

Maca als Pulver: Ein natürliches "Viagra"?

Auf Grund der Bodenbeschaffenheit und der Höhenlage zählt Maca zu den sogenannten extrem ophilen Pflanzen, die besondere Eigenschaften entwickeln müssen, um ihr Überleben in dieser unwirtlichen Gegend zu sichern. Daraus erklärt man sich auch ihre besondere Wirkkraft. Die Knolle ist so reich an Vitaminen und Mineralien, dass die nach der Ernte ausgezeherten Böden erst nach zehn Jahren wieder neu bepflanzt werden können. Wissenschaftliche Erkenntnisse belegen die Stärkung der Abwehrkräfte, die antioxidierende Wirkung und die krebshemmenden Eigenschaften. Hinzu kommen Berichte, die Maca als „natürliches Viagra“ rühmen.



Mit präzisen Techniken, der Chromatographie und der Spectrometrie werden die Bestandteile der Pflanze analysiert und Ihre Wirksamkeit untersucht. Man will herausfinden welche Substanz welche physiologischen Veränderungen im Körper auslöst. Es geht darum, die phytochemischen Eigenschaften von Maca verlässlich zu dokumentieren.

Karla Vega Vargas, Biologin, Universität Cayetano Heredia: "Maca ist kein Wundermittel, sondern ein wertvolles Nahrungsmittel und ein hervorragendes Mittel zur Ergänzung der Nahrung. Das haben die Universität von Salerno und andere renommierte Institute durch Untersuchungen bestätigt. Außerdem konnte durch Studienreihen an Männern nachgewiesen werden, dass sich die Qualität der Samenflüssigkeit nach einer Einnahme von vier Wochen erhöht. Das Volumen, die Anzahl und die Bewegungsenergie der Spermien verbessert sich."

Karla Vega Vargas, Biologin, Universität Cayetano Heredia: "Maca ist kein „natürliches“ Viagra. Denn bei Viagra handelt es sich um einen Gefäßerweiterer, der bewirkt, dass eine halbe Stunde nach der Einnahme eine Erektion entsteht, und zwar durch einen chemischen Prozess, der den Muskel entspannt und einen Blutandrang erzeugt, der dann die erwartete Erektion herbeiführt."

Nach der kontinuierlichen Einnahme von Maca tritt dank ihrer verschiedenen Inhaltsstoffe eine äußerst wohltuende Wirkung durch eine Überproduktion von spezifischen Hormonen ein, die auch Jugendhormone genannt werden. Dies ruft einen Energieschub hervor, der sich positiv auf Stress und Depressionen auswirkt. Das führt dazu, dass man sich besser fühlt und voller Energie ist für gute Beziehungen. Man weiß nicht genau, welches Molekül in Maca all diese wohltuenden Effekte bewirkt, und wie es auf Kinder, Schwangere und alte Menschen wirkt, dafür brauchen wir noch viele Untersuchungen. Bei einem Naturprodukt geht es nicht um einen einzelnen Inhaltsstoff, wie bei pharmazeutischen Produkten, sondern um eine Kombination verschiedener Elemente, die in einem perfekten Verhältnis zueinander stehen und damit einen bestimmten Effekt erzielen."

Die Maca-Wurzel enthält Eiweiße, viel Eisen, Zink, Magnesium, Kalzium, Kohlenhydrate, Phosphor, Zucker, Stärkestoffe, wichtige Mineralstoffe und nahezu alle Vitamine. Außerdem werden der Maca-Wurzel positive Effekte auf die körperliche Leistungsfähigkeit und die psychische Belastbarkeit zugeschrieben.

Viagra der Natur:

Ferner enthält die Maca-Wurzel hormonähnliche Stoffe, die einerseits die Durchblutung der Beckengegend fördern, andererseits die Testosteron- bzw. Östrogen-Bildung beeinflussen. Daher werden Nahrungsergänzungsmittel, die Maca-Pulver enthalten, in Europa und den USA seit einiger Zeit als Viagra der Natur vermarktet.

Nachweisbarkeit: Wie bei vielen anderen Mitteln dieser Art sind diese Effekte wissenschaftlich nur teilweise belegt, Studien aus Südamerika und den Vereinigten Staaten (die jedoch mehr auf Erfahrungsberichten denn auf messbaren Daten beruhen) zeigen jedoch, dass Probanden von einer Steigerung der sexuellen Lust und Leistungsfähigkeit, einem gestärkten Immunsystem und mehr Energie berichten, weiter soll Depressionen und chronischer Müdigkeit entgegengewirkt werden.

Der peruanische Wissenschaftler Gustavo Gonzales gab zwölf Männern zwischen 20 und 40 Jahren drei Monate lang Maca und untersuchte danach ihre Fertilität. Schon nach zwei Wochen konnte er eine durchschnittliche Verdoppelung der Spermienzahl feststellen. Gleichzeitig wurden mehr männliche Hormone gebildet und die Probanden beschworen, dass ihr sexuelles Verlangen deutlich zugenommen hätte.

Chinesische Wissenschaftler veröffentlichten eine Studie bei der Maca-Extrakt Mäusen verabreicht wurde, die anschließend zu 47-67 Orgasmen, in der Kontrollgruppe nur zu 16 Orgasmen, in drei Stunden fähig waren.

Der Neurologe Fernando Cabieses, der ebenfalls die potenzfördernde Wirkung von Maca untersuchte, stellte fest, dass die Pflanze nicht nur die Erektionsfähigkeit steigert, sondern langfristig auch den allgemeinen Antrieb, sich sexuell zu betätigen.

Wirkstoffe: Die Wurzel enthält verschiedene sekundäre Pflanzenstoffe. In erster Linie sind dies Senfölglykoside (Glucotropaeolin). Auch Imidazol-Alkaloide (Lepidilin), acyclische polyungesättigte Fettsäuren (Macaene), benzylierte Amide (Macamide) und Steroide (-Sitosterol) wurden nachgewiesen.

Die Wirkung ähnelt der des Ginsengs.

Was hilft bei welchen Beschwerden?



Welche naturheilkundlichen Therapien sind angeraten, bestimmte Symptome zu behandeln? Was ist der aktuelle Stand des Wissens? Gibt es für die Behandlung Erfahrungswerte oder wissenschaftliche Untersuchungen? Welche Möglichkeiten der Unterstützung oder Vorbeugung sind aus der Sicht der orthomolekularen Medizin bei spezifischen Beschwerden angeraten? Welche Nahrungsergänzungen können als ergänzende Therapie verwendet werden?

Preise und Versandkosten: 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

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln