

Die in der **Pflanze GinsengPanax** enthaltenen Ginsenoside bewirken über die Hypophyse eine Anregung der Gehirnaktivität und haben so einen **stimulierenden Effekt auf die geistige und körperliche Leistungsfähigkeit**. Während der nordamerikanische Ginseng *Panax quinquefolium* mehr sedierend wirkt, hat der asiatische Ginseng einen primär aktivierenden Effekt. Die Gruppe der **Rb1-Ginsenoside** besitzt eine schmerzstillende und metabolische Wirkung auf das Zentralnervensystem (ZNS), während die Gruppe der **Rg1-Ginsenoside** bei niedrigen Dosierungen eher reaktionsbeschleunigend und stimulierend wirkt. Rb1-Ginsenoside wirken auf das ZNS dämpfend, haben leicht entzündungshemmende Eigenschaften und erhöhen die Peristaltik des Verdauungstrakts. Weitere Studien belegen, dass Rb1-Ginsenoside außerdem krampflösend, fiebersenkend, antipsychotisch und schmerzlindernd wirken und der Bildung von Geschwüren vorbeugen. Diese Wirkungen stehen im Gegensatz zu denen der Rg1-Ginsenoside, die leicht stimulierend auf das ZNS wirken, Müdigkeit vorbeugen und die motorische Aktivität ankurbeln. Sowohl die Rg1- als auch die Rb1-Ginsenoside wirken auf die Nebennierenrinde und die Hypophyse und helfen dabei, das Reaktionsvermögen auf Stress zu beschleunigen.

ZUTATEN:

Panax Ginseng Blatt Extrakt (roter), *Panax Ginseng* Wurzel Extrakt (roter), Trennmittel: Magnesiumsalze von pflanzlichen Speisefettsäuren, pflanzliche Kapsel (Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser)

NÄHRWERTE:

2 Kapseln (720 mg)

Panax Ginseng (mind. 20% Ginsenoside)..... 600 mg
Enthält sowohl Rb als auch Rg Ginsenoside

Geistige und körperliche Leistungsfähigkeit

Antioxidans

Steigert körpereigene Abwehrkräfte

IST ERHÄLTlich ZU:

90 Kapseln mit je 300 mg

VERZEHREMPFEHLUNG:

1 x täglich 2 Kapseln zu einer Mahlzeit

WIRKSAME INHALTSTOFFE: Ginsenoside (Rb und Rg), ätherisches Öl, Peptide, Proteine, Polysaccharide, Phytoöstrogene, Eisen, Resin, Vitamine A, B1, B12 und E

HINWEIS: Während der Schwangerschaft und Stillzeit, bei Diabetes oder in Verbindung mit Antidepressiva, Antikoagulantien (Blutgerinnungshemmer) oder Digoxin sollte das Produkt nur nach Absprache mit Ihrem Therapeuten eingenommen werden. Bekannte Nebenwirkungen: Falls Schlaflosigkeit, Angstzustände oder Kopfschmerzen auftreten, sollte die Einnahme abgebrochen werden

PFLANZLICHE KAPSEL:

Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser

In Asien wird die Ginseng-Wurzel seit Jahrhunderten als **Adaptogen** zur Erhöhung der physischen und psychischen Belastbarkeit sowie zur **Vitalisierung und Stärkung des gesamten Organismus** verwendet. Ginsenoside beeinflussen Vorgänge im Zentralnervensystem, regen den Eiweiß- und Nucleinsäure-Stoffwechsel an und wirken **Müdigkeits- und Schwächegefühlen** stärkend entgegen. Durch die regelmäßige Einnahme von Ginseng kann mental eine Steigerung der **Konzentrationsfähigkeit** und eine **Erhöhung von Energie und Ausdauer** sowie motorisch eine **Verbesserung der Bewegungs-Koordination** erzielt werden. Klinische Studien belegen eine signifikante Verbesserung der Reaktionszeit, eine Erhöhung der Sauerstoffaufnahme-fähigkeit, eine Verkürzung der Erholungszeit bei körperlichen Anstrengungen und eine Verringerung der Herzfrequenz nach physischen Belastungen. Aufgrund der Steigerung der psychophysischen Leistungsfähigkeit und Leistungserhaltung, der Verbesserung der Gehirnfunktionen wie der Merkfähigkeit, des Auffassungs- und Abstraktionsvermögens, der verbalen Begriffsbildung und der Koordinationsfähigkeit wird Ginseng als **optimales Phyto-Geriatrikum** betrachtet (Fintelmann, V., & Weiss, R. F. (2009). *Lehrbuch Phytotherapie*. Georg Thieme Verlag). Bei **Erschöpfungszuständen**, überhöhtem **Stress** oder **Schock** (die Antistresswirkung entsteht durch die Stärkung der Adrenalin/drüsenfunktion) sowie im Stadium der **Rekonvaleszenz** und bei alters- oder krankheitsbedingten Schwächezuständen ist Ginseng ein ideales Aufbau- und Kräftigungsmittel.

Indem Ginseng die Produktion von weißen Blutkörperchen erhöht, wirkt es **immunstärkend** und steigert die Abwehrkräfte gegen Infektionen. In klinischen Studien konnten positive Wirkungen auf die **Blutwerte** (Blutglukosespiegel, Leukozytenzahl, Gesamterumproteine) nachgewiesen werden. Die Wirkstoffe der Wurzel steigern die Produktion von HDL-Cholesterin und wirken durch die **Hemmung der Blutplättchenaggregation** der Entstehung von Blutgerinnseln entgegen, was ein Schlaganfall- oder Herzinfarkt-risiko deutlich vermindern kann. *Panax ginseng* ist ein potentes **Antioxidans**. Er wird eingesetzt, um die Zellen vor **Strahleneinflüssen** und die **Leber** vor der Wirkung von schädlichen Substanzen (durch Medikamente, Chemotherapie, Alkohol, Umweltgifte) zu schützen - die Ginsenoside steigern die Proteinsynthese in der Leber. Die in der Wurzel enthaltenen Phytoöstrogene erklären den Einsatz von Ginseng bei Beschwerden im **Klimakterium**. Frauen VOR der Menopause sollten *Panax ginseng* nicht über einen zu langen Zeitraum einnehmen (**Suma**, der brasilianische Ginseng, eignet sich hingegen gut als Adaptogen für Frauen und Männer jeden Alters).

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, Weizen, Milch, Ei, Soja, 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

Dezember 2019