

Inhaltsstoffe:

	pro 100 g	pro 4 Kapseln = Tagesportion
physiologischer Brennwert	391 kJ/95 kcal	8 kJ/2 kcal
Eiweiß	0 g	0 g
Kohlenhydrate	0,9 g	18 mg
Fett	10,112 g	202,2 mg
BE	0,075	0,001

Inhaltsstoffe	pro 100 g	pro 4 Kapseln = Tagesportion
Vitamine:		
Biotin	9 mg	180 µg
Folsäure	15 mg	300 µg
Nicotinsäureamid	0,9 g	18 mg
Pantothersäure	300 mg	6 mg
Vitamin A	30 mg	600 µg
Vitamin B1	130 mg	2,6 mg
Vitamin B12	460 µg	9 µg
Vitamin B2	150 mg	3 mg
Vitamin B6	250 mg	5 mg
Vitamin C	5,5 g	110 mg
Vitamin D	0,5 mg	10 µg
Vitamin E	1,5 g	30 mg
β-Carotin	50 mg	1 mg
Mineralien:		
Calcium	7,5 g	150 mg
Zink	250 mg	5 mg
Chrom	10 mg	200 µg
Selen	1,5 mg	30 µg
Mikronährstoffe:		
Citrusbioflavonoide (aus Grapefruitextrakt)	2,5 g	50 mg
Isoflavone (aus Rotkleeextrakt)	0,8 g	16 mg
Lutein (aus Tagetesextrakt)	0,1 g	2 mg
Lycopin (aus Tomatenextrakt)	0,1 g	2 mg
α-Linolensäure (aus Leinöl)	4,01 g	80 mg
γ-Linolensäure (aus Nachtkerzenöl)	350 mg	7 mg
Linolsäure (aus Nachtkerzenöl, Leinöl)	3,7 g	75,3 mg

Zutaten: Calciumcitrat, Cellulose (teilw. Kapselhülle), Leinöl, Vitamin C, Grapefruitbioflavonoidextrakt, Rotkleeextrakt, Nachtkerzenöl, gem. Carotinoide (Tagetesextrakt, β-Carotin), Tomatenextrakt, Zinkgluconat, Fließmittel Kieselsäure, D-alpha-tocopheryllacetat, Trennmittel Magnesiumstearat, Nicotinsäureamid, Calcium-d-pantothenat, Vitamin B6 hydrochlorid, Vitamin B1 hydrochlorid, Vitamin B2, Chrom (III) chlorid, Vitamin A-acetat, Folsäure, Biotin, Natriumselenit, Vitamin B12, Vitamin D3

MK Meno® Cellulose-Kapseln



Zur Linderung von Wechseljahrsbeschwerden, wie z. B.

- Hitzewallungen,
- Schweißausbrüchen,
- Stimmungsschwankungen,
- depressiven Verstimmungen,
- Schlafstörungen.

**Beschwerden lindern
- Lebensfreude steigern**



**Besser durch
die Wechseljahre**

MK naturpharma GmbH

Am Bruch 5 | 42857 Remscheid

Telefon: 02191 - 37460 - 0

Fax: 02191 - 37460 - 99

E-Mail: info@mknaturpharma.de

www.mknaturpharma.de

Fachinformation

MK Meno®

MK Meno® Cellulose-Kapseln



80 % aller Frauen leiden in den Wechseljahren unter vielfältigen Beeinträchtigungen des körperlichen und psychischen Wohlbefehls mit Beschwerden wie z. B. Hitzewallungen und Stimmungsschwankungen. Gleichzeitig steigen durch die zurückgehende Oestrogen-Produktion der Bedarf an spezifischen Mikronährstoffen und das Risiko für Osteoporose, Knochenbrüche, Schlaganfall und Herzinfarkt.

Gesunde Ernährung, Sport und die Zufuhr geeigneter Mikronährstoffe können die Beschwerden in den Wechseljahren lindern und das Krankheitsrisiko in der Zeit nach den Wechseljahren reduzieren.

Beschwerden in den Wechseljahren

Die Wechseljahre oder das Klimakterium sind die Übergangsphase von unregelmäßigen Monatsblutungen bis zur letzten Menstruationsblutung (Menopause). In dieser Phase, bei Frauen normalerweise zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr, verändert sich der Hormonhaushalt grundlegend.

