



Dr. Samuel Hahnemann

Homöopathischer Verein 1907 e.V. Weingarten/Baden

www.homoeopathie-weingarten.de

Prostata

Skript von Winfried Schöffler, Vereinsmitglied seit 1988, langjähriger Vorstandsvorsitzender

Stand: 10.04.2022

aus: <https://www.netdokter.de/news/ejakulieren-haelt-prostata-in-schuss/>

Ejakulieren hält Prostata in Schuss

von Luise Heine, Medizinredakteurin und Biologin, 20. April 2016

Krebsvorsorge kann auch Spaß machen: Wer regelmäßig Samenergüsse hat, mindert sein Risiko für Prostatakrebs. Je öfter, desto besser, bestätigt nun eine amerikanische Studie.

Die Prostata liefert ein paar wichtige Zutaten für den Samenerguss: Sie produziert zum Beispiel ein Sekret, das die Spermien beweglich hält und sie vor dem sauren Milieu der Scheide schützt. Schon länger gibt es Hinweise, dass regelmäßiges Ejakulieren die Prostatagesundheit fördert. Den bisher besten Beweis dafür liefert jetzt eine Studie von Jennifer Rider und ihren Kollegen, die an der Harvard University forschen.

Durchschnittliche Samenergussrate

Die Wissenschaftler griffen auf eine sehr große Datenmenge zurück, um ihre These zu belegen. Insgesamt flossen die Angaben von über 31.000 Männern in ihre Untersuchung ein. Deren Gesundheit wurde über einen Zeitraum von 18 Jahren beobachtet. Während dieser Zeit erkrankten 3.839 der Probanden an Prostatakrebs, 384 starben daran.

Zusätzlich gaben die Herren Auskunft, wie oft im Monat sie zum Höhepunkt kamen, und zwar im Alter von 20 bis 29 und von 40 bis 49 Jahren. Daraus errechneten die Wissenschaftler eine durchschnittliche lebenslange Samenergussrate für die einzelnen Männer.

20 Prozent weniger Prostatakrebs

Interessant wurde es, als die Forscher die Daten auswerteten, denn statistisch ließ sich so eine Verbindung herstellen zwischen Ejakulationsrate und dem Risiko an Prostatakrebs zu erkranken. Grundsätzlich galt: Je öfter ein Mann einen Orgasmus mit Samenerguss hatte, desto besser geschützt war er vor Prostatakrebs. Konkret bedeutete das, wer 21 Mal oder mehr pro Monat seine Prostata bemühte, verringerte seine Wahrscheinlichkeit zu erkranken um ein Fünftel – zumindest im Vergleich zu Männern, die nur vier bis sieben Mal pro Monat einen Samenerguss hatten.

„Wir sollten uns aber nicht an konkreten Zahlen festhalten, sondern eher die Dosis-Wirkung-Relation im Auge behalten“, sagte Rider gegenüber dem amerikanischen Gesundheitsportal Medscape. Denn eine durchschnittliche Rate von 21 Orgasmen pro Monat erreichten gerade mal acht Prozent der

Probanden. Die meisten Männer berichteten im Altern von 40 bis 49 Jahren eher von acht bis zwölf Ejakulationen im Monat - damit zeigten sie auch immer noch ein um 10 Prozent vermindertes Prostatakrebsrisiko.

Prostata durchspülen

Worauf der gesundheitsfördernde Effekt der Prostata-Nutzung beruht, weiß man noch nicht genau. Möglicherweise haben die Hormone, die beim Orgasmus durch den Körper schwappen, einen protektiven Effekt. Denkbar ist aber auch, dass es der Prostata einfach gut tut, öfter „durchgespült“ zu werden und so mögliche kanzerogenen Stoffe aus der Drüse befördert werden könnten.

