



# Pflanzliche Mittel zur Unterstützung des Zyklusgeschehens



*Vitex agnus-castus*

## Einführung

Im »Rötzer-Buch« finden wir zum Thema »Unregelmäßiger Zyklus« unter anderem auch folgenden Hinweis:

- *Es ist ein Versuch mit einem pflanzlichen Mittel zu empfehlen, über das gute Berichte vorliegen: Agnumens in Österreich, Agnolyt in Deutschland. Es ist dies ein Extrakt aus Fructus Agni casti (Pfefferkorn), als Tropfen einzunehmen. Sprechen Sie bitte darüber mit Ihrem Arzt und studieren Sie den Beipacktext. Diese Tropfen haben sich auch bei bisher unerfülltem Kinderwunsch bewährt, wenn die Ovulation nicht richtig ablaufen sollte. Man muß dieses Mittel aber lange genug einnehmen, da es ein langsam wirkendes Mittel ist.*

*(Rötzer, Natürliche Empfängnisregelung, 20. Auflage, Herder, Wien 1990, S. 98)*

Zum selben Thema steht in der Hilfe zum Programm »symphem«:

*Unregelmäßiger Zyklus*

*[...]*

*Neben der Verbesserung der erwähnten Lebensumstände sind folgende einfache Maßnahmen zu empfehlen:*

- *Einnahme von Magnesium (in Tablettenform oder als lösliches Granulat) kann wirksam sein; es wird in jüngster Zeit auch zur Streßbewältigung eingesetzt; es kann auch schmerzhafte Regelblutungen beseitigen.*
- *Ein bestimmtes pflanzliches Mittel, ein Extrakt aus Fructus Agni casti (Pfefferkorn), hat sich sehr bewährt. Agnucaston, Castufemin oder Agnolyt in Deutschland, Agnumens in Österreich. Sprechen Sie bitte darüber mit Ihrem Arzt und studieren Sie den Beipacktext. Dieses Extrakt ist auch bei Kinderwunsch günstig; es wirkt ovulationsauslösend. Man muß dieses Mittel aber lange genug einnehmen, da es seine Wirkung nur langsam entfaltet.*
- *[...]*

*(Quelle: Hilfe zum Programm »symphem«, Vers. 1.11 von Dr. Stefan Peters, 1998/99)*

Vielleicht ist es ganz interessant, über dieses pflanzliche Mittel ein bisschen mehr zu erfahren, vor allem, da in letzter Zeit in Österreich neue rezeptfreie Präparate mit Extrakt aus Fructus Agni-casti auf den Markt gekommen sind.

## Die Pflanze

***Vitex agnus-castus***

**deutsche Bezeichnung**

Mönchspfeffer, Keuschlamm

**Familie**

Verbenaceae (Eisenkrautgewächse)



## Botanische Beschreibung

1 bis 6 m hoher Strauch oder Baum mit 4-kantigen, graufilzigen Zweigen. Blätter sommergrün, langgestielt, gekreuzt gegenständig, fingerförmig geteilt mit 5 bis 7 fast ganzrandigen, bis 10 cm langen, lanzettlichen Fiederblättchen, unterseits weißfilzig, Blattoberseite kahl; die 8 bis 10 mm großen, duftenden, blau, seltener rosa gefärbten Blüten bilden endständige, verzweigte, ährenartige Blütenstände; Kelch und Außenseite der zweilippigen Krone behaart; kugelige bis längliche, 3 bis 4 mm große, rötlich-schwarze, viersamige Steinfrucht, zu zwei Dritteln becherförmig vom Kelch umschlossen; Exokarp mit kurzgestielten Drüsenhaaren.

## Verbreitung

Beheimatet im gesamten Mittelmeergebiet bis Westasien; im Küstengebiet und an Flußläufen einen dichten Bestand bildend.

## Anbaugebiete

Nordafrika

## Verwendete Pflanzenteile

Die reifen, getrockneten Früchte (Fructus agni-casti)

## Inhaltsstoffe

Iridoide, Flavonoide, Diterpene, ätherisches Öl, fettes Öl

## Geschichte

Die getrockneten reifen Früchte von *Vitex agnus-castus* besitzen, vor allem im Mittelmeerraum, eine lange Geschichte kultischer und arzneilicher Verwendung. In der mittelalterlichen Kirche erlangte der Mönchspfeffer (Keuschlammstrauch) eine besondere Bedeutung. Er sollte helfen, das von Nonnen und Mönchen gegebene Keuschheitsgelübde einzuhalten und die »unkeuschen Gelüste« zu bekämpfen. Männer wie Frauen trugen zur Dämpfung des Geschlechtstriebes aus Keuschlamm gefertigte Amulette. Der Mönchspfeffer wurde daher in jedem Klostersgarten angebaut. Mit den kleinen nach Pfeffer riechenden und schmeckenden Früchten hat man in der Klosterküche gewürzt. Bei der medizinischen Verwendung finden sich wiederholt Hinweise auf "Unterleibsleidenden", Menstruationsstörungen sowie auf Verschreibungen als Emmenagogum<sup>1</sup> und Laktagogum<sup>2</sup>.

