

Die Inhaltsstoffe dieser Rezeptur tragen zur Aufrechterhaltung und Verbesserung der Funktionsfähigkeit des Gehirns bei. Diese besondere Zusammenstellung aus Nutrazeptika schützt das Gehirn vor oxidativem Stress, erhöht die Fähigkeit zur Aufmerksamkeit, verbessert Gedächtnisfunktionen und reduziert Stressgefühle sowie Angst.

ZUTATEN:

Hericium Extrakt (*Hericium erinaceus*, Igelstachelbart), L-Glutamin, Sibirischer Ginseng Wurzelextrakt (*Eleutherococcus senticosus*), *Ginkgo biloba* Blattextrakt, L-Theanin, Gotu Kola oberirdischer Teil (*Centella asiatica*), *Ginkgo biloba* Blätter, Kleines Fettblatt Extrakt (*Bacopa monnieri*), *Huperzia serrata* Extrakt, Trennmittel: Magnesiumsalze von pflanzlichen Speisefettsäuren und Siliciumdioxid, pflanzliche Kapsel (Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser)

NÄHRWERTE:

1 Kapsel (812 mg)

| | |
|---|--------|
| Hericium (40 % Polysaccharide = 68 mg) (8:1) | 170 mg |
| L-Glutamin | 150 mg |
| Sibirischer Ginseng (0,8 % Eleutheroside = 0,8 mg) (50:1) | 100 mg |
| <i>Ginkgo biloba</i> (24 % <i>Ginkgo</i> Flavonglykoside = 19,2 mg, 6 % Terpenlaktone = 4,8 mg) (50:1) | 80 mg |
| L-Theanin | 50 mg |
| Gotu Kola | 40 mg |
| <i>Ginkgo biloba</i> Blätter | 40 mg |
| Kleines Fettblatt (45% Bacoside = 13,5 mg) (25:1) | 30 mg |
| Huperzin A | 200 µg |

Hochwertige Formulierung bei Durchblutungsstörungen

insbesondere im Gehirn

IST ERHÄLTlich ZU:

60 Kapseln
120 Kapseln

VERZEHREMPFEHLUNG:

1 x täglich 1 Kapsel zu einer Mahlzeit.
Eine Einnahme länger als 4 Wochen
sollten Sie mit Ihrem Therapeuten
besprechen

HINWEIS:

Während der Schwangerschaft und Stillzeit sollte das Produkt nicht eingenommen werden. Bei der Einnahme von Medikamenten (insbesondere Antikoagulanzen) sowie in besonderen medizinischen Situationen (z. B. Bluthochdruck) sollten Sie vor der Einnahme Ihren Therapeuten fragen. **GinkgoPlus** darf bei Patienten mit einer akuten Infektion, Diabetes, bei Kramp fzuständen, Lebererkrankung oder während der Einnahme von Beruhigungsmitteln nur unter strenger ärztlicher Aufsicht angewendet werden. Kann Mundtrockenheit, Müdigkeit oder Übelkeit verursachen. Bei auftretender Übelkeit, ungewöhnlicher Müdigkeit oder Schwäche, Erbrechen oder Appetitlosigkeit brechen Sie die Einnahme ab

PFLANZLICHE KAPSEL:

Überzugsmittel: Hydroxypropyl-
methylcellulose; reines Wasser

L-Glutamin ist eine nicht essentielle Aminosäure, die im Gehirn in Glutaminsäure umgewandelt wird. Sie wird als **“Brennstoff” des Gehirns** betrachtet, da sie für seine optimale Funktion und eine rege geistige Aktivität von wesentlicher Bedeutung ist. L-Glutamin hilft die geistige Beweglichkeit aufrechtzuhalten und wirkt Fatigue sowie depressiver Verstimmung entgegen.¹

Gotu Kola (*Centella asiatica*) enthält Katechol, Epicatechin, Magnesium, Theobromin und Vitamin K, Alkaloide (Hydrocotylin) und Glykoside (Asiacitose). Gotu Kola ist mit *Ginkgo biloba* insofern verwandt, als dass es ebenso die Blutzirkulation anregt; dabei fördert die verbesserte Durchblutung des Gehirns auch die kognitiven Gedächtnisleistungen. Darüber hinaus stärken die in der Centella-Pflanze enthaltenen Asiaticoside über die Stimulierung der Protein- und Kollagenproduktion das Bindegewebe in den Gefäßwänden. In Humanstudien wurde festgestellt dass Gotu Kola Stress reduziert, es wurden die Schreckreflexreaktionen beobachtet, die verschiedene Stressniveaus reflektieren. Insgesamt wird Gotu Kola schon seit langem zur Verbesserung geistiger Fähigkeiten verwendet. Seine mild beruhigende und adaptogene Wirkung, sowie seine angstlindernden Eigenschaften machen Gotu Kola zu einer hoch effektiven Pflanze.²⁻⁴

Ginkgo biloba enthält Ginkgolide, Glykoside und Terpene sowie einen hohen Anteil an Flavonoiden. Aufgrund der Ergebnisse einer großen Zahl klinischer Studien gilt es als gesichert, dass *Ginkgo biloba* mentale Funktionen und das Gedächtnis verbessert. Der standardisierte Ginkgo-Extrakt (24 % Ginkgo Flavonglykoside, 6 % Terpenlaktone) stimuliert die Produktion von Prostazyklin, einem Hormon in der Gefäßinnenwand, welches für die Erweiterung und verbesserte Durchblutung der Kapillaren, insbesondere im Gehirn, sorgt. Das Ginkgolid B wirkt der Verklumpung der Blutplättchen entgegen, indem es den plättchenaktivierenden Faktor (PAF) hemmt, die Beweglichkeit der roten Blutkörperchen fördert und so die Gerinnungsneigung des Blutes vermindert.⁵⁻⁷ Ginkgo Extrakt verbessert die Sauerstoffversorgung und bietet Schutz gegenüber toxischen Umwelteinflüssen.⁷ Eine Studie ergab positive Effekte bei der Behandlung von Demenz und Alzheimer.⁸

Die kapillarenerweiternde Wirkung erklärt den Einsatz des Extrakts bei Bluthochdruck. Ginkgo schützt die Nervenzellen und verbessert den Tonus und die Elastizität der Blutgefäße. Es fördert die Aufnahme und Verwertung von Sauerstoff und Glukose im Gewebe und sorgt auf diese Weise für die Aufrechterhaltung eines gesunden Zellmetabolismus. Als Radikalfänger verhindert der Extrakt, dass Sauerstoffradikale die Zellmembran angreifen. Diese Schutzfunktion wird in erster Linie von den Ginkgo flavonglykosiden ausgeübt.

Sibirischer Ginseng enthält Ginsengoside, Eleutheroside, essentielles Öl (Panacene), Sesquiterpen (Beta-Elemene), Polyine (Panaxinol), Pektin, Vitamine der B-Gruppe sowie Biotin, Cholin, Germanium und Flavonoide.

Sibirischer Ginseng wirkt tonisierend und energetisierend.⁹ Er erhöht physische und geistige Kapazitäten, verbessert Konzentration und lindert Stress und Fatigue.¹⁰

Die aus Glutaminsäure synthetisierte Aminosäure **L-Theanin** wirkt ebenfalls auf das Zentralnervensystem, indem sie die Konzentration von Dopamin und GABA (Gamma-Aminobuttersäure) im Gehirn erhöht. Dadurch wirkt sie nicht nur positiv auf das Gemüt, sondern auch beruhigend ohne Somnolenz zu verursachen, vor allem bei Stress oder innerer Unruhe und begünstigt die Konzentrationsfähigkeit und die Gedächtnisleistungen.¹¹⁻¹³