Einen kleinen Haken hat die Sache allerdings, denn **Prostatakrebs ist nicht gleich Prostatakrebs. Hilfreich zeigte sich das Ejakulieren vor allem im Schutz gegen langsame wachsende Tumore. Bei schnell wachsenden, besonders bösartigen Krebsformen zeigte sich kein präventiver Effekt.**

Prostatakrebs – häufig, aber selten tödlich

Prostatakrebs ist die häufigste Krebserkrankung beim Mann. Im Vergleich zu anderen Krebsarten verläuft sie aber nur selten tödlich: Nach Angaben des Robert Koch-Instituts leben 93 Prozent der neu diagnostizierten Männer auch nach fünf Jahren noch. Oft wachsen die Tumore so langsam, dass der Krebs gar nicht behandelt werden muss. **Deutlich schlechter ist die Prognose allerdings, wenn der Krebs zum Zeitpunkt der Erkennung schon weit fortgeschritten ist und bereits Metastasen gestreut hat. Darum empfehlen Experten Männern ab 45 Jahren, regelmäßig ihre Prostata checken zu lassen.**

Die besten natürlichen Aphrodisiaka:

- Austern, Avocado, Kürbiskerne.
- Ginkgo, Spargel, Ginseng.
- Granatapfel, Erdbeeren.

Was ist das stärkste Aphrodisiakum?

Brennnessel: Das wohl stärkste einheimische Aphrodisiakum wächst in unseren Breiten reichlich und steht jedem kostenfrei zur Verfügung. Es sind die Samen der Brennnessel. Schon vor 2.000 Jahren pries der römische Dichter Ovid sie als „bestes Aphrodisiakum der Welt“.

Welche Zutat ist luststeigernd?

Ananas, Chili oder Muskatnuss: Es gibt Nahrungsmittel, die den Ruf haben, besonders luststeigernd zu wirken. 14.03.2019

Welche Getränke wirken aphrodisierend? Welches Getränk macht Frauen empfänglich?

Aphrodisierende Getränke: Betörender Alkohol, Perl- & Schaumweine – jetzt wird's prickelnd. Ob Champagner, Prosecco, Sekt oder andere Frizzantes – Hauptsache es prickelt! ...

Rotwein. Dass Rotwein luststeigernd wirkt, ist sogar wissenschaftlich belegt. 09.02.2022

Was wirkt aphrodisierend auf Männer? Welche Pflanze wirkt wie Viagra?, Welche Gewürze wirken aphrodisierend?

Aphrodisierende Gewürze bringen die Liebe zum Kochen. ...

- Chilis – die Scharfmacher. ...
- Ingwer – der feurige Verführer. ...
- Rosmarin - betört die Sinne. ...
- Cayennepfeffer - heizt der Liebe ein. ...
- Nelken - bringen das Blut in Wallung. ...
- Muskatnuss - kurbelt die Leidenschaft an. ...
- Koriander - lässt es knistern.

Welche Lebensmittel sind gut für die männliche Potenz?

Generell wirkt sich der Verzehr von frischem Obst und Gemüse, Nüssen, Vollkornprodukten und Fisch positiv aus. Lebensmittel, die viele Antioxidantien enthalten, wird eine besondere Potenz-steigernde Kraft zugeschrieben. Hierzu gehören beispielsweise Brombeeren, Äpfel, Tomaten, Nüsse, Zitrusfrüchte und Kartoffeln. 03.09.2019

Aphrodisierende Lebensmittel

- **Chili:** Ein echter Scharfmacher! Nichts Essbares wirkt so zuverlässig anregend wie Chili. Das Gewürz sorgt dafür, dass der Körper Opiate ausschüttet und regt die Durchblutung der Schleimhäute kräftig an.
- **Muskat:** Nicht zuletzt wegen der anregenden bis berausenden Wirkung kennt und schätzt man Muskat in ganz Europa schon seit dem 16. Jahrhundert. Im Mittelalter würzte man Milch und Wein damit, um die Lust auf die Liebe zu wecken. Heute weiß man, warum: Der Hauptwirkstoff Myristicin im Muskat wirkt stimulierend auf die Libido. Am wirksamsten ist frisch geriebene Muskatnuss. Aber Vorsicht: Übertreiben Sie es nicht, denn eine Überdosis kann zu Kopfschmerzen und Magenverstimmungen führen.
- **Petersilie:** „Petersiliengassen“ hießen früher mancherorts die gewissen Straßen in gewissen Gegenden... Kein Wunder, denn in Petersilie und Petersilienwurzeln stecken bis zu sechs Prozent eines ätherischen Öls, das erotisch anregend wirkt.
- **Fisch und Meeresfrüchte:** Austern sind für viele der Inbegriff von Erotik. Schon die alten Römer regten damit ihre Libido an; und Casanova war überzeugt, dass sein aus 50 Austern bestehendes allmorgendliches Frühstück für seine Standhaftigkeit bei den Damen sorgte. In der Tat hebt das reichlich enthaltene Zink den Testosteronspiegel. Aber auch andere, nicht ganz so kostspielige Meeresfrüchte und Fisch im Allgemeinen erfüllen den verführerischen Zweck.
- **Schokolade:** Die Azteken nannten Schokolade „Lebensmittel der Götter“ und glaubten an die aphrodisierende Wirkung der Kakaobohne. Dass Schokolade glücklich macht und das Zerschmelzen im Mund ein rundum sinnliches Vergnügen ist wissen wir. Einen Versuch wert ist aber auch der von den Maya und Azteken einst krenzenzte „Liebestrank“: Heiße Schokolade mit echter Vanille.
- **Sellerie:** Warum ausgerechnet diese unscheinbare Knolle schon immer als hoch wirksames Aphrodisiakum galt, ist bis heute nicht ganz geklärt. Wahrscheinlich ist die im Sellerie enthaltene Substanz Butylphthalid mit verantwortlich für die Wirkung, denn sie entspannt und beruhigt - eine wichtige Voraussetzung für guten Sex. Vermutlich spielt auch das enthaltene Androstenol, ein männlicher Sexuallockstoff, eine wichtige Rolle.

