

# QUEL EST VOTRE PROFIL HORMONAL ?

## Profil hypo-oestrogénique

**Vous reconnaissez-vous dans ces symptômes ?**



- Bouffées de chaleur sévères et fréquentes
- Sueurs nocturnes
- Sécheresse des muqueuses et de la peau
- Douleurs lors des rapports sexuels et/ou faible libido
- Problèmes urinaires à répétition (cystites, vaginites, incontinence)
- Fatigue ou baisse d'énergie
- Manque de concentration
- Anxiété accrue et changements d'humeur (irritabilité)

### **Comment équilibrer ce profil ?**

En augmentant de façon naturelle les récepteurs d'oestrogènes avec des plantes oestrogènes-like et des aliments phyto-oestrogéniques.