

**Thành phần:** Mỗi viên nang có chứa:

|                                                    |        |
|----------------------------------------------------|--------|
| Cao khô củ và rễ Cimifuga racemosa - Black Cohosh: | 80mg   |
| tương đương với dược liệu khô: 400mg               |        |
| Cao khô hoa Trifolium pratense - Red Clover:       | 75mg   |
| tương đương với dược liệu khô: 300mg               |        |
| Cao khô rễ Angelica polymorpha - Dong Quai:        | 7.14mg |
| tương đương với dược liệu khô: 50mg                |        |
| Cao khô củ Zingiber officinale – Gừng:             | 5mg    |
| tương đương với dược liệu khô: 25mg                |        |
| Cao khô lá Salvia officinalis – Sage:              | 5.45mg |
| tương đương với dược liệu khô: 30mg                |        |

**Thành phần tá dược:** Calcium Hydrogen Phosphate, Silica Colloidal Anhydrous, Magnesium Stearate, Cellulose Microcrystalline, Croscarmellose Sodium, Crospovidone.

**Dạng dùng: Viên nang cứng**

**Dược động học:**

**Black cohosh:**

27-deoxyactein là một thành phần chính của black cohosh- mức độ tập trung và vùng nằm dưới đường cong tăng cùng với liều dùng. Thời gian half life là khoảng 2 tiếng.

**Red clover:**

Các isoflavones của red clover là biochanin A and formononetin. Khi được tiêu hóa, biochanin A and formononetin chuyển hóa thành isoflavones genistein và daidzein. Khoảng 45% biochanin A chuyển thành genistein và 60% formononetin thành daidzein. Red clover isoflavones được chuyển hóa bởi beta-glucosidases, tạo ra genistein and daidzein. Một số lượng nhỏ isoflavones không được chuyển hóa sẽ tiếp tục nằm trong vòng chung chuyển.

Genistein and daidzein được phân phối rộng rãi trong cơ thể với mức tập trung cao nhất vào 4-5 tiếng sau khi dùng, và thải ra khỏi cơ thể trong vòng 24 tiếng. Độ hấp thụ của isoflavones không bị ảnh hưởng bởi các nguồn isoflavones khác, hoặc các loại thức ăn hàng ngày.

**Dong quai:**

Các thành phần chính của Dong quai bao gồm ferulic acid, ligusticide, angelicide, brefeldin A, butylphthalide, nicotinic acid, và succinic acid.

**Ginger/Gừng:**

Các thành phần chính của rễ gừng: 6-gingerol, 8-gingerol, 10-gingerol, and 6-shogaol –được hấp thụ nhanh chóng và có thể tìm thấy trong serum dưới dạng glucuronide và sulfate conjugates, phần lớn dưới dạng glucuronide metabolites. Thời gian bán thải của gừng conjugates là từ 75-120 phút.

**Sage:**

Các thành phần chính của sage: carnosol, carnosic acid, 3-carene, beta-pinene, luteolin-7-glucoside, và rosmarinic acid, monoterpene glycosides và triterpenoids.

**Dược lực học:**

**Black cohosh:**

Dược điển Đức báo cáo Black Cohosh có biểu hiện estrogen, ức chế hormone luteinizing, và tự gắn vào các receptor estrogen. Tuy nhiên chưa ai hiểu rõ về cơ chế hoạt động giống estrogen của nó.

Các nghiên cứu ban đầu cho rằng black cohosh có thể ức chế một phần receptor serotonin 5HT-1A, và 5HT – 7. Điều này giải thích được vai trò làm giảm các triệu chứng mãn kinh của nó.

Các thử nghiệm lâm sàng ban đầu cũng chứng minh rằng black cohosh có thể làm tăng tạo cốt bào. Black cohosh làm tăng mật độ xương (bALP), thành phần trong cấu trúc xương, sau 12 tuần điều trị.

