



EIN TANZ
DER HORMONE
DIE WECHSELJAHRE

GYNIAL
— www.gynial.com —

UNVER-
WECHSELBAR,
ICH!



Mehr Informationen zur Menopause
finden Sie unter: www.menogynial.com



DIE UNAUSSPRECHLICHE VERÄNDERUNG

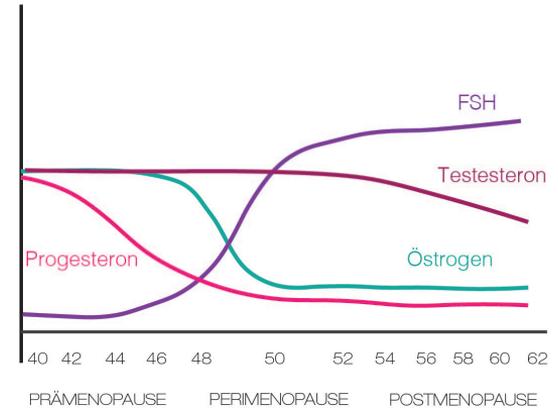
Frauen sind genial. Sie sind stark. Sie sind wahre Wunderwesen. In jeder ihrer Lebensphasen – von der Verhütung, übers Mamawerden bis hin zu den Wechseljahren. Trotzdem hüllen sich beim Thema Menopause viele noch immer in Schweigen und machen daraus ein Tabu. Aber was ist eigentlich so schlimm daran, älter zu werden und eine neue Lebensphase zu beginnen?

Unsere körperlichen und seelischen Veränderungen in den Wechseljahren sind ein natürlicher Abschnitt unseres Lebens. Genau deshalb werden wir mit der Menopause auch nicht plötzlich zu alten Frauen. Noch lange nicht! Wir sind schön, sinnlich, fit, klug, erfolgreich und haben uns selbst gefunden. So werden Frauen in den Wechseljahren begeistert als *Change-Sisters* und die *coolste Clique* heutzutage bezeichnet. Ein Club, zu dem man unbedingt dazugehören will. Irgendwie beruhigend, finden Sie nicht?

Welche Herausforderungen und Veränderungen während der Wechseljahre auf Sie zukommen können und wie es Ihnen gelingt, stark und gesund durch diese spannende Lebensphase zu gehen, erfahren Sie auf den nächsten Seiten.

EIN TANZ DER HORMONE

Die **Zeit hormoneller Umstellung** um das 50. Lebensjahr einer Frau wird als Wechseljahre bezeichnet. Die Wechseljahre läuten das Ende der fruchtbaren Phase einer Frau ein: es werden immer weniger weibliche Geschlechtshormone produziert, bis die Hormonproduktion in den Eierstöcken ganz eingestellt ist. Diese Zeit kann sich über einige Jahre erstrecken. Der Menstruationszyklus zeigt nun bereits Schwankungen auf. **Tritt nach der letzten Regelblutung 12 Monate lang keine ovariell ausgelöste Blutung mehr auf, so spricht man von der Menopause.**



Modifiziert nach Kuhl H (2001) und Randolph JF et al (2011)

WAS SIND TYPISCHE BESCHWERDEN IN DEN WECHSELJAHREN?

Mit dem **Absinken der weiblichen Geschlechtshormone** gehen oft einige **körperliche Veränderungen** einher, die sich bei vielen Frauen durch Hitzewallungen, unruhigen Schlaf, Stimmungsschwankungen, Libidoverlust oder trockene Schleimhäute bemerkbar machen.

83% DER FRAUEN
LEIDEN UNTER
HITZEWALLUNGEN



**HITZEWALLUNGEN &
SCHWEISSAUSBRÜCHE**
SIND DIE HÄUFIGSTEN
SYMPTOME IN DEN
WECHSELJAHREN ¹



BEI KNAPP **50%** DER
FRAUEN VERÄNDERT SICH
DAS **SEXUALLEBEN** IN
DER MENOPAUSE ¹



SIE SIND
NICHT
ALLEIN!

