**Tabletki na menopauzę**

**Czym są <strong>tabletki na menopauzę</strong> oraz w jaki sposób działają? Sprawdź razem z nami!**

**Jak działają tabletki na menopauzę?**

Menopauza to czas, gdy dojrzała kobieta staje się bezpłodną. W praktyce wiąże się to z szeregiem różnych dolegliwości, które mogą utrudniać codzienne funkcjonowanie. Aby jednak je złagodzić, można sięgnąć po **tabletki na menopauzę**, zmniejszające natężenie tego typu symptomów. Jak dokładnie one działają?

**Co zawierają tabletki na menopauzę?**

W tego typu preparatach zazwyczaj można znaleźć substancje pochodzenia naturalnego, które zawierają estrogeny. Przyczyna jest prosta: mają one być substytutem dla powstających w organizmie hormonów, których poziom w tym czasie obniża się w ciele kobiety. [Tabletki na menopauzę](https://aptekamoderna.pl/pl/tabletki-na-menopauze-135) bardzo często mają więc w składach np. wyciąg pochodzący z nasion soi. Dzięki zawartości fitoestrogenów może on zmniejszać takie objawy jak uderzenia gorąca, czy łagodzić problemy ze snem. Co równie istotne, chroni on przed postępującą utratą masy kostnej i tym samym przed osteoporozą.

**Jakie działanie w czasie menopauzy mają witaminy w suplementach?**

W przypadku objawów menopauzy mogą sprawdzić się również tabletki z witaminami. Dzięki nim można poprawić kondycję skóry, paznokci i włosów, a także działać w sposób antyoksydacyjny na organizm. W przypadku ich dłuższego stosowania warto jednak skonsultować się z lekarzem.

Jak widać *tabletki na menopauzę* mogą wspierać organizm kobiety w czasie, który stanowi dla niej ogromną transformację i może wiązać się z nieprzyjemnymi symptomami.