



Ashwagandha

Titriert zu 5 % in Withanoliden

Indische Allheilmittel

	1 Einheit	3 + 1 gratis
400 mg / 60 Kapseln	21,00 €	63,00 €
400 mg / 120 Kapseln	34,00 €	102,00 €

HAUPTINDIKATIONEN:

Emotionales Gleichgewicht, Energie (müdigkeit), Schlaf, Sexualität (libido, männliche sexualität)

Ashwagandha (*Withania somnifera*) ist eine adaptogene Pflanze, die seit mehr als 3000 Jahren in der ayurvedischen Medizin eingesetzt wird. Sie wird auch „indischer Ginseng“ genannt und ist als Heilmittel mit bemerkenswerten Eigenschaften bekannt.

Auszug aus den Ashwagandha-Wurzeln, titriert zu 5 % in Withanoliden:

Durch die Titration in Withanoliden trägt Ashwagandha zur Funktionsfähigkeit und Stärkung des Organismus bei: **ein herausragender Regulator.**

Ashwagandha regt das Immunsystem an, hilft bei zahlreicher Krankheiten zu vermeiden und **spendet neue Vitalität und Energie.**

Sie wird **auch verwendet, um die Libido zu stimulieren, die sexuelle Funktion wiederherzustellen** und Unfruchtbarkeit zu bekämpfen, da sie die Qualität der Spermien verbessert und erneuert.

Außerdem beugt sie der zerebralen Ermüdung vor, **indem die negativen Folgen von Stress und Depressionen abgeschwächt werden** . Ihre entspannenden und beruhigenden Eigenschaften fördern **einen erholsamen, ruhigen Schlaf** und beugen einem vorzeitigen Samenerguss vorbeugen.

Zusammensetzung

INHALTSSTOFFE:

Für 2 Kapseln: 800 mg Trockenextrakt aus der Wurzel des Ashwagandha (*Withania somnifera* (L.) Dunal), titriert zu 5 % in Withanoliden (d.h. 40 mg).

Weitere Inhaltsstoffe:

Kartoffelstärke , pflanzliche Kapsel: Hydroxypropylmethylcellulose.

ALLERGENE:

Dieses Produkt enthält weder Allergene (gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011) noch gentechnisch veränderte Organismen.

HERSTELLUNG UND QUALITÄTSGARANTIE:

Dieses Nahrungsergänzungsmittel wird von einem Labor gemäß den GMP-Normen hergestellt. Die GMP-Normen bezeichnen die geltenden Normen für die gute Herstellungspraxis in der europäischen Pharmaindustrie (aus dem Englischen GMP: Good Manufacturing Practice). Der Wirkstoffgehalt wird durch regelmäßige Analysen, die online einsehbar sind, garantiert.

Gebrauch

GEBRAUCHSHINWEISE:

2 Kapseln täglich mit einem halben Glas Wasser, zwei Stunden vor dem Schlafengehen.

VORSICHTSMAßNAHMEN FÜR DIE ANWENDUNG:

Nicht geeignet für Schwangere oder Stillende. Empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten.

ACHTUNG:

Ersetzt nicht eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Bei medizinischer Behandlung bitte Ihren Arzt kontaktieren. Nur für Erwachsene. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

HINWEISE ZUR LAGERUNG:

An einem kühlen, trockenen Ort lagern. Vor Sonnenlicht schützen.

Ausführliche Informationen

Ashwagandha (*Withania somnifera*) ist eine Pflanze aus der Familie der Nachtschattengewächse. Sie zeichnet sich durch ihre grünen Blätter, kleinen Blüten und roten Samen aus. Sie besitzt einen charakteristischen Geruch und kann bis zu zwei Meter hoch werden. Der wichtigste Bestandteil der Ashwagandha jedoch ist ihre Wurzel, die sich in eine große Hauptwurzel und unzählige, kleine Nebenwurzeln unterteilt.

Ashwagandha, das so genannte indische Ginseng, ist wohl die bekannteste Pflanze der ayurvedischen Medizin. Ihre Wurzel wird seit über 3000 Jahren in Rasayanas als therapeutisches Mittel zur Verjüngung und Lebensverlängerung genutzt.

In Indien wird die Wurzel der Ashwagandha in der ayurvedischen Medizin sowohl bei Männern als auch bei Frauen eingesetzt. Ärzte verschreiben sie Erwachsenen, die an einer schwachen Libido leiden, um die Vitalität und sexuelle Funktion anzuregen.

Aufgrund ihrer adaptogenen Wirkung stärkt sie das allgemeine Immunsystem und die Widerstandsfähigkeit gegen unterschiedliche Formen von geistigem und körperlichem Stress. Zudem haben Adaptogene im Gegensatz zu anderen Stimulanzien, wie z. B. Koffein, keine Nebenwirkungen wie Abhängigkeit, Unverträglichkeit oder Schlafstörungen.

EIGENSCHAFTEN:

- Die Zahl der Antikörper wird durch **ihre immunstimulierende Wirkung erhöht**.¹
- Ihre **antioxidierenden Eigenschaften** begünstigen **ihre aphrodisierende, tumorhemmende und herzschtützende Wirkung**.²
- Studien befürworten ihre Nutzung als **Beruhigungsmittel bei nervöser Unruhe und Depression**, da es die Tribulinwerte im Gehirn reduziert (Marker für Nervosität).³

- In Studien wurde zudem festgestellt, dass **ihre adaptogenen Eigenschaften** die Folgen von **chronischem Stress abschwächen**.⁴

- Sie erhöht die Serumkonzentration der Marker für **die Spermienqualität und die Beweglichkeit und Anzahl der Spermien**.⁵

- Zudem besitzt sie eine kurzfristige **knorpelschützende Wirkung** auf beschädigte Knorpel, da sie die Collagenase Typ II hemmt.⁶

UNSER EXTRAKT:

Unser Extrakt aus den Wurzeln der Ashwagandha wurde auf 5 % in Withanoliden aus Triterpen-Lactonen standardisiert. Studien beschreiben und bestätigen die zahlreichen Eigenschaften der Ashwagandha: Stimulation des Immunsystems, antioxidierende Wirkung, Wiederherstellung der sexuellen Funktion und Stimulans gegen zerebrale Ermüdung bei Stress und Depression, da sie neue Kraft von innen verleiht. Quellenangaben

1. Studies on the immunomodulatory effects of Ashwagandha. Mohammed Ziauddin et Al. Journal of Ethnopharmacology. 1996

2. Evidence for free radical scavenging activity of Ashwagandha root powder in mice. Sunanda Panda and Anand Kar. Indian J Physiol Pharmacol. 1997

3. Anxiolytic-antidepressant activity of *Withania somnifera* glycowithanolides: an experimental study. S.K. Bhattacharya et Al. Phytomedicine. 2000

4. Adaptogenic activity of *Withania somnifera*: an experimental study using a rat model of chronic stress. S K Bhattacharya et Al. Pharmacology Biochemistry and Behavior. 2003

5. *Withania somnifera* improves semen quality by regulating reproductive hormone levels and oxidative stress in seminal plasma of infertile males. Mohammad Kaleem Ahmad et Al. American Society for Reproductive Medicine. 2009

6. Chondroprotective potential of root extracts of *Withania somnifera* in osteoarthritis. Sumatran VN et Al. J. Biosci. 2007.