Die nachlassende Bildung von Östrogen hat Folgen für das physische und psychische Wohlbefinden und führt zu Beschwerden wie z. B. Hitzewallungen, Kopfschmerzen, Erschöpfung, Reizungen der Scheide, Stimmungsschwankungen und Depressionen. Ca. 80 % der Frauen in den Wechseljahren haben darunter zu leiden. Darüber hinaus führt der Mangel an Östrogenen zu einem Verlust an Mineralien, insbesondere Calcium im Knochen, mit der Folge eines erhöhten Risikos für Osteoporose und Knochenbrüche.

Durch den Mangel an Östrogenen wird allmählich auch der LDL-Spiegel („schlechtes Cholesterin“) im Blut erhöht bei gleichzeitiger Senkung des HDL-Cholesterins („gutes Cholesterin“). Infolgedessen steigt bei Frauen in der Menopause auch das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall.

Erhöhter Bedarf an Vitalstoffen in und nach den Wechseljahren

B-Vitamine helfen der Leber, Hormonschwankungen auszugleichen und die Symptome zu mildern. **Vitamin E** kann Hitzewallungen, Erschöpfung und Depressionen entgegenwirken. Antioxidantien wie **Selen, Vitamin C** und **Vitamin E** fangen freie Radikale ab und stärken so die körpereigenen Abwehrkräfte. Auch der **Calcium**-Bedarf ist in der Menopause erhöht. **Vitamin D** unterstützt die Einlagerung von Calcium in den Knochen und hilft, ebenso wie die Spurenelemente **Chrom** und **Zink**, die Knochen zu erhalten und somit das Fraktur- und Osteoporoserisiko zu senken.

Gamma-Linolensäure vermindert Hitzewallungen, Reizungen in der Scheide und Stimmungsschwankungen, gleicht das altersabhängige Ungleichgewicht bei den ungesättigten Fettsäuren aus und wirkt Blutdruck- und Cholesterin senkend.

Isoflavone wirken als Phytoöstrogene dem Östrogenabfall entgegen. Sie reduzieren deutlich Hitzewallungen, normalisieren die Blutfettwerte und senken den Gefäßwiderstand.

Omega-3-Fettsäuren können helfen, Hitzewallungen zu verringern, den Fettstoffwechsel zu normalisieren und den Blutdruck zu senken. Sie haben herzscheidende Eigenschaften.

Ein erhöhter Bedarf an Mikronährstoffen lässt sich allein über die Ernährung nicht optimal decken.

Besonders mit zunehmendem Alter lässt sich ein erhöhter Bedarf an Nähr- und Schutzstoffen im Alltag allein über die Ernährung kaum optimal decken.

MK Meno® ist ein Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zur diätetischen Behandlung eines erhöhten Bedarfs an Mikronährstoffen **bei Frauen mit menopausalen Beschwerden in und nach den Wechseljahren.**

MK Meno® deckt den erhöhten Bedarf an spezifischen Nährstoffen in der Menopause mit speziell abgestimmten Mikronährstoffen und hilft

- eine optimale Nährstoffversorgung zu sichern,
- menopausale Probleme, wie z. B. **Hitzewallungen, Kopfschmerzen, Erschöpfung, Reizungen der Scheide, Stimmungsschwankungen und Depressionen** zu lindern sowie
- das erhöhte Risiko für **Knochenfrakturen, Osteoporose, Herzinfarkt und Schlaganfall** zu senken.

MK Meno® Cellulose-Kapseln

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zur diätetischen Behandlung eines erhöhten Bedarfs an Mikronährstoffen bei Frauen mit menopausalen Beschwerden in und nach den Wechseljahren. Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

Anwendungsgebiete: Beeinträchtigungen des körperlichen und psychischen Wohlbefehls in den Wechseljahren mit Beschwerden wie z. B. Hitzewallungen und Stimmungsschwankungen und zur Senkung des Risikos für Osteoporose, Knochenbrüche, Schlaganfall und Herzinfarkt in der Menopause.

Gebrauchsempfehlung: 2 x täglich 2 Kapseln zu oder nach den Mahlzeiten einnehmen.

Wichtige Hinweise: Ergänzende bilanzierte Diät. Kein vollständiges Lebensmittel. Enthält leicht verfügbare Kohlenhydrate; bei Störungen der Glukosetoleranz nur unter sorgfältiger Stoffwechselkontrolle verwenden. MK Meno® ersetzt keine sonstige ärztliche Therapiemaßnahme. Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden.

Hinweis für Diabetiker: 4 Kapseln (Tagesportion) = 0,001 Proteineinheiten (BE).

Allergene Substanzen nach Richtlinie 2003/89/EG Anhang IIIa: Soja und Sojaerzeugnisse (Vitamin D).

Inhalt und Packungsgröße: Eine Originalpackung MK Meno® enthält 120 Cellulose-Kapseln zu 500 mg (60 g).