



bee[®] harmony™

HORMONAL BALANCE

RELIEVES **MENOPAUSE** SYMPTOMS

✓ **ROYAL BALANCE™**

Standardized combination
of royal jelly and saffron extract

✓ Vitamins **K2 + D3 + E + B6**



BeeHarmony – za
ublažavanje
simptoma
menopauze

3 faze menopauze

Perimenopauza

- Pad hormona estrogena i progesterona
- Manji broj jajnih stanica sazrijeva u jajnicima
- Pojava simptoma (promjene raspoloženja, debljanje, valovi vrućine, noćno znojenje itd.)
- Neredovite mjesečnice (izostaju, slabije ili češće i jače)
- Traje 4 – 5 godina

Menopauza ili klimakterij

- Razdoblje neprekidnog izostanka menstruacije najmanje 12 mjeseci
- Nema razloga za brigu o trudnoći

Postmenopauza

- 12 mjeseci od zadnje mjesečnice
- Povećava se rizik od razvoja osteoporoze, tumora i bolesti srca
- Traje do kraja života



Najčešćim simptomima menopauze

- Navale vrućine
- Noćno znojenje
- Nesanica
- Promjene raspoloženja
- Razdražljivost i tuga
- Smanjen libido
- Upala urinarnog trakta
- Suha vagina
- Bolovi u zglobovima i mišićima
- Debljanje

Pad hormona estrogena i progesterona

→ tjelesne i psihičke promjene koje utječu na kvalitetu života



Navale vrućine i noćno znojenje

- Više od 85% žena tijekom menopauze doživi navale vrućine
- Nedostatak estrogena je glavni razlog za navale vrućine
- Navale vrućine su iznenadan, nekontroliran osjećaj vrućine
- Počinje kod vrata i na licu, često je praćeno crvenibm iznojenjem
- Ponekad je praćen osjećajem hladnoće, koji traje 1-5 min
- Vrlo je važno promijeniti način života



Suha vagina

- Pad estrogena također uzrokuje suhoću vagine
- Vagina se skraćuje i postaje manje elastična
- Svrbež i preosjetljivost
- Spolni odnosi mogu biti bolni
- Povećava se rizik od infekcije
- Malo je vjerojatno da će simptom nestati sam po sebi



Urinarni simptomi

- Pad spolnih hormona uzrokuje sužavanje tkiva oko vrata mokraćnog jehura
- Upala urinarnog trakta
- Iznenadna potreba za mokrenjem (urgentna inkontinencija)
- Kašalj i trčanje tipični su okidači za neugodno curenje urina (stresna inkontinencija).
- Stresna inkontinencija često pogadja i žene u kasnim 40-ima



Nesanica

- Poremećaje spavanja (nesanicu) uzrokuju:
 - Noćno m okrenje
 - Noćno znojenje
 - Stres
 - Negativno raspoloženje, tuga
 - Bolovi u zglobovima i mišićima
- Tijekom REM faze tijelo gubi kontrolu nad tjelesnom temperaturom, pa se može previše zagrijati ili ohladiti
- Neprospavane noći uzrokuju umor i težak san

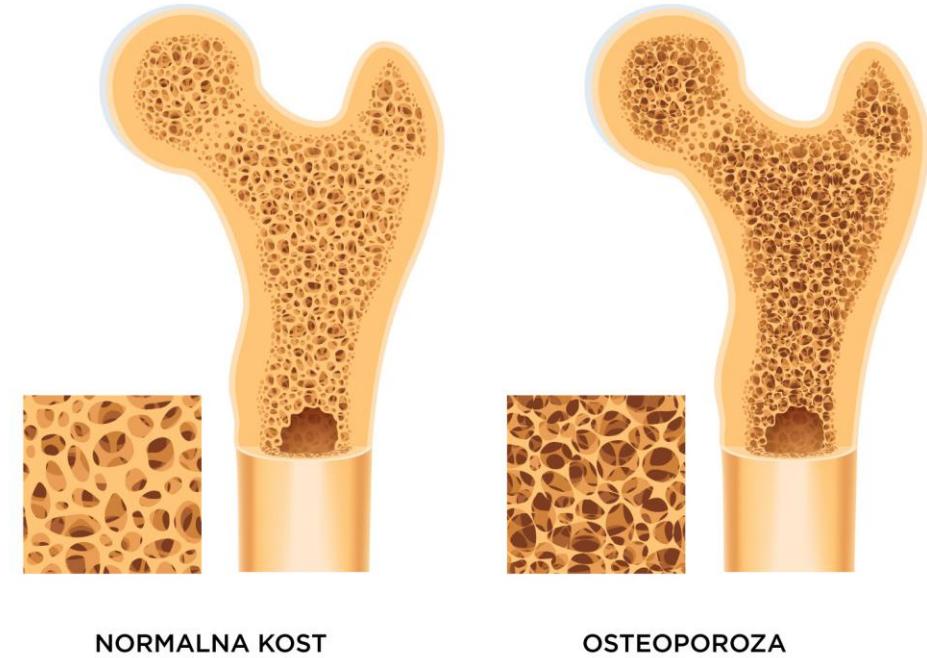


Mentalno zdravlje

- Pad estrogena i progesterona utječe na hormone koji reguliraju raspoloženje i emocije
 - Serotonin (hormon sreće),
 - noradrenalin (odgovoran za reakciju borbe ili bijega)
- Osjećajtuge, unutarnjim i, promjene raspoloženja, razdražljivost, problemi s koncentracijom i pamćenjem, smanjjeni libido

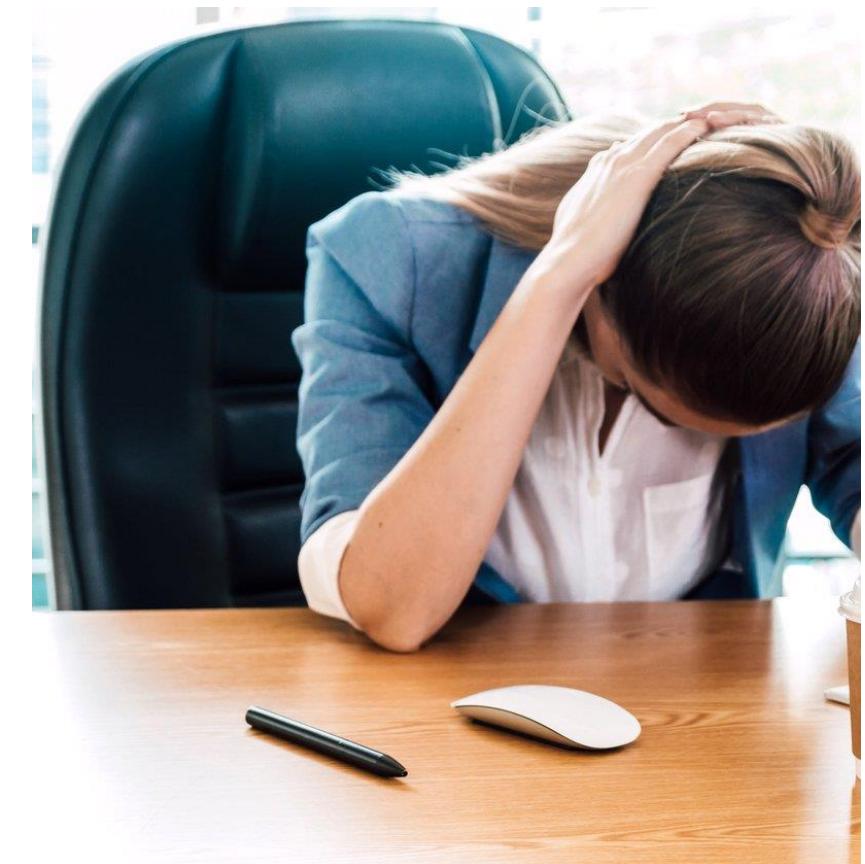
Rizik od osteoporoze

- Estrogen je neophodan za ugradnju kalcija u kosti
- U prvim godinama nakon menopauze, zbog pada estrogena koštana masa brzo se smanjuje
- Povećava se rizik od osteoporoze
- 80% pacijenata s osteoporozom su žene
- Nakon 50. godine svaka treća žena slomi kost zbog osteoporoze



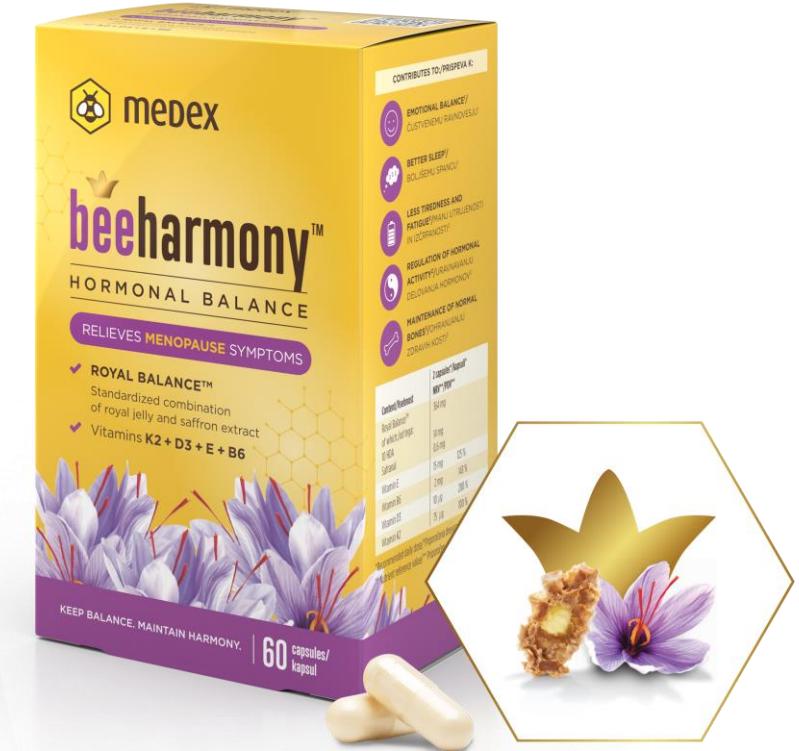
PMS i hormonska neravnoteža

- Oko 75% žena reproduktivne dobi doživi PMS
- Javlja se između ovulacije i početka menstrualnog krvarenja
- Višak estrogena, nedostatak progesterona
- Mnogi emocionalni i fizički simptomi: nadutost, promjene raspoloženja, žudnja za hranom, debljanje, bolovi u trbuhu, glavobolje, napetost dojki, smanjeni libido
- Najčešće se javlja u kasnim 20-im ili 30-im godinama kod žena koje su barem jednom rodile



Kako ublažiti simptome menopauze?

- Važno je prepoznati simptome, ublažiti ih kako bismo mogli nastaviti dobro živjeti – kao partnerice, zaposlenice, majke, bake...
- U tu svrhu u Medexu smo razvili dva komplementarna rješenja
 - Učinkovit i prirodan BeeHarmony proizvod
 - Program hormoni u harmoniji



BeeHarmony - za olakšanje simptoma menopauze i PMS-a

- Jedinstvena formula Royal Balance™ – zaštićena m ješavina matične m liječi i ekstrakta šafrana
- S dodanim vitaminima K2+D3+B6+E
- Doprinosi:
 - emocionalnoj ravnoteži
 - boljem snu
 - smanjenju umora i iscrpljenosti
 - regulaciji rada hormona
 - održavanju zdravih kostiju
- Uporaba: 2 kapsule dnevno, 30 min prije obroka, najmanje 2 mjeseca.
Pogodno za dugotrajno uzimanje
- Pakiranje: 60 kapsula (za 30 dana)



Aktivni sastojci

- Royal Balance™
10 HDA (matična mlijec)
Safranal (šafran)
- Vitamin E
- Vitamin B6
- Vitamin D3
- Vitamin K2



Sadržaj	2 kapsule*	
PU**		
Royal Balance™	364 mg	
od toga:		
10 HDA	14 mg	
Safranal	0,6 mg	
Vitamin E	15 mg	125 %
Vitamin B6	2 mg	143 %
Vitamin D3	10 µg	200 %
Vitamin K2	75 µg	100 %



medex

beeharmony™

HORMONAL BALANCE

RELIEVES **MENOPAUSE** SYMPTOMS

✓ **ROYAL BALANCE™**
Standardized combination
of royal jelly and saffron extract

✓ Vitamins **K2 + D3 + E + B6**



Zdravstvene tvrdnje BeeHarmony

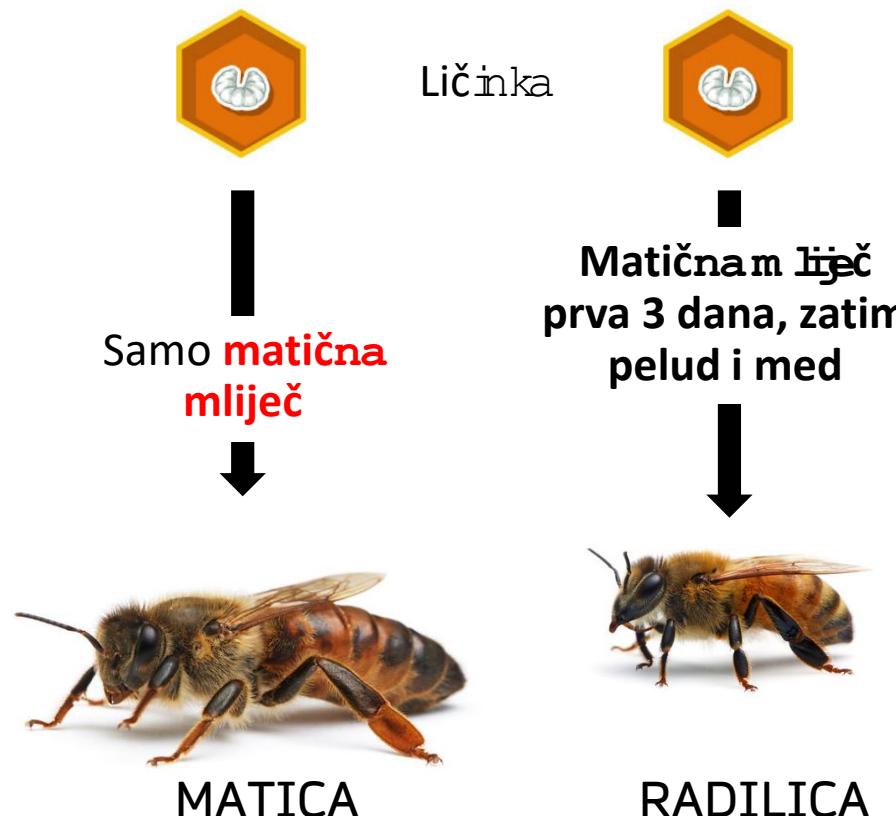
- **Šafran**
 - doprinosi ublažavanju simptoma menopauze
 - doprinosi opuštanju i dobrom snu
 - pomaže u održavanju pozitivnog raspoloženja i ugode prije i tijekom menstrualnog ciklusa
- **Vitamin B6** doprinosi regulaciji hormonalne aktivnosti, doprinosi normalnoj funkciji živčanog sustava te smanjenu umora i iscrpljenosti
- **Vitamin K2** doprinosi održavanju zdravih kostiju i normalnom zgrušavanju krvi
- **Vitamin D3** doprinosi normalnoj apsorpciji/iskorištenju kalcija i fosfora
- **Vitamin E** doprinosi zaštiti stanica od oksidativnog stresa