**Red clover**

Isoflavones của red clover có thể hoạt động như điều biến thụ thể oestrogen chọn lọc (SERMs). Isoflavones gắn với beta estrogen receptor hơn là với alpha estrogen receptor. Beta-estrogen receptor chiếm vị trí quan trọng trong tim, mạch, xương, và thận, và có lẽ đây chính là điều giúp cho Red clover có các tác dụng đối với phụ nữ mãn kinh và tiền mãn kinh.

Red clover có thể có tác dụng chống loãng xương nhờ vào hoạt tính estrogenic của nó. Genistein của Red clover cũng có thể có tác dụng kìm hãm trực tiếp hoạt động hủy xương.

**Dong quai**

Rễ của Dong quai chứa một số các hoạt chất như ferulic acid, ligusticide, angelicide, brefeldin A, butylphthalide, nicotinic acid, và succinic acid. Tác dụng chữa bệnh chủ yếu là do 2 hoạt chất chính ferulic acid và ligusticide. Những tác dụng này bao gồm chống lão hóa, chống viêm, kích hoạt hệ miễn dịch, chống chứng loạn nhịp tim, kháng tiểu cầu. Theo Dược điển Thảo Dược Anh, dong quai có tác dụng trị co thắt (BHP, 1996). Theo Dược điển Merk, dong quai có tác dụng tiêu hóa, bài tiết, và lợi tiểu.

### **Ginger**

Các hoạt chất chính của gừng là gingerols including (6)-gingerol, (6)-shagaol, (6)- and (10)-dehydro-gingerdione, (6)- and (10)-gingerdi-one, (6)-paradol, vallinoids, galanals A and B, và zingerone. Phần lớn các hoạt chất này đã được chứng minh có tác dụng chống viêm. Gừng hiệu nghiệm trong chống gây buồn nôn/nôn mửa, đau nửa đầu.

### **Sage:**

Sage có chứa 1-2.8% dầu có thể bay hơi có một số tác dụng chữa bệnh. Rosmarinic acid là một chất chống oxy hóa. Thử nghiệm cho thấy các tinh dầu này có tác dụng kìm hãm sự tan rã của xương (bone resorption); và kìm hãm trực tiếp hoạt động hủy xương.

Sage làm tăng đáng kể các phản ứng từ hormone có tác dụng kích thích prolactin và thyroid đối với các hormone có nhiệm vụ tạo thyrotropin. Hoạt động này dẫn tới tác dụng làm mất đồ mờ mờ về đêm và bốc hỏa ở phụ nữ mãn kinh.

### **Chỉ Định:**

- Các triệu chứng và rối loạn do chu kỳ hành kinh (chứng đau nửa đầu và đau bụng trước kỳ kinh nguyệt, kinh nguyệt không đều) và mãn kinh.

**Liều dùng và cách sử dụng:** Người lớn: Uống 1-2 viên x 2 lần/ ngày sau khi ăn, hoặc theo sự hướng dẫn của thầy thuốc.

**Sử dụng cho phụ nữ có thai và cho con bú:** Tránh không sử dụng.

**Quá liều:** Chưa có báo cáo

### **Chống chỉ định:**

- Phụ nữ trong thời kỳ mang thai và cho con bú
- Phụ nữ nhạy cảm với các hormone (như: ung thư vú, ung thư tử cung, buồng trứng; lạc nội mạc tử cung; u xơ tử cung)
- Bệnh nhân mắc các chứng rối loạn xuất huyết hay đang dùng các thuốc kháng viêm không steroid.
- Bệnh nhân mắc các chứng bệnh về gan như viêm gan hay các thuốc gây độc gan.
- Không dùng chung với warfarin.