- **Trüffel:** Die Edelpilze produzieren den Sexuallockstoff Androstenol. Er sorgt nicht nur dafür, dass weibliche Schweine die kulinarische Kostbarkeit suchen, der Duft von Trüffeln soll auch auf Frauen magisch anziehend wirken.
- **Alkohol:** Richtig dosiert kann Alkohol ein wahres Aphrodisiakum sein: Er regt die Lustzentren im Zwischenhirn an und dämpft Hemmungen. Allerdings: Ein Glas zuviel, und die anregende Wirkung des Alkohols schlägt ins Gegenteil um. Harte Drinks und Cocktails genießt man daher besser nicht, wenn es um Verführung und Liebe geht. Rotwein kann zwar eine sinnliche Stimmung zaubern, wirkt aber oft zu schwer. Immer richtig und aus gutem Grund der Klassiker bei Verliebten und Verführern ist Champagner oder Sekt. Das Prickeln der Kohlensäure sorgt nicht nur dafür, dass der Alkohol schneller ins Blut geht - Champagner und Co. stimulieren durch ihre perlenden Eigenschaften die Nerven im Mundraum und auf der Zunge.

Pflanzliche Arzneimittel

Seit Generationen kommen in Deutschland Pflanzenextrakte zur natürlichen Behandlung von leichten Formen der benignen Prostatahyperplasie zum Einsatz. Überwiegend handelt es sich dabei um Arzneimittel mit langer Tradition.

Die meisten Präparate werden aus Samen, Rinden, Wurzeln oder Früchten einiger weniger Arzneipflanzen hergestellt. Die größte Rolle spielen dabei Präparate mit den Wirkstoffen des **Arzneikürbis, der Sägepalme und der Brennnessel**. Häufig eingesetzte Produkte sind die Kürbiskernpräparate aus dem Arzneikürbis, Phytosterole/Beta-Sitosterine und Roggenpollenextrakte. Diese Arzneien gelten als nebenwirkungsarm und kommen bei leichten Symptomen infrage.

In großen, gut gemachten Studien im Vergleich zu einem Medikament mit bekannter Wirkung und zufälliger Zuordnung von Patienten in die Gruppen konnte jedoch kein bedeutsamer Effekt dieser Medikamente nachgewiesen werden. Die pflanzlichen Medikamente wirkten hier nicht besser als ein sogenanntes Placebo-Medikament (zum Beispiel Traubenzucker).

- **Kürbiskerne: Gut für die Prostata:** Inhaltsstoffe aus Kürbissamen sollen die Beschwerden lindern, die eine beginnende gutartige Prostatavergrößerung hervorruft
- **Brennnessel:** Entwässerndes Wildkraut. Die Brennnessel wirkt leicht wassertreibend, was sich günstig bei Blasenentzündung und Prostataproblemen auswirken kann
- **Sägepalme:** Wer – altersbedingt – Probleme mit der Prostata bekommt, dem können unter Umständen Sägepalmenfrüchte helfen

Alpha-Rezeptorblocker

Die Wirksamkeit der α 1-Blocker wurde umfassend in zahlreichen Studien belegt. Die Untersuchungen kommen übereinstimmend zu dem Ergebnis, dass die Gabe von α 1-Rezeptorblockern subjektive Symptome der Patienten reduzieren und objektive Messwerte verbessern kann. In vergleichenden Langzeitstudien erwiesen sich alle untersuchten α 1-Rezeptorblocker (Alfuzosin, Doxazosin, Tamsulosin, Terazosin) bei gleicher Dosierung als ähnlich effektiv.

Die α 1-Rezeptorblocker bewirken, dass sich die glatte Muskulatur in der Prostata und am Blasenhals entspannt, was die maximale Harnflussrate steigert und Beschwerden lindert. Ein weiterer Vorteil der Substanzklasse ist der im Vergleich zu anderen Medikamenten schnelle Wirkungseintritt innerhalb von wenigen Tagen. Wie oben bereits erwähnt, haben α 1- Rezeptorblocker allerdings keinen Einfluss auf das Fortschreiten der Erkrankung – also das mögliche Auftreten eines akuten Harnverhalts, die Verschlechterung der Symptome oder die Einschränkung der Nierenfunktion.

α 1-Blocker sollten daher in erster Linie bei Patienten eingesetzt werden, die unter den Symptomen des unteren Harntraktes leiden (beispielsweise einem abgeschwächten Harnstrahl, einer erhöhten Restharnmenge), die aber gleichzeitig nur ein geringes Risiko für eine Verschlechterung ihrer Erkrankung haben. Es ist wichtig, dass sich Patienten bei ihrem Arzt ausführlich über mögliche Nebenwirkungen der Arzneien informieren. Die Betroffenen sollten auch wissen, dass sie die Medikamente dauerhaft einnehmen müssen.

5-Alpha-Reduktase-Inhibitoren (5-ARI)

Das körpereigene Enzym 5-Alpha-Reduktase wandelt das männliche Geschlechtshormon Testosteron in die aktive Form Dihydrotestosteron (DHT) um. Medikamente der Gruppe 5-Alpha-Reduktase-Inhibitoren (5-ARI) hemmen in der Prostatazelle diese Umwandlung und reduzieren so die Hormonwirkung an der Prostata. In der Folge kann sich das Volumen der Prostata innerhalb von drei bis sechs Monaten um 20 bis 25 Prozent verkleinern. Der maximale Therapieeffekt tritt nach sechs bis zwölf Monaten ein. 5-ARI wirken besonders gut bei Patienten mit einem Prostatavolumen von mehr als 30 Milliliter. Als einzige Substanzklasse können 5-ARI das Risiko senken, dass die Erkrankung fortschreitet.

Die zwei verfügbaren 5-ARI – Finasterid und Dutasterid – haben eine vergleichbare Wirkung. Dutasterid senkt zusätzlich auch den DHT-Spiegel im Blut. Beide Substanzen reduzieren die subjektiven Symptome und verbessern die maximale Harnflussrate.

Zu den möglichen Nebenwirkungen zählen ein vermindertes Lustempfinden (Libido), ein vermindertes Ejakulatvolumen und eine auch nach dem Absetzen der Medikamente für einige Zeit anhaltende Erektionsstörung. Auch ist beobachtet worden, dass das Risiko für Diabetes und Blutfettstörungen ansteigt. Deswegen muss vor der Einnahme abgewogen werden, ob die möglichen Verbesserungen der Prostatabeschwerden die eventuell damit einhergehenden Nebenwirkungen aufwiegen.

Kürzlich wurde spekuliert, dass gerade Finasterid zu einer Häufung an besonders aggressiven Prostatakrebsarten führt. Dies wurde anhand der Ergebnisse großer Studien vermutet, ein eindeutiger Zusammenhang konnte aber bisher nicht bestätigt werden.

Wichtig zu wissen: Wenn sich durch die Medikamente das Prostatavolumen verringert, sinkt auch der PSA-Wert im Blut ab. Dieser Parameter dient zur Früherkennung von Prostatakrebs. Bei Vorsorgeuntersuchungen muss der Arzt deshalb über die Einnahme dieser Medikamente Bescheid wissen und den Einfluss der 5-ARI auf den PSA-Spiegel berücksichtigen.

