



Dr. med. Bodo Grahlke

Facharzt Gynäkologie und
Geburtshilfe FMH

Schutz vor Brust- und Prostatakrebs Hormonelle Balance schon vor den Wechseljahren



Unser heimischer Rotklee (auch: Wiesenklee) ist ein altes Heilkraut. Man findet ihn vor allem auf Wiesen und Kleeäckern, wo er von Mai bis September blüht. Seine Wirkstoffe, die Isoflavone, Gerbstoffe und phenolische Substanzen stecken vor allem in den roten Blütenköpfchen, in geringeren Mengen auch in den Blättern.

Mit dem Wirtschaftswunder geriet das alte Hausmittel fast in Vergessenheit. Nachdem aber vor wenigen Jahren publik wurde, dass Rotklee über besonders wirksame Phytoöstrogene verfügt, erlebte das Wiesengewächs einen regelrechten Boom.

Diese Phytoöstrogene, die Isoflavone, weisen eine ganz ähnliche Struktur wie

die weibliche Sexualhormone (Östrogene) auf.

Rotklee wird vor allem als Tee oder konzentriert in Kapseln angeboten. Die Isoflavone unterstützen die **hormonelle Balance in den Wechseljahren** und wirken so den typischen Symptomen wie Hitzewallungen, Schweißausbrüchen, verminderte Leistungsfähigkeit, Herzklopfen oder Schwindel entgegen und beeinflussen auch Osteoporose günstig.

Risikopatientinnen wird deshalb die vorbeugende Einnahme von Isoflavonen zur Harmonisierung schon vor Eintritt der Wechseljahre empfohlen.

Die regelmäßige Zufuhr von Isoflavonen mindert darüber hinaus sogar das Brustkrebsrisiko, wie eine mit dem Deutschen Krebsforschungszentrum durchgeführte Studie gezeigt hat. Die schützende Wirkung ist umso stärker, je früher mit der Einnahme begonnen wird, offensichtlich schon mit Einsetzen der Pubertät.

Die größte Schutzwirkung durch Isoflavone wird nach japanischen Studien für weibliche Babys erreicht, wenn Isoflavone in der Schwangerschaft eingenommen werden.

Durch die Stabilisierung der Venenwände wird der Entwicklung von Krampfadern und Besenreißern entgegen gewirkt.

Und: was bei Frauen für die Brust gilt, trifft für Männer für die Prostata zu.

Wegen seiner blutreinigenden Eigenschaften gilt Rotklee übrigens auch als natürliches Mittel gegen Akne. In der Volksheilkunde wird Rotklee ferner bei Schleimhautentzündungen, Durchfall oder bei Leberbeschwerden angewandt.

Besonders zu erwähnen: die günstigen Wirkungen für die **LDL-Cholesterinwerte**.

Nach einer Studie der Wiener Frauenklinik ist die Anwendung von Rotklee ohne Nebenwirkungen.

Wir stehen in unseren Praxisräumen jederzeit für eine Beratung zur Verfügung und haben Rotklee-Isoflavone, Vitamine- und Spurenelemente mit guter Bioverfügbarkeit bei einem angemessenen Preis vorrätig. Produkte senden wir Ihnen auch gerne zu.

nach <http://www.gesundheitstrends.de/kompak/lexikon/rotklee.ph>