

Pulsar



*Wie erschaffen wir
unsere Wirklichkeit?*

EREKTILE DYSFUNKTION

Tabuthema des Mannes – wenn ER nicht mehr funktioniert

Wenn der Mann älter wird, lässt oftmals die Manneskraft nach – die Sexualität kann nicht mehr wie gewünscht ausgelebt werden, da das wichtigste männliche Organ nicht mehr zuverlässig funktioniert: ER wird nicht mehr richtig steif. Sie sprechen nicht gerne darüber und dennoch sind mehr als 6 Millionen Männer von der erektilen Dysfunktion betroffen. Jeder 3. Mann ab 60 Jahren leidet unter sexueller Schwäche, die zwar im Kopf funktioniert, aber nicht körperlich umgesetzt werden kann.

Dass es aus den verschiedensten Gründen zu einer vorübergehenden Schwäche der Manneskraft kommen kann, ist normal, von einer erektilen Dysfunktion (ED) spricht man, wenn diese länger als 6 Monate am Stück besteht. Dass Männer sich dieses weit verbreitete Problem ungern selbst eingestehen ist verständlich, schließlich ist ein „richtiger Mann“ allzeit bereit. Selbst in ärztlichen Praxen wird dieses Thema nur sehr selten angesprochen, während Flyer zum Thema, die auf der Herrentoilette ausliegen, im Handumdrehen zur Neige gehen.

Nach neueren Untersuchungen leiden 53 % der über 50-jährigen Männer an einer erektilen Dysfunktion (ED) und 66 % der über 70-jährigen. Auffällig ist, dass die ED zunehmend auch junge Männer erfasst, daher Männer in einem Alter von 30 bis 50 Jahren. Eine ED entsteht immer dann, wenn die Schwellkörper im Penis, trotz ausreichender Libido des Mannes, nicht genügend anschwellen und so das Glied nicht hart genug wird, um einen Geschlechtsverkehr durchzuführen. Hinter dem Problem verbergen sich nervale Störungen, psychische Probleme oder Durchblutungsstörungen. Vor jeder Therapie ist eine Abklärung der möglichen Ursachen zwingend erforderlich:

ATHEROSKLEROSE

Die sogenannte „Verkalkung“ der Arterien findet sich auch in den Arterien des Penis, diese sind sehr klein und reagieren sehr empfindlich – daher mit Erektionsstörungen – auf Ablagerungen in den Gefäßen. Daher kann die ED auch Vorbote einer koronaren Herzkrankheit oder eines Schlaganfalls sein. Männer mit einer ED sollten niemals ohne Abklärung des Schlaganfall- und Herzinfarkt-Risikos PDE-5-Hemmer (= Phosphodiesterase-5-Hemmer) einnehmen, da diese als Nebenwirkung Schlaganfälle und Herzinfarkte auslösen können. Die Behand-

lung von Gefäßverkalkung kann jedoch sehr effektiv mit Vitalstoffen erfolgen. Coenzym Q10, Omega-3-Fettsäuren, Niacin, Vitamin C, Selen sind hier die wichtigsten natürlichen Vertreter.

STRESS UND PSYCHISCHE PROBLEME

Stress, Burnout, der ständige Erfolgsdruck sowie die immer weniger werdenden Entspannungsphasen im täglichen Leben sind eine der Hauptursachen für eine ED. Eine einfache Frage kann klären, ob eine ED psychogen verursacht ist oder nicht. Hat der Betroffene gelegentlich

eine normale morgendliche Erektion, so ist die Ursache der ED zumeist psychisch begründet. Speziell bei jüngeren Männern mit ED sind Stress und psychischer Druck oft die Auslöser.

VITALSTOFFE UND OXIDATIVER STRESS

Neben Stress, Burnout und Depressionen kann ein latenter Vitalstoffmangel eine ED verursachen. Gut 80 % der Deutschen haben einen zum Teil erheblichen Vitamin D-Mangel, der oft mit depressiver Stimmungslage vergesellschaftet ist. Auch ein Mangel an verschiedenen B-Vitaminen, Omega-3-Fettsäuren und Aminosäuren kann eine Depression verstärken.

