



Für Sie & Ihn

Evidenzbasierte Phytotherapie zur Behandlung von Wechseljahrenbeschwerden und Prostatabeschwerden.

Information für Fachpersonen



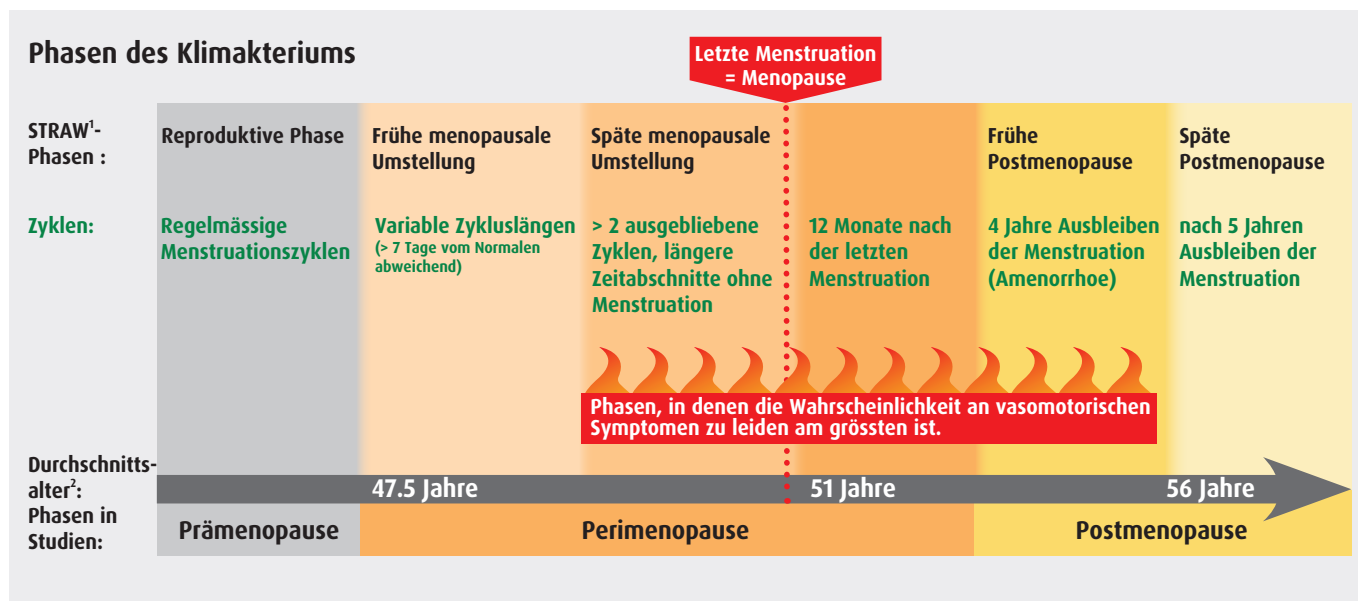
Leidenschaft für Pflanzen

1 x täglich



Klimakterium – eine Krankheit?

Das Klimakterium (gr. klimaktér «Stufenleiter, kritischer Zeitpunkt im Leben») ist keine Krankheit, sondern bezeichnet die Jahre der hormonellen Umstellung der Frau vor und nach der letzten Menstruationsblutung. Dieser Zeitabschnitt beginnt bei manchen Frauen bereits mit 40 Jahren, bei anderen erst Mitte 50. Wenn die Eierstöcke operativ entfernt werden, setzt die Menopause unmittelbar ein. Das Klimakterium wird in verschiedene Phasen unterteilt.



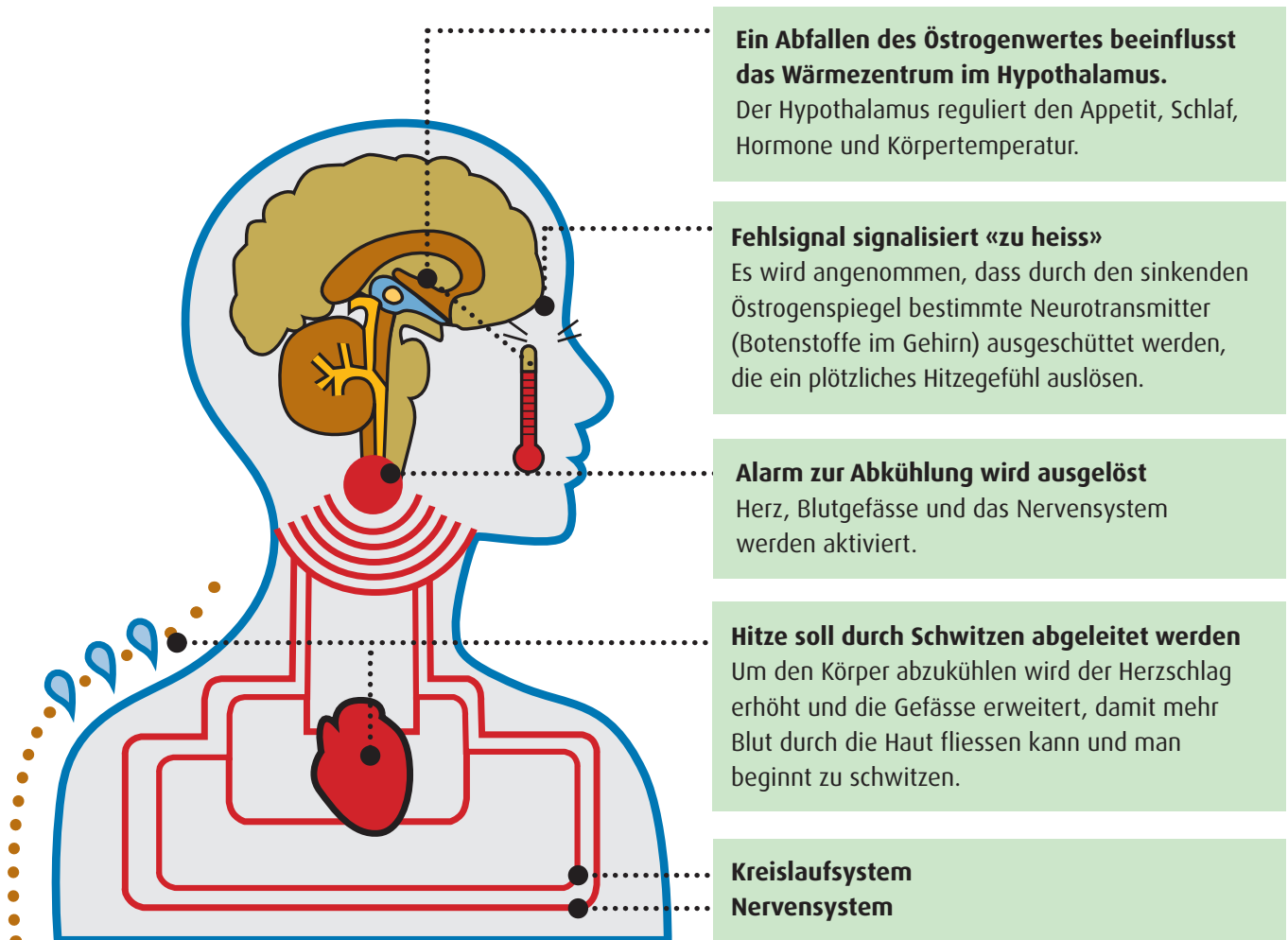
Menopause:	Zeitpunkt der letzten spontanen Menstruation im Leben einer Frau.
Prämenopause:	Bezeichnet die gesamte fruchtbare Phase vor Beginn der Perimenopause. Der Menstruationszyklus ist regelmässig bis leicht veränderlich in Dauer und Blutungsstärke.
Perimenopause:	Phase direkt vor und nach der Menopause. Die Eierstöcke produzieren zunehmend weniger Östrogen und Progesteron. Es kommt zu Störungen im Menstruationszyklus, bis die Blutung eines Tages ganz aussetzt (Menopause) und damit die Fruchtbarkeit der Frau beendet ist. In dieser Phase treten normalerweise erstmals die typischen Beschwerden auf wie z.B. Hitzewallungen, Schlafstörungen oder Verstimmungen.
Postmenopause:	Die Postmenopause bezeichnet die Jahre nach der letzten Menstruation, in denen noch geringe Mengen der Geschlechtshormone ausgeschüttet werden.

