

# Schisandra chinensis

Materialien zum Thema „Schisandra chinensis“ sind dem Internet – siehe Quellenangaben – unkommentiert entnommen. Die Artikel sind durchnummeriert (1) bis (11). Hervorhebungen sind so nicht im Original vorhanden, dienen der schnelleren Erkennbarkeit von behaupteten Wirkungen. Am Textende steht eine Aufzählung der behaupteten Wirkungen mit Verweisen auf die nachfolgenden Materialien.

## (1) Schisandra Chinensis (Wu Wei Zi)

### Die Heilpflanze Wu Wei Zi - Schisandra Chinensis

Die Schisandra Chinensis, auch unter ihrem chinesischen Namen Wu-Wei-Zi bekannt, ist eine der abwechslungsreichsten Heilpflanzen in der chinesischen Medizin. Die Beeren der Pflanze werden in zahlreichen unterschiedlichen Gebieten zur Heilung eingesetzt. Zum Teil dienen sie der **Anregung bestimmter Körperfunktionen**, zum Teil wendet man sie aber auch zur **Beruhigung** an.

Eine besondere Bedeutung haben die Beeren der Schisandra Chinensis in der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). Dort werden sie zur Heilung zahlreicher körperlicher Gebrechen und psychischer Probleme eingesetzt. Zusätzlich spricht man ihnen in der TCM eine **stärkende Wirkung auf bestimmte Organe (Leber, Nieren)** zu.

Der chinesische Name der Heilpflanze, Wu-Wei-Zi, bedeutet soviel wie "Kraut der fünf Geschmacksrichtungen". In der traditionellen chinesischen Medizin (TCM) unterscheidet man fünf Elemente: Feuer, Wasser, Holz, Erde und Metall. Diesen Elementen werden die Heilkräuter je nach Wirkweise und Eigenschaften zugeordnet.

Wie man am chinesischen Namen der Schisandra Chinensis bereits erkennt, ist ihre Wirkung vielfältig. Sie wird je nach Ausgangsbefund beim Patienten allen fünf Elementen zugeordnet. Dementsprechend zahlreich sind auch die Gebiete, zu deren Heilung Schisandra Chinensis eingesetzt wird. Der Pflanze wird gleichzeitig eine anregende und eine ausgleichende Wirkung zugesprochen. Diese zunächst scheinbar widersprüchliche Wirkung ist in der chinesischen Medizin häufig anzutreffen. Sie fußt auf der Überzeugung, daß sowohl Reizzustände als auch Antriebslosigkeit auf ein Ungleichgewicht im Körper zurückzuführen sind. Dieses Ungleichgewicht - z.B. in Form von Depressionen, Antriebslosigkeit oder Schlaflosigkeit - kann Schisandra Chinensis laut der chinesischen Medizin beseitigen.

Nach dem Glauben der Chinesen haben die Beeren der Schisandra Chinensis eine **blutreinigende und nierenstärkende Wirkung**. Auch die **Leberfunktion soll durch die Heilpflanze gestärkt werden**.

In der chinesischen Medizin wird Schisandra Chinensis aufgrund ihrer anregenden Wirkung gegen diverse Krankheiten eingesetzt, die auf mangelnde Vitalität und Erschöpfungszustände zurückzuführen sind. Im Einzelnen wird die Pflanze **gegen Streß und zur Stärkung der Vitalität, gegen Depressionen, Reizbarkeit und Vergeßlichkeit** verordnet. Ein weiteres Einsatzgebiet von Schisandra Chinensis findet sich in der Behandlung von **Potenzproblemen**, die laut TCM mit Hilfe der Schisandra Chinensis beseitigt werden können. Diese Einsatzgebiete zeigen noch einmal deutlich, daß der Schisandra Chinensis eine anregende, aber gleichzeitig auch ausgleichende Wirkung zugesprochen wird.

Aufgrund ihrer ausgleichenden Wirkung verordnen chinesische Mediziner Schisandra Chinensis auch zur Beruhigung und gegen Schlaflosigkeit. Auch **gegen Alpträume** wirkt sie nach dem Glauben der Chinesen wahre Wunder.

Quelle: <http://www.schisandra.at/>

## **(2) Schisandra**

### **Leber**

Die Erforschung der Schisandrawirkstoffe hat sich bisher weitgehend auf die Lignane konzentriert, die eine ausgeprägte, die **Leber schützende Wirkung** haben. Man konnte insgesamt bis zu 30 verschiedene Lignane identifizieren, die alle zu dieser Wirkung beitragen. Bekannt ist diese Schutzfunktion seit 1972, und eine klinische Studie konnte eine Erfolgsquote von 76 % bei Hepatitis nachweisen, ohne daß Nebenwirkungen festgestellt wurden.

### **Nervensystem**

Schisandra übt eine **stimulierende Wirkung auf das Nervensystem** aus, **stärkt die Reflexe und fördert das klare Denken**. Die Früchte sollen bei **Depressionen** helfen, die Reizbarkeit herabsetzen und die **Vergeßlichkeit** verringern.

### **Gebärmutter**

Schisandra stimuliert die Gebärmutter durch Verstärkung der rhythmischen Kontraktionen.

### **Adaptogene Wirkung**

Wie der Ginseng hat die Schisandra adaptogene Eigenschaften und hilft dem Körper, sich bei vermehrtem Streß anzupassen.

### **Tonisch**

Schisandra ist eines der besten tonischen Kräuter und wirkt auf viele verschiedene Organe stärkend und tonisch.

### **Sexualstimulans**

Am bekanntesten ist die Schisandra vermutlich als sexuelles Tonikum (= Stärkungsmittel) für Männer und Frauen. Sie soll die Sekretion sexueller Flüssigkeiten fördern und die Ausdauerfähigkeit des Mannes verbessern.

### **Sedativum**

Obwohl Schisandra stimulierende Eigenschaften besitzt, verwendet man sie in der chinesischen Medizin, um den Geist zu beschwichtigen und das Herz zu beruhigen. Sie wird bei **Schlaflosigkeit** und von **Alpträumen** gestörtem Schlaf verordnet und ist ein gutes Beispiel

dafür, wie adaptogene Kräuter oft in scheinbar widersprüchlicher Weise die normalen Körperfunktionen wieder herstellen.

### **Atemwegsfunktion**

Schisandra wird bei Atemwegsinfektionen wie chronischem Husten, Kurzatmigkeit und Stenoseatmung verwendet.

### **Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten**

Schisandra wird oft genutzt, um die Nierenfunktion zu stärken und dem Körper zu helfen, das Gleichgewicht der Flüssigkeiten aufrecht zu erhalten. Daher eignet sie sich für die Behandlung von Nachtschweiß, Durst und zu häufiger Blasenentleerung.

Quelle: <http://www.juglan.com/prod308.html>

## **(3) Schizandra**

### **Botanische Bezeichnung: schizandra chinensis**

Eine aus China stammende Pflanze, die vor allem als Aphrodisiakum geschätzt wird. Ihr wird eine anregende Wirkung nachgesagt. Im asiatischen Raum gilt die Schizandra als Liebespflanze. U.a. stimuliert sie Abwehrkräfte, harmonisiert seelisches Wohlempfinden und wirkt verjüngend. Die Schizandra erhält die Jugendlichkeit und Schönheit.

Quelle: <http://www.livor.de/schizandra.147.0.html>

## **(4) Schizandra**

Die Früchte der in Ostasien vorkommenden Kletterpflanze Schizandra chinensis wurden in China seit Jahrhunderten genutzt. Sie war vor allem Kaisern und Regierenden vorbehalten, die die Schizandra-Beeren wegen ihrer belebenden und erfrischenden Eigenschaften schätzten. Die Schizandra-Beeren ergeben nicht nur einen wohlschmeckenden Tee, sondern sie sind auch reich an Vitamin A, C, E, B6 und enthalten die Spurenelemente Zinn, Jod und Selenium.

## **(5) Schizandra sinensis**

Die rote Beere aus Schizandra sinensis, eine Pflanze, die ursprünglich aus dem Norden Chinas stammt, verbindet auf wenig herkömmliche Weise die fünf Geschmäcker, woher ihr chinesischer Name wu-wei-zi stammt (Frucht mit fünf Geschmäckern).

Die Schizandra ernährt die Nieren: sie stimuliert die Aktivität der Nebennierenrinden und ermöglicht ist, wirksam gegen chronische Müdigkeit zu kämpfen, indem sie die Energieproduktion in ihrer Quelle stimuliert. Sie kann über längere Zeiträume ohne Nebenwirkungen verwendet werden. Die Frucht aus Schizandra sinensis gehört zu der Kategorie der adstringierenden Tonika. Sie wird verwendet, um den Widerstand und die körperliche, intellektuelle und sexuelle Ausdauer und Leistungsfähigkeit zu erhöhen, aber auch, um bestimmte Atem- und Verdauungsstörungen zu behandeln. Sie ist ein Adaptogen, das die Fähigkeit des Organismus, dem Streß zu widerstehen, erhöht.

Japanische Wissenschaftler haben gezeigt, daß zwei Lignane der Schizandra (das Schizandrin und das Gomisin) wirkungsvolle **leberschützende Effekte**, einschließlich gegenüber so giftigen Verbindungen wie dem Tetrachlorkohlenstoff, aufweisen. Chinesische Studien zeigen eine leberschützende Wirkung bei Virushepatitis und unter Alkoholeinfluß.

In Rußland wird die Schizandra zur **Behandlung von Müdigkeit und zur Verbesserung der Sehschärfe** verwendet. Anekdotische Berichte erwähnen auch aphrodisiakische und nootropische Effekte, die sehr zu dem Ruf der Schizandra beitragen.

Quelle: <http://www.supersmart.com/de--Adaptogene--Schisandra-sinensis-250-mg--0155>

## **(6) Schizandra - Geheimnisvolle Frucht aus China**

Die Chinesen schätzen dieses Früchtchen schon sehr lange. Sie schreiben ihr eine regenerierende und leistungsstärkende Wirkung zu. Westliche Wissenschaftler haben durchblutungsfördernde Eigenschaften entdeckt.

### **Schizandra - die Pflanze**

Schizandra oder auch WuWeiZi genannt, ist das "Kraut der fünf Geschmacksrichtungen". Die Frucht ist eine säuerlich schmeckende Beere, die auch Anteile von süßem, scharfem und mildem Aroma beinhaltet.

Im Kaiserreich China wird die Pflanze bereits seit der späten Han-Dynastie angebaut. Wegen ihrer Wirkung wird sie von den Asiaten den stark "Chi"-betonenden Pflanzen zugeordnet.

### **Schizandra und das Chi**

Für Asiaten steht Wu Wei Zi oder Schizandra als "Chi"-betonendes Nahrungsmittel schon mehrere tausend Jahren auf dem Speiseplan.

Chi bedeutet für Asiaten innere Ruhe. Das Chi muß täglich tonisiert werden.

In der chinesischen Tradition findet Wu Wei Zi vielfältige Anwendung zur Steigerung von Gesundheit und Wohlbefinden. In China gilt Wu Wei Zi auch als ein sexuelles Stärkungsmittel für beide Geschlechter.

### **Schizandra und die Inhaltsstoffe**

Die Früchte der Schizandra sind reich an Vitamin C und Vitamin E. Den größten Wirkstoffkomplex innerhalb der Frucht stellt das ätherische Öl dar. In den Früchtesamen liegt ein Lignanengehalt von 7 bis 19 % vor. Bei Lignanen wird allgemein eine positive Wirkung auf die Leber angenommen.

