

(1) Garis besar Pengujian

- Tujuan pengujian : Memeriksa efektivitas SOP untuk kecantikan kulit, sebagai anti-fatigue (anti-kelelahan) dan memperbaiki gejala-gejala menopause
- Target orang yang mengalami pengujian : Wanita yang berusia 35 tahun ke atas hingga 55 tahun (sebelum mengalami menopause) yang mengalami keluhan-keluhan gejala menopause (gangguan kulit, sulit tidur, mudah lelah, bahu mengalami kaku, dll.), dan indeks menopausal mereka antara 25 sampai 50 poin. (Perhatian: wanita yang sehat dan tidak memerlukan terapi hormon)
- Metoda pengujian : Minum minuman yang mengandung formulasi 500mg SOP
 - 17 orang minum selama 4 minggu berturut-turut
 - Diantaranya, 4 orang minum selama 4 minggu berturut-turut, berhenti minum 1 minggu, minum 1 minggu berturut-turut
 - Diantaranya, 4 orang minum selama 4 minggu berturut-turut, berhenti minum 1 minggu, minum placebo 1 minggu berturut-turut
- Pengukuran

Masa pengukuran:
Sebelum minum, seminggu sesudah minum, 4 minggu sesudahnya (berhenti minum 1 minggu), 5 minggu sesudahnya (sesudah berhenti minum 1 minggu), 6 minggu sesudahnya

Pengukuran yang dilakukan:

 - Mencuci wajah dengan sabun dan 15 menit sesudah itu mengukur perubahan kondisi kulit dengan Robo Skin Analyzer
 - Pengukuran perubahan bio-kimia dengan pengambilan darah
 - Menopausal index
 - Memeriksa jawaban angket tentang perubahan kondisi kulit

(2) Referensi : Robo Skin Analyzer (lihat gambar)

(3) Hasil analisa kulit dengan Robo Skin Analyzer

- Jumlah Pigmentasi kulit atau bercak pada kulit (kecil) (Nilai angka pengukuran aktual, rank). Lihat grafik yang menunjukkan nilai

sebelum minum, seminggu sesudah minum dan sebulan sesudah minum SOP.

Seperti yang terlihat pada keseluruhan wajah, membandingkannya dengan saat sebelum minum SOP dengan saat seminggu sesudahnya, kemudian 4 minggu (satu bulan) sesudahnya kita dapat melihat bahwa jumlah pigmentasi kecil dan area pada kulit wajah yang terkena pigmentasi tsb. menunjukkan perbedaan besar dari segi penurunan angka. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa plasenta laut efektif untuk mengurangi pigmentasi kecil pada kulit. (Hasil pengujian Yuko Nomura, Kepala Klinik Dermatologi Nomura, dan Seichi Hirasawa, Kepala My City Clinic)

Jumlah pigmentasi (besar) atau berupa flek (Nilai angka pengukuran aktual, rank). Lihat grafik yang menunjukkan nilai sebelum minum, seminggu sesudah minum dan sebulan sesudah minum SOP. Dibandingkan dengan saat sebelum minum SOP dengan saat seminggu sesudahnya dan satu bulan sesudahnya, memang tidak menunjukkan perbedaan menyolok tetapi ada penurunan angka. Dapat disimpulkan disini bahwa untuk mengatasi flek hitam atau bercak-bercak pigmentasi pada kulit tanpa menggunakan obat eksternal lain tetapi hanya dengan meminum SOP maka jumlah bercak atau flek hitam di kulit, baik yang kecil maupun yang besar, berkurang. SOP dianggap efektif untuk menangani flek dan memperbaiki kondisi kulit wajah. (Hasil pengujian Yuko Nomura, Kepala Klinik Dermatologi Nomura, dan Seichi Hirasawa, Kepala My City Clinic)

Jumlah pori-pori kulit (Nilai angka pengukuran aktual) Lihat grafik yang menunjukkan nilai sebelum minum, seminggu sesudah minum dan sebulan sesudah minum SOP. Dibandingkan dengan saat sebelum minum SOP dengan saat seminggu sesudahnya dan satu bulan sesudahnya, jumlah pori-pori kulit yang menyolok cukup menunjukkan penurunan angka. Dengan berkurangnya jumlah pori-pori yang menyolok maka efektivitas SOP untuk mengencangkan pori-pori sehingga tidak menyolok dapat diharapkan. (Hasil pengujian Yuko Nomura, Kepala Klinik Dermatologi Nomura, dan Seichi

Hirasawa, Kepala My City Clinic).

