



... das Wohlfühlgefühl.



## Gegen Hitzewallungen in den Wechseljahren

Ab einem Alter von etwa 40 Jahren beginnt sich der Hormonhaushalt der Frau umzustellen.

Bei der Frau bleiben die allmählich die Regelblutungen aus und sie leiden oftmals an Hormonschwankungen, leicht zu verwechseln mit den Hormonschwankungen einer schwangeren Frau.

Unter anderem sind die "Nebenwirkungen" der Wechseljahre Hitzewallungen. Es durch kehrt die Frau ein Gefühl von starker Wärme als wäre sie gerade einen Marathon gelaufen, diese Symptom ist ganz natürlich und kann bis zu Wochen und Monaten anhalten. Wenn die Frau ihre Wechseljahre durchgestanden hat sind die Symptome von Hormonschwankungen und Hitzewallungen überstanden. Die Frau hat dann auch keine Regelblutung mehr.

### Was hilft gegen Hitzewallungen und deren unangenehmen Auswirkungen

Den "Nebenwirkungen" kann man nicht gezielt entgegen wirken. Man kann sich gesund Ernähren und Sport treiben.

Spezielle Textilien schaffen Abhilfe. Informationen über diese Spezialwäsche finden Sie auf unserer Webseite.

<http://www.wechseljahre-textilien.de> | [info@sanita.de](mailto:info@sanita.de) | Telefon: 0049 (0)7474 955115