

# MÖNCHSPFEFFER: Lindert PMS-Beschwerden

Bereits seit dem Mittelalter ist die positive Wirkung des Mönchspfeffers auf Zyklusstörungen bekannt. Die hauptsächlichsten Anwendungsgebiete liegen heute in den Bereichen prämenstruelles Syndrom (PMS) und Mastodynie. Die pharmakologischen Wirkmechanismen basieren auf einer Hemmung der Prolaktinausschüttung aus dem Hypophysenvorderlappen.

## Wirkmechanismus

An einer Vielzahl gynäkologischer Krankheitsbilder wie Zyklusstörungen, Menstruationsbeschwerden, prämenstruellem Syndrom und Fertilitätsproblemen sind hohe Prolaktinspiegel ursächlich beteiligt. Prolaktin unterliegt der hypothalamischen Kontrolle durch den Prolaktin-Inhibitor-Faktor (PIF), der mit Dopamin ident ist. In verschiedenen Versuchsmodellen wurde nachgewiesen, dass sich mehrere Inhaltsstoffe des Extraktes aus Mönchspfefferfrüchten (*Agni casti fructus*) wie Dopaminagonisten verhalten und selektiv über Dopamin (D2)-Rezeptoren die Prolaktinfreisetzung hemmen.

## Klinische Studien

Die Effektivität von *Vitex agnus castus* ist wissenschaftlich sehr gut belegt. Beispielsweise wurden in einer doppelblinden, randomisierten, placebokontrollierten Studie 170 Frauen über drei Zyklen hinweg Placebo oder *Vitex agnus castus* (kurz „VAC“) verabreicht. Die Ansprechrate (definiert als mind. 50% Reduktion der Symptome) war in der VAC-Gruppe 52% gegenüber 24% in der Placebogruppe (Abb. 2).<sup>1</sup>

In einer rezenten Metastudie wurden randomisierte, kontrollierte klinische Studien, die mit Pflanzenheilmitteln bei PMS zwischen 1980 und 2010 gemacht wurden, untersucht. VAC war die mit Abstand am besten belegte Pflanze und zeigte eine zum Placebo deutlich überlegene Wirkung.<sup>2</sup>

Eine randomisierte, prospektive, doppelblinde Studie mit 67 chinesischen Frauen untersuchte die Wirkung von VAC gegenüber Placebo in Bezug auf 17 Symptome, die bei PMS auftreten können. Alle 17 Symptome zeigten bei VAC bessere Ergebnisse, dabei waren bis auf das Symptom „Unterbauchschmerzen“ alle signifikant.<sup>3</sup>

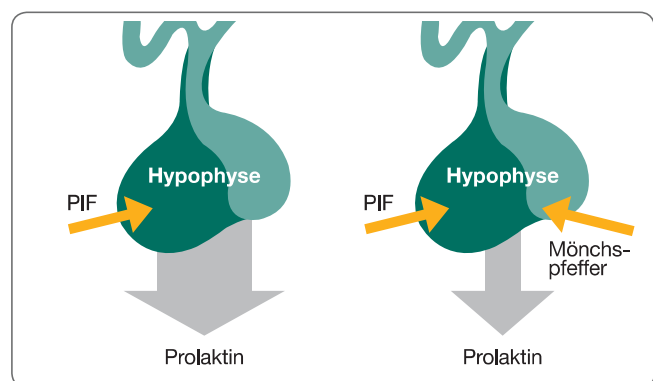


Abb. 1: Mönchspfeffer hemmt Prolaktinfreisetzung

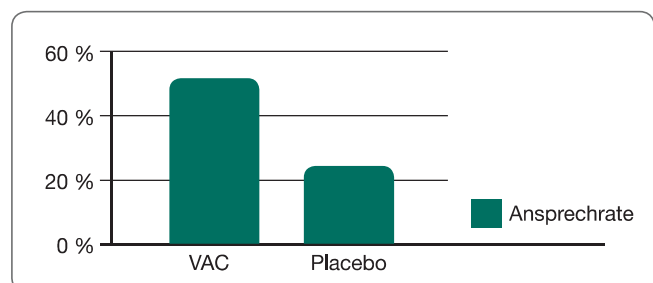


Abb. 2: Hohe Wirksamkeit bei PMS von Mönchspfeffer im Vergleich zu Placebo.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>R Schellenberg. Treatment for the premenstrual syndrome with agnus castus fruit extract: prospective, randomised, placebo controlled study. *BMJ*. 2001 January 20; 322(7279): 134–137.

<sup>2</sup>Dante G, Facchinetti F. Herbal treatments for alleviating premenstrual symptoms: a systematic review. *J Psychosom Obstet Gynaecol*. 2011 Mar;32(1):42-51.

<sup>3</sup>Ma L et al. Evaluating therapeutic effect in symptoms of moderate-to-severe premenstrual syndrome with *Vitex agnus castus* (BNO 1095) in Chinese women. *Aust N Z J Obstet Gynaecol*. 2010 Apr;50(2):189-93.