MEDIKAMENTE

Viele Medikamente können die Erektion des Mannes behindern. Manche Medikamente, wie die weit verbreiteten Antidepressiva, Beruhigungsmittel, Aufputzmittel und Beta-blocker, können auch bei alleinigem Gebrauch eine ED verursachen.

UNGESUNDER LEBENSSTIL

Alkohol, Nikotin, Cannabis, Drogen und übermäßige Zuckerverzehrung reduzieren indirekt die Durchblutung im Penis, und eine ED kann die Folge sein. Übergewicht verschlechtert die Durchblutung in den kleinen Arterien des Penis und vermindert den Testosteronspiegel. Defekte Schwellkörper sind selten, auch ein Bandscheibenvorfall in der

Lendenwirbelsäule kann eine ED auslösen, genauso wie ein Testosteronmangel.

VITALSTOFFE ZUR THERAPIE DER EREKTILEN DYSFUNKTION

Nach der Ursachenabklärung mit entsprechender Therapie und Lebensstiländerung sollten als erste Maßnahme natürliche Mittel zur Behandlung eingesetzt werden. Einen hohen Stellenwert hat hier das Selen, in Kombination mit Coenzym Q10 (z.B. Bio-Qinon Gold), da atherosklerotische Ablagerungen an der ED beteiligt sind. Der übliche schulmedizinische Ansatz, eine Therapie mit Statinen, ist im Falle einer ED ungünstig und verstärkt die ED durch eine Vitamin-D-Verarmung, sowie eine Coenzym Q10-Verarmung. Selen ist das wichtigste endogene Antioxidans in unserem Körper. Zusammen mit den anderen antioxidativen Vitalstoffen (Vitamin A, C, E, Betakarotin, Zink und Omega-3-Fettsäuren) reduziert es oxidativen Stress und verhindert so die Ausbildung von atheromatösen Plaques. Omega-3-Fettsäuren sind sehr wichtig für die Fließeigenschaften des Blutes. Die Vitamine C und E sind die wichtigsten direkten Antioxidantien für das Abfangen freier Radikale. Selen, das wichtigste indirekte Antioxidans, welches freie Radikale über Enzymsysteme neutralisieren kann, ist in Deutschland kaum in der Nahrung enthalten, da wir ein Selenmangelgebiet sind. Um genügend Selen zuzuführen muss es ergänzt werden.

Da die antioxidativen Reaktionen auf zellulärer Ebene

stark energieabhängig sind, ist Coenzym Q10 ein idealer Partner von Selen in der Behandlung der ED. Coenzym Q10 ist in den Mitochondrien, zur Energiegewinnung in Form von ATP unabdingbar. Selen und seine antioxidativen Partner halten die Penisarterien elastisch und leistungsfähig.

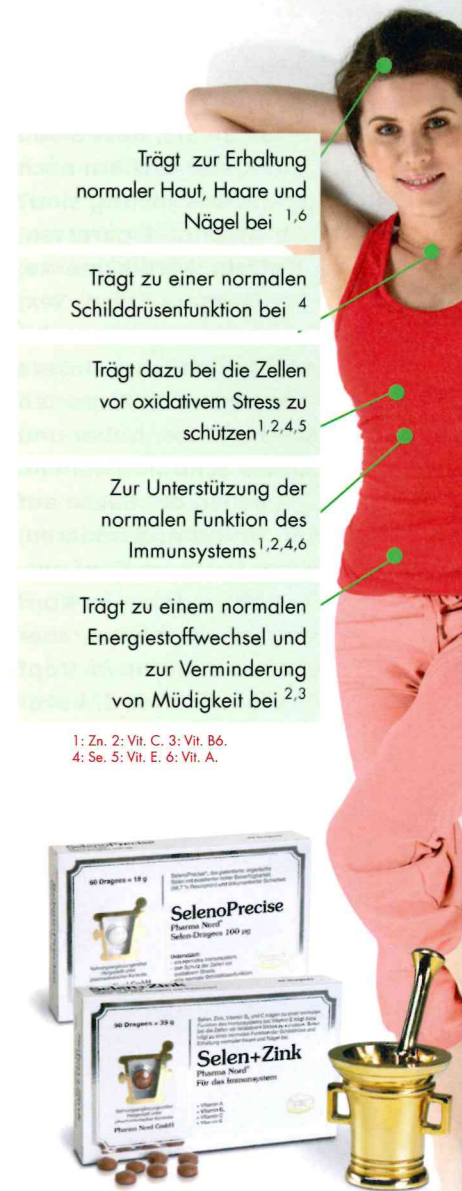
Die Maca-Wurzel aus den Anden vereint viele Vitalstoffe (Vitamin A, Vitamin C, Vitamin E, Kalzium, Kalium, Magnesium, Zink und Aminosäuren) in sich. Sie regt beim Mann und bei der Frau das sexuelle Begehren an. Somit sind Maca-Wurzelpräparate eine ideale Ergänzung bei der Therapie der ED. Täglich sollten 500 mg eingenommen werden.

Gute Vitalstoffpräparate haben keine Nebenwirkungen und bieten zusätzliche positive Effekte für die Gesundheit und reichen oft aus, wenn der Lebensstil geändert wird. Die in Deutschland häufig eingesetzten PDE-5-Hemmer haben zwar eine gute Erfolgsquote, sind aber teuer und haben viele Nebenwirkungen (schmerzhafte Dauererektion, Schlaganfall, Herzinfarkt, Erblindung).

Der Einsatz von Vitalstoffen muss sicherlich über einen längeren Zeitraum versucht werden und auch psychische oder seelische Probleme sollten unbedingt einbezogen werden. Da eine ED das Selbstwertgefühl stark beschädigen kann sind ein offener Umgang und eine gute Aufklärung das wichtigste Mittel für jeden Mann und der erste Schritt zur alten Stärke ■

Zellschutz und Immunabwehr

Einzigartige, organische Selenhefe mit einer hohen dokumentierten Aufnahme im Körper. Unterstützt das Immunsystem, den Zellschutz und die Schilddrüsenfunktion.



Trägt zur Erhaltung normaler Haut, Haare und Nägel bei ^{1,6}

Trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei ⁴

Trägt dazu bei die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen ^{1,2,4,5}

Zur Unterstützung der normalen Funktion des Immunsystems ^{1,2,4,6}

Trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Verminderung von Müdigkeit bei ^{2,3}

1: Zn. 2: Vit. C. 3: Vit. B6. 4: Se. 5: Vit. E. 6: Vit. A.



In Apotheken erhältlich!

SelenoPrecise
(100 mcg Selen als Selenhefe)
AT PZN 4845852 60 Dragees
AT PZN 4845875 150 Dragees

Selen + Zink
AT PZN 4845800 90 Dragees
AT PZN 4845823 180 Dragees
100 mcg Selenhefe, Zink, Vitamin A, B6, C, E

Qualitätsprodukte von
Pharma Nord
...die mit dem goldenen Mörser
Kostenlose Hotline: 0800-1122525
www.pharmanord.de

Lesen Sie mehr unter:
www.pharmanord.de und
abonnieren Sie unseren Newsletter

Folgende Vitalstoffe helfen bei der Behandlung der ED:

Vitalstoff	Wirkung	Dosierung täglich
Selen	Endogenes Antioxidans, Plaques-Abbau	100-200 µg
Coenzym Q10	Universeller Energielieferant	100-200 mg
L-Arginin	Durchblutungssteigerung, ähnlich PDE-5-Hemmer	3000-5000 mg
L-Carnitin	Steigerung Stoffwechsel und Energieversorgung	200-1000 mg
Zink	Steigerung der Testosteron-Synthese	20-40 mg
Pinienrindenextrakt	Durchblutungssteigerung, Wirkverstärkung von L-Arginin	80-120 mg
Kalzium	Zellwandstabilisierung, Verbesserung der Blutflusseigenschaften	800-1200 mg
Magnesium	Zellwandstabilisierung, Verbesserung der Blutflusseigenschaften	400-600 mg

Zu den Autoren:

Dr. med. Edmund Schmidt
Nathalie Schmidt

www.energie-lebensberatung.de
www.praxis-schmidt-ottobrunn.de
www.facebook.de/vitalstoffinformation
www.ensign-ohg.de