Wie wirken sich Wechseljahre im Berufsalltag aus?²⁴

	78%	fühlen sich erschöpft
	74%	fühlt sich schneller gestresst
	53%	fühlt eine erhöhte Reizbarkeit
	74%	mangelt an Konzentration



Beschwerden während den Wechseljahren



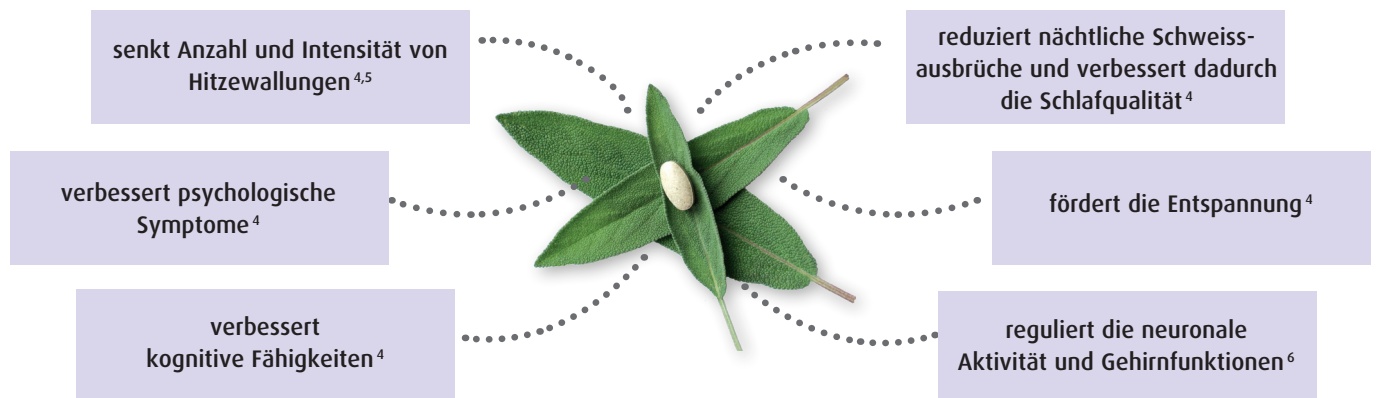
Jede Frau erlebt die hormonelle Veränderung anders. Gemäss einer europäischen Umfrage aus dem Jahr 2005 sind 94% der Frauen im Alter zwischen 45 und 60 Jahren von Wechseljahrbeschwerden betroffen. 64% leiden unter einem oder mehreren Symptomen und 75% nennen Hitzewallungen und Schweissausbrüche (sog. vasomotorische Symptome) als häufigste Beschwerden³:

Häufige Beschwerden	Anteil betroffener Frauen
Wärmegefühle, Hitzewallungen, Schweissausbrüche	ca. 75%
Nächtliches Schwitzen	ca. 65%
Konzentrationsschwierigkeiten	ca. 55%
Stimmungsschwankungen	ca. 50%
Libidoverlust, Scheidentrockenheit	ca. 40%

Salbei (*Salvia officinalis*)

A.Vogel AG verwendet die frischen Triebspitzen der Salbeiblätter aus kontrolliert biologischem Anbau.

Die frisch geschnittenen **Salbeiblätter** werden kurz nach der Ernte zerkleinert und mit Ethanol zur Urtinktur mazeriert. Für die Herstellung von Tabletten wird die Urtinktur unter Vakuum schonend eingedickt und mit Hilfsstoffen weiterverarbeitet.

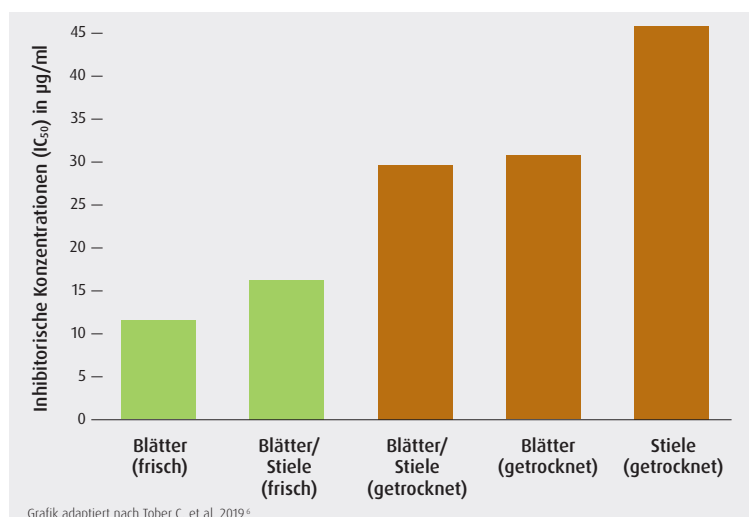


Thujonarmer *Salvia officinalis* Extrakt

Salbei enthält ein ätherisches Öl, das reich an Thujon ist. Thujon gilt als Nervengift, das Wahrnehmungsstörungen hervorrufen kann. Das Thujon wird bei der Produktion von A.Vogel Menosan® Salvia Tabletten deshalb auf ein Minimum reduziert. So weist eine Tablette, nur noch max. 8 Mikrogramm Thujon auf, verglichen mit einer klassischen Salbeitinktur bei der in einer Tagesdosis ca. 1000 Mikrogramm enthalten sind.

Bedeutung von Frischpflanzen

Die Produktionsmethode des Extraktes sowie die Qualität des verwendeten Pflanzenmaterials, haben einen massgeblichen Einfluss auf die Bioaktivität. So wurden unterschiedliche Extrakte aus Frischpflanzen sowie aus getrockneten Pflanzen in einem Enzym-Test und mehreren Rezeptor-Bindungstests untersucht.⁶

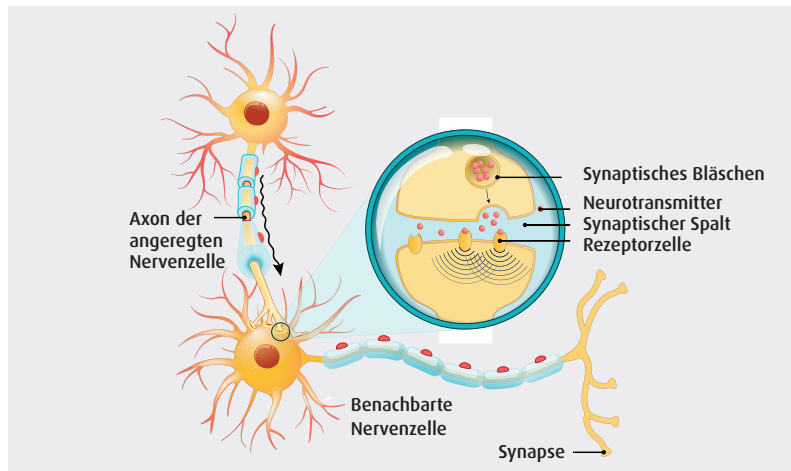


Nur ein Viertel des Extraktes aus frischen Salbeiblättern (IC₅₀ = 11 µg/ml) wird für eine Bindung an adrenerge α_{2A} Rezeptoren benötigt im Vergleich zu Extrakt aus anderen getrockneten Salbeiblatt-Anteilen, um die gleiche pharmakologische Wirkung zu erzielen.

Die Produktionstechnologie ist der Schlüssel zur Gewinnung eines qualitativ hochwertigen und wirksamen *Salvia officinalis* Extraktes.

Auswirkungen auf die Neurotransmittersysteme (in vitro)⁶

Aus früheren Untersuchungen ist bekannt, dass *Salvia officinalis* keine östrogene oder hormonelle Wirkung zeigt.⁷ In nachfolgenden Rezeptor-Bindungsexperimenten wurde getestet, ob Substanzen des *Salvia officinalis* Extraktes die wichtigsten Rezeptoren bei der neuronalen Signalübertragung beeinflussen würden. Für die Experimente wurden unter anderem Biopsien aus dem weiblichen Hypothalamus verwendet.



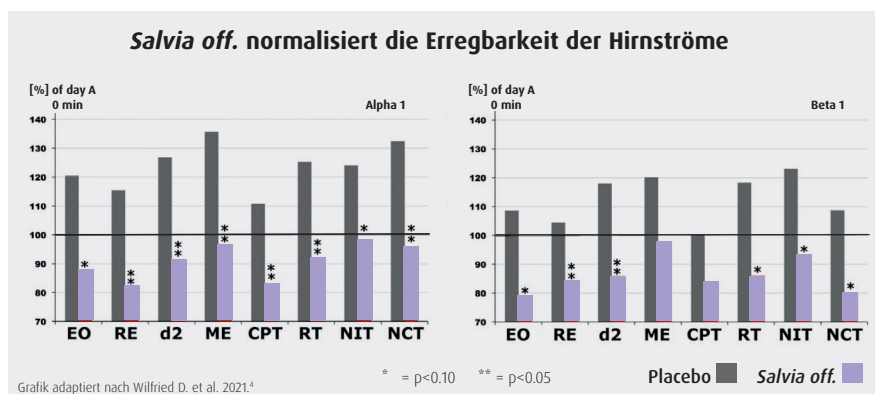
Die Ergebnisse zeigen eine starke Bindungsaffinität für Rezeptoren, die in Verbindung mit Wechseljahresbeschwerden stehen. Substanzen des *Salvia officinalis* Extraktes scheinen somit zentrale, durch den Östrogenabfall dysregulierte neurologische **Prozesse, welche Temperaturkontrolle (Hitzewallungen), Stimmung oder die Gehirnleistung steuern, regulieren zu können.**⁶

Klinischer Wirkmechanismus - neurologische Prozesse⁴

Erste wissenschaftliche Studien deuteten bereits auf eine Regulierung der neurologischen Prozesse durch den *Salvia officinalis* Extrakt hin.³ Um Veränderungen der Aktivität von zerebralen Neuronen zu untersuchen, wurde vor sowie nach der Behandlung mit *Salvia officinalis* Extrakt eine Hirnstrommessung (EEG/Elektroenzephalographie) durchgeführt.

Bei den Probandinnen mit *Salvia officinalis* Extrakt konnte eine Normalisierung verschiedener Hirnwellen beobachtet werden. So waren die Probandinnen nach einer 4-wöchigen Einnahme insgesamt in einem konzentrierteren und entspannteren Geisteszustand.⁴

Die Resultate bestätigen die klinisch beobachteten Verbesserungen hinsichtlich der Stimmungsschwankungen und geistigen Leistungsfähigkeit.



Signifikante Reduktion der Hirnwellenaktivität in verschiedenen Frequenzbereichen (Delta, Theta, Alpha 1 und Alpha 2, Beta 1 und Beta 2) an Tag 28 (nach 4 Wochen Therapie) im Vergleich zum Ausgangswert Tag 0 (entspricht 100%).



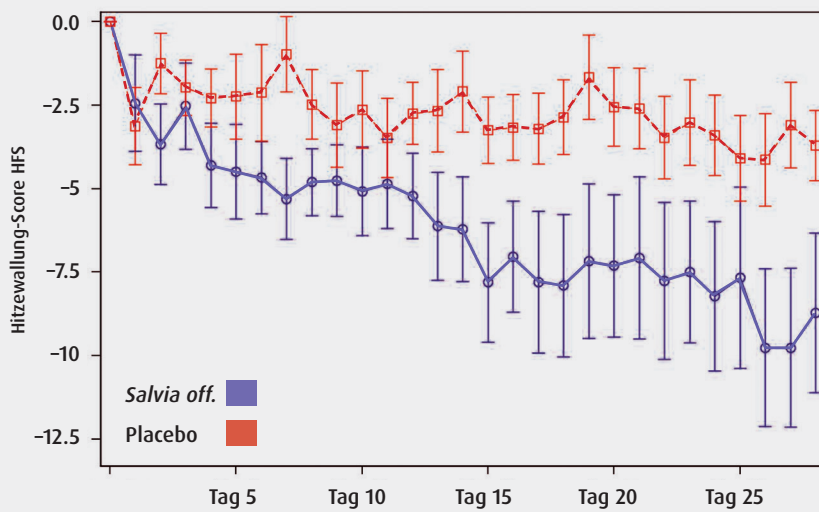
EO = Augen offen
RE = Lesen
d2 = kognitive Tests
ME = Gedächtnistest
CPT = Konzentrationsleistungstest
RT = Reaktionszeittest
NIT = Zahlenidentifikationstest
NCT = Zahlenverbindungstest

Klinische Studie

Breites Wirksamkeitsspektrum von *Salvia off.*⁴

Die randomisierte, plazebokontrollierte, doppelblinde klinische Studie untersuchte den Nutzen von 3400 mg *Salvia officinalis* Extrakt bei 80 menopausalen Frauen im Alter zwischen 48 und 65 Jahren. Die Ergebnisse zeigen, dass die tägliche Einnahme von *Salvia officinalis* Extrakt nicht nur Symptome wie **Hitzewallungen und nächtliches Schwitzen** signifikant reduziert, sondern auch damit verbundene **weitere Beschwerden wie Müdigkeit** oder **geistige Erschöpfung** zu verringern und die **Schlafqualität** zu verbessern vermag.⁴

Reduktion der Anzahl und Intensität von Hitzewallungen⁴

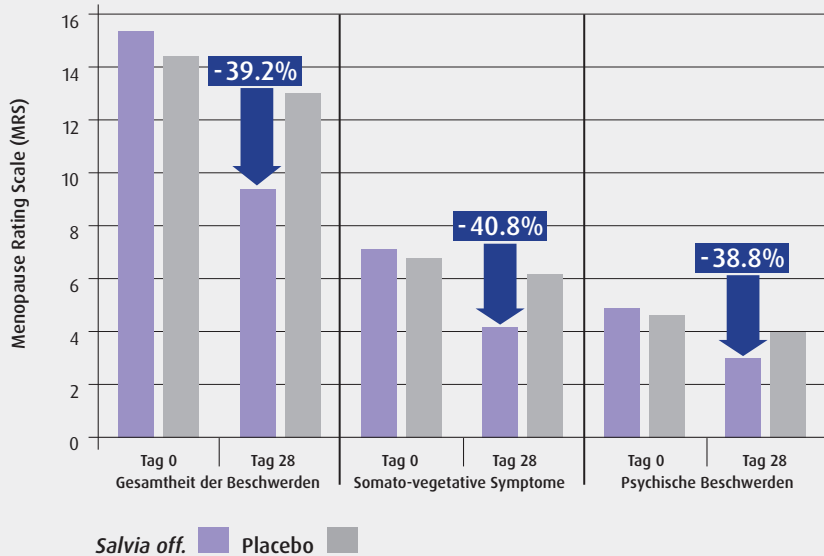


Veränderung des Schweregrades der Hitzewallungen während einer 4-wöchigen Behandlung.

Grafik adaptiert nach Wilfried D. et al. 2021.⁴

- Reduktion der durchschnittlichen Anzahl intensitätsgewichteten Hitzewallungen (Anzahl x Intensität) pro Tag um **55.3%** nach 4 Wochen ($p=0.0284$)⁴
- bei 8 Wochen weitere Reduktion um insgesamt **64%** ($p<0.0001$)⁵

Verbesserung der Gesamtheit der Beschwerden⁴



Grafik adaptiert nach Wilfried D. et al. 2021.⁴

Die Gesamtheit der Beschwerden, gemäss international anerkanntem «Menopause Rating Scale» (MRS), reduzierte sich mit *Salvia officinalis* Extrakt im Vergleich zu Placebo signifikant um **39.2%** ($p=0.002$).

Die somato-vegetativen Symptome, einschliesslich der Hitzewallungen und der Schlafprobleme, verbesserte sich um **40.8%** ($p<0.001$).

Auch die psychischen Beschwerden wie Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit oder geistige Erschöpfung verbesserten sich deutlich um **38.8%** ($p=0.0377$).

Menosan® Salvia Tabletten

Unterstützung für Ihre Beratung

Mit dem A.Vogel Flyer «Für meine Wechseljahre» können Sie diskret und professionell auf die Wechseljahre hinweisen. Der integrierte Selbsttest kann Sie beim Beratungsgespräch optimal unterstützen.



Jetzt
Test starten!



Menosan® Salvia Tabletten

Bei übermäßigem Schwitzen und Wärmegefühl in den Wechseljahren.

- ✓ vermindert auch Beschwerden wie körperliche und geistige Erschöpfung, Reizbarkeit, innere Unruhe und depressive Verstimmung⁴
- ✓ keine östrogenartige Wirkung⁷
- ✓ Wirkungseintritt innerhalb weniger Tage bis ca. 2 Wochen⁴
- ✓ thujonarmer Frischpflanzen-Extrakt aus Salbeiblättern aus kontrolliert biologischem Anbau⁸
- ✓ 3400 mg Salbeiblätterextrakt pro Tablette⁸
- ✓ gute Verträglichkeit
- ✓ geeignet für Langzeittherapie

1 Tablette
pro Tag



glutenfrei



laktosefrei

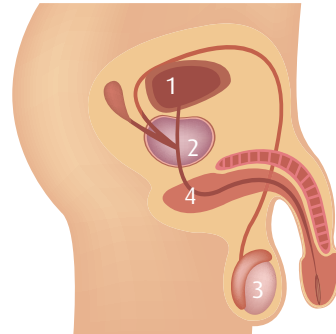


vegan

Prostatabeschwerden

Prostata

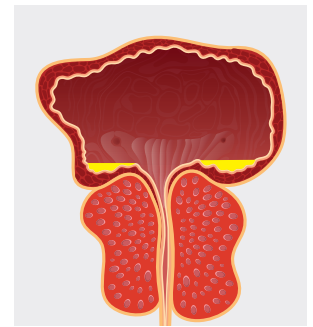
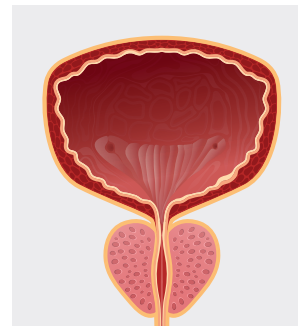
Die Prostata ist ein kastaniengrosses Organ, welches die männliche Harnröhre ringförmig umschliesst. Sie besteht aus einer Vielzahl von Drüsenzellen, welche von einer Kapsel aus Bindegewebe umgeben und in einen Muskelkörper eingebettet sind. Die Drüsenzellen sondern ein Sekret ab, welches beim Samenerguss die Fortbewegung der Spermien ermöglicht.



- 1 Harnblase
- 2 Prostata
- 3 Hoden
- 4 Harnröhre

Gutartige Prostata-Vergrösserung (benigne Prostata-Hyperplasie/BPH)

Bei einer BPH beginnt das Prostata-Gewebe von innen her zu wachsen. Die vergrösserte Prostata engt die Harnröhre ein und führt damit zu einer Behinderung des Harnstrahls. Um den für die Blasenentleerung zusätzlich nötigen Druck aufbringen zu können, verstärkt sich die Muskelwand der Blase und es bildet sich eine so genannte Trabekelblase.



Gut zu wissen

Im Alter von 40–45 Jahren beginnt sich die Prostata bei den meisten Männern langsam zu vergrössern. Mit 50 Jahren sind fast 50 % und mit 70 Jahren sogar 70 % der Männer von BPH betroffen.^{9,10} Behandeln lassen sich jedoch nur ca. 30 % der Betroffenen.

Ursachen

Die Ursachen von BPH sind bis heute nicht restlos geklärt. Es wird jedoch davon ausgegangen, dass folgende Faktoren einen Einfluss haben:

- altersbedingte erhöhte Aktivität **Aktivität des Enzyms 5 α -Reduktase** und eine damit verbundene erhöhte Umwandlung von Testosteron in Dihydrotestosteron (DHT)
- **Entzündungsprozesse** in der Prostata
- Verschiebung des Östrogen/Testosteron-Verhältnisses zugunsten der Östrogene
- Wachstumsfaktoren wie z.B. **Epidermal Growth Factor (EGF)**

Symptome einer benignen Prostata-Hyperplasie

Reizstadium

Drang zu häufigem Wasserlassen ohne vermehrte Ausscheidung, nächtlicher Harndrang, Probleme beim Wasserlösen, Nachträufeln.

Restharnstadium

Verstärkte Beschwerden von Stadium I, zusätzlich unvollständige Blasenentleerung.

Dekompensationsstadium

Harnverhaltung (Blase kann nicht mehr entleert werden), ständiges Harträufeln, Nierenschädigung durch Harnstau.
Endzustand: Nierenversagen, Urämie (= Harnvergiftung)



Sägepalmenfrüchte-
Extrakt

Stadieneinteilung der BPH nach Alken

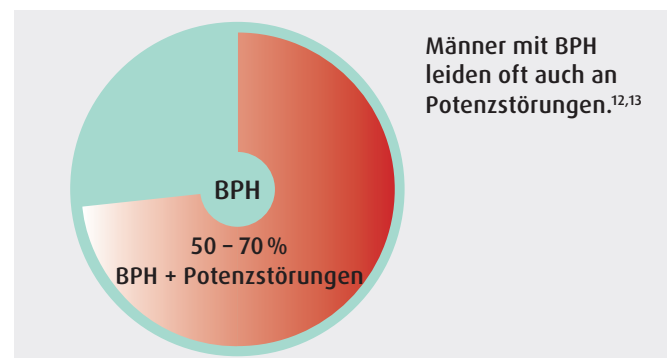


Grundsätzlich empfiehlt sich für Männer ab 40 – 45 Jahren eine Prostatavorsorge. Allerspätestens beim Auftreten der ersten Symptome sollte jedoch gehandelt werden.

Risiko für sexuelle Funktionsstörungen

Die Sexualität hat einen erheblichen Einfluss auf die Lebensqualität. Jeder zweite Mann im Alter zwischen 60 und 69 Jahren erreicht keine Erektion mehr oder nur noch reduziert (erektile Dysfunktion).¹¹

Bei Männern **zählt die gutartige Prostatahyperplasie (BPH) zu den Hauptursachen** der sexuellen Funktionsstörung.

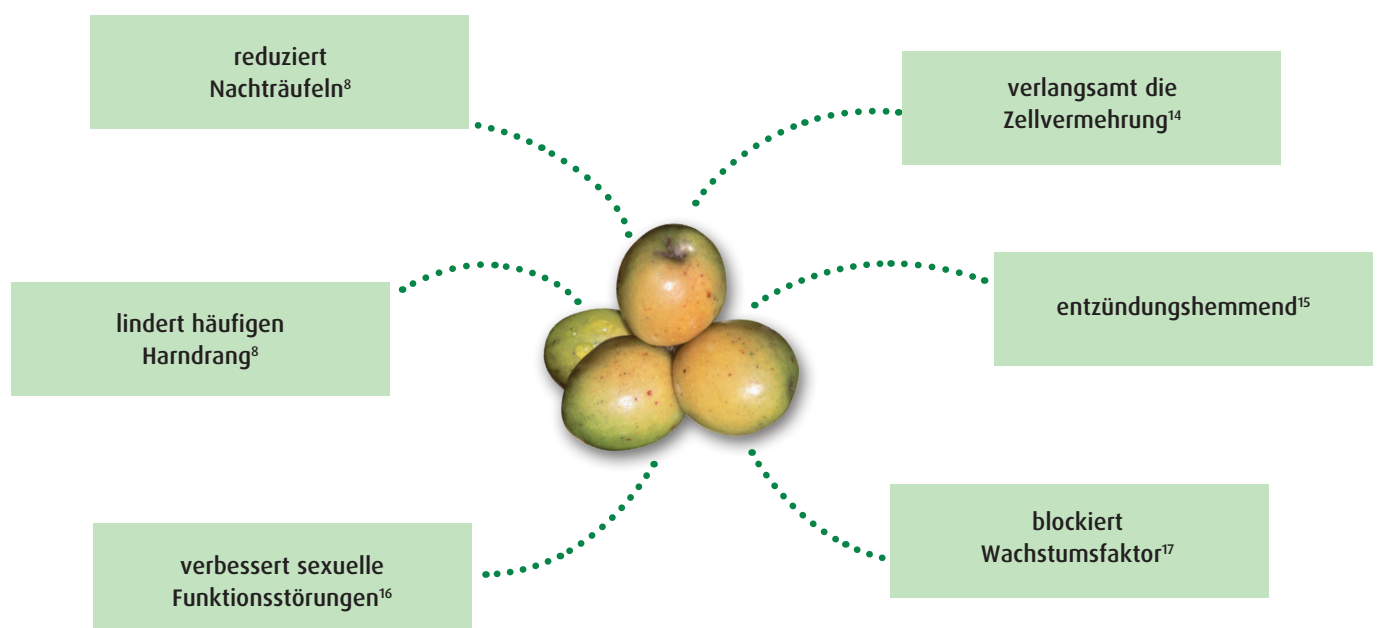


Sägepalme (*Sabal serrulata*)

Die Sägepalme zeichnet sich durch die fächerförmigen Blätter aus und ist in den küstennahen Südstaaten von Nord- und Mittelamerika heimisch. Die Früchte enthalten wertvolle Fettsäuren, Phytosterole, Zuckermoleküle, Flavonoide und pflanzliche Öle.

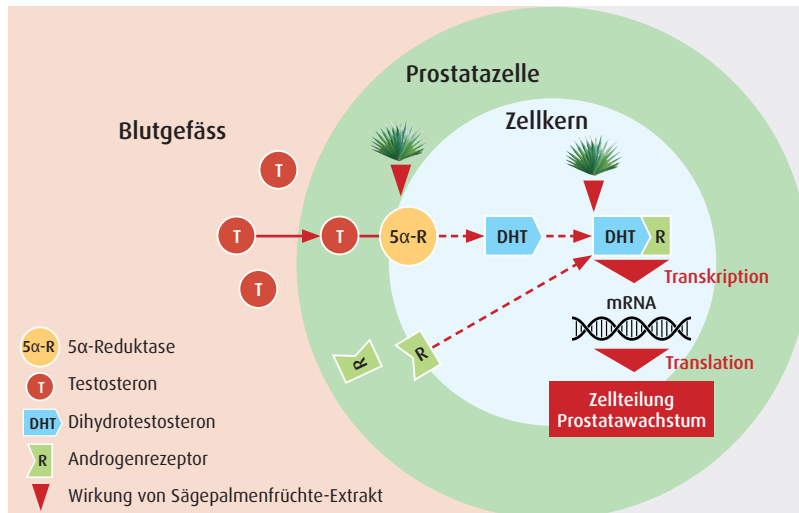


A.Vogel verwendet die reifen, getrockneten **Früchte** aus Florida, USA und stellt daraus einen ethanolischen Auszug her, welcher dann zu Kapseln weiterverarbeitet wird.



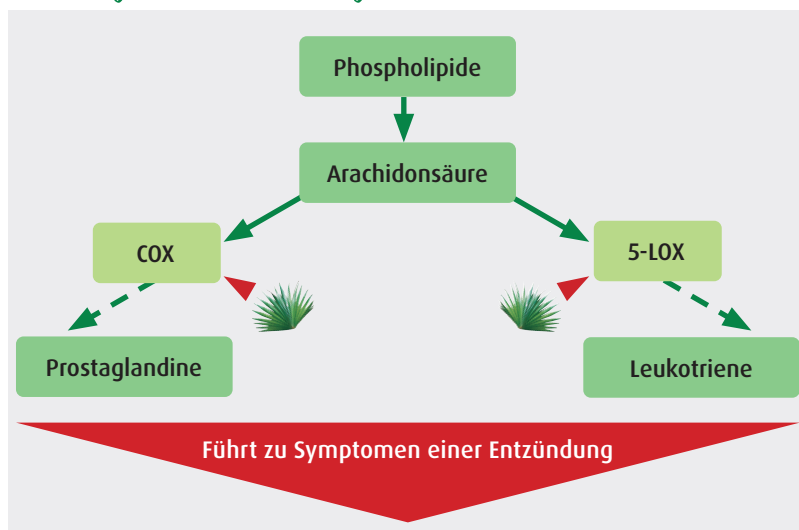
Dreifach-Wirkung

Inhibition der 5 α -Reduktase



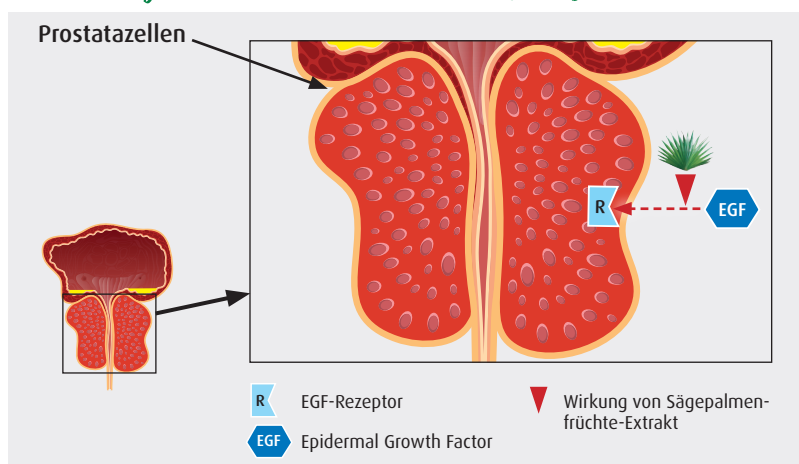
- **Hemmung des Enzyms 5 α -Reduktase**, was zum Absinken des DHT-Spiegels führt.¹⁴
- Bindung von DHT an den Androgenrezeptor wird gehemmt.¹⁸
- Die durch DHT verursachte Prostata-**Zellvermehrung** wird damit **stark verlangsamt oder gar unterbunden**.
- Wirkmechanismus entspricht demjenigen der chemisch-synthetischen 5 α -Reduktase hemmern.

Antiphlogistische Wirkung



- Hemmung der Cyclooxygenase (COX) und der 5-Lipoxygenase (LOX) führt zu einer **antiödematösen und anti-phlogistischen Wirkung**.¹⁵

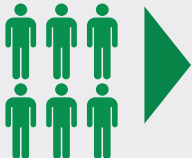
Blockierung des Wachstumsfaktors (EGF)



- Sägepalmenfrüchte-Extrakt **blockiert** die Bindung des **Wachstumsfaktors** EGF (Epidermal Growth Factor) an den EGF-Rezeptor.¹⁷

Wirksamkeit

Studiendesign



N = 69, BPH und sexuelle Probleme seit mind. 2 Monaten

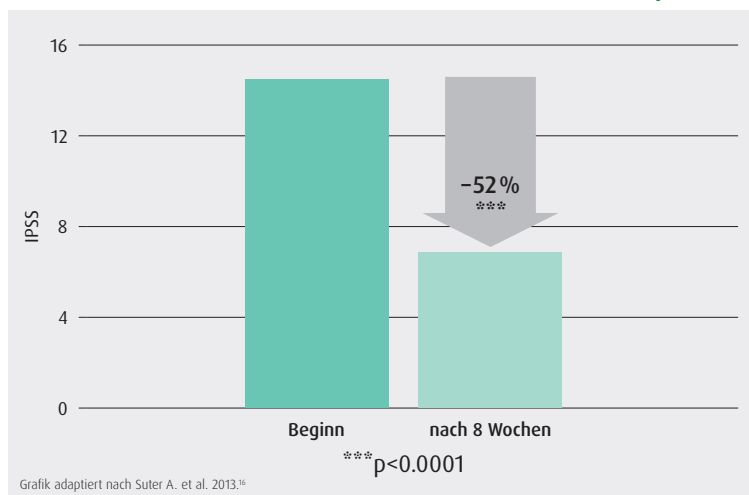
Offene, multizentrische klinische Studie

1 x 1 Kapsel Sägepalmenfrüchte-Extrakt (320 mg)

8 Wochen

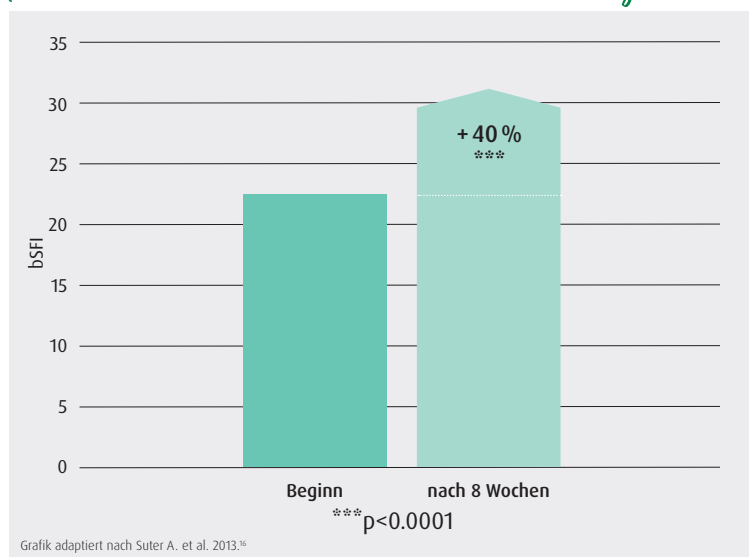
- IPSS (internationaler Prostata Symptomen-Score)
- bSFI (Fragebogen "brief Sexual Function Inventory")
- Urolife QoL-9 (Fragebogen zur Lebensqualität)

Prostasan® lindert BPH-Beschwerden zuverlässig¹⁶



• Hochsignifikante Verbesserung der Beschwerden um **52%**¹⁶

Prostasan® verbessert sexuelle Funktionsstörungen¹⁶

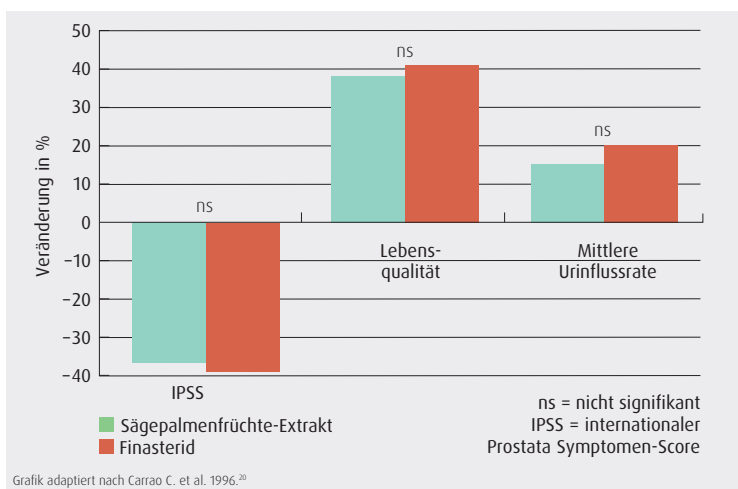
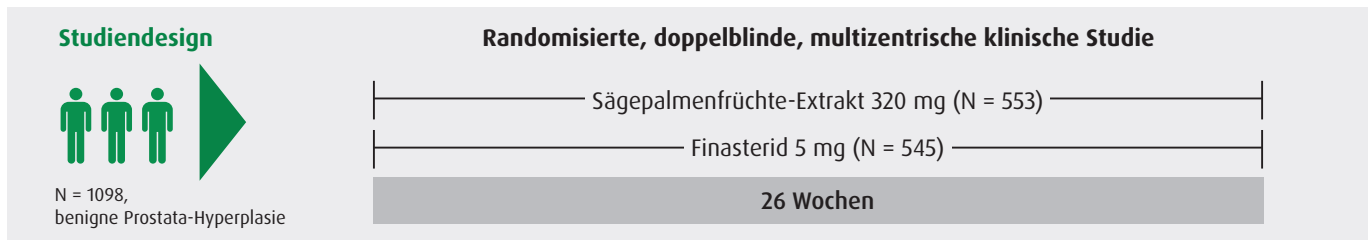


Parameter mit den stärksten Verbesserungen aus der Gesamtheit der bSFI Fragen

- + 64% ***** Erlangen und Aufrechterhalten einer Erektion
- + 54% ***** sexuelles Verlangen
- + 54% ***** Ejakulation

• Verbesserung der sexuellen Dysfunktion **vergleichbar mit Kombinationsbehandlungen von Alpha-Blocker und PDE-5-Hemmern (Sildenafil)**¹⁹

Vergleichsstudie Sägepalme mit Finasterid



- **Vergleichbare Wirkung** von Sägepalmenfrüchte-Extrakt im Vergleich zu Finasterid bei BPH-Patienten.²⁰

Verträglichkeit

Überlegenes Sicherheitsprofil im Vergleich zu Finasterid und Tamsulosin Präparaten.⁸

Finasterid (5 α -Reduktasehemmer) – wirkt ursächlich auf die Zellteilung und das Prostatawachstum

Tamsulosin (Alpha-1-Adrenorezeptoren-Blocker) – wirkt symptomatisch auf die Muskulatur der Prostata und Harnröhre

Unerwünschte Wirkungen	Prostasan®	Finasterid	Tamsulosin
verminderte Libido		▲ ▲ ▲	
verminderte Libido nach Absetzen der Behandlung		▲	
Impotenz, verringerte Ejakulatmenge		▲ ▲ ▲	
sexuelle Dysfunktion nach Absetzen der Behandlung		▲	
Ejakulationsstörungen		▲ ▲	▲ ▲ ▲
retrograder Ejakulation und Ejakulationsversagen			▲ ▲ ▲
Erkrankungen des Gastrointestinaltrakts	▲		
Erkrankungen der Haut		▲	▲ ▲

Frequenz: ▲ ▲ ▲ häufig | ▲ ▲ gelegentlich | ▲ selten | ▲ unbekannt



- **96%** der Patienten beurteilten die Verträglichkeit als gut bis sehr gut. Zudem gaben ebenso viele Patienten an, ein pflanzliches Arzneimittel im Vergleich zu einem synthetischen Präparat zu bevorzugen.¹⁶
- Sägepalmenfrüchte-Extrakt beeinflusst das **Prostata-spezifische Antigen (PSA)** welches als Marker für das Prostatakrebs-Screening verwendet wird im Gegensatz zu den 5 α -Reduktasehemmern nicht.²¹

Für Ihn

Prostasan® Prostata-Kapseln

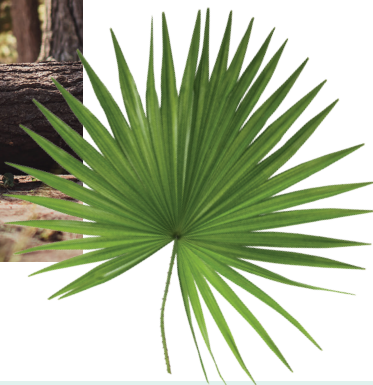
Unterstützung für Ihre Beratung

Mit dem A.Vogel Flyer «Für meine Prostata» können Sie diskret und professionell auf die Prostata-Problematik hinweisen. Der integrierte IPSS-Test kann Sie beim Beratungsgespräch optimal unterstützen.

IPSS: internationaler Prostata-Symptomen-Score



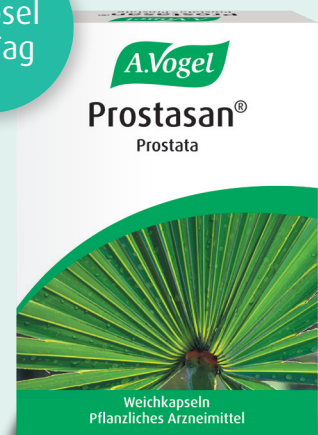
Jetzt Test starten!



Prostasan® Prostata-Kapseln zur Linderung von Beschwerden infolge beginnender Prostatavergrößerung.

- ✓ lindert häufigen Harndrang, verzögerter Beginn oder Probleme beim Harnlösen und Nachträufeln^{8,16}
- ✓ verbessert nachweislich sexuelle Funktionsstörungen¹⁶
- ✓ Wirkungseintritt nach ca. 4 Wochen (volle Wirkung nach ca. 3 – 6 Monaten)
- ✓ Einnahme vorzugsweise nach dem Essen⁸
- ✓ enthält 320 mg Sägepalmenfrüchte-Extrakt
- ✓ gute Compliance dank einfacher und diskreter Einnahme

1 Kapsel pro Tag



glutenfrei laktosefrei

Für Sie

Für Ihn

Rundum versorgt mit A.Vogel

Mit dem Alter tauchen bei der Frau als auch beim Mann unterschiedliche Symptome auf. Nicht nur die typischen Beschwerden wie Schweißausbrüche oder häufiger Harndrang.

Das A.Vogel Sortiment bietet eine Vielzahl von pflanzlichen Arzneimitteln und Nahrungsergänzungsmitteln zur Behandlung von Beschwerden, welche mit den Wechseljahren in Zusammenhang stehen können.



Wechseljahre



Prostata



Konzentration



Nerven



Venen



Herz



Verdauung



Augen



Schlaf



Muskeln/Gelenke







Schleimhäute



Keine Abgabe an Endkonsumenten.







Traditionsgemäss bei übermässigem Schwitzen und Wärmegefühl in den Wechseljahren.

-  thujonarmer Frischpflanzen-Extrakt aus Salbeiblättern aus kontrolliert biologischem Anbau⁸
-  reduziert körperliche und geistige Erschöpfung⁴
-  verbessert Reizbarkeit, innere Unruhe und depressive Verstimmung⁴
-  keine östrogenartige Wirkung⁷



Zur Linderung von Beschwerden infolge beginnender Prostatavergrösserung.

-  Sägepalmenfrüchte-Extrakt
-  reduziert häufigen Harndrang^{8,16}
-  lindert Probleme beim Harnlösen und Nachträufeln^{8,16}
-  verbessert nachweislich sexuelle Funktionsstörungen¹⁶

Menosan® Salvia Tabletten, Pflanzliches Arzneimittel. **Z:** 1 Tablette enthält 3400 mg Tinktur aus frischen Salbeiblättern (*Salvia officinalis* L., folium), Droge-Extraktionsmittel-Verhältnis 1:17, Auszugsmittel Ethanol 68% V/V entsprechend 51 mg Trockenmasse. Dieses Präparat enthält zusätzlich Hilfsstoffe. **I:** Traditionsgemäss bei übermässigem Schwitzen und Wärmegefühl in den Wechseljahren. **D:** Erwachsene: 1-mal täglich 1 Tablette mit etwas Flüssigkeit einnehmen. **KI:** Überempfindlichkeit auf einen der Inhaltsstoffe. Bei Personen, die an Epilepsie leiden, ist Vorsicht geboten. Personen, die regelmässig Antiepileptika einnehmen, sollten vor der Einnahme von Menosan® Salvia Rücksprache mit ihrem Arzt bzw. ihrer Ärztin halten. **S/S:** Während der Schwangerschaft und in der Stillzeit sollten Sie auf die Anwendung von Menosan® Salvia verzichten oder sich an Ihren Arzt bzw. Ihre Ärztin wenden. **VM:** Bei Personen, die an Epilepsie leiden, ist Vorsicht geboten. **UW:** Durchfall und Bauchschmerzen. Bei einer Überdosierung können epileptische Krämpfe auftreten. **P:** 30 Tbl., 90 Tbl. **Liste:** D. **ZI:** A.Vogel AG, 9325 Roggwil TG **Weitere Informationen siehe www.swissmedinfo-pro.ch.** (Stand: 04/2021)

