

---

Subject: Mönchspfeffer, Yams-Wurzel, Nachtkerzenöl  
Posted by [Helena](#) on Wed, 05 Feb 2014 18:24:58 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr lieben,

immer wieder lese ich von diesen natürlichen "Hormone-in-Balance-bringer".

Habe jetzt mit Mönchspfeffer mal begonnen. Nicht weil ich mit dem Zyklus Probleme habe, sondern weil ich HOFFE den HA damit irgendwie zu bessern...

Zur Zeit ist alles wieder schlimmer und ich bin echt mal wieder verzweifelt.

Da ich sehr ungern mit chemischen Hormonen experimentieren will, daher mal meine Frage:

Wer hat Erfahrungen mit

-Mönchspfeffer

-Yams-Wurzel

-Nachtkerzenöl

???

Bringt das was? Hat das Jmd. von euch geholfen?

Wenn ich im Internet recherchiere klingt das so, als ob alle 3 Mittelchen das gleiche Ziel haben, nämlich Hormone zu balancieren.

Oder wirkt das eine besser/schlechter/anders?

Würde mich über einen Austausch mit euch freuen

Lg Helena

---