Kombinationstherapie Alpha-Rezeptorblocker und 5-ARI

Die Kombinationstherapie von α 1-Blocker und 5-Alpha-Reduktase-Inhibitor macht sich den unterschiedlichen Wirkmechanismus der beiden Substanzklassen zunutze. α 1-Blocker haben einen schnellen Wirkeintritt und verbessern maximale Harnflussrate und subjektive Symptome. 5-ARI haben einen langsameren Wirkungseintritt, können jedoch als einzige Substanzklasse das Risiko senken, dass die Erkrankung fortschreitet und eine Operation erforderlich macht. Die Wirksamkeit der Kombinationstherapie wurde in Studien bestätigt.

Allerdings addieren sich mit der kombinierten Gabe von zwei Wirkstoffen auch die möglichen Nebenwirkungen beider Substanzklassen. Bei Patienten mit milden bis moderaten Beschwerden kann der Arzt deshalb erwägen, den α 1-Blocker nach sechs bis neun Monaten abzusetzen. Oft ist das ohne eine Verschlechterung der subjektiven Symptome möglich und reduziert die Nebenwirkungen. Eine

Langzeit-Kombinationstherapie sollte – nicht zuletzt aufgrund der erheblichen Mehrkosten – vor allem Patienten vorbehalten sein, die ein hohes Risiko haben, dass sich die Krankheit verschlechtert.

Die Revolution für den Mann: Forscher „tunen“ Prostata

Entspannt Wasserlassen wie mit 25 – dank völlig neuer Methode, ohne Chemie, ohne OP, ohne Nebenwirkungen, ohne Aufwand: (Dr. Karsten Lindner)

Body Fokus - Prosta Revital, täglich 2 Kapseln, wirken wie aphrodisierende Lebensmittel

Kosten pro Dose ca. 50.- €, bei Bestellung von 6 Dosen ca. 37.- €/Dose, ausreichend für ½ Jahr

Was macht BodyFokus Prosta Revital besonders wertvoll?

BodyFokus Prosta Revital enthält 8 wertgebende Inhaltsstoffe, darunter bewährte Pflanzenstoffe wie Sägepalmenfrucht, Brennnesselwurzel, Kürbiskerne und Weidenröschen. Zusätzlich sind Extrakte von Panax ginseng und **Butea superba** (siehe Seite 5) (auch als Plossobaum bezeichnet, ist eine Pflanzenart in der Unterfamilie der Schmetterlingsblütler innerhalb der Familie der Hülsenfrüchtler. Sie ist im südlichen Asien und Südostasien beheimatet und wird als Heilpflanze genutzt), ist in unsere Formel integriert. **Abgerundet wird die Rezeptur durch die Mineralstoffe Zink und Selen. Zink trägt u. a. zur Erhaltung eines normalen Testosteronspiegels im Blut und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei, während Selen u. a. zu einer normalen Bildung von Spermazellen beiträgt.**

BodyFokus Prosta Revital ist in Deutschland entwickelt worden und wird auch ausschließlich in Deutschland hergestellt.

Wann und wie sollte ich BodyFokus Prosta Revital einnehmen?

Nehmen Sie 2 Kapseln täglich, jeweils eine morgens und abends, mit der Mahlzeit mit ausreichend Wasser (mind. 200 ml) ein.

Wie viele Kapseln Prosta Revital sind in einer Dose enthalten?

In einer Dose sind **60 Kapseln** Prosta Revital enthalten.

Butea Superba – Wissenswertes und Studien zur Red Kwao Krua

Der **Schmetterlingsblütler Butea Superba**, auch bekannt als **Red Kwao Krua** soll unter anderem das **natürliche Viagra für Männer** sein, worauf später noch näher eingegangen wird. Beheimatet ist die Butea Superba in ganz Asien, wobei Thailand wahrscheinlich die bekannteste Heimatregion ist. Dort wird auch das angebliche Pflanzen-Viagra aus einer ganz speziellen Butea Superba hergestellt. Man findet das Kriechgewächs unter anderem auch in Indien, Sri Lanka, Myanmar bis zu den Philippinen. Weitere Namen sind Chhola Ki Bel, Chihunt, Climbing Palas und Palas Lata.

