

# Üleminekuaastad teevad muret?

Üleminekuikka jõudmine võib naise harjumuspärase elu ootamatult pahupidi pöörata. Sel perioodil esinevatest vaevustest ja nende leevendamisest räägib günekoloog-endokrinoloog dr. Maie Väli:



**Maie Väli**  
günekoloog-endokrinoloog

Menopausiga seotud sümptomite loend on pikk ja esmapilgul hirmutav. Õnneks ei koge ükski naine neid täies ulatuses. On klassikalisi sümptomeid, nagu kuumahood, unehäired ja tujukus, mida naine oskab hõlpsasti seostada menopausiga. Ent teiste sümptomite, nagu uriinipidamatuse, tupekuivuse ja seksuaaltungi kadumise puhul ei pruugi sellise seose peale tullagi. Kõik need sümptomid on aga otseselt või kaudselt seotud östrogeenide ehk naissuguhormoonide taalse langusega organismis.

Üheks võimaluseks üleminekuaastate vaevuste leevendamisel on hormoonasendusravi, mis on olnud kättesaa-

dav juba enam kui 50 aastat. Paraku kõikidele naistele see siiski ei sobi. Paljudele on hormoonasendusravi vastunäidustatud erinevate haiguste tõttu, aga on ka naisi, kes kardavad või ei soovi hormoonasendusravi.

## Leevendus loodusest

Nendele patsientidele on heaks alternatiiviks looduravi. Loodusravi korral kompenseeritakse üleminekueas tekkinud hormoonide puudust taimedes sisalduvate looduslike naissuguhormoonidega ehk fütoöstrogeenidega. Et fütoöstrogeenid sarnanevad oma koostise poolest östrogeenidega, pakuvad ka taimsed preparaadid tõhusat leevendust üleminekuea vaevustele.

Mina olen oma patsientidele üleminekuaastate loodusliku leevendajana soovitanud Rotklee plus kapsleid. See on taimne preparaat, mis sisaldab sojaõli ja aasristiku ekstrakti

ning mis on apteekides saadaval ilma retseptita. Rotklee plusi kasutamine on mugav – 1 kapsel päevas suu kaudu koos vedelikuga. Soovitan Rotklee plusi kasutada vähemalt 2-3 kuud järjest, seejärel võib teha 1-2 kuud pausi ja jätkata taas preparaadi kasutamist.

Üleminekuaastate vaevustega ei pea leppima, minu arstipraktikas on palju naisi, kes on sel perioodil abi saanud tervislikust toitumisest, ravivõimlemisest ja täiendavast ravist looduslike naissuguhormoonidega ning säilitanud positiivse ellusuhtumise.



## Oma kogemustest Rotklee plusiga räägivad kasutajad:

**Urve (50):** Üleminekuaastate vaevuseid olin kannatanud ligikaudu aasta – öösel ärgates olin üleni higine, samuti tabasid mind kuumahood väga ebasobivates olukordades, mistõttu tundsin sageli piinlikkust. Kui olin 2 nädalat tarvitanud Rotklee plus kapsleid vähenes öine higistamine ning harvaks jäid ka kuumahood.

**Merike (51):** Juba aasta olid mind vaevanud öised ning päevased higistamishood, vahetevahel ka unehäired ning närvilisus. Kuna olin varem firma TerraPoint tooteid kasutanud ning hindan neid kõrgelt, tahtsin proovida ka Rotklee plus kapsleid. Ka seekord ei pidanud ma pettuma, sain oma vaevustele leevendust – enesetunne on jälle hea ja higistamishood kadunud.

## Rotklee plus 30 kapslit

- Kasutatakse klimakteeriliste vaevuste korral
- Toimib antioksidandina
- Tugevdab organismi kaitsesüsteeme

Rotklee plus kapslid on müügil apteekides. Esindaja eestis, KBM PHARMA tel. 7 338 080

