglichkeiten:** Bei prämenstruellem Syndrom wie Kopfschmerzen, Hautprobleme, leichtes Spannungsgefühl in den Brüsten, Unterleibsbeschwerden, sowie Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit, nervliche Angespanntheit, Verstimmungszustände, Müdigkeit und Schlafprobleme. PreMens kann auch von Frauen, die ein Präparat zur hormonalen Empfängnisverhütung einnehmen und Beschwerden vor der Blutung haben, angewendet werden. **Dosierung/Anwendung:** Jeden Tag (auch an beschwerdefreien) 1 Dragée PreMens einnehmen. Es wird eine Therapiedauer von mindestens 3 Monaten empfohlen. Die Einnahme des Dragées erfolgt mit etwas Wasser vorzugsweise immer zur gleichen Tageszeit, unabhängig von den Mahlzeiten. **Anwendungseinschränkungen:** Schwangerschaft/Stillzeit: PreMens darf in der Schwangerschaft nicht eingenommen werden. Während der Stillzeit soll auf das Medikament verzichtet werden. Aufgrund der bisherigen Erfahrungen ist zwar kein Risiko für den Säugling bekannt, systematische wissenschaftliche Untersuchungen wurden jedoch nie durchgeführt. **Unerwünschte Wirkungen:** Für PreMens sind bisher bei bestimmungsgemäsem Gebrauch keine ernsthaften Nebenwirkungen beobachtet worden. Beim Auftreten von Hautausschlägen, -jucken ist die Therapie abzubrechen. In wenigen Fällen können einzelne Beschwerden des prämenstruellen Syndroms zu Beginn der Behandlung mit PreMens verstärkt auftreten. **IKS-Nummern:** 55258. **Packungen:** PreMens Drag 30/90; **Stand der Information:** Mai 1999; Zeller Medical AG, Pflanzliche Heilmittel, 8590 Romanshorn

Idee und Konzeption:
INTER MEDICAL, Urs Graf-Strasse 8,
Postfach 368, 4020 Basel
Information: Zeller Medical
Redaktion: Alfred Lienhard, Arzt; Winfried Powollik
Layout: Patrik Brunner
Produktion: Patricia Stachnis
© Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit
schriftlicher Genehmigung des Verlages.