(4) Perubahan indeks menopausal dan perubahan konkrit yang dilaporkan oleh mereka yang menjadi target pengujian

a. Indeks menopausal

Skor penilaian yang dilaporkan

Pengujian I : 17 orang

Pengujian II : 8 orang diantara 17 orang diatas (4 orang diantaranya minum placebo)

b. Perubahan gejala konkrit yang dirasakan

<Mengenai kulit> Menuliskan gejala yang dirasakan

<Mengenai kondisi tubuh> Menuliskan gejala yang dirasakan

(5) Tabel mengecek SMI (Simplified Menopausal Index)

Melingkari angka pada tabel menurut kuat ringannya gejala.

Dari berbagai gejala yang tertulis di tabel, bila ada salah satu gejala yang kuat maka lingkari "kuat"

Gejala	Kuat ringannya gejala (skor)				
	Kuat	Sedang	Lemah	Tidak ada	Skor
1) Apakah anda merasa panas di wajah (hot flush)?	10	6	3	0	
2) Apakah anda mudah berkeringat?	10	6	3	0	
3) Apakah tangan, kaki dan sekitar pinggang mudah terasa dingin?	14	9	5	0	
4) Apakah anda mudah terengah-engah atau berdebar-debar?	12	8	4	0	
5) Apakah anda sulit tidur atau tidurnya dangkal (tidak pulas)?	14	9	5	0	
6) Apakah anda mudah marah, jengkel/tidak sabar?	12	8	4	0	
7) Apakah anda sering mengeluh, merenungkan yang sudah lewat atau merasa depresi?	7	5	3	0	

8) Apakah anda sering mengalami sakit kepala, pusing atau mual?	7	5	3	0	
9) Apakah anda mudah merasa lelah?	7	4	2	0	
10) Apakah anda ada merasa sakit bahu (bahu kaku), sakit pinggang atau sakit di tangan – kaki ?	7	5	3	0	
	Jumlah				

Metoda evaluasi skor penilaian sendiri tentang indeks menopause	
0 ~ 25	Menjalani masa menopause dengan baik/alamiah. Sikap hidup selama ini boleh dilanjutkan.
26 ~ 50	Perlu berhati-hati dengan pola makan dan olahraga dan jangan memaksakan diri dalam gaya hidupnya sekarang.
51 ~ 65	Sebaiknya memeriksakan diri ke dokter untuk memperoleh bimbingan kehidupan, konsultasi, terapi obat, dll.
66 ~ 80	Memerlukan terapi yang terencana untuk jangka panjang (lebih dari setengah tahun).
81 ~ 100	Memerlukan pemeriksaan kesehatan yang lengkap dan teliti dari berbagai bagian internis. Apabila hanya untuk gangguan menopause, dipandang perlu untuk menerima terapi terencana untuk jangka panjang dari spesialis.

(6) Perubahan indeks menopause

Pengujian I

- 1 minggu sesudah minum SOP: 16/17 (16 dari 17 orang), 2 minggu sesudahnya: 17/17, 3 minggu sesudahnya: 15/17, 4 minggu sesudahnya: 17/17 orang terlihat indeks menopausalnya menurun atau dengan kata lain gejala menopause mengalami perbaikan.

Pengujian II

- Berhenti minum selama 1 minggu : 8/8 orang (8 dari 8 orang) terlihat angka indeks menopausalnya memburuk
- Sesudah memulai kembali minum, selama seminggu: 4/4 orang angka indeks menopausalnya membaik (dengan placebo, 2/4 orang angka indeksnya membaik, 2/4 orang angka indeksnya tidak berubah atau memburuk)

Dari hasil diatas dapat diakui bahwa setelah minum SOP dalam seminggu terlihat perbaikan angka indeks menopause sehingga dapat ditunjukkan bahwa SOP efektif dalam meringankan gejala menopause.

(7) Perubahan indeks menopause (Grafik) – Lihat <http://suplemen.org/grafik2.jpg>

(8) Perubahan gejala konkrit (item yang harus dicek)

<Mengenai segi kehidupan yang lain>

- Bagaimana kondisi kulit anda akhir-akhir ini?
1. Baik 2. Biasa 3. Buruk (lingkari angka yang sesuai)
- Bila ada bagian badan yang terasa tidak baik, tuliskan gejala yang dirasakan. Misalnya: bahu (bahu kaku yang sakit), kerongkongan (sulit menelan), tangan-kaki (terasa kesemutan)

<Mengenai kualitas tidur>

- Semalam jam berapa anda berbaring di tempat tidur?
Sekitar jam
- Semalam berapa kali anda terjaga/terbangun?
.... kali
- Apabila tidur anda semalam dinilai dalam 7 tahap, manakah diantara berikut yang tepat menggambarkan kualitas tidur anda?
1. Sangat baik 2. Baik 3. Cukup baik

4. Biasa saja 5. Agak buruk 6. Buruk

7. Sangat buruk
- Semalam, kira-kira berapa lama waktu yang anda perlukan dari mulai berbaring sampai anda tertidur?
..... Jammenit
- Tadi pagi, jam berapa anda bangun dari tempat tidur?
Kira-kira jam

(9) Perubahan gejala konkrit (mengenai kulit, bagian 1)

Pengujian I (minum SOP selama 4 minggu) (menurut catatan peserta yang mengalami pengujian)

- Mulai minggu pertama, gejala kulit kering sudah mulai tidak mengganggu
- Mulai minggu kedua, saat mencuci wajah rabaan kulit wajah terasa halus.
- 4 minggu sesudahnya, di pagi hari kondisi kulit wajah terasa lembut
- Di minggu ke 4, saat baru bangun pagi peredaran darah di wajah membaik dan raut wajah kelihatan bening/tidak kusam.
- Padahal masuk angin/tidak enak badan, tetapi tidak lagi kuatir dengan gangguan kulit. Juga tidak keluar bintik-bintik di kulit (ruam) akibat efek samping obat.
- Saat sedang haid/menstruasi tidak lagi kuatir dengan gangguan kulit kasar.

(10) Perubahan gejala konkrit (mengenai kulit, bagian 2)

Pengujian II (menurut catatan peserta yang mengalami pengujian)

Saat berhenti minum SOP (5 minggu sesudah pengujian I mulai)

- Saat berhenti minum, kulit mulai terasa kasar dan gatal.
- Make-up tidak menempel di kulit dengan baik.

Saat memulai lagi minum SOP (6 minggu sesudah pengujian I mulai)

- Kulit wajah terlihat cerah dan kencang.
- Kulit wajah terlihat kemerahan dan sehat, kesuraman wajah hilang.

(Untuk mereka yang minum placebo)

- Kulit tetap kasar.
- Perubahan kulit menjadi halus berlanjut terus sejak selesai minum 4 minggu.

(11) Perubahan gejala konkrit (mengenai kondisi tubuh, bagian 1)

Pengujian I (minum SOP selama 4 minggu)

- Sejak hari ke 3 sudah merasa segar dan mudah tidur.
- Dari minggu pertama sudah merasa tidak mudah lelah.
- Dari minggu pertama tidak merasa mudah kedinginan (peredaran darah membaik).
- Di minggu ke 4, walaupun ada peristiwa yang menjengkelkan bisa menangani dengan tenang.

- Jumlah darah haid bertambah.

(12) Perubahan gejala konkrit (mengenai kondisi tubuh, bagian 2)

Pengujian II

Saat berhenti minum SOP (5 minggu sesudah pengujian I mulai)

- Secara emosional, keadaan tidak bisa minum adalah hal yang minus (negatif).
- Rasa lelah mudah menumpuk dan sakit bahu kaku menyerang lagi.
- Kondisi sulit tidur memburuk.
- Mulai menjadi tidak sabaran/mudah merasa jengkel
- Kembali ke kondisi mudah merasa dingin (peredaran darah buruk)

Saat memulai lagi minum SOP (6 minggu sesudah pengujian II mulai)

- Sejak hari ke 3 mulai merasa segar dan sakit bahu kaku menjadi ringan.
- Rasa lelah tidak cepat menumpuk, tidak lagi cepat lelah.
- Padahal saya tidak enak badan tetapi dapat mempertahankan kestabilan kondisi mental/psikologis.

(Untuk mereka yang minum placebo)

- Di minggu ke 5 tidak ada perubahan dan merasa jengkel.
- Kembali ke kondisi mudah terasa dingin (peredaran darah buruk).
- Kondisi sulit tidur memburuk.