



La tradizione riporta che l'**Agnocasto** è una pianta conosciuta anche come "pepe dei monaci" e il motivo è dovuto sia per il sapore piccante del frutto e sia per le sue proprietà anafrodisiache e pertanto utile ai frati per mantenere la castità.

In effetti tra i costituenti chimici dell'Agnocasto si trova la vitexina, un flavonoide, con proprietà rilassanti. I preparati a base di Agnocasto vengono utilizzati in genere nel trattamento dei disturbi legati al ciclo mestruale.

Il frutto dell'Agnocasto è stato oggetto di diversi lavori scientifici e si evidenzia la proprietà di agire sul sistema endocrino, in particolare modulerebbe la produzione di alcuni ormoni ipofisari.

Per questo motivo l'Agnocasto è indicato per i disturbi legati alla irregolarità del ciclo mestruale e per ridurre i sintomi premestruali e quindi in caso di amenorrea (mancanza di mestruazioni), mastalgia o mastodinia (dolore mammario), oligomenorrea (condizione in cui l'intervallo tra i cicli è inferiore ai 25 giorni), polimenorrea (condizione in cui la distanza tra due mestruazioni successive supera i 36 giorni).

L'Agnocasto è utile anche nella sindrome premestruale (PMS).

La comunità scientifica concorda nella proprietà dell'Agnocasto che agirebbe come agonista selettivo sul recettore dopaminergico D2, inibendo così il rilascio di prolattina; in effetti i disturbi del ciclo mestruale così come quelli premestruali sono attribuibili ad una iperproduzione di prolattina associata ad insufficienza del corpo luteo. È stato evidenziato scientificamente che comunque non va ad incidere sulla concentrazione dell'ormone luteinizzante e dell'ormone follicolo stimolante.

Numerosi studi attestano l'efficacia dell'Agnocasto nella PMS ed in particolare nelle manifestazioni caratteristiche della sindrome come la mastodinia e i disturbi di natura psichica come depressione e ansia.

L'**angelica sinensis** conosciuta anche come Angelica cinese o anche Dong Quai è da centinaia di anni nota per le sue proprietà in ambito "ginecologico" e nello specifico nei disturbi del ciclo mestruale (amenorrea, crampi, irregolarità del flusso) e nei disturbi tipici della menopausa.

Tali proprietà sono attribuibili alla presenza di fitoestrogeni che svolgono una azione simile agli ormoni femminili ma in maniera più soft,

La **Magnolia officinalis** è una pianta tipica soprattutto dei Paesi asiatici e deve il nome ad un medico biologo che la classificò nella famiglia botanica di appartenenza (Pierre Magnol)



Le proprietà della **Magnolia** ed in particolare della corteccia, sono state oggetto di diversi studi scientifici; l'onochiolo è uno dei componenti attivi della corteccia della Magnolia ha dimostrato proprietà lenitive di ansia, stati depressivi e disturbi correlati allo stress regolando la presenza del cortisolo conosciuto anche come ormone dello stress.

Tali situazioni sono manifestazioni possibili durante sia nel periodo pre-mestruale che durante il ciclo e nella fase menopausale.

Favorisce la regolarità del ciclo mestruale.

Il **papavero rosso** (*Papaver rhoeas* L.), (da non confondersi con il papavero da oppio) è una pianta erbacea della famiglia delle Papaveraceae; detto anche papavero comune o rosolaccio, è particolarmente frequente nei campi coltivati a grano. I suoi fiori, una volta essiccati, vengono utilizzati nella medicina tradizionale cinese Il papavero rosso contiene alcaloidi e antociani.

Rappresenta un rimedio naturale dalle spiccate proprietà sedative e favorisce contrasto di stati di tensione localizzati.

La presenza di tale pianta nella formulazione ha lo scopo di lenire i dolori mestruali, antispasmo e rilassare l'organismo in caso di stress o ansia correlati al ciclo o alla menopausa.

NOTE BIBLIOGRAFICHE

1. W.Wuttke et al., *Vitex agnus castus: pharmacological and clinical indications*, *Phytomedicine* 2003;10:348-357. "Dopaminergic compounds present in *Vitex agnus castus* are the clinically important compounds which improve premenstrual mastodynia and possibly also other symptoms of the premenstrual syndrome."
2. H.Jarry et al., *Evidence for estrogen receptor beta-selective activity of *Vitex agnus castus* and isolated flavones*, *Planta Med* 2003;69:945-947.
3. DE Webster et al., *Activation of the mu-opiate receptor by *Vitex agnus castus* methanol extracts: implications for its use in PMS*, *J.Ethnopharmacol* 2006;106: 216-221.
4. Schellenberg R. *Treatment for the premenstrual syndrome with agnus castus fruit extract: prospective, randomised, placebo controlled study*. *BMJ* 2001;322:134-7
5. Gorkow C. *Klinischer Kenntnisstand von Agni-casti fructus. Klinisch-pharmakologische Untersuchungen und Wirksamkeitsbelege*. *Z.Phytotherapie* 1999;20:159-68.
6. Loch E-G, Selle H, Boblix N. *Treatment of premenstrual syndrome with a phytopharmaceutical formulation containing *Vitex agnus castus**. *J.Women's Health Gender-Based Med* 2009;9:315-20.