¹Der große GYNIAL Frauengesundheits-Check 2017
durchgeführt von meinungsraum.at

I WILL
SURVIVE



COOLE TIPPS....

Some like it hot... Not!

Absolute Must-Haves in allen Handtaschen sind ab jetzt Puder und Deo, eventuell auch ein kleiner, stylischer Fächer.

Schicht für Schicht

Lieber zwei bis drei dünne Kleidungsstücke im Zwiebel-Look übereinander anziehen. Rollt die Hitzewallung auf Sie zu, schnell eine Jacke oder einen Pullover ausziehen. Sie haben darunter ja ein hübsches T-Shirt an. Sobald Sie abgekühlt sind, können Sie die anderen Sachen ja wieder anziehen.

Move Change Sister

Stimmungsschwankungen können durch Sport verbessert werden. Außerdem kann ein trainierter Körper Hitzewallungen besser regulieren.

....FÜR HEISSE ZEITEN

Übung macht die Meisterin

Trainieren Sie nicht nur Ihre sichtbaren Muskeln, sondern auch Ihren wohl unbekanntesten Muskel: den Beckenboden. Schon 5 Minuten tägliches Training bringt einen tollen Effekt. Ihre aktiven und gut durchbluteten Beckenbodenmuskeln steigern die sexuelle Empfindsamkeit.

Lust statt Frust

Sexualität muss man hegen und pflegen, damit sie zu Gast bleibt. Darum sollten Sie sich jetzt noch mehr Platz für ein Leben mit allen Sinnen einräumen. Alles, was Ihnen körperlich gut tut, ist jetzt wichtiger denn je: Regelmäßiger Sport verhilft Ihnen zu einem guten Körpergefühl.

Gar (k)ein trockenes Thema

Während der Körper oben zu viel Flüssigkeit produziert, herrscht unterhalb der Gürtellinie hingegen totale Trockenzeit. Die Scheidenschleimhaut brennt und juckt, und manchmal tut es beim Sex weh. Auch das Gewebe der Harnblase und des Beckenbodens werden nicht mehr so gut durchblutet und erschlaffen, wenn wir nicht fleißig trainieren. Blasenentzündungen oder Inkontinenz können dann zu ungebetenen Begleitern werden. Kein Wunder also, wenn Frau keine oder nur wenig Lust auf Sex hat.

jetzt mit
verbesserter
Rezeptur

MenoGynial PLUS Kapseln tragen mit hochwertigen Inhaltsstoffen zu Ihrem Wohlbefinden in den Wechseljahren bei. Mit Isoflavonen aus Rotklee und Soja, Salbeiblattextrakt, Hopfenblütenextrakt, Vitamin B6 und organischem Zink - **damit Sie Ihr Leben in vollen Zügen genießen können!**

Laut Konsensus Papier der Österreichischen Menopausegesellschaft werden Isoflavone als **erstes Mittel der Wahl** zur Behandlung von natürlichen Hitzewallungen in der Menopause empfohlen. Darum **enthält MenoGynial Plus 125mg Isoflavone**.¹ Aus diesem Grund enthalten MenoGynial Kapseln zusätzlich das bereits verwertete und somit **stärker wirksame Isoflavon Equol aus fermentiertem Sojabohnenextrakt**. So ist eine optimale Wirkung bei nahezu allen Frauen gesichert.



VORTEILE



Nur 1 Kapsel täglich



150 mg Salbeiblattextrakt



100 % vegan



Fructose- und Lactose-frei



125 mg Isoflavone



In Österreich entwickelt

¹Konsensus Papier der österreichischen Menopausegesellschaft. Soja-Isoflavone als erstes Mittel der Wahl gegen vasomotorische Beschwerden in der Menopause. 2016, März.



