

## Das Potenzmittel für Frauen: Ashwaganda Extrakt

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Seit Ende der 1990er Jahre sind verschiedene Potenzmittel für den Mann bekannt. Sowohl die chemischen Varianten als auch natürliche Substanzen (L-Arginin, Pinienrindenextrakt) sind in verschiedenen klinischen Studien erfolgreich getestet worden.

Eine bessere und glücklichere Sexualität für Frauen war bisher aber nicht chemisch oder natürlich zu erreichen. Jetzt zeigt eine Untersuchung, dass Ashwagandha Wurzelextrakt das kommende Potenzmittel für die Frau sein könnte.

### Das ist Ashwagandawurzel-Extrakt

---

Obwohl Ashwagandha (*Withania somnifera*) in der ayurvedischen Gesundheitskunde schon seit über 4.000 Jahren Anwendung findet, gilt das Nachtschattengewächs mit dem deutschen Namen Schlafbeere oder Winterkirsche hierzulande noch als Neuentdeckung. Für den therapeutischen Einsatz werden die Früchte, die Blätter, aber hauptsächlich die Wurzeln der Pflanze verwendet. Dabei ist Ashwagandha für Ayurveda in etwa das, was der Ginseng für die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) ist. Hier ist auch seit Jahrtausenden ein Einsatz als Aphrodisiakum und Liebestrank belegt.

In der wissenschaftlichen Forschung neuerer Zeit standen dabei bisher die Effekte auf die männliche Sexualität im Vordergrund. So zeigt eine aktuelle Studie, dass Ashwagandha die Qualität der Spermien verbessern und oxidativen Stress vermindern kann. Einem Team indischer Wissenschaftler verschiedener Krankenhäuser und Fruchtbarkeitskliniken im Bundesstaat Maharashtra sowie des Forschungszentrums NSHM an der West Bengal University of Technology in Kalkutta sind nun erstaunliche Entdeckungen zur Wirkung von Ashwagandha Wurzelextrakt auf die weibliche Sexualität gelungen.

### Studie zum Potenzmittel für Frauen: 600 Milligramm Ashwagandha Wurzelextrakt täglich, 8 Wochen

---

Insgesamt 50 Frauen im Alter von 21 bis 50 Jahren nahmen an der indischen Pilotstudie teil. Sie

wurden nach dem Zufallsprinzip in zwei Gruppen mit je 25 Teilnehmerinnen aufgeteilt. Die eine Hälfte der Frauen bekam ein hochkonzentriertes Präparat mit 300 Milligramm Ashwagandha Wurzelextrakt.

Die Einnahme fand zweimal täglich statt und wurde über acht Wochen durchgeführt. In der zweiten Gruppe hingegen nahmen die Teilnehmerinnen ein Placebo ein.

## **Standardisierte Erhebungen zur sexuellen Funktion und Befindlichkeit**

---

Begleitend füllten die Frauen umfangreiche Fragebögen zur Selbsteinschätzung ihrer sexuellen Befindlichkeit und Funktion aus. Im Vordergrund stand dabei der Female Sexual Function Index (FSFI). Dabei handelt es sich um eine Erhebung mit 19 Bereichen, in denen unter anderem auch Bewertungen zu Befriedigung, Erregung, natürliche Schmierung der Intimregion, Orgasmus, Schmerz und Verlangen abgefragt werden. Diese Daten wurden am Anfang, nach vier Wochen sowie am Ende des Einnahmezeitraums aufgezeichnet. Außerdem wurde über die Female Sexual Distress Scale (FSDS) die persönliche, sexuelle Betrübnis ermittelt. Ergänzt wurden diese beiden Tests durch zahlreiche weitere Erhebungsmittel, die zu unterschiedlichen Zeitpunkten angewendet wurden.

## **Um mehr als 75 Prozent verbesserte Sexualität und um über 60 Prozent verminderte Frustration beim Sex**

---

Zu Beginn der Studie ergab der FSFI einen Durchschnittswert in der Ashwagandha-Gruppe von 13,63 beziehungsweise 13,57 in der Placebo-Gruppe. In beiden Gruppen kam es zu einer Steigerung, die in der Gruppe, in der das Ashwagandha Wurzelextrakt eingenommen wurde, allerdings signifikant höher ausfiel und nach vier Wochen 20,25 sowie nach acht Wochen 23,86 erreichte, was einer Steigerung von 77,54 Prozent entspricht.

