

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Koper włoski łagodzi objawy menopauzy

Fitoestrogeny zawarte w koprze włoskim (fenkule) przynoszą ulgę przekwitającym kobietom, a do tego nie wywołują efektów ubocznych - wskazują wyniki badania opublikowanego w czasopiśmie „Menopause”.

Menopauza to naturalny etap w życiu każdej kobiety, który niestety często wiąże się z występowaniem nieprzyjemnych objawów, takich jak zmiany nastroju, uderzenia gorąca, czy problemy ze snem, a ponadto zwiększa ryzyko osteoporozy i chorób serca.

Lekarze zalecają zazwyczaj, by kobiety doświadczające tego typu symptomów poddały się terapii hormonalnej, która co prawda łagodzi przebieg menopauzy i pozwala zachować odpowiednią gęstość kości, ale podwyższa prawdopodobieństwo pojawienia się innych problemów zdrowotnych - zawałów mięśnia sercowego, udarów mózgu i nowotworów piersi.

Panie, chcąc uniknąć niepotrzebnego ryzyka, coraz częściej szukają zastępstwa dla terapii hormonalnej w postaci fitoestrogenów - roślinnych hormonów występujących na przykład w czerwonej koniczynie lub soi. Wyniki badań nad skutecznością tych środków przynoszą jednak bardzo różne rezultaty.

W najnowszym badaniu naukowcy z North American Menopause Society (NAMS) wykazali jednakże, iż fitoestrogeny zawarte w koperze włoskim (*Foeniculum vulgare* Mill.) skutecznie łagodzą objawy menopauzy i są bezpieczne w stosowaniu.

Badanie przeprowadzono na terenie Teheranu (stolicy Iranu) na grupie 90 kobiet w wieku od 45 do 60 lat. Uczestniczki dwa razy dziennie przez osiem tygodni otrzymywały kapsułki zawierające 100 miligramów fenkułu lub placebo (środek obojętny). Kilkakrotnie (w różnych odstępach czasu) wypełniały też kwestionariusze mierzące natężenie symptomów menopauzy.

Analiza wyników pokazała, że koper włoski stanowił „efektywną i bezpieczną formę leczenia redukującą objawy menopauzy u przekwitających kobiet bez wywoływania poważnych skutków ubocznych”.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/27239.html>



03-10-2024

[Studenci poszerzają wiedzę medyczną](#)

Dzięki grze w wirtualnej rzeczywistości.



03-10-2024

Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji

Informuje Ministerstwo Cyfryzacji.



03-10-2024

Psycholog o pomocy powodzianom

Mamy naturalną potrzebę pomagania ludziom.



03-10-2024

Muzyka pomocna w leczeniu osób

Z zaburzeniami wynikającymi z używania narkotyków czy alkoholu.



03-10-2024

Kardiochirurgia zмага się z brakami kadrowymi

Podobnie jest też w innych krajach.



03-10-2024

Potrafimy zapędzić bakterie do roboty

Odpowiednio zaprogramowane bakterie produkują leki, białka i żywność.



03-10-2024

Mikrożele zmieniające właściwości podczas druku 3D

Dla lepszego poznania raka piersi.



03-10-2024

System ewaluacji działalności naukowej wymaga zmian

Poważniejsze zmiany powinny wejść w życie od następnego okresu.

Informacje dnia: [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#) [Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zmagą się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów korzysta z mLegitymacji](#) [Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#) [Kardiochirurgia zmagą się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#) [Studenci poszerzają wiedzę medyczną Ponad 218 tys. studentów](#)

[korzysta z mLegitymacji Psycholog o pomocy powodzianom](#) [Muzyka pomocna w leczeniu osób](#)
[Kardiochirurgia zmaga się z brakami kadrowymi](#) [Potrafimy zapędzić bakterie do roboty](#)

Partnerzy