### **Tác dụng phụ**

- Chưa có báo cáo nào về tác dụng phụ do sử dụng PM Meno-care.
- Black cohosh: khi dùng liều cao có thể gây các triệu chứng đường tiêu hóa nhẹ như buồn nôn, ợ mửa, tiêu chảy, đau bụng. Ngoài ra có thể gây hoa mắt, choáng váng, tăng cân.
- Gừng: không gây tác dụng phụ khi dùng dưới 2g gừng khô/ ngày. Với liều dùng 5g/ ngày (tương đương 200 viên Meno-care) có thể gây tác dụng phụ. Các tác dụng phụ thường gặp: gây cảm giác khó chịu, tiêu chảy, ợ chua, gây nóng miệng và cổ họng.
- Sage: không gây tác dụng phụ khi dùng dưới 15g/ ngày (tương đương 500 viên Meno-care)
- Dong Quai: không gây tác dụng phụ đáng kể khi dùng dưới 4,5g bột (tương đương với 90 viên Meno-care). Khi dùng liều cao có thể gây kích ứng da khi tiếp xúc với ánh sáng (photodermatitis), phát ban hay các đáp ứng nhạy cảm (do psoralen, bergapten và furocoumarin).
- Red Clover: không có hiệu ứng phụ đáng kể nào.

### **Chú ý và thận trọng:**

- Nếu triệu chứng còn tồn tại kéo dài nên tham khảo ý kiến Bác sĩ.
- Black Cohosh có thể gây ảnh hưởng đến gan trong một số trường hợp không xác định. Cần được tư vấn bởi nhân viên y tế. Sản phẩm có chứa đường.
- Không sử dụng nếu băng bảo đảm của chai thuốc không còn nguyên vẹn.
- Dùng một cách thận trọng với các bệnh nhân mắc chứng thiếu hụt protein S, bệnh động kinh (ví dụ bệnh epilepsy), các bệnh nhân áp dụng liệu pháp hormone thay thế hay đang dùng thuốc ngừa thai.
- Đọc kỹ hướng dẫn sử dụng trước khi dùng. Để xa tầm tay trẻ em. Thông báo cho bác sĩ những tác dụng không mong muốn gặp phải khi dùng thuốc.

### **Tương tác thuốc:**

- Black cohosh: theo lý thuyết, dùng black cohosh với các thuốc có tác động độc tố với gan có thể tăng khả năng hại gan.
- Red clover:
  - Các chất chống đông máu/ kháng tiểu cầu: Red clover có chứa coumarin có thể gây tương tác thuốc, nên tránh sử dụng cùng.
  - Các thuốc chống cao huyết áp: Red clover có thể có tương tác tăng tác dụng hạ huyết áp.
  - Tamoxifen: Red clover có thể có tương tác do hoạt tính estrogen. Các bệnh nhân sử dụng tamoxifen nên tránh dùng Red clover.
- Dong Quai: thuốc chống đông máu/ kháng tiểu cầu: dùng đồng thời có thể làm tăng nguy cơ chảy máu.
- Gừng: Thuốc chống đông máu/ kháng tiểu cầu: Gừng có thể làm tăng tác dụng cũng như tác dụng phụ của thuốc chống đông/ kháng tiểu cầu.
- Sage: Có thể ảnh hưởng tới tác dụng của các thuốc chống co giật

**Hạn dùng, bảo quản:** Hạn dùng 3 năm kể từ ngày sản xuất. Bảo quản ở nhiệt độ dưới 30°C, ở nơi khô ráo, tránh nóng và ánh sáng, tránh ẩm.

**Đóng gói:** 60 viên/chai

**Giấy phép lưu hành tại Úc:** AUST L 140585

**Số đăng ký tại Việt Nam:** Visa No. (SĐK) VN-19093-15

**Tiêu chuẩn:** Theo tiêu chuẩn của nhà sản xuất.

### **Nhà sở hữu giấy phép lưu hành:**

PharmaMetrics Products, A Division of  
Max Biocare Pty Ltd  
Level 28, No. 303 Collins Street  
Melbourne, VIC 3000 Australia  
[www.womenshealth-central.com](http://www.womenshealth-central.com)  
[www.maxbiocare.com](http://www.maxbiocare.com)

### **Nhà sản xuất**

Probiotec Pharma Pty Ltd, 83 Cherry Lane,  
Laverton North VIC 3026 Australia  
AUSTRALIA