Die Butea Superba, die zu „natürlichem Viagra“ weiterverarbeitet wird, findet man allerdings nur in Thailand und wird auch „asiatisches Viagra“ genannt. Den Wurzeln der Pflanze wird nachgesagt, dass sie für die Potenz von unschätzbarem Wert sind, was **allerdings nicht wissenschaftlich nachgewiesen** ist.

Was ist Butea Superba?

In Thailand wächst die Pflanze im Dschungel und wird bis zu 12 Meter hoch. Das mag einem vielleicht erst mal ungewöhnlich erscheinen, ist aber für eine Kriech- beziehungsweise Schlingpflanze, wie dieser Schmetterlingsblütler eine ist, völlig normal, da sie an den Bäumen hochwächst, beziehungsweise

diese umschlingt. Sehr markant sind die wunderschönen roten Blüten, aus denen allerdings nicht das Naturmittel gewonnen wird.

Dieses stammt aus den Wurzeln der Pflanze, die tief in das Erdreich hineinreichen und optisch an die Yamswurzel erinnern. Die Wurzeln sind rötlich gefärbt und relativ lang gestreckt. In diesen ist angeblich das androgene Phytohormon enthalten, das dem männlichen Testosteron sehr ähnlich sein soll. Weiterhin soll die Butea Superba Flavonoide und flavonoide Glycosoide sowie Sterin, β -Sitosterol, Campesterol und Stigmasterol enthalten.

Diese Inhaltsstoffe kommen nämlich aus der Knolle der Pflanze, die sofort nach der Ernte verarbeitet werden. Das getrocknete Pulver soll im Übrigen sehr viel wirksamer sein als die frische Knolle, da die Wirkstoffe durch die Pulverisierung eine deutliche höhere Konzentration aufweisen sollen. Die oft beschriebenen Wirkungsweisen sollen auch nur auf zwei Sorten der Pflanze beschränkt sein.

Folgende Wirkungen werden der Pflanze nachgesagt:

Wie oben schon erwähnt, soll die **Butea Superba eine natürliche Alternative zum Viagra für mehr Lust in der Liebe sein.** Angeblich nehmen die Thailänder das Pulver schon seit Jahrhunderten zur Potenzsteigerung und gegen Libidoverlust ein. Zudem soll sie auch bei Erektionsstörungen helfen und die Qualität der Spermien verbessern. Aber das ist noch nicht alles, was die Pflanze können soll.

Sie soll **zudem ein gut wirksames Anti-Aging Mittel sein und dafür sorgen, dass das Haar wieder voller wächst und die Haut wieder straffer und faltenloser wird.** Das kann unter anderem daran liegen, dass die Knolle die Durchblutung steigern soll. Hierzu liegen allerdings nur Erfahrungsberichte vor und keine belastbaren Studien, die als offiziell anerkannt gelten.

Butea Superba ist in unseren Breitengraden noch relativ unbekannt, während Millionen von Kapseln jährlich nach China exportiert werden. Oft wird die Wurzel noch mit anderen Mitteln kombiniert wie Ginseng, Astaxanthin, Morinda oder Cinnamon.

Inhaltsstoffe der Butea Superba

- **Flavonoide:** Dieser sekundäre Pflanzenstoff ist für seine (angeblich) antioxidative Wirkung bekannt. Flavonoide gelten im Volksmund unter anderem als eines der Mittel gegen das Altern (das durch die sogenannten „freie Radikale“ ausgelöst werden soll). Weiterhin soll auch die Gedächtnisleistung durch die Einnahme von Butea Superba gesteigert werden. Das ist **allerdings nicht hinreichend wissenschaftlich belegt**, sondern durch subjektive Erfahrungen.
- **β -Sisterin:** Dieses Phytosterin soll sozusagen schuld an der Viagra-Wirkung der Butea Superba sein. Tatsächlich kommt es wirklich ergänzend bei der Behandlung von Prostata-Beschwerden zum Einsatz. Angeblich soll es aber auch verhindern, dass das Testosteron im männlichen Körper reduziert wird. Hier soll es sozusagen als Gegenspieler des Dihydrotestosterons fungieren, das eigentlich dafür sorgt, dass Testosteron umgewandelt wird und so die Manneskraft erhalten. So sorgt das β -Sisterin angeblich dafür, dass der Spiegel nicht weiter sinkt und wieder ansteigt. Auch das ist wissenschaftlich noch nicht bewiesen, sondern bisher nur eine Mutmaßung.
- **Campesterin/Sigmasterin:** Campesterin soll angeblich eine anabole Wirkung auf den Körper haben, ähnlich wie die Kiefernpollen. Es soll den Fettabbau und den Muskelaufbau vorantreiben. Auch das Sigmasterin soll angeblich steroid wirken. Außerdem soll es die Durchblutung verbessern. Bis jetzt ist das allerdings auch noch nicht mit wissenschaftlich belegten Studien belegt.