### **Schizandra und die Forschung**

Der Gefäßspezialist der Universität in Middlesex, Dr. Andrew Chevallier berichtet von der Frucht Wu-Wei-Zi, daß diese Beerenfrucht **sehr seltene Flavonoide** enthält, die die Gesundheit und die Durchgängigkeit der Gefäße gezielt stärkt. Eine **optimale Durchblutung ohne Fettablagerungen in den Gefäßen** ist ein wesentlicher Bestandteil unserer Herz- und Gefäßgesundheit.

Die Asiaten schwören nicht umsonst seit so vielen Jahren auf WuWeiZi.

Quellen: <http://www.megavitalshop.com/shop/schizandra-wuweizi.cfm??cfid=1843&cftoken=8546&startrow=1>

## **(7) Schizandra**

Schizandra, Chinesisches Spaltkörbchen (*Schisandra chinensis*), auch Chinesische Beerentraube oder Chinesischer Limonenbaum

Der chinesische Name der Schizandra bedeutet 'Kraut der 5 Geschmacksrichtungen'. Die Asiaten nehmen 1,5 bis 6g Schizandrae fructus Pulver, um ihr Chi zu tonisieren – ein uraltes Nahrungsergänzungsmittel. Der Pflanze wird eine regenerierende und leistungsstärkende Wirkung zugesprochen, die Chinesen verwenden sie auch als sexuelles Stärkungsmittel.

Quelle: [http://www.direkt-drucken.de/unternehmen/schizandra-momordica-katzenkralle\\_15.htm](http://www.direkt-drucken.de/unternehmen/schizandra-momordica-katzenkralle_15.htm)

## **(8) Schizandra chinensis**

Einer der kostbarsten Schätze der chinesischen Kräuterkunde gewinnt nun auch im Westen immer mehr Freunde. Chinesische Frauen schätzen die tonisierende Schizandra-Beere seit jeher als Verjüngungsmittel und zur Harmonisierung des körperlichen und seelischen Wohlbefindens. Sexuelle Erfüllung und gesteigerte Vitalität bewirkt Schizandra indessen bei Frauen und Männern.

Der chinesische Kräuterkundige Hsu Ching tso rät Männern bei sexueller Unlust und Erschöpfung Schizandra zu gleichen Teilen mit Yohimbe und Ginkgo biloba ca. 30 Minuten vor dem Verkehr zu nehmen.

Allgemein hat die Kletterpflanze ausgleichende, regenerierende und leistungsstärkende Wirkung. Verwendet werden die Beeren.

Quelle: <http://www.naturheilkundlexikon.de/0186a2921d05b2337/0186a292ac0d12257.html>

## **(9) Schisandra**

Schisandra (*Schisandra chinensis*, Syn.: *Schizandra chinensis*, *Idesia polycarpa*, *Maximowisia chinensis*, *Maximowitschi japonica*, *Polycarpa maximowiczii*) (chin.: Wu Wei Zi), auch Beerentraube und Chinesischer Limonenbaum genannt, ist eine aus China stammende Heilpflanze. Ihre frühe Erwähnung geht auf die Han-Dynastie zurück.

### **Biologisches**

Sie gehört zur Familie der Schisandragewächse oder Sternanisgewächse (*Schisandraceae*) und ist eine winterharte, zweihäusig getrenntgeschlechtige (diözische), mehrjährige Liane, die etwa 8 Meter hoch werden kann. Aus ihren duftenden, weißen bis cremefarbenen Blüten bilden sich bei den weiblichen Pflanzen aromatische rote Früchte, die wegen ihrer heilenden Wirkung in der chinesischen Kräuterkunde schon seit langem eingesetzt werden. Da die Pflanze ätherisches Öl enthält, wird dieses auch in der Parfümindustrie verwendet. Die Schisandra ist im Nordosten Chinas und in Japan beheimatet.

## Wirkung

Ihr wird eine regenerierende und leistungsstärkende Wirkung zugeschrieben, außerdem wird sie in der chinesischen Heilkunde bei Diabetes, Herzklopfen, Schlaflosigkeit, Erkältungskrankheiten, Hepatitis, Harnwegserkrankungen, frühzeitigem Samenerguß, Asthma und Depressionen eingesetzt. In China gilt sie als ein sexuelles Stärkungsmittel für beide Geschlechter in Verbindung mit Yohimbe und Ginkgo biloba.

## Zubereitung, Anwendung

Schisandra-Beeren können als Tee zubereitet werden, wobei die Kochzeit mit max. 20 min. angegeben wird. Die Beeren können auch gekaut werden, und zwar mehrmals täglich über den Tag verteilt jeweils drei bis vier Beeren.

Im Fachhandel wird die Droge auch in Schisandra-Kapseln angeboten, dabei handelt es sich aber um ein apothekenpflichtiges Arzneimittel.

Quelle:

<http://www.kliniken.de/lexikon/Medizin/Alternativmedizin/Naturheilkunde/Heilpflanze/Schisandra.html>

## (10) Chinesisches Spalkkörbchen

Das Chinesische Spalkkörbchen (*Schisandra chinensis*) (chin.: Wu Wei Zi), auch Chinesische Beerentraube oder Chinesischer Limonenbaum genannt, ist eine Pflanzenart aus der Gattung der Spalkkörbchen oder Beerentrauben (*Schisandra*); sie gehört zur Familie der Sternanisgewächse (*Schisandraceae*). Es ist eine aus China stammende Heilpflanze. Ihre früheste Erwähnung geht auf die Han-Dynastie zurück. Diese *Schisandra*-Art ist im Nordosten Chinas und in Japan beheimatet.

## Systematik

Abteilung: Bedecktsamer (Magnoliophyta)  
Klasse: Einfurchenpollen-Zweikeimblättrige (Magnoliopsida)  
Ordnung: Sternanisartige (Austrobaileyales)  
Familie: Sternanisgewächse (*Schisandraceae*)  
Gattung: Spalkkörbchen (*Schisandra*)  
Art: Chinesisches Spalkkörbchen  
Wissenschaftlicher Name: *Schisandra chinensis*

## Beschreibung

*Schisandra chinensis* ist eine in Mitteleuropa winterharte, laubwerfende, mehrjährige Liane, die etwa 8 Meter hoch werden kann. Der Blattstiel ist 1 bis 4 cm lang. Die Laubblätter sind etwa 5 bis 10 cm lang und 3 bis 5 cm breit.

Sie ist zweihäusig getrenntgeschlechtig (diözisch). Die eingeschlechtigen, duftenden Blüten enthalten sechs bis neun weiße bis cremfarbene Blütenhüllblätter. In den männlichen Blüten sind die fünf bis sechs Staubblätter verwachsen, sie haben keine oder ein Teil von ihnen nur einen sehr kurzen Staubfaden. Die weiblichen Blüten enthalten 17 bis 40 Fruchtblätter, sie sind spiralig angeordnet.

Es werden aromatische rote Früchte gebildet, die einen Durchmesser von 6 bis 8 mm haben und nur ein bis zwei Samen enthalten. Die Früchte werden wegen ihrer heilenden Wirkung in der chinesischen Kräuterkunde schon seit langem eingesetzt. Da die Pflanze ätherisches Öl enthält, wird dieses auch in der Parfümindustrie verwendet.

## Systematik

Das Basionym ist *Kadsura chinensis* Turcz.; der russische Botaniker Porphir Kiril Nicolai Stepanowitsch Turczaninow ordnete die Art damit im Jahr 1837 zunächst der Gattung *Kadsura* zu.[1] Der französische Botaniker Henri Ernest Baillon stützte sich 1868 auf dieses Basionym und benannte die Pflanze *Schizandra chinensis*. [2] Weitere Synonyme sind *Maximowisia chinensis*, *Maximowitschi japonica* und *Polycarpa maximowiczii*.