Što je matična mliječ?

- Izlučevina hipofaringealnih žljezda mladih pčela radilica
- Mješavina masti, šećera, proteina, minerala i vitamina te mnogih unikatnih bioaktivnih molekula (**10-HDA!** – ključni sastojak matične mliječi)
- Jedno od najvećih blaga prirode
- Predstavlja ne samo cjelovitu hranu, već i hranu koja je u stanju uključivati i isključivati genе u pčelinjem DNK



- Ovisno o tome čim je pčele radilice hranе ličinke, ličinka će se razviti ili radilicu ili maticu

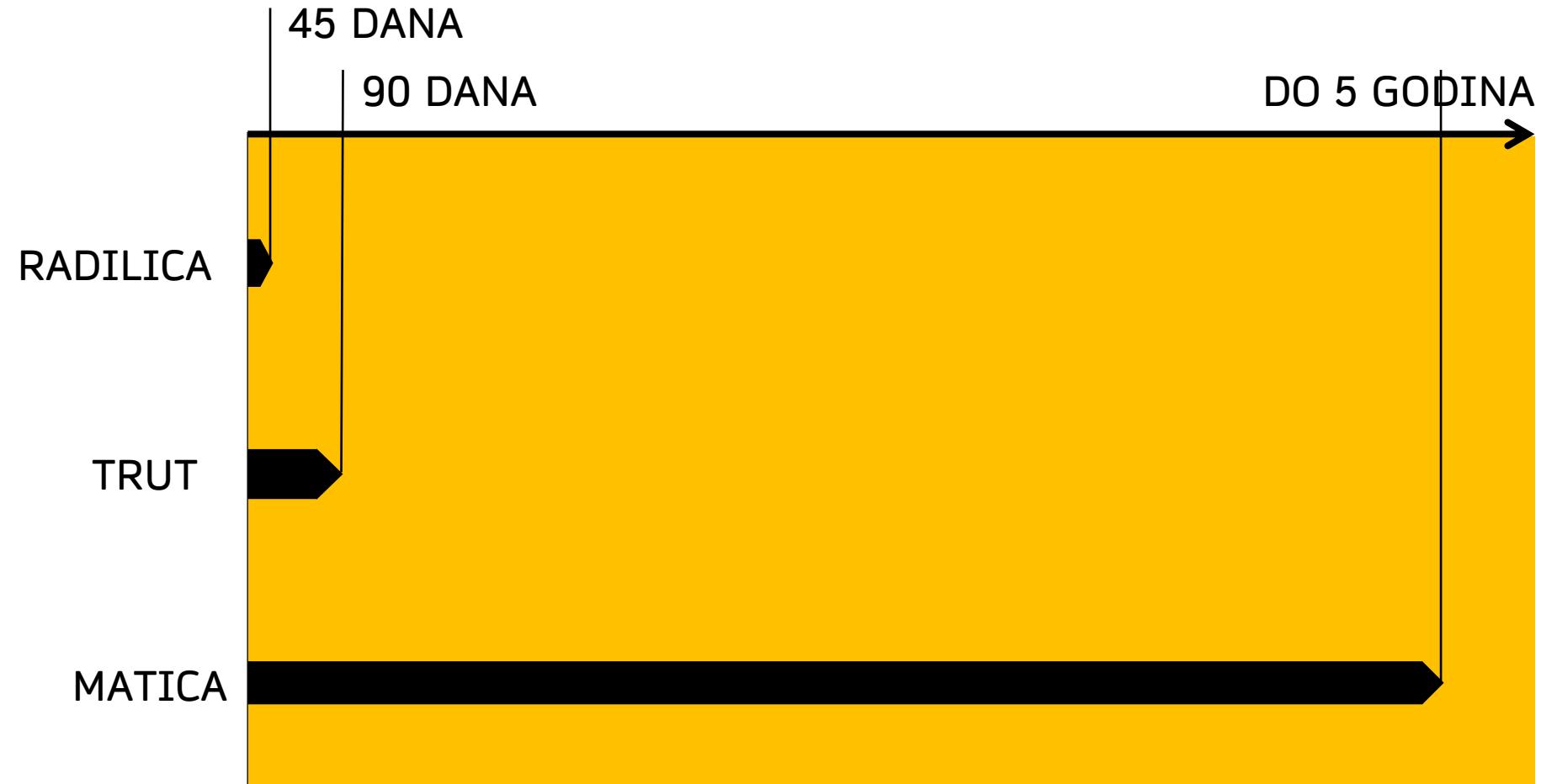


Moć matične mlijeci



BITI MATICA – NAJVEĆA, NAJPODNTA, NAJDUGOVJEĆNA PČELA U KOŠNICI, ALIGENETSKIOTPUNO ISTA KAO ISVE DRUGE PČELE

ŽIVOTNI VIJEK



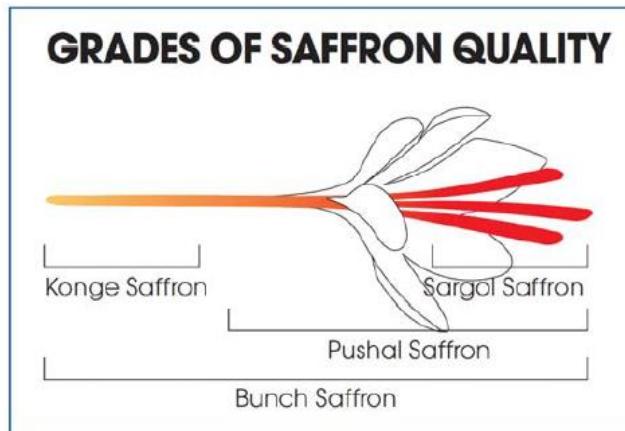
Može li matična mlijec pomoci kod hormonalne neravnoteže žena?

PREGLED KLINIČKIH ISTRAŽIVANJA

- **Smanjenje jačine simptoma PM S-a za 51%**
(Taavoni i sur., 2014.)
- **Za 41% smanjenje intenziteta simptoma menopauze**
(Darsareh i sur., 2019.)
- **Poboljšanje hormonske regulacije u postmenopauzi**
(Balan i sur., 2020.)
- Matična mlijec učinkovito ublažava intenzitet simptoma koji prate menopazu

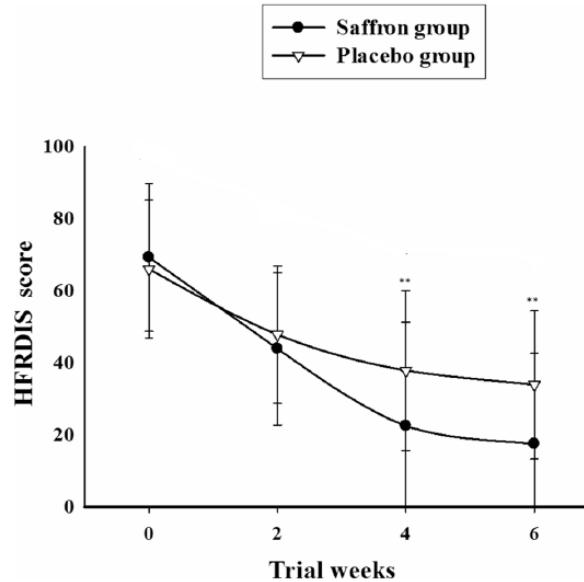
Šafran

- Ekstrakt šafrana dobiven isključivo iz crvenog dijela stigm i šafrana.
- Najčišći i najbogatiji aktivnim spojevima - dobiven patentiranim postupkom koji čuva njegov prirodnisastav.
- Djeluje kao pojačivač serotonina



Šafran – klinička istraživanja

- Smanjuje intenzitet predmenstrualnih simptoma i depresije u PMS-u za 50% (Hosseini i sur., 2007.)
- Poboljšava san kod osoba s blagim do umjerenim kroničnim poremećajem spavanja (Pachikian i sur., 2021.)
- Ublažavanje depresije usporedivo s nekim antidepresivima (Jelodar i sur. 2018.)
- Za 50% većiljbo kod žena nakon 4 tjedna u usporedbi s placebom (Kashani i sur., 2013.)



Vitamini K2 i D3 djeluju uzajamno

- Nakon menopauze ubrzava se gubitak koštane mase, povećava se rizik od osteoporoze
- K2 i D3 zajedno povećavaju snagu igustoću kostiju povezano sa smanjenim rizikom od prijeloma
- Vitamin D3 potiče apsorpciju kalcija iz crijeva, a vitamin K2 osigurava da kalcij dospije u kosti i ne nakuplja se na stijenkama krvnih žila

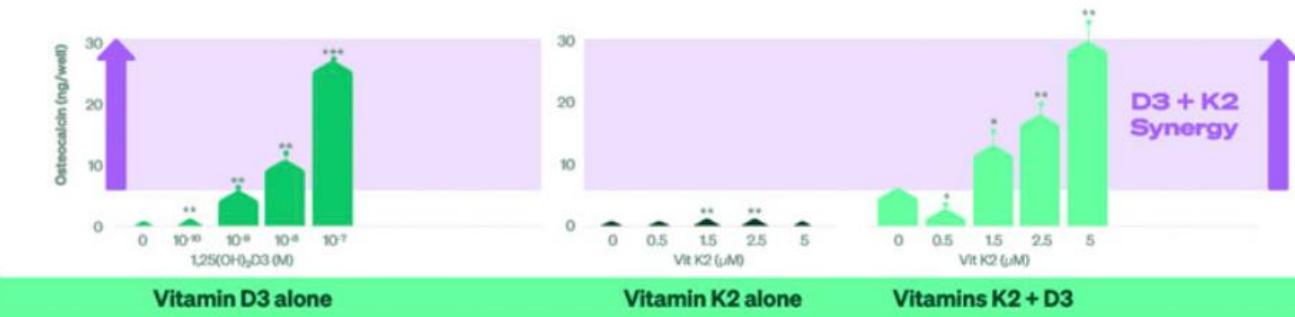


Figure 1: The effect of vitamin K on osteocalcin in the presence or absence of vitamin D3

Preliminarna istraživanja

UČINKAN PROIZVODA BEEHARMONY NA UBLAŽAVANJE SIMPTOMA MENOPAUZE

- nekontrolirana studija (bez placebo)
- 8 žena, dob 55-60 godina, sa simptomima menopauze
- 2 mjeseca, 2 kapsule dnevno
- Kriterij: Procjena intenziteta simptoma - Ispunjavanje upitnika MRS (Menopause Rating Scale) na početku, nakon 1 mjeseca inakon 2 mjeseca uzimanja

Skala ocjenjivanja

- 0 – bez simptoma
 1 – blagi simptomi
 2 – umjereni simptomi
 3 – jaki simptomi
 4 – vrlo jaki simptomi

Navale vrućine, znojenje
Ubrzan ili nepravilan rad srca
Nesanica
Depresija
Razdražljivost
Anksioznost
Fizička i mentalna iscrpljenost
Problemi sa seksualnošću
Problemi s mjehurom
Suha vagina
Problemi sa zglobovima i mišićima

Menopause Rating Scale (MRS)

Which of the following symptoms apply to you at this time? Please, mark the appropriate box for each symptom. For symptoms that do not apply, please mark 'none'.

Symptoms:

	none	mild	moderate	severe	very severe
Score = 0	1	2	3	4	5

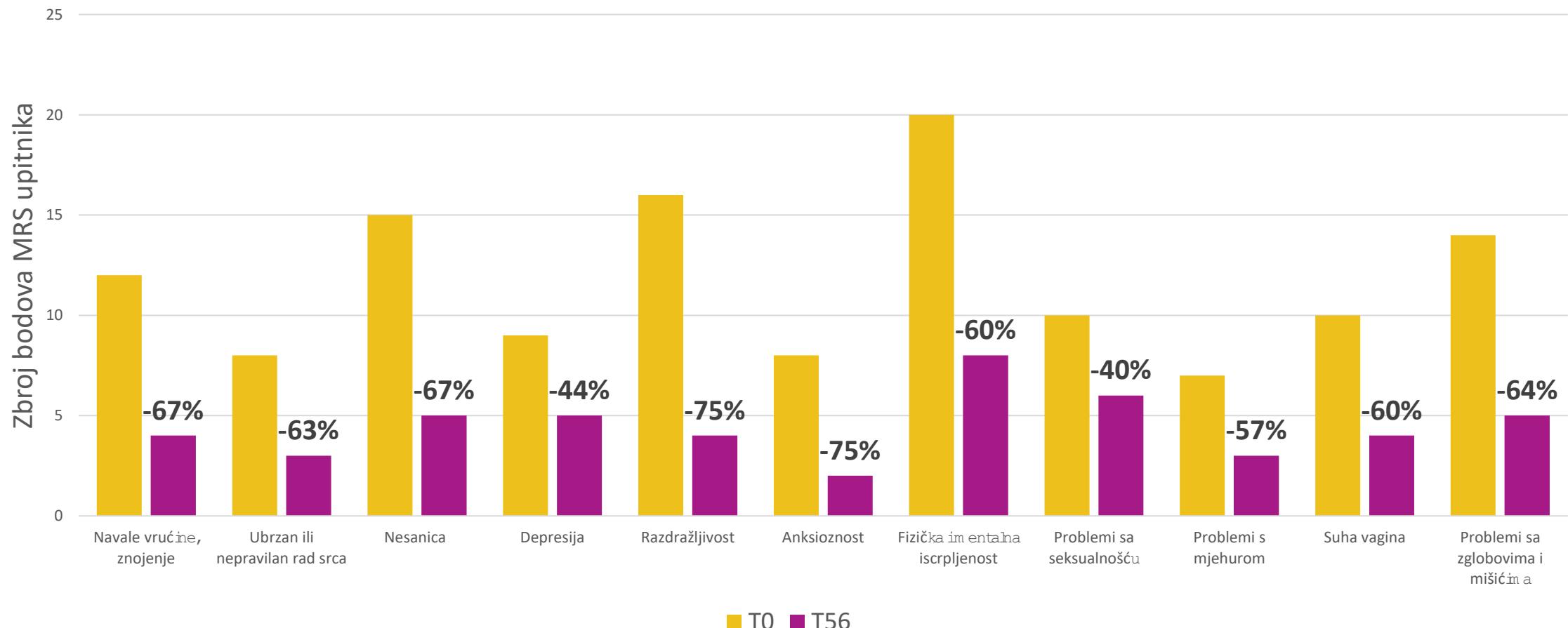
- | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
| 1. Hot flushes, sweating (episodes of sweating)..... | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 |
| 2. Heart discomfort (unusual awareness of heart beat, heart skipping, heart racing, tightness)..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2 |
| 3. Sleep problems (difficulty in falling asleep, difficulty in sleeping through, waking up early)..... | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 |
| 4. Depressive mood (feeling down, sad, on the verge of tears, lack of drive, mood swings)..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 5. Irritability (feeling nervous, inner tension, feeling aggressive) | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 |
| 6. Anxiety (inner restlessness, feeling panicky)..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2 |
| 7. Physical and mental exhaustion (general decrease in performance, impaired memory, decrease in concentration, forgetfulness) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | 4 |
| 8. Sexual problems (change in sexual desire, in sexual activity and satisfaction) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 2 |
| 9. Bladder problems (difficulty in urinating, increased need to urinate, bladder incontinence)..... | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 0 |
| 10. Dryness of vagina (sensation of dryness or burning in the vagina, difficulty with sexual intercourse) | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 3 |
| 11. Joint and muscular discomfort (pain in the joints, rheumatoid complaints) | <input type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 1 |

Sum 20

Preliminarna istraživanja

UČINKAK PROIZVODA BEEHARMONY NA UBLAŽAVANJE SIMPTOMA MENOPAUZE

- Rezultati: Značajno smanjenje intenziteta simptoma menopauze nakon 2 mjeseca uzimanja (s -44% na -75%)



Klinička studija

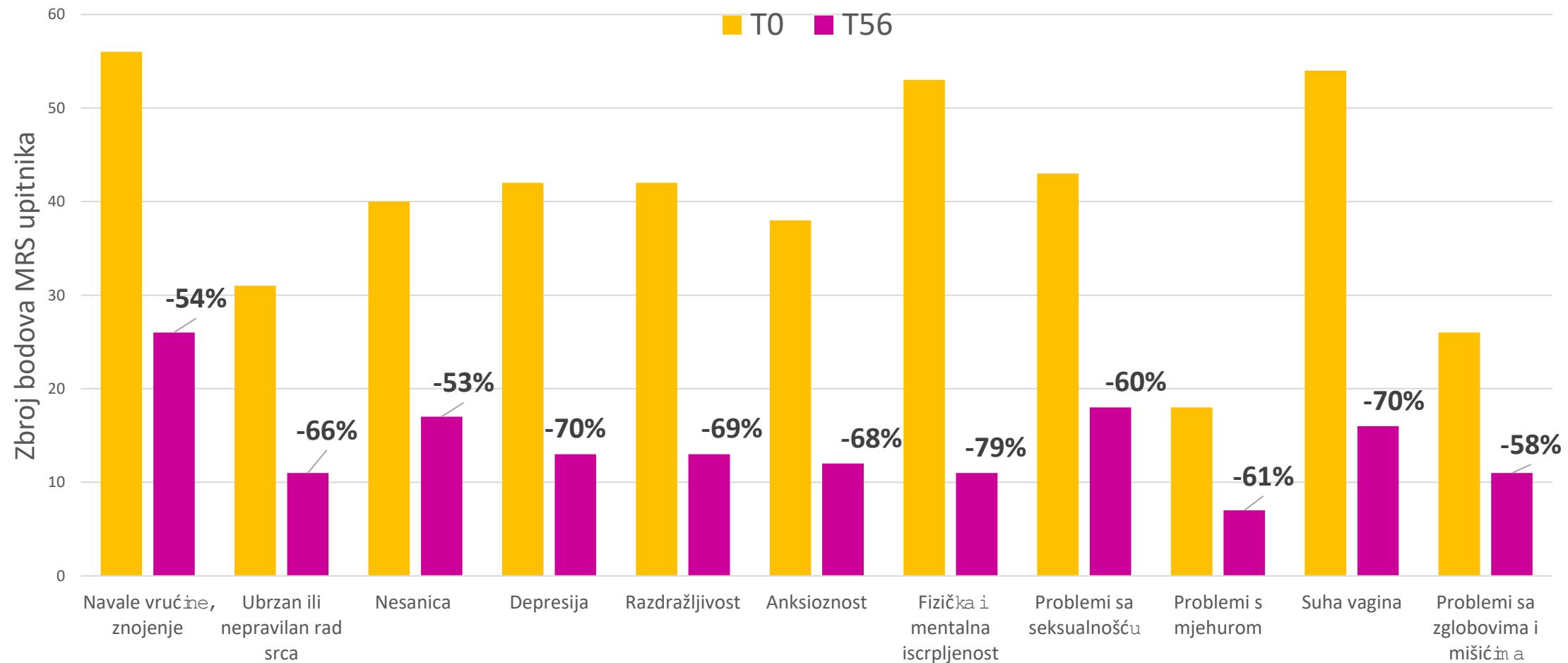
Dvostruko slijepa, placebo kontrolirana, randomizirana studija