Wie lange muss man das Mittel einnehmen?

Butea Superba ist ein pflanzliches Mittel. Diese Phytolacca benötigen im Allgemeinen eine Einnahme über einen längeren Zeitraum, um ihre Wirkung voll entfalten zu können. Bei dem **Plossobaum**, so wird **die Butea Superba auch genannt, beträgt nach Erfahrungswerten die Einnahmezeit mindestens vier Wochen, bis sich die ersten Wirkungen zeigen. Ein bis zwei Kapseln sollten einmal am Tag, am besten kurz vor dem Schlafengehen eingenommen werden.**

Natürlich kann Butea Superba auch als Pulver eingenommen werden. Der Geschmack ist allerdings sehr herb. Das wird nicht jeder mögen und sich überwinden müssen, um es einzunehmen. Sowohl Pulver als auch Kapsel sollten am besten mit Wasser geschluckt werden.

Die Kapseln, beziehungsweise das Pulver sollten auch nicht länger als drei Monate am Stück eingenommen werden, da es Berichten zufolge zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen kann.

Was muss man bei der Einnahme beachten?

Angeblich soll die Einnahme von Butea Superba keinerlei Nebenwirkungen haben. Wie bereits erwähnt, sind Studien zur Wirksamkeit der Pflanze eher rar gesät. Das rührt wahrscheinlich daher, dass die Substanz in der westlichen Welt (bis jetzt) nicht allzu bekannt ist und eher auf das Konsumieren von chemisch hergestellten Potenzmitteln gesetzt wird.

Allerdings wird allgemein eine Einnahme erst ab 18 Jahren empfohlen.

Zieht man in Erwägung, das Mittel einzunehmen, weil man entsprechende Beschwerden hat oder dem Alterungsprozess entgegenwirken will, sollte man vorher mit seinem behandelnden Arzt sprechen, um wirklich alle Risiken auszuschließen, gerade dann, wenn man unter sonstigen gesundheitlichen Problemen leidet. Schon allein aus dem Grund, dass die Wirkungsweise nicht ausreichend wissenschaftlich untersucht wurde, ist zur Vorsicht geraten. Gerade dann, wenn wegen gesundheitlicher Beeinträchtigungen Medikamente eingenommen werden, sollten Männer mit Potenzschwierigkeiten erst nach vorheriger Absprache mit dem Arzt Butea Superba einnehmen, um Komplikationen zu vermeiden.

Wo kann ich Butea Superba kaufen?

Da die Pflanze erst langsam Bekanntheit in unseren Breitengraden gewinnt, sind die aus der Wurzel der Pflanze gewonnenen Produkte hauptsächlich im Online Handel erhältlich. Hier sollte man darauf achten, dass das sowohl die Beschreibung auf der Internet-Seite als auch das Etikett auf dem Produkt in deutscher Sprache verfasst sind. Dann gibt es auch keine Missverständnisse bei der Einnahme. Zudem sollte man auch darauf achten, dass die Kapseln oder das Pulver Bioqualität aufweisen. Sehr gut ist es auch, wenn eine ISO Zertifizierung nachgewiesen wird.

Um eine optimale Wirksamkeit erreichen zu können sollten 300 bis 400 mg täglich eingenommen werden, so die Hersteller. Manche Männer berichten, dass sie schon nach einem Tag eine Veränderung gespürt hätten. Aber dies sind, wie beschrieben **traditionelle Anwendungen in China und nicht wissenschaftlich gestützte Aussagen**. Wie auch bei der Einnahme von anderen pflanzlichen Potenzmitteln bekannt ist, kann schon der Gedanke an eine Wirkung zur Verbesserung führen, ohne dass die Wirkungsweise wissenschaftlich nachgewiesen ist. Eine Selbstbehandlung ist außerdem immer mit Risiken verbunden.