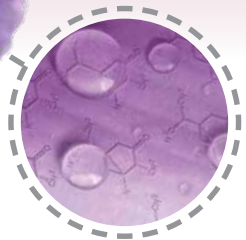


Faites la fraîche pendant la ménopause



Ne vous faites pas suer avec les symptômes.
Prenez **Menopause** pour vous soulager.

Conçu par la nature.
Prouvé par la science.

A.Vogel

Pionnier de la naturopathie
- depuis 1923

A. Vogel

La ménopause et péri-ménopause

Par définition, une femme est ménopausée lorsqu'elle n'a pas eu ses menstruations pendant au moins 12 mois d'affilée mais le processus aboutissant à la ménopause peut durer de nombreuses années. La période de deux à sept ans qui précède la ménopause se nomme péri-ménopause.

En moyenne, les femmes atteignent la ménopause à l'âge de 51 ans. Le nombre de femmes ménopausées est en hausse, en l'an 2026, on estime que 7.9 millions de Canadienne auront plus de 50 ans.

Les changements corporels durant la ménopause sont principalement causés par la diminution graduelle de production des hormones oestrogènes et progestérone.

Les symptômes fréquents:

- Bouffées de chaleur
- Sueurs nocturnes

Les autres symptômes possibles:

- Problèmes de sommeil
- Nausées, étourdissement
- Fatigue, anxiété
- Palpitations cardiaques
- Sécheresse vaginale



Les symptômes s'aggravent généralement pendant la péri-ménopause, puis s'atténuent pendant les premières années de la ménopause.

Environ 75% des femmes ont des bouffées de chaleur en ménopause et péri-ménopause².

La société des obstétriciens et des gynécologues du Canada (SOGC) recommande maintenant aux femmes de ne pas entreprendre de thérapie hormonale lorsqu'elles ne souffrent pas, ou peu, de symptômes de la ménopause, ce qui représente plus de 70% à 80% des Canadiennes en ménopause ou péri-ménopause³.

Certains gynécologues considèrent qu'il s'agit d'un pas en avant car les médecines alternatives et complémentaires font maintenant partie des approches à considérer avec les patients.

Menopause de A.Vogel l'approche complémentaire par excellence!

- Éprouvé en clinique¹:
 - Réduit le nombre de bouffées de chaleur et de sueurs nocturnes.
 - Diminue l'intensité des bouffées de chaleur et des sueurs nocturnes.

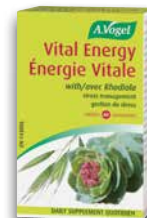


Formule concentrée

- 3,400mg de teinture de sauge fraîche BIOLOGIQUE par comprimé
- 100% naturel et sécuritaire
- 1 comprimé par jour
- Offert en format 1 mois d'utilisation (30 comprimés) et en format économique de 3 mois (90 comprimés)

Trucs et conseils D'abord, changer ses habitudes de vie!

Un changement des habitudes de vie est désormais la première chose à considérer chez les femmes qui souhaitent réduire leurs symptômes de la ménopause. Il est recommandé de faire de l'activité physique régulièrement, d'adopter une alimentation équilibrée, de cesser de fumer et de modérer la consommation d'alcool et de caféine.



La fluctuation des taux d'hormones peut également amener une femme à se sentir irritable, fatiguée et nerveuse. Comme le stress augmente les besoins de l'organisme en magnésium, la prise d'un supplément quotidien peut contrer les effets négatifs d'un apport insuffisant. **Énergie Vitale** de A.Vogel contient du magnésium, de l'avoine fleurie et de la rhodiole, une combinaison unique de plantes qui agissent

en synergie pour accroître la résistance au stress et préserver la santé du système nerveux durant la ménopause.

Les femmes post-ménopausées sont plus susceptibles de faire de l'ostéoporose, phénomène caractérisé par une fragilisation des os. Un apport en calcium insuffisant constitue un facteur de risque accru de perte osseuse.



Assimil-Calcium de A.Vogel est conçu pour aider l'organisme à fixer les minéraux. Car peu importe la quantité de calcium absorbée, c'est la capacité de notre organisme à l'assimiler qui est vitale.



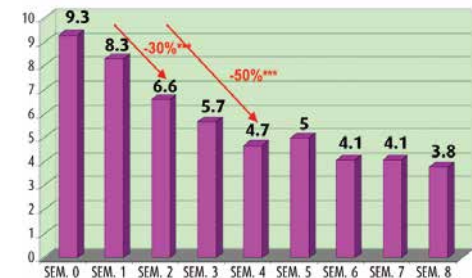
Étude clinique

Des essais cliniques ouverts ont été réalisés pour évaluer l'efficacité et la tolérance du nouveau Menopause de A.Vogel.

Ces études ont eu lieu en Suisse par 8 médecins généralistes auprès de 69 patientes en ménopause de 48 à 66 ans (âge moyen de 56 ans), durant 8 semaines (59 jours). La posologie indiquée était de 1 comprimé par jour.

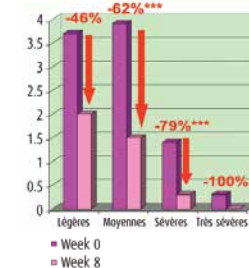
Des résultats convaincants :

Réduction du nombre moyen de bouffées de chaleur par jour.



- Diminution de 30% en 2 semaines.
- Diminution 50% en 4 semaines.
- Diminution 59% en 8 semaines.

Diminution de l'intensité des bouffées de chaleur quotidiennes par groupe après 8 semaines.



- Les bouffées de chaleurs **légères** diminuées de 46%.
- Les bouffées de chaleurs **moyennes** diminuées de 62%.
- Les bouffées de chaleurs **sévères** diminuées de 79%.
- Les bouffées de chaleurs **très sévères** diminuées de 100%.

Un cours de phytothérapie est offert par l'Institut A.Vogel à tous les détaillants et professionnels de la santé et au grand public. Veuillez consulter notre site à www.avogelinstitute.com. Ce document ne doit pas être interprété en tant qu'opinion médicale et n'exclut aucunement la nécessité d'un diagnostic posé par un professionnel de la santé. Nous publions ce dépliant à titre informatif et instructif. Pour plus d'information: www.avogel.ca • 1-800-361-6320 • info@bioforce.ca

- 1- Boomer S, Klein P, Suter A, d.s.h statistical services GmbH, DE -85296 Rohrbach, A.Vogel Bioforce AG, CH -9325 Roggwil.
- 2- www.sante.canoe.com
- 3- www.passeportsante.net -dossier menopause