## Wirkungen

Hinweise auf Hemmung der Prolaktin<sup>3</sup>-Synthese (dopaminerge<sup>4</sup> Wirkung)

1 menstruationsförderndes Mittel

2 die Milchsekretion förderndes Mittel

3 Prolaktin: Hormon, gebildet im Hypophysen-Vorderlappen, vermehrte Ausschüttung in der 2. Zyklushälfte und während der Schwangerschaft, fördert gemeinsam mit anderen Hormonen während der Schwangerschaft das Brustwachstum und die Milchbildung. Spielt auch eine Rolle bei der Sexualhormonregulation von Mann und Frau (hormoneller Regelkreis). Auch Stress und bestimmte Medikamente können die Prolaktin-Sekretion erhöhen. Ein erhöhter Prolaktin-Spiegel (Hyperprolaktinämie) kann bei Frauen zu Zyklusstörungen bis zum Ausbleiben der Regelblutung und fehlender Ovulation führen (vgl. Zyklus während der Stillzeit!).

4 dopaminerge Wirkung: Wirkung ähnlich dem Dopamin;

Dopamin: Botenstoff zwischen Nervenzellen (Neurotransmitter), wichtige Rolle bei vielen Vorgängen im menschlichen Körper, u. a. Hemmung der Prolaktin-Freisetzung aus der Hypophyse



Hinweise auf Hemmung der LH-Sekretion

## **Anwendungsgebiete**

Prämenstruelles Syndrom (PMS)

Mastodynie (Spannungsgefühl in der Brust)

»Regeltempoanomalien« (Oligomenorrhoe, Polymenorrhoe)

Zyklusstörungen

Fertilitätsstörungen

Hyperprolaktinämie

Langsames Abstillen

## ***prämenstruelles Syndrom (PMS)***

### **Ursachen des PMS**

- Hyperprolaktinämie
- Erniedrigte FSH- und LH-Spiegel
- Erniedrigte Östrogen- und Progesteronspiegel
- Ungleichgewicht zwischen Progesteron und Östrogenen
- Gestagenmangel in der Gelbkörperphase (»Hochlage«)

### **Körperliche Symptome des PMS**

- Brustspannen
- Ödeme, Gewichtszunahme
- Bauchkrämpfe
- Kopfschmerzen, Migräne
- Muskel-, Gelenkschmerzen

### **Psychische Symptome des PMS**

- Depressive Stimmungslage
- Nervosität
- Gereiztheit
- Psychische Labilität

### **Therapie des PMS**

- Verhaltensänderungen
  - Aufklärung über die Natur der Beschwerden
  - Symptomtagebuch
  - Zyklusbeobachtung, NER
- Psychotherapie
- Medikamentöse Therapie

## **Mastodynie**

Ursache: latente Hyperprolaktinämie durch Abnahme des Östradiol- und Progesteronspiegels

## **Präparate in Österreich**

### **Agnofem®-Kapseln**

1 Kapsel enthält 3,85 mg Trockenextrakt (9,58 – 11,5:1; Auszugsmittel Ethanol 60 % g/g)

Dosierung: 1x tägl. 1 Kapsel

Tagesdosis  $\hat{=}$  40 mg Trockendroge

### **Agnucaston®-Filmtabletten**

1 Filmtablette enthält 3,2 – 4,8 mg Trockenextrakt entsprechend 40mg Mönchspfeffer-Früchte

Dosierung: 1x täglich 1 Filmtablette

Tagesdosis  $\hat{=}$  40 mg Trockendroge

### **Agnucaston®-Tropfen**

100 g Lösung enthalten 0,192 – 0,288 g Trockenextrakt entsprechend 2,4 g Mönchspfeffer-Früchte

Dosierung: 1x täglich 40 Tropfen

Tagesdosis  $\hat{=}$  40 mg Trockendroge

### **Agnumens®-Tropfen**

100 g Lösung enthalten alkoholischen Auszug (ca. 58% g/g) entsprechend 20 g Trockendroge

Dosierung: anfangs 1x täglich 40 Tropfen, nach Wirkungseintritt schrittweise senken auf 1x täglich 20 Tropfen

Tagesdosis  $\hat{=}$  200 mg Trockendroge

## **Anwendungshinweise**

- Kein sofortiger Wirkungseintritt
- Behandlung muss mehrere Monate ohne Unterbrechung durchgeführt werden (auch während der Menstruation)
- Behandlung soll auch nach Besserung der Symptome fortgesetzt werden
- Tägliche Einmaldosis, oft morgendliche Einnahme empfohlen

### **Gegenanzeigen**

Überempfindlichkeit (sehr selten)

### **Nebenwirkungen**

selten juckende urtikarielle Ödeme

### **Warnhinweise**

diagnostische Abklärung durch den Arzt (Prolaktinom!)

### **Wechselwirkungen**

möglicherweise gegenseitige Wirkungsabschwächung bei gleichzeitiger Gabe von Dopamin-Rezeptor-Antagonisten (Neuroleptika, Antiemetika, ...)

## Schwangerschaft, Stillzeit

Nicht während der Schwangerschaft einnehmen, nicht während der Stillzeit einnehmen (möglicherweise Milchproduktion vermindert)

## Literatur und Quellen

*Bettina Pinnisch, Brigitte Kopp*: Phytopharmaka in der Gynäkologie, Vortrag gehalten für die Österreichische Apothekerkammer, Wien 2001

*Stefan Silbernagl, Agamemnon Despopoulos*: dtv-Atlas der Physiologie, 2. Auflage, dtv, Thieme, Stuttgart 1983

Madaus Heilpflanzendatenbank <http://www.hpfladb.de/>

[www.madaus.de](http://www.madaus.de)

[www.ganzfrausein.at](http://www.ganzfrausein.at)

[www.healthy.net](http://www.healthy.net)

Austria-Codex-Fachinformation, Österreichischer Apothekerverlag, Wien 2001



© Wilfried Büchler für INER, 2001