Auch in allen anderen Tests zeigte sich eine signifikant höhere Verbesserung der Sexualität mit dem Extrakt. Dies gilt ganz besonders auch für die Einzelbereiche Erregung, natürliche Schmierung der Intimregion, Orgasmus und Zufriedenheit. Der Grad der sexuellen Betrübnis oder Frustration schließlich nahm mit Ashwagandha nach zwei Monaten sehr deutlich ab. Der FSDS zeigte hier einen Ausgangswert von 16,28, der sich am Ende des Einnahmezeitraumes erheblich auf 6,36 verringerte.

## **Volle Empfehlung, auch weil keine Nebenwirkungen beobachtet werden**

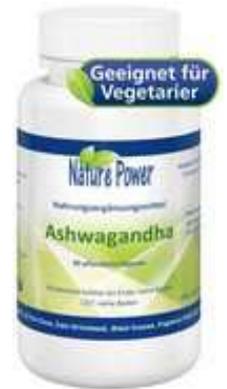
---

Darüber hinaus stellten die indischen Wissenschaftler fest, dass alle Frauen, die sich zur Teilnahme an der Studie bereit erklärt hatten, diese auch erfolgreich abschließen konnten. Es wurden bei der Einnahme von Ashwagandha Wurzelextrakt keinerlei Nebenwirkungen festgestellt. In Ihrer Schlussfolgerung heben die Forscher daher hervor, dass Ashwagandha Wurzelextrakt ein wirksames und sehr sicheres Mittel sein kann, um Gefühle sexueller Betrübnis beziehungsweise Frustration bei Frauen zu behandeln.

## **NTP94: Ashwagandha-Extrakt - Einführungspreis: 19,80 € statt 24,90 €**

Ashwagandha (*Withania somnifera*) wird auch als "Indischer Ginseng", "Schlafbeere" oder "Winterbeere" bezeichnet. Diese orientalische Wurzel ist sehr vielseitig einsetzbar. Die biologisch aktiven Komponenten der Wurzel sind die Withanolide.

Ashwagandha - das klingt auf jeden Fall schon mal nach Exotik und ferne Ländern. Bisher haben die Wurzeln, Pulver und Getränke, die man aus der Ashwagandha-Pflanze herstellen kann noch nicht wirklich ihren Weg in die westliche Medizin gefunden. In der ayurvedischen Medizin wird Ashwagandha dagegen schon seit Jahrtausenden traditionell angewendet. Ashwagandha ist als „Rasayana“ klassifiziert und zählt somit zur ayurvedischen Gruppe der Verjüngungsmittel.



Neben lebensverlängernden und verjüngenden Wirkungen soll *Withania somnifera* beruhigende Eigenschaften aufweisen. Das krautartige Gewächs wird bis zu eineinhalb Meter hoch und gehört zu den Nachtschattengewächsen. Die Pflanze wächst sowohl im Ödland Asiens als auch in Afrika und im Mittelmeerraum. Zur Fruchtreife trägt Ashwagandha scharlachrote Beeren, allerdings gewinnt man das wertvolle und nährstoffreiche Ashwagandha Pulver aus den Wurzeln. Ruhe und Kraft aus dem Extrakt (5% Withanolide standardisiert) einer vielseitig einsetzbaren orientalischen Wurzel: Besonders für gestresste Menschen ist der Verzehr von Ashwagandha geeignet.

**Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power**

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihr Gerd Schaller



### **Wichtiger Hinweis zu unseren medizinischen Informationen**

Die wissenschaftlichen Informationen auf unseren Seiten wollen und können keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung durch einen Arzt oder einen Therapeuten ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung unserer Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Die Ratschläge und Empfehlungen dieser Website wurden nach besten Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des jeweiligen Autors, der Stiftung Research for Health, der Redaktion sowie ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin

gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln