



# La lotta alla PMS passa attraverso un estratto di *Vitex agnus castus*

Novembre 2023.2

La sindrome premenstruale, PMS, è un problema reale tanto che uno studio recente ha mostrato che quasi il 50% delle donne tra 18-37 anni ne soffre. I sintomi possono essere più o meno gravi, e da questo deriva anche il trattamento con cui vengono gestiti. Nelle donne in cui è esclusa una terapia ormonale o l'uso di antidepressivi, si è costantemente alla ricerca di alternative vegetali efficaci e sicure.

I dati clinici dimostrano che una soluzione efficace è rappresentata dagli estratti di *Vitex agnus castus*, anche noto come agnocasto. La review sistematica "["Vitex agnus-castus extracts for female reproductive disorders: a systematic review of clinical trials"](#)" ha preso in esame gli studi clinici condotti su preparati a base di agnocasto, in donne con PMS o condizioni correlate (sindrome premenstruale disforica, iperprolattinemia), considerando solo gli studi di una certa qualità e i risultati da questi prodotti.

## La review sistematica

All'interno della review sistematica sono stati inclusi, esclusivamente, gli studi clinici randomizzati e controllati, condotti contro placebo o altro trattamento, in donne in età fertile. La qualità degli studi è stata analizzata attraverso i severi parametri della Jadad scale e l'applicazione dello strumento Cochrane per la valutazione dei bias. Da uno screening iniziale di ben 104 studi clinici sull'argomento, solo 12 sono stati oggetto della review sistematica, in quanto giudicati gli unici in grado di soddisfare i criteri di selezione applicati. Di questi, 8 studi erano stati condotti in donne con PMS, di cui 4 placebo controllati; uno studio era stato condotto contro vitamina B6 e uno contro magnesio ossido. I restanti studi erano stati condotti sul disordine disforico premenstruale, dove avevano confrontato l'assunzione di un estratto di agnocasto alla fluoxetina. Degli studi che avevano investigato l'iperprolattinemia latente, uno era stato controllato con placebo e l'altro, di comparazione, con bromocriptina.

## Evidenze

Negli studi oggetto della review, gli estratti di agnocasto si sono mostrati superiori al placebo nel ridurre i sintomi della PMS; non solo, negli studi di confronto, con sostanze comunemente impiegate nella PMS, come il magnesio e la vitamina B6, specifici estratti di agnocasto hanno mostrato maggiore efficacia. È questo il caso dello studio in cui l'estratto etanolico di agnocasto contenuto in una compressa *fast release*, dal nome **MonoSelect® Agnus**, assunto 1 cpr/die per 3 mesi, ha mostrato efficacia significativamente maggiore del magnesio ossido su tutti i sintomi della PMS, come dolore mestruale, mal di schiena, mastalgia, mal di testa e irritabilità. Inoltre, il suo utilizzo solo nei 7 giorni antecedenti il ciclo mestruale ha permesso di mantenere il beneficio raggiunto nel periodo precedente. Lo studio condotto su **MonoSelect® Agnus** è stato l'unico studio oggetto della review contenente una formulazione presente sul mercato italiano.

Negli studi condotti specificamente sull'iperprolattinemia latente, l'agnocasto si è mostrato superiore al placebo e di efficacia comparabile alla bromocriptina, riducendo i livelli di prolattina e la mastalgia.

Infatti, gli estratti di agnocasto hanno mostrato agire da agonisti dopaminergici, azione che è alla base della riduzione dei livelli di prolattina. Questo meccanismo diventa quindi un elemento chiave considerando che la causa della PMS è individuata spesso nella iperprolattinemia e nella riduzione di progesterone.

Inoltre, la sicurezza degli estratti di agnocasto è stata valutata come eccellente.

La scrupolosa analisi effettuata in questa review sistematica evidenzia l'opportunità di utilizzare specifiche formulazioni di *Vitex agnus castus* per contrastare efficacemente tutti i sintomi della PMS e migliorare, di conseguenza, la qualità di vita della donna.

***Vitex agnus castus***  
Agnocasto,  
titolato allo 0,5%  
in Agnuside 40 mg

**1 cpr die**

**M<sup>®</sup>**  
**MonoSelect**  
**Agnus**

Vitex agnus castus L. frutti  
estratto secco standardizzato

Pharmextractor

SENZA GLUTINE  
NATURALMENTE  
PRIVO DI LATTOSIO

**30** COMPRESSE  
**fast-release**

**PMS**

I'm fine. I hate you.  
I love you. I want ice  
cream. Come here.  
Get away. Oranges?