MENOGYNIAL PLUS UNTERSTÜTZT IHR WOHLBEFINDEN IN DEN WECHSELJAHREN



mit Isoflavonen aus Rotklee & Soja



mit Extrakten aus Salbei und Hopfenblüten



Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit und zu einer normalen Funktion des Nervensystems und der Psyche bei



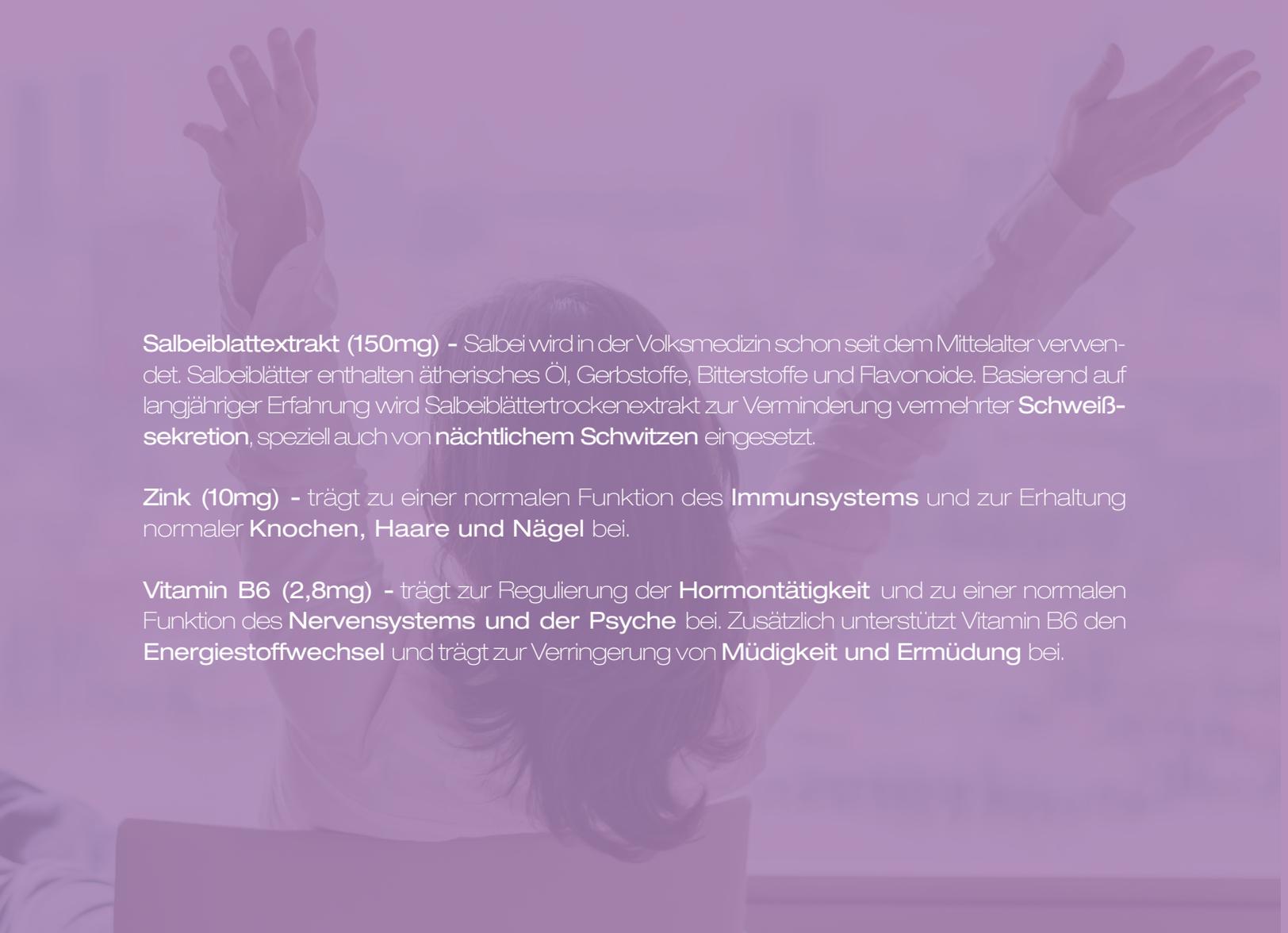
Zink trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems und zur Erhaltung normaler Knochen, Haare und Nägel bei

WAS IN MENOGYNIAL DRINNEN IST

Isoflavone (125mg) - Isoflavone sind Pflanzenstoffe, die insbesondere in Hülsenfrüchten und Kleearten vorkommen. Besonders reich an Isoflavonen sind Sojabohnen und Rotklee. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen, dass Isoflavone nicht von allen europäischen Frauen vollständig verwertet werden können. Aus diesem Grund enthalten MenoGynial Kapseln zusätzlich das bereits verwertete und somit stärker wirksame Isoflavon Equol aus fermentiertem Sojabohnenextrakt. So ist eine optimale Wirkung bei nahezu allen Frauen gesichert.

