

м-р по фарм. Максимова Викторија

ФИТОЕСТРОГЕНИ И МЕНОПАУЗА

ПРОЦЕНКА НА НИВНАТА ЕФИКАСНОСТ И БЕЗБЕДНОСТ

Менопаузата е нормален дел од процесот на стареење на жената. Околу 70% од жените се соочуваат со симптомите на менопаузата. Како што жената старее, настапува постепено намалување на функцијата на јајниците и лачењето на естроген. Најчестите симптоми со кои се справуваат жените во менопауза се: бранови на жештина, ноќно потење, зголемена напнатост и иритабилност, проблеми со спиењето, болки при сексуален однос и незаинтересираност за сексуален живот, зголемена потреба за уринирање итн.

Естрогенска терапија

Хормонската терапија се состои од естрогени или комбинација на естроген со прогестерон. Оваа хормонска терапија се користи за контрола на симптомите од менопаузата кои се поврзани со намалувањето на нивоата на естроген, како што се жештините и вагинална сувост, при што хормонската терапија се уште е најефикасниот начин за третман на овие симптоми. Но, долготрајните студии (long-term studies) спроведени од страна на здружението "Иницијатива за здравјето на жената" (Women's Health Initiative, WHI) врз жени кои примале комбинирана хормонска терапија од естроген и прогестерон биле стопирани кога било откриено дека овие жени имаат зголемен ризик од срцеви болести, срцев удар и рак на дојка, во споредба со жените кои воопшто не примале хормонска терапија.

Растителни естрогени (фитоестрогени, изофлавоноиди)

Изофлавоноидите кои се среќаваат во одредени ботанички видови се органски хемиски компоненти наречени фитоестро-

гени или естрогени изолирани од растенија. Тие имаат слична хемиска структура со естрогените кои природно се ослободуваат во телото на жената, но нивното дејство како естрогени е проценето како многу послабо од вистинските естрогени. Нивната потентност за естрогенска активност е проценета на само 1/1000 од онаа на естрадиолот, природниот естроген. Одредени студии докажале дека овие компоненти можат да помогнат во олеснување на симптомите како што се жештините и сличните симптоми на менопаузата. Меѓутоа, некои истражувања покажале дека кај некои жени долготрајната употреба на фитоестрогените препарати предизвикала хиперплазија на внатрешните обвивки на утерусот (ендометријална хиперплазија), што може да биде прекурсор за појава на канцер.

Хербалните препарати од ризомот од растението *Cimicifuga* (*Cimicifuga racemosa* L., fam. *Ranunculaceae*) се популарни во Европа како производ кој ги олеснува климактеричните напади на топлина. Естрог-

еното дејство на оваа дрога се препишува на изофлавоноидот - формононетин. Ова растение во последните години стана многу популарно и во САД, па дури и Северно-Американското здружение за менопауза (North American Menopause Society), ја подржува краткотрајната употреба на цимицифугата за третман на менопаузални симптоми, во период до 6 месеци, поради неговата релативно ниска инциденца на несакани ефекти, кога растението се користи краткотрајно.

Резултатите од 6 клинички студии поврзани со изофлавоноидите екстракти од *Сојата* (*Glycine max* L., fam. *Fabaceae*) се најразлични. Поради фактот што составот и дозирањето на додатоките од соја широко варираат во дадените студии, правењето на компарација и давањето на заклучоци во врска со овој додаток на исхраната е доста тешко. Два типа на изофлавоноиди - генистеин и даидзеин се пронајдени во зрната од соја, слануток и леќа, се сметаат за најпотентните естрогени од групата на фитоестрогените. Всушност, жените кои имале



рак на дојка и не сакале да при-
маат хормонска терапија, поне-
когаш ги употребуваат соините
производи со цел да ги намалат
непријатните симптоми од мено-
паузата.