## Wirkung

Ihr wird eine regenerierende und leistungsstärkende Wirkung zugeschrieben, außerdem wird sie in der chinesischen Heilkunde bei **Diabetes mellitus**, Herzklopfen, Schlaflosigkeit, Ekzemen, schlechter Sehfähigkeit, schwachem Gehör, Erkältungskrankheiten, Hepatitis, Harnwegserkrankungen, frühzeitigem Samenerguß, Asthma und Depressionen eingesetzt. In China gilt sie als ein sexuelles Stärkungsmittel für beide Geschlechter in Verbindung mit Yohimbe und Ginkgo biloba. Sie ist eine adaptogene (= Streß reduzierende) Heilpflanze.

## Zubereitung, Anwendung

Schisandra-Beeren können als Tee zubereitet werden, wobei die Kochzeit mit max. 20 Minuten angegeben wird. Die Beeren können auch gekaut werden, und zwar mehrmals täglich über den Tag verteilt jeweils drei bis vier Beeren. Darüber hinaus werden auch Schisandra-Kapseln zum Einnehmen angeboten.

Quelle: [http://de.wikipedia.org/wiki/Chinesisches\\_Spaltkörbchen](http://de.wikipedia.org/wiki/Chinesisches_Spaltkörbchen)

## (11) Phytotherapie

Wu Wei Zi hilft bei **Durchblutungsstörungen, Verkalkungen und Fettablagerungen an Blutgefäßen**. Im Laufe der Zeit verengen sich die Blutgefäße durch Ernährungsfehler oder Verletzungen an den Gefäßen. Hier lagern sich an den Innenseiten der Arterien Fettstoffe und/oder Calciumverbindungen ab. Es entstehen gefährliche Plaques. Sie gelten als die Hauptauslöser für Herzinfarkt und Schlaganfall.

Neue Forschungsberichte des Wissenschaftlers Dr. Andrew Chevallier, Gefäßspezialist an der Middlesex-Universität, berichten von der Frucht Wu-Wei-Zi. Sie wird seit Urzeiten in Ostasien therapeutisch eingesetzt. **Offenbar können diese Pflanzenextrakte einen Teil der Plaques und Verkalkungen auflösen.**

Chevallier: "Mit seinen natürlichen und einzigartigen Inhaltsstoffen wirkt Wu-Wei-Zi wie eine Schnell-Reinigung für das gesamte Gefäßsystem." Analysen zeigen: **Die Beerenfrucht enthält sehr seltene Flavonoide, die in den Adern Fettablagerungen gezielt angreifen.** Innhalb von ca. 10 Wochen wurden bei den meisten Studienteilnehmern die Durchblutung deutlich gebessert. Erhältlich ist der Wuweizi-Extrakt in Kapselform (Apotheke) bzw. als getrocknete Früchte.

Weitere Anwendungsmöglichkeiten:

- Alzheimer, Demenz (Altersschwachsinn), Vergesslichkeit, Reizbarkeit
- Sexuelle Unlust, schwacher Sexualtrieb >>> stärkt also die Libido
- Husten, Hörschwäche, Tinnitus
- Schlaflosigkeit, Albträume
- gegen Hepatitis (Leberentzündung)

## Die Frucht

Schisandra (Kraut der 5 Geschmacksrichtungen) wurde bereits in der späten Han-Dynastie angebaut und ist eines der wirksamsten tonisierenden Kräuter Chinas. Die Frucht ist eine säuerlich schmeckende Beere, die auch Anteile von süß, scharf u. mildem Aroma aufweist. Die Beeren werden im September/Oktober geerntet. Gartencenter bieten die Rankpflanze zum Verkauf an. Sie blüht und fruchtet im 2. Jahr. Sie verholzt und ist eine dornige Kletterpflanze, die bis zu 8 Metern groß werden kann. Sie hat rosa-farbene Blüten, die einen aromatischen Duft verströmen. Die Früchte sind beerenartig und rot. Die Vitalbeere wird in Nