



Allgemeine Produktbeschreibung und Anwendung

Maca, eine Pflanze aus der Gattung der Kressen, wächst in den Anden in Höhenlagen zwischen 2500 und 4500 Metern. Sie wird als Tonikum, Aufbaumittel und allgemeines Stärkungsmittel geschätzt und bietet ein breites Spektrum an positiven Wirkungen.

Maca unterstützt die Funktion aller Drüsen im Körper, darunter die Schilddrüse, Nebennieren, Gonaden und Bauchspeicheldrüse, wodurch sie eine ausgleichende Wirkung auf das Hormonsystem hat, ohne es in eine bestimmte Richtung zu beeinflussen.

Die empfohlene Dosierung für Erwachsene beträgt drei Mal täglich eine Kapsel.

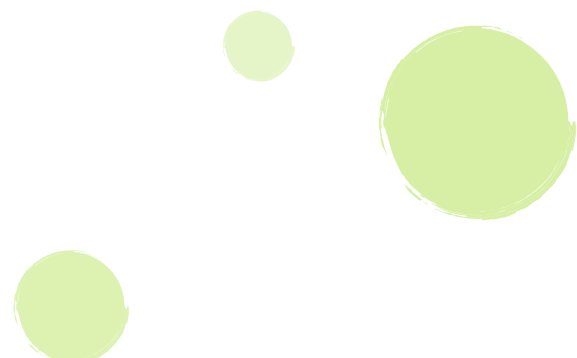
Maca wird auch häufig bei Burnout eingesetzt, da dieser Zustand nicht nur eine psychische, sondern auch eine vegetative und hormonelle Ursache hat. Die Nebennieren sind bei Burnout oft in ihrer Funktion eingeschränkt, was zu einer verminderten Produktion wichtiger Stresshormone wie Adrenalin, Noradrenalin, Kortison, Kortisol und Aldosteron führt. **Maca** kann hier unterstützend wirken, indem es die Nebennierenfunktion stärkt und somit die Fähigkeit zur Stressbewältigung fördert.

In Kombination mit *Punica granatum* und Matricell kann **Maca** helfen, Therapiestagnation zu überwinden und den Heilungsprozess zu fördern.

Bei Schilddrüsenunter- und -überfunktion zeigt **Maca** regulierende und stärkende Eigenschaften, insbesondere in Kombination mit Selen. Bei einer Schilddrüsenunterfunktion kann zusätzlich eine geringe Menge Jod sinnvoll sein, während dies bei einer Überfunktion vermieden werden sollte.

Maca wird auch häufig in Kinderwunschkliniken eingesetzt, da es nachweislich die Qualität von Spermien und Eizellen verbessern kann, insbesondere bei der Spermienqualität.

Sportler nutzen **Maca** in Kombination mit *Butea superba* als natürlichen „Testoboost“, da es die Drüsenfunktion insgesamt stärkt und so das körperliche Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit steigert.



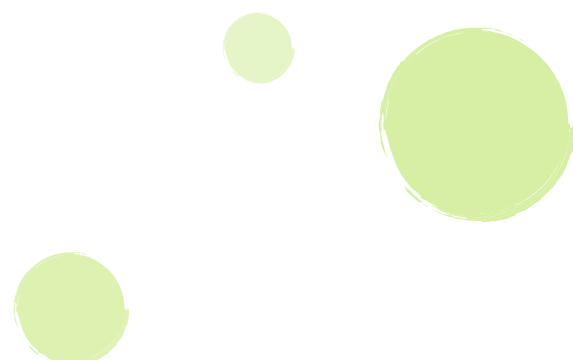


Maca bei Progesteronmangel

Maca und Yams Wurzel Kombination bei Frauen zwischen 30 und 45 Jahren

Maca Nebennieren unterstützen

Maca kann alle Drüsen stärken, einschließlich der Schilddrüse, Zirbeldrüse, Bauchspeicheldrüse, Gonaden und insbesondere auch der Nebennieren.





Maca unterstützend bei Schilddrüsen Über- oder Unterfunktion

Welches Produkt bietet sich denn bei Schilddrüsenüberfunktion an?

Bei Schilddrüsen Über- oder auch Unterfunktion ist immer **SELEN** empfehlenswert!

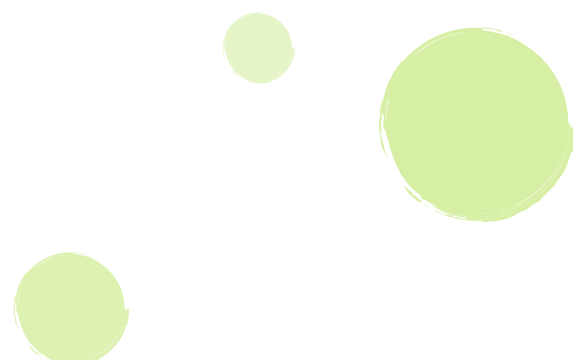
Nachdem **MACA** reich an Selen und auch die Drüsenfunktion reguliert wäre die **Kombination MACA + SELEN** die Erste Wahl!



Selen, Curcuma longa und Maca unterstützend bei Thyreoiditis Hashimoto

Es ist häufig so, dass man mit **Selen**, **Curcuma longa** und manchmal **Maca**, wenn die Symptomatik wie Zunahme, Müdigkeit, Abgeschlagenheit vorhanden sind, eine Thyreoiditis Hashimoto richtig gut in den Griff bekommen kann.

Eventuell, aber nur wenn eine Laboruntersuchung gemacht wurde und definitiv ein Jodmangel vorhanden ist, kann man eine Jod Substitution mit Algen machen, entweder mit *Spirulina platensis* oder *Chlorella vulgaris*.





MACA als Unterstützung der Hormonbalance und Schilddrüsenfunktion

Ich habe eine Schilddrüsenunterfunktion, bereits seit 24 Jahren und jetzt gelesen, dass es gut wäre, wenn ich Aminosäuren zu mir nehme. Können Sie mir auch dazu einen Tipp geben.

Aminosäuren können bei Schilddrüsenproblemen eine unterstützende Rolle spielen, das stimmt! Weiters sollte **Selen nicht fehlen**: Selen ist zwar keine Aminosäure, aber ein wichtiger Cofaktor für Enzyme, die Schilddrüsenhormone aktivieren. Eine ausreichende Versorgung mit Selen kann also ebenfalls förderlich sein.

Im Großen und Ganzen möchte ich es mit **MACA auf den Punkt bringen**:

Maca, eine Wurzel aus den peruanischen Anden, wird traditionell für verschiedene gesundheitliche Vorteile verwendet, darunter die Unterstützung der Hormonbalance und der Schilddrüsenfunktion. Ihre Wirksamkeit bei Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose) ist insbesondere in den letzten Jahren durch Studien und Erfahrungsberichte zunehmend bekannt geworden.

Warum:

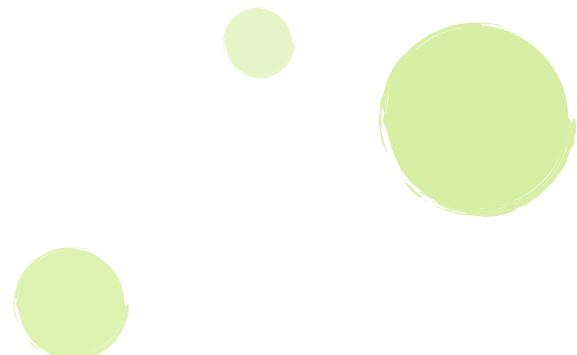
1. Nährstoffprofil von Maca:

Maca ist reich an wichtigen Nährstoffen, die für die Gesundheit der Schilddrüse förderlich sein können:

- **Selen:** Selen ist ein essenzielles Spurenelement, das eine Schlüsselrolle bei der Funktion der Schilddrüse spielt. Es ist ein Cofaktor für das Enzym *Deiodinase*, das notwendig ist, um das inaktive Schilddrüsenhormon T4 in das aktive Hormon T3 umzuwandeln. Eine ausreichende Versorgung mit Selen kann daher die Schilddrüsenfunktion verbessern und Symptome einer Hypothyreose lindern.
- **Aminosäuren:** Maca enthält alle essenziellen Aminosäuren, die den Körper bei der Proteinbildung und anderen wichtigen Prozessen unterstützen, einschließlich der Hormonproduktion.
- **Vitamine und Mineralien:** Neben Selen enthält Maca auch andere für die Schilddrüse wichtige Nährstoffe wie Zink, Eisen und Jod.

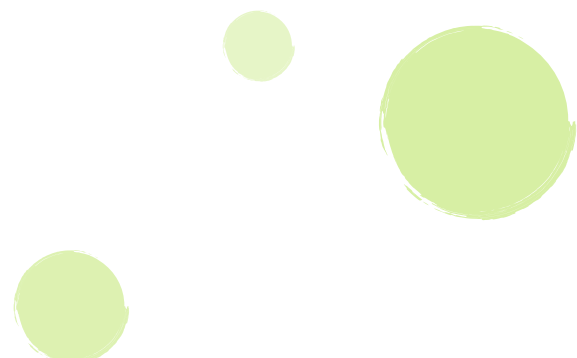
2. Wirkmechanismen von Maca bei Hypothyreose:

- **Hormonelle Balance:** Maca kann helfen, die hormonelle Balance im Körper wiederherzustellen. Dies ist besonders wichtig bei Hypothyreose, da diese häufig mit einem Ungleichgewicht der Sexualhormone und anderen endokrinen Funktionen einhergeht.
- **Stressreduktion und Adaptogen:** Maca wird als Adaptogen eingestuft, was bedeutet, dass es dem Körper helfen kann, sich an Stress anzupassen. Stress ist ein bekannter Faktor, der die Schilddrüsenfunktion beeinträchtigen kann, und die stressreduzierenden Eigenschaften von Maca könnten somit indirekt die Schilddrüse unterstützen.
- **Energie und Stoffwechsel:** Eine Hypothyreose führt häufig zu Müdigkeit und einem verlangsamten Stoffwechsel. Maca ist dafür bekannt, die Energie zu steigern und den Stoffwechsel anzukurbeln, was hilfreich sein kann, um die Symptome einer Schilddrüsenunterfunktion zu mildern.



3. Studienlage:

- **Hormonelle Effekte:** Es gibt Studien, die darauf hinweisen, dass Maca die Produktion bestimmter Hormone positiv beeinflussen kann, insbesondere durch die Wirkung auf die Hypothalamus-Hypophysen-Nebennieren-Achse (HPA-Achse). Diese Achse spielt eine wichtige Rolle bei der Regulation der Schilddrüsenhormone.
- **Selenverfügbarkeit:** Studien, die den Selengehalt von Maca und seine Bioverfügbarkeit untersuchen, haben gezeigt, dass Maca eine gute natürliche Quelle dieses wichtigen Mikronährstoffs ist, was seine Anwendung bei Hypothyreose unterstützt.





Maca bei reaktionsstarren Patienten

Reaktionsstarre wird so verglichen:

Energie ist das Gaspedal des Körpers, die Regulation ist das Lenkrad des Körpers und die Reaktionsstarre (therapieresistenter Zustand) ist dann, wenn die Differentialsperre drinnen ist. Das ist oft eine sinnvolle physiologische Reaktion des Körpers, wenn zum Beispiel der Säbelzahn tiger am Schenkel knabbert und man trotzdem weiterleben möchte. Oder wenn irgendetwas das eigene System überfordert, der Körper sagt ich kann mir nicht helfen und muss mir eine aparte Situation schaffen, um zu überleben.

Aber natürlich ist das ein Zustand, wo man die richtige Therapie einsetzt, die richtige Diagnostik stellt und dennoch versagt. Auch ein weiterer Hinweis in der Anamnese ist, dass der Patient schon von verschiedenen Kollegen kommt und immer wiederkehrend sagt „ich war e schon überall, das ist ... das Problem, bei allen anderen funktioniert es, nur bei mir nicht“.

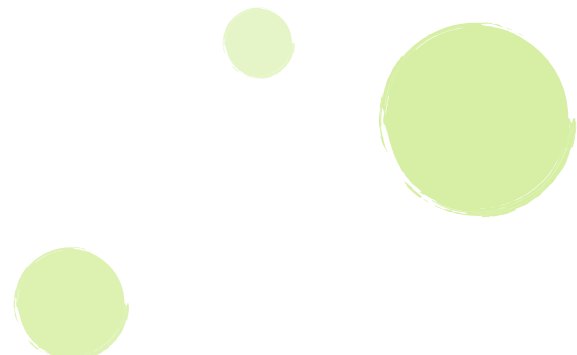
Was recht gut bei solchen Patienten funktioniert ist eine Kombinationsbehandlung aus drei Produkten die man als **Basis-Präparate** hernimmt **Maca, Matricell und Punica granatum**.

Maca ist eine Kressen Gattung, wächst zwischen 2500m und 4500m Seehöhe, ist ein Tonikum und stärkt alle Drüsen.

Matricell (Gelee Royale, Propolis Bienenhonig) stärkt das Immunsystem und man kann es alternativ zu Curcuma longa nehmen.

Punica granatum ist Energieaufbauend, Substanzaufbauend und Herzkreislaufstärkend. Als Empfehlung noch zusätzlich jeden Abend eine Portion Hühnersuppe und das für zwei Wochen.

In der Kombination, wenn sich noch etwas aus der Anamnese schließen lässt, dann geht man noch gezielter heran, aber eher immer nur stärkend.

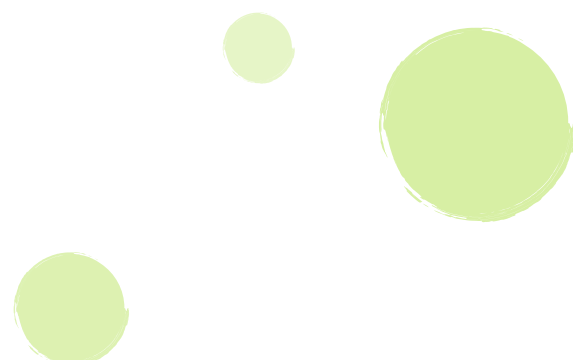




Medizinischer Beirat
Vitalsee Biotech

Maca verbessert die Spermienqualität

Maca 300 verbessert die Spermienqualität, dies ist wissenschaftlich belegt.





Maca Einnahme nach Burnout

Wie lange sollte die Einnahme von Maca nach einem Burnout andauern?

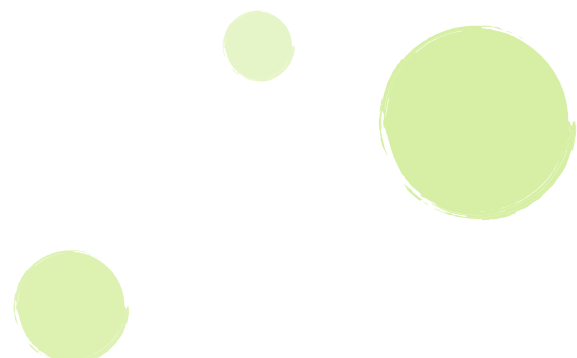
Die Dauer der Einnahme von **Maca** variiert individuell und hängt von der Schwere des Burnouts ab. Burnout ist keine einheitliche Erkrankung, da es verschiedene Stufen und Ausprägungen gibt. Bei einer Verschreibung von Maca sollte in der Regel eine Mindestdauer von einem Jahr in Betracht gezogen werden, wobei die genaue Zeitspanne von Fall zu Fall unterschiedlich sein kann.



Unterstützung bei Schilddrüsenunterfunktion

Zur Unterstützung bei Schilddrüsenunterfunktion können Maca und die Maqui-Berry eingesetzt werden. Maca stärkt alle Drüsen, einschließlich der Schilddrüse, und kann sowohl bei Unter- als auch bei Überfunktion angewendet werden.

Die Maqui-Beere hat eine stoffwechsellanregende Wirkung, die sich ebenfalls positiv auf eine Schilddrüsenunterfunktion auswirken kann.





Herz Fall nach PFO-Verschluss: Reaktionsstarre, Stufenkonzept

- Vorgeschichte: akute kardiale Krise (Tachykardie/Kammerflimmern, Lungenödem, Not-OP); seither HFrEF ~40%, Episoden oft nur über Pulsuhr erkannt; Schonung ohne Besserung.
- Hypothese: Reizleitungsstörung durch Fremdkörper/Narben; Dissoziation der Körperwahrnehmung; Stress-/Burnout-Dysregulation (Cortisol/Serotonin prüfen).
- Stufenplan: zuerst Reaktions-/Therapiestarre lösen (Aloe, Maca, Granatapfel; Aufklärung zu möglichen Erstverschlechterungen), dann herzmuskelstärkende Maßnahmen (Weißdorn, Granatapfel, Coenzym Q10, Magnesium; Verhältnis Weißdorn:Granatapfel 1:1).
- Monitoring: BNP/NT-proBNP und HRV regelmäßig; bei fehlender Besserung langfristig Transplantationsabklärung; später ggf. Herzmuskeltraining.