- 25 osoba u placebo grupi (dovršilo 24), 25 u BeeHarmony grupi (dovršilo 22)
- žene 45-60 godina, sa simptomima menopauze
- 2 mjeseca, 2 kapsule dnevno
- Pod nadzorom ginekologa
- Kriterij: Procjena intenziteta simptoma - Ispunjavanje upitnika MRS (Menopause Rating Scale) na početku, nakon 1 mjeseca inakon 2 mjeseca uzimanja

Rezultati

RAZLIKE U UKUPNIM ZBROJEVIMA OCJENA U GRUPI BEEHARMONY

Nakon 56 dana uzimanja **intenzitet simptoma u BeeHarmony skupini smanjio se za 53% do 79% posto** (u odnosu na intenzitet simptoma na početku)



A photograph of a woman with long brown hair, smiling warmly at the camera. She is wearing a light orange short-sleeved top with a drawstring detail. She is holding a white mug with a black and gold geometric pattern. The background is softly blurred.

BeeHarmony – dugotrajno rješenje

- Beeharmony je dugotrajna pomoć u regulaciji rada hormona
- Od pojave prvih simptoma menopauze do kraja života
- Preporučujem o uzimanju **najmanje 2 mjeseca**
- Nakon dva mjeseca možete primijeniti učinke (iličak i prije)

Nadopunjuje učinak proizvoda s programom Hormoni u harmoniji

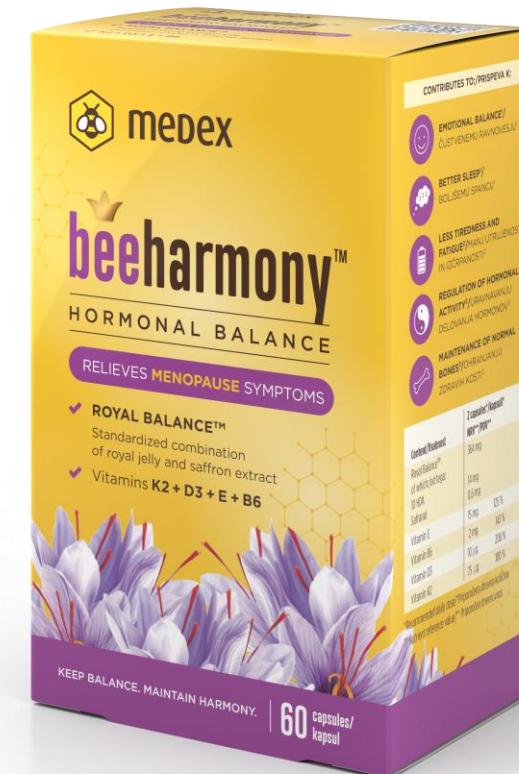


- Pridružite se programu hormoni u harmoniji na <https://www.beeharmony.si/>
- Program od 60 dana nudi hormonsku jogu, savjete, članke, motivacijske misli i još mnogo više
- Osmišljen u suradnji sa stručnjacima a
 - Alenka Košorok Humar – učiteljica hormonske joge i qigong-a
 - Melita Kuhar – stručnjakinja za partnerske odnose i osobni razvoj
 - Uršula Reš Muravec – mr. dr. med., specijalist ginekologije i opstetricije

Zaključci

Proizvod BeeHarmony doprinosi ublažavanju simptoma menopauze i to:

- Smanjuje navale vrućine i znojenje
- Ublažava ubrzan ili nepravilan rad srca
- Ublažava nesanicu
- Ublažava depresivno raspoloženje
- Smanjuje razdražljivost
- Smanjuje tjeskobu
- Ublažava psihičku i fizičku iscrpljenost
- Smanjuje probleme sa seksualnošću
- Smanjuje probleme s mjehurom
- Smanjuje suhoću vagine
- Smanjuje probleme sa zglobovima i mišićima





medex

BEE
THE
CHANGE



www.medex.si

MEDEX TRADE d.o.o.
Linhartova cesta 49 A
1000 Ljubljana, Slovenija

F: + 386 1 475 75 22
E: global@medex.si