Hopfenblütenextrakt (80mg) (Lifenol®) - Hopfenzapfen verleihen nicht nur dem Bier das Aroma und die typische Bitterkeit, sie enthalten neben Bitterstoffen auch ätherisches Öl, Gerbstoffe und Flavonoide. Einige wissenschaftliche Studien weisen eine signifikante Verbesserung der Lebensqualität menopausaler Frauen nach, vor allem eine Reduktion der Hitzewallungen. Der hochwertige Hopfenblütenextrakt Lifenol® ist ein patentierter Pflanzenextrakt aus weiblichen Hopfenzapfen europäischer Herkunft. Dieser Extrakt enthält standardisierte Mengen an Prenylflavonoiden, wie z.B. das 8-Prenylnaringenin.





Salbeiblattextrakt (150mg) - Salbei wird in der Volksmedizin schon seit dem Mittelalter verwendet. Salbeiblätter enthalten ätherisches Öl, Gerbstoffe, Bitterstoffe und Flavonoide. Basierend auf langjähriger Erfahrung wird Salbeiblättertrockenextrakt zur Verminderung vermehrter **Schweißsekretion**, speziell auch von **nächtlichem Schwitzen** eingesetzt.

Zink (10mg) - trägt zu einer normalen Funktion des **Immunsystems** und zur Erhaltung normaler **Knochen, Haare und Nägel** bei.

Vitamin B6 (2,8mg) - trägt zur Regulierung der **Hormontätigkeit** und zu einer normalen Funktion des **Nervensystems und der Psyche** bei. Zusätzlich unterstützt Vitamin B6 den **Energiestoffwechsel** und trägt zur Verringerung von **Müdigkeit und Ermüdung** bei.

GEBEN SIE MENOGYNIAL PLUS ETWAS ZEIT!

MenoGynial Plus sollte über einen Zeitraum von mindestens 3 Monaten eingenommen werden, damit sich die **Wirkung voll entfalten** kann.

NUR 1 KAPSEL TÄGLICH



1 X täglich

1 Kapsel MenoGynial Plus täglich mit etwas Flüssigkeit nach einer Mahlzeit verzehren.*

*Die angegebene Tagesdosis nicht überschreiten. Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie für eine gesunde Lebensweise dar.



ERHÄTLICH



Unsere gynialen Produkte für die Menopause sind rezeptfrei in Ihrer Apotheke oder im Internet unter www.gynial.com erhältlich. Weitere Informationen rund um die Menopause finden Sie auf www.menogynial.com.

MenoGynial Plus (30 Kapseln)
(PZN 4768413)*

MenoGynial Plus (60 Kapseln)
(PZN 5050764)*



WEITERE
INFORMATIONEN
FINDEN SIE
UNTER
www.menogynial.com



Gynial GmbH
Ungargasse 37/4/1 | 1030 Wien
info@gynial.com
www.gynial.com



FRAUEN SIND GENIAL & VERDIENEN *besondere Aufmerksamkeit!*

Deshalb widmen wir uns zu 100% der Gesundheit & dem Lebensgefühl der Frau. Gemeinsam mit Experten/Expertinnen und Partnerunternehmen steht für uns die Entwicklung und Auswahl innovativer Produkte im Fokus.



Wir sind GYNIAL - ein österreichisches Familienunternehmen mit dem Ziel Sie zu begeistern!

.....

Wir sind für Sie da!



Gynial GmbH | Ungargasse 37/4/1 | 1030 Wien
info@gynial.com | www.gynial.com