In der Ayurveda-Medizin genießt das **Kleine Fettblatt** (*Bacopa monnieri*) als Tonikum für das Gedächtnis und für die geistige Leistung ein hohes Ansehen. Es wirkt stimulierend und soll auch Nahrung für die Gehirnzellen sein. Es kann die Lern- und Konzentrationsfähigkeit verbessern und die Gedächtnisleistungen begünstigen. Bei Angstzuständen oder Stress beruhigt es ohne Schläfrigkeit zu verursachen.^{14,15}

Huperzin A (*Huperzia serrata*) hat neuroprotektive Eigenschaften. Es reguliert die Funktion des Enzyms Acetylcholinesterase, das dafür verantwortlich ist, dass die Neurotransmitter die Nervenimpulse im Gehirn weitergeben. Huperzin A ist ideal um die mentale Kraft zu stärken. Es gibt Studien die Huperzin A Gaben bei Alzheimer Patienten untersucht haben, sie befanden Huperzin A als sicher und auch effektiv, letzteres aufgrund seiner positiven Wirkung auf Gedächtnis und Konzentration.^{16,17}

Heridium: Die in dem Pilz enthaltenen Verbindungen regen die Produktion von neuen Neuronen an und beugen deren Absterben vor, was für die Behandlung von **Demenzkrankungen** wie Alzheimer und kognitivem Abbau, Multipler Sklerose, Parkinson-Krankheit und Neuropathien von wichtiger Bedeutung ist.^{18,19}

GinkgoPlus findet Anwendung bei **Durchblutungsstörungen** des Gehirns, des Herzens, der Herzkranzgefäße, der Leber, der Nieren und der Extremitäten (auch bei Diabetikern), im Frühstadium der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit (pAVK), bei **Hirnleistungsstörungen**, **Alzheimer-Demenz**, **Schwindel**, **Hörsturz**, **Maculadegeneration** und **Multipler Sklerose**.

Literatur:

- 1 Miller, A. L. (1999). Therapeutic considerations of L-glutamine: a review of the literature. *Alternative medicine review: a journal of clinical therapeutic*, 4(4), 239-248.
- 2 Gohil, K. J., Patel, J. A., & Gajjar, A. K. (2010). Pharmacological review on Centella asiatica: a potential herbal cure-all. *Indian journal of pharmaceutical sciences*, 72(5), 546.
- 3 Jana, U., Sur, T. K., Maity, L. N., Debnath, P. K., & Bhattacharyya, D. (2010). A clinical study on the management of generalized anxiety disorder with Centella asiatica. *Nepal Med Coll J*, 12(1), 8-11.
- 4 Bradwejn, J., Zhou, Y., Koszycki, D., & Shlik, J. (2000). A double-blind, placebo-controlled study on the effects of Gotu Kola (Centella asiatica) on acoustic startle response in healthy subjects. *Journal of clinical psychopharmacology*, 20(6), 680-684.
- 5 DeKosky, S. T., Williamson, J. D., Fitzpatrick, A. L., Kronmal, R. A., Ives, D. G., Saxton, J. A., ... & Kuller, L. H. (2008). Ginkgo biloba for prevention of dementia: a randomized controlled trial. *Jama*, 300(19), 2253-2262.
- 6 Snitz, B. E., O'Meara, E. S., Carlson, M. C., Arnold, A. M., Ives, D. G., Rapp, S. R., ... & DeKosky, S. T. (2009). Ginkgo biloba for preventing cognitive decline in older adults: a randomized trial. *Jama*, 302(24), 2663-2670.
- 7 Kennedy, D. O., Scholey, A. B., & Wesnes, K. A. (2000). The dose-dependent cognitive effects of acute administration of Ginkgo biloba to healthy young volunteers. *Psychopharmacology*, 151(4), 416-423.
- 8 Oken, B. S., Storzbach, D. M., & Kaye, J. A. (1998). The efficacy of Ginkgo biloba on cognitive function in Alzheimer disease. *Archives of neurology*, 55(11), 1409-1415.
- 9 Cicero, A. F. G., Derosa, G., Brillante, R., Bernardi, R., Nascetti, S., & Gaddi, A. (2004). Effects of Siberian ginseng (Eleutherococcus senticosus maxim.) on elderly quality of life: a randomized clinical trial. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 38, 69-73.
- 10 Hartz, A. J., Bentler, S., Noyes, R., Hoehns, J., Logemann, C., Sinit, S., ... & Kautzman, H. (2004). Randomized controlled trial of Siberian ginseng for chronic fatigue. *Psychological medicine*, 34(1), 51-61.
- 11 Juneja, L. R., Chu, D. C., Okubo, T., Nagato, Y., & Yokogoshi, H. (1999). L-theanine—a unique amino acid of green tea and its relaxation effect in humans. *Trends in Food Science & Technology*, 10(6-7), 199-204.
- 12 Kimura, K., Ozeki, M., Juneja, L. R., & Ohira, H. (2007). L-Theanine reduces psychological and physiological stress responses. *Biological psychology*, 74(1), 39-45.
- 13 Nathan, P. J., Lu, K., Gray, M., & Oliver, C. (2006). The neuropharmacology of L-theanine (N-ethyl-L-glutamine) a possible neuroprotective and cognitive enhancing agent. *Journal of Herbal Pharmacotherapy*, 6(2), 21-30.
- 14 Roodenrys, S., Booth, D., Bulzomi, S., Phipps, A., Micallef, C., & Smoker, J. (2002). Chronic effects of Brahmi (Bacopa monnieri) on human memory. *Neuropsychopharmacology*, 27(2), 279-281.
- 15 Calabrese, C., Gregory, W. L., Leo, M., Kraemer, D., Bone, K., & Oken, B. (2008). Effects of a standardized Bacopa monnieri extract on cognitive performance, anxiety, and depression in the elderly: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *The journal of alternative and complementary medicine*, 14(6), 707-713.
- 16 Zhang, R. W., Tang, X. C., Han, Y. Y., Sang, G. W., Zhang, Y. D., Ma, Y. X., ... & Yang, R. M. (1991). Drug evaluation of huperzine A in the treatment of senile memory disorders. *Zhongguo yao li xue bao= Acta pharmacologica Sinica*, 12(3), 250-252.
- 17 Tang, X. C. (1996). Huperzine A (Shuangyiping): A promising drug for Alzheimer's disease. *Zhongguo yao li xue bao= Acta pharmacologica Sinica*, 17(6), 481-484.
- 18 Kawagishi, H., Zhuang, C., & Shnidman, E. (2004). The anti-dementia effect of Lion's Mane mushroom (Hericium erinaceum) and its clinical application. *Townsend letter for doctors and Patients*, (249), 54-57.
- 19 Mori, K., Inatomi, S., Ouchi, K., Azumi, Y., & Tuchida, T. (2009). Improving effects of the mushroom Yamabushitake (Hericium erinaceus) on mild cognitive impairment: a double-blind placebo-controlled clinical trial. *Phytotherapy Research: An International Journal Devoted to Pharmacological and Toxicological Evaluation of Natural Product Derivatives*, 23(3), 367-372.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise verwendet werden

Kühl, trocken und dunkel lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren

Das Produkt ist **ohne Zusatz von:** Zucker, Stärke, Hefe, Weizen, Milch, Ei, Soja, Zitrusfrüchten, künstlichen Farb-, Geschmacks- und Konservierungsstoffen

NAHANI-Produkte sind nicht-rezeptpflichtige Nahrungsergänzungsmittel

Die hier aus der Fachliteratur zusammengestellten Informationen ersetzen nicht den medizinischen Rat eines Therapeuten