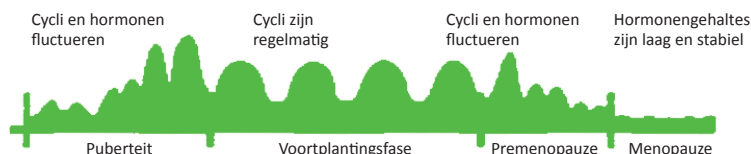


# De levensfasen van de vrouw en de gemmotherapie ....

Haar hele leven lang, van de puberteit tot de menopauze, wordt de vrouw geconfronteerd met fasen.



Bij de overgang naar de adolescentie beginnen de hormonen op een chaotische manier te vermeerderen om te komen tot cyclische variaties op het ritme van de maanvariaties. De menstruatiecycclus van de vrouw omvat bijgevolg gemiddeld 28 dagen. De duidelijkste manifestatie van deze cyclus is de **menstruatie**, die al dan niet pijnlijk kan zijn. Dit is de **reproductieve fase van de vrouw**.

Eens de eierstokken uitgeput zijn en er geen follikels meer zijn, stopt de vruchtbaarheid van de vrouw. Dan treedt een nieuwe levensfase in: de **premenopauze**, gevolgd door de **menopauze**. Een nieuwe cyclus begint. Een tweede adolescentie gaat de nieuwe status van menopauzale vrouw vooraf.

Tijdens de reproductieve fase zijn jonge scheuten van **framboos** en knoppen van **wollige sneeuwbal** aangewezen om de meest voorkomende problemen van de menstruatiecycclus, namelijk pijnlijke maandstonden, krampen en geïrriteerdheid, te verlichten. Tijdens de (pre)menopauze komen vooral de knoppen van **appelboom** en jonge scheuten van **braam** van pas om de daarmee gepaard gaande ongemakken zoals opvliegers, insomnie, osteopenie e.a. te verzachten.

## De reproductieve fase en de menstruatiecycli :

### Framboos, *Rubusidaeus L.*

De framboos wordt als doeltreffend beschouwd bij problemen van amenorroe en dysmenorroe.

De jonge scheuten bevatten een belangrijk alkaloïde, meer bepaald **fragarine**, die een contractieremmende werking heeft op de baarmoederspier door de kracht en de frequentie van de contractie te verminderen, wat belangrijk is bij pijnlijke maandstonden.

Recente onderzoeksresultaten uit de samenwerking tussen het labo Herbalgem en de Universiteit van Luik hebben de aanwezigheid van sporen van **genistine**, de precursor van genisteïne, wat een welbekend fytohormoon is, kunnen bewijzen. De rol van de darmflora bij de vorming van zeer actieve metabolieten zoals equol, afkomstig van fyto-oestrogenen, is primordiaal. Dit verklaart ook waarom er opmerkelijke verschillen zijn onder de reactie van vrouwen op de knoppen.

**Wollige sneeuwbal, *Viburnum lantana L.***, maakt deel uit van de caprifoliaceae. De literatuur beschrijft de antispasmodische werking als longdraineur. Hij is minder gekend om zijn gunstige werking op de baarmoederspier. In de fytotherapie is de **schors** van de wollige sneeuwbal gerenommeerd om haar **gynaecologische werking (dysmenorroe)** en om haar werking op de zenuwen (als sedativum en spasmolyticum van het bekken en de baarmoeder (uterorelaxerend)). De knop van wollige sneeuwbal wordt door Piterà eveneens vermeld bij **risico op miskraam**.

## De fase van de premenopauze en de menopauze :

### Appelboom, *Malus domestica L.*

De knop van de appelboom oefent vooral een **verfrissende werking** uit op overvloedige warmte, meer bepaald op **opvliegers** tijdens de **menopauze**. Rijk aan quercetine, koffie-, chlorogeen- en feruleenzuur heeft hij een anti-inflammatoire werking; vandaar zijn « verfrissende » werking op **buitensporig vuur**. **Quercetine**, een krachtig **antioxidant**, werkt als **vaatwandbeschermer** en remt de vorming van vrije radicalen.

Meervoudige remedie die **kalmerend** op het centrale zenuwstelsel werkt. Gecombineerd met vijgenboom en linde is hij toepasbaar bij **insomnie**, vaak gerelateerd aan de menopauze.

Recente opzoeken (1) hebben de aanwezigheid van **luteoline**, een inhibitor van aromatasen (2), in deze knop kunnen aantonen. Zijn « hormoonachtige » effect staat bijgevolg boven alle twijfel. Deze hormoonachtige werking gaat in de richting van die van « progesteron » (3) en kan aldus zijn gunstige werking op frigiditeit en verlies van libido verklaren.

Symbolisch gezien vinden we de appel van Adam en Eva, het symbool van de « zonde », terug in het gebruik dat Dr. Bach maakt van het elixir van wilde appel. Het is het elixir van de **zuivering**. Hij heelt morele wonden indien de patiënt reden heeft om te geloven dat vergif werd aangewend en uitgedreven moet worden! (*Twaalf genezers*)

### Braam, *Rubusfruticosus L.*

De aanwezigheid van braam duidt op verzuring van de bodem. Braamstruiken maken deel uit van de acidofiele beuken- en eikenlaan. Dr. Pol Henry citeerde de braamknop reeds bij ouderdomsosteoporose.

Bij de specifieke problematiek van de menopauze heeft de braam een **viervoudige** werking :

a) Tegengewicht voor de fenomenen van hyalinisatiesclerose van de eierstokken. De braam wordt door Piterà beschreven als een grootse geriatrische remedie met antiverouderingspotentieel ! b) Hij werkt stimulerend op de osteoblasten en gaat dus osteoporose tegen. c) Hij heeft een preventieve werking bij arteriële hypertensie die zich vaak net in de menopauze manifesteert. d) Maar hij **SENSIBILISEERT** de baarmoeder ook voor de werking van rode bosbes !

Al deze remedies zijn te gebruiken als geconcentreerd glycerinemaceraat, alleen of in combinatie met andere knoppen.

1 Résultats de recherche Herbalgem 2013

2 J Agric Food Chem. 2012 Aug 20. , Lu DF, Yang LJ, Wang F, Zhang GL, Inhibitory Effect of Luteolin on Estrogen Biosynthesis in Human Ovarian Granulosa Cells by Suppression of Aromatase (CYP19).

3 Fernando Piterà, Compendio di gemmotherapie clinica, 2003, Ed. De Ferrari