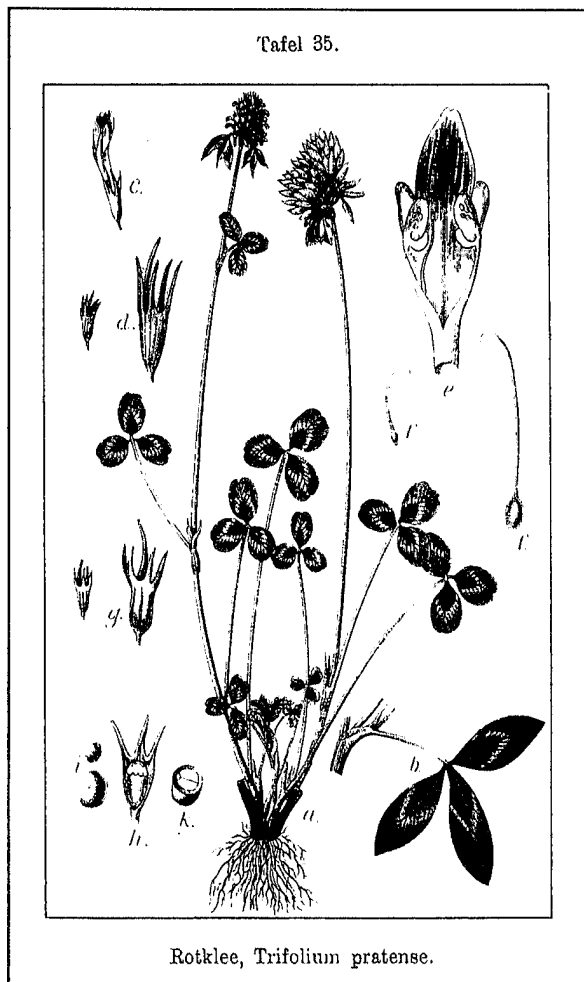
Црвената детелина, (*Tri-
folium pratense*, L., fam. Fa-
baceae), исто така содржи
изофлавонони кои ги имитираат
ефектите на ендогените естро-
гени. Исофлавононите кои таа
ги содржи (ирилон и пратен-
зеин) се активните компо-
ненти на кои се заснова корис-
тењето на црвената детелина
како третман за олеснување
на климактеричните симпто-
ми. Клиничките податоци од 5
контролирани испитувања кои
ја испитуваат ефикасноста на
полупречистениот изофлавоно
во екстракт од лист од црвена-
та детелина во намалување на
фреквенцијата и интензитетот
на нападите на жештини се кон-
традикторни. Најголемата од
овие студии не покажала бен-

ефит во намалу-
вањето на сим-
птомите на
менопаузата при
користење на два
препарати со изо-
флавонони ек-
стракти од црве-
ната детелина, во
споредба со пла-
цебо ефектите.
Но, исто така не
биле откриени
нигу значајни не-
сакани ефекти од
користењето на
овие препарати.

Едно клиничко
испитување исто
така, не ја подд-
ржало употребата
на женски **Жен
шен** (*Angelica sin-
ensis* L., fam. Api-
aceae), **Жен шен**
(*Panax ginseng* L.,
fam. Araliaceae),

или маслото од семе од **НОК
ниче** (*Oenothera bien-
nis* L., fam. Onagrace-
ae), во подобрување
на менопаузалните
симптоми.

Зголемениот број
на фитопрепарати,
таргетиран за же-
ни во менопауза ја
наметнува потребата
од критична евалу-
ација на безбеднос-
та и ефективнос-
та на овие препарати.
Помеѓу жените по-
стои сфаќање дека
природните естрогени
се побезбедни бидејќи
и се "природни", но
всушност ова не е
научно докажано.
Едно е сигурно, дека
се потребни уште
многу понатамошни
испитувања за це-
лосна карактериза-
ција на ефикасноста,
безбедноста и потен-
цијалниот ризик од
употреба на фитоес-
трогените препарати.



Во секој случај, сеуште посто-
јат само неколку научни студии
кои го покажуваат беневитот
и безбедноста од користење-
то на овие препарати и многу
истражувања на оваа тема
сеуште се во тек.

Референци:

1. Geller S.E., Shulman L.P., van Breemen R.B., Banuvar S., Zhou Y., Epstein G., Hedayat S., Nikolic D., Krause E.C., Piersen C.E., Bolton J.L., Pauli G.F., Farnsworth N.R. Safety and efficacy of black cohosh and red clover for the management of vasomotor symptoms: a randomized controlled trial. *Menopause*, 16(6):1156-66, 2009
2. Tice J.A., Ettinger B., Ensrud K., Wallace R., Blackwell T., Cummings S.R. Phytoestrogen supplements for the treatment of hot flashes: the isoflavone clover extract (ICE) study: a randomized controlled trial. *Journal of the American Medical Association* 290:207-214, 2003 и др.