Prostasan® Prostata Weichkapseln, Pflanzliches Arzneimittel. **Z:** 1 Weichkapsel enthält 320 mg Sägepalmenfrüchteextrakt (*Serenoa repens* (W.BARTRAM) SMALL, fructus), Droge-Extrakt Verhältnis 9,0 – 12,0:1, Auszugsmittel Ethanol 96% (V/V). Dieses Präparat enthält zusätzlich Hilfsstoffe. **I:** Zur Linderung von Beschwerden infolge beginnender Prostatavergrösserung wie Harndrang, verzögerter Beginn beim Wasserlassen, Nachträufeln, Gefühl der unvollständigen Entleerung und Probleme beim Harnlösen. **D:** Erwachsene Männer: 1-mal täglich 1 Weichkapsel nach dem Essen einnehmen. **KI:** Bis heute sind keine Anwendungseinschränkungen bekannt. Bei bestimmungsgemässen Gebrauch sind keine besonderen Vorsichtsmassnahmen notwendig. **S/S:** - **VM:** Wenn die Prostatabeschwerden anhalten oder zunehmen, ist eine ärztliche Untersuchung notwendig. **UW:** In Ausnahmefällen können Arzneimittel, die Sabalfrucht-Extrakt enthalten, leichtes Aufstossen verursachen. **P:** 30 Kaps., 90 Kaps. **Liste:** D. **ZI:** A.Vogel AG, 9325 Roggwil TG **Weitere Informationen siehe www.swissmedinfo-pro.ch.** (Stand: 05/2025)

Referenzen (auf Anfrage erhältlich):

- 1 Soules MR, et al. Stages of Reproductive Aging Workshop (STRAW). *Womens Health Gen Based Med.* 2001 Nov;10(9):843-8.
- 2 McKinlay SM, et al. The normal menopause transition. *Maturitas.* 2008 Sep-Oct;61(1-2):4-16.
- 3 Genazzani AR, et al. The European Menopause Survey 2005: women's perceptions on the menopause and postmenopausal hormone therapy. *Gynecol Endocrinol.* 2006 Jul;22(7):369-75.
- 4 Rösen R, et al. Effectiveness of Menosan® Salvia officinalis in the treatment of a wide spectrum of menopausal complaints. A double-blind, randomized, placebo-controlled, clinical trial. *Heliyon.* 2021 Feb 10;7(2):e05910.
- 5 Bommer S, et al. First time proof of sage's tolerability and efficacy in menopausal women with hot flashes. *Adv Ther.* 2011 Jun;28(6):490-500.
- 6 Tober C, Schoop R. Modulation of Neurological Pathways through *Salvia officinalis* depends on manufacturing process and plant parts used. *BMC Complement Altern Med.* 2019 Jun 13;19(1):128
- 7 Rahte S, et al. *Salvia officinalis* for hot flashes: towards determination of mechanism of activity and active principles. *Planta Med.* 2013 Jun;79(9):753-60.
- 8 www.swissmedinfo-pro.ch (Stand: 03/2026)
- 9 Berry SJ, et al. The development of human benign prostatic hyperplasia with age. *J Urol.* 1984 Sep;132(3):474-9
- 10 Egan KB. The Epidemiology of Benign Prostatic Hyperplasia Associated with Lower Urinary Tract Symptoms: Prevalence and Incident Rates. *Urol Clin North Am.* 2016 Aug;43(3):289-97.
- 11 Rösen R, et al. Lower urinary tract symptoms and male sexual dysfunction: the multinational survey of the aging male (MSAM-7). *Eur Urol.* 2003 Dec;44(6):637-49
- 12 Hoesl CE, et al. Erectile dysfunction (ED) is prevalent, bothersome and underdiagnosed in patients consulting urologists for benign prostatic syndrome (BPS). *Eur Urol.* 2005 Apr;47(4):511-7.
- 13 Gacci M, et al. Critical analysis of the relationship between sexual dysfunctions and lower urinary tract symptoms due to benign prostatic hyperplasia. *Eur Urol.* 2011 Oct;60(4):809-25.
- 14 Koch E. Extracts from fruits of saw palmetto (*Sabal serrulata*) and roots of stinging nettle (*Urtica dioica*): viable alternatives in the medical treatment of benign prostatic hyperplasia and associated lower urinary tracts symptoms. *Planta Med.* 2001 Aug;67(6):489-500
- 15 Wagner H, et al. Über ein neues antiphlogistisches Wirkprinzip aus *Sabal serrulata* I. *Planta Med.* 1981 Mar;41(3):244-51
- 16 Suter A, et al. Improving BPH symptoms and sexual dysfunctions with a saw palmetto preparation? Results from a pilot trial. *Phytother Res.* 2013 Feb;27(2):218-26
- 17 Iglesias-Gato D, et al. Androgen-independent effects of *Serenoa repens* extract (Prostasan®) on prostatic epithelial cell proliferation and inflammation. *Phytother Res.* 2012 Feb;26(2):259-64.
- 18 Sultan C, et al. Inhibition of androgen metabolism and binding by a liposterolic extract of „*Serenoa repens* B" in human foreskin fibroblasts. *J Steroid Biochem.* 1984 Jan;20(1):515-9
- 19 Kaplan SA, Gonzalez RR, Te AE. Combination of alfuzosin and sildenafil is superior to monotherapy in treating lower urinary tract symptoms and erectile dysfunction. *Eur Urol.* 2007 Jun;51(6):1717-23.
- 20 Carraro JC, et al. Comparison of phytotherapy (Permixon) with finasteride in the treatment of benign prostatic hyperplasia: a randomized international study of 1,098 patients. *Bayne CW, et al. Serenoa repens (Permixon): a 5alpha-reductase types I and II inhibitor-new evidence in a coculture model of BPH. Prostate.* 1999 Sep 1;40(4):232-41.
- 22 Champault G, et al. Traitement médical de l'adénome prostatique. Essai contrôlé: PA 109 vs placebo chez cent dix patients [Medical treatment of prostatic adenoma. Controlled trial: PA 109 vs placebo in 110 patients]. *Ann Urol (Paris).* 1984 Dec;18(6):407-10. French.
- 23 Wagner H, Flachsbarth H. Über ein neues antiphlogistisches Wirkprinzip aus *Sabal serrulata* I [A new antiphlogistic principle from *Sabal serrulata*, I (author's transl)]. *Planta Med.* 1981 Mar;41(3):244-51. German.
- 24 Prof. Dr. Andrea Rumler (2024) Forschungsprojekt MenoSupport. Ergebnisse der ersten deutschlandweiten Befragung zum Thema Wechseljahre am Arbeitsplatz.