

# ЛИГНАРИУС™

Женщины о климаксе говорят редко. Многие считают, что это болезнь. Но климакс – это не приговор и вовсе не заболевание, а естественный переходный этап в жизни каждой женщины. В переводе с греческого «климакс» означает «лестница», по которой женщина поднимается от одной ступеньки к другой. Чтобы «подъем» не казался столь трудным, современный гинеколог-эндокринолог предлагает большой выбор средств для того, чтобы помочь женщине сохранить здоровье, оставаясь красивой и привлекательной.

## Почему наступает климакс?

Климакс – физиологический период, когда происходит угасание репродуктивной функции женского организма, сопровождающееся нерегулярными менструациями или их прекращением. Яичники начинают вырабатывать меньше женских половых гормонов, снижается половое влечение, и появляются климактерические симптомы.

## В каком возрасте наступает климакс?

У каждой женщины свои биологические часы наступления менопаузы. Как правило, уровень гормонов и количество производимых яйцеклеток снижается с 37-летнего возраста.

Существуют определенные периоды климакса, связанные с возрастом:

- до 40 лет – преждевременный климакс;
- 40-44 года – ранний климакс;
- 45-52 года – менопауза (среднестатистическая норма);
- после 53 лет – поздний климакс.

Раннее наступление климакса может быть следствием перенесенных хирургических операций на органах репродуктивной системы, стресса, заболеваний иммунной системы, а также наследственных факторов.

## Какие основные симптомы беспокоят женщину во время климакса?

Под влиянием гормональных изменений появляется быстрая утомляемость, раздражительность, нарушение сна, резкая смена настроения, лишний вес. Снижается качество сексуальной жизни. Развиваются вегетативные менопаузальные симптомы, появляются приливы – ощущения внезапного жара в области головы, лица и верхней половины туловища, сменяющиеся ознобом и повышенной потливостью.

Помимо дискомфорта, в период пременопаузы, менопаузы и постменопаузы в организме женщины могут развиваться следующие нарушения:

**метаболические:** атеросклероз, повышенное артериальное давление, ожирение, сахарный диабет II типа;

**неврологические:** ухудшение памяти, зрения, слуха;

**костно-мышечные:** остеопороз, остеоартроз, хрупкость костей (частые переломы);

**повышается риск развития** эстрогенозависимых опухолей молочной железы и матки.

В этот период женщина должна быть максимально внимательна к своему здоровью. Профилактику вышеуказанных нарушений важно начинать на ранних этапах, пока не возникли необратимые изменения в организме.

## Что такое фитоэстрогены и для чего они нужны при климаксе?

Фитоэстрогены – это растительные природные соединения, которые по своему составу и действию близки к женским половым гормонам (эстрогенам).

Воздействуя на женский организм в условиях недостатка выработки собственных гормонов, фитоэстрогены способны связываться с рецепторами эстрогена, тем самым проявляя эстрогеноподобное действие. А при переизбытке эстрогенов способны блокировать эстрогеновые рецепторы, снижая негативное влияние гормонов, то есть проявляют антиэстрогеновое действие.

# ЛИГНАРИУС™

**ЛИГНАРИУС™** – биологически активная добавка к пище, содержит запатентованную формулу лигнана, выделенного из сучков ели европейской (*Picea Abies*), содержащей максимальное количество лигнана (*7-гидроксиматаирезинол*), который оказывает положительный эффект на общее состояние женского организма в период менопаузы, менопаузы и постменопаузы.<sup>1</sup>

**Форма выпуска:** капсулы массой 138 мг.

**Количество:** 30 капсул.

**Состав:** микрокристаллическая целлюлоза (носитель), капсула (желатин, вода, диоксид титана (краситель), лигнан из ели обыкновенной (*7-гидроксиматаирезинол*)).

**Содержание биологически активных компонентов:**

Биологически активные вещества	Содержание в 1 капсуле
Лигнаны	30 мг

**Рекомендации по применению:** взрослым по 1 капсуле в день после завтрака, запивая достаточным количеством воды (150 - 200 мл).

Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Продолжительность приема 1 месяца.

При необходимости прием можно повторить.

**Противопоказания:** индивидуальная непереносимость компонентов, беременность, кормление грудью.

**Срок годности:** 3 года.

Не является лекарством. Биологически активная добавка к пище.

**Условия хранения:** хранить в недоступном для детей месте при температуре не выше 25°C.

## 7-HMR (7-гидроксиматаирезинол)

В ходе научных исследований выявлено, что 7-HMR (7-гидроксиматаирезинол) относится к классу лигнанов, являющихся одним из видов фитоэстрогенов.

Под воздействием микрофлоры кишечника 7-HMR преобразуется в энтеролактон, который обладает эстрогеноподобными свойствами.<sup>1,3</sup>

### 7-HMR:

- уменьшает вегетативные менопаузальные симптомы;
- обладает противовоспалительной активностью;
- замедляет процессы старения, благодаря антиоксидантному эффекту;
- снижает риск развития атеросклероза и сердечно-сосудистых заболеваний;
- повышает жизненный тонус и улучшает качество сексуальной жизни;
- снижает риск развития эстрогензависимых опухолей.

По данным клинических исследований при ярко выраженных вегетативно-менопаузальных симптомах рекомендуется увеличить дозу приема до 2 капсул в день в течение 8-12 недель.<sup>1</sup>

Использование **ЛИГНАРИУСА** (7-HMR) в рационе питания снижает риск развития гормонозависимых опухолей молочной железы и матки.<sup>2</sup>

7-HMR лигнан принимает участие в регуляции метаболизма, обладает гепатопротекторным действием, оказывает положительный эффект на гликемический профиль и способствует поддержанию веса.

Лигнаны способствуют регулированию плазменного холестерина за счет увеличения липопротеидов высокой плотности (HDL) и снижения уровня липопротеидов низкой плотности (LDL). Этим объясняется его профилактическое действие по отношению к развитию атеросклероза.<sup>3</sup>

1. J Am Coll Nutr. 2013;32(6):428-35. doi: 10.1080/07315724.2013.849578. Pharmacokinetics and bioavailability of plant lignan 7-hydroxymatairesinol and effects on serum enterolactone and clinical symptoms in postmenopausal women: a single-blinded, parallel, dose-comparison study. Udani JK1, Brown DJ, Tan MO, Hardy M.

2. Proc Nutr Soc. 2003 Feb;62(1):193-9. Rye, lignans and human health. Hallmans G1, Zhang JX, Lundin E, Stattin P, Johansson A, Johansson I, Hulthen K, Winkvist A, Aman P, Lenner P, Adlercreutz H.

3. Хемореактивный анализ 7-гидроксиматаирезинола Громова О.А., Торшин И.Ю., Федотова Л.Э. РСЦ Института Микроэлементов при ЮНЕСКО при РНИУ РГМУ им.Пирогова. ГБОУ ВПО Московский физико-технический институт ГБОУ ВПО Ивановская государственная медицинская академия МЗ РФ

**Изготовитель:** «Provero Pharma v.o.f.», van Leeuwenhoekweg 9, 5482TK Schijndel, Нидерланды.

**Импортер/Организация, принимающая претензии на территории Таможенного Союза ЕАЭС:**  
ООО «КОСМОФАРМ»; 107076, г. Москва, ул. Стромынка, д. 19, корп. 2, помещение 128, комната 7. Российская Федерация.  
Тел: +7 (495) 644-00-31, www.cosmopharm.ru

Изготовлено по заказу ООО «КОСМОФАРМ».  
СГР № RU.77.99.88.003.E.010863.12.15 от 17.12.2015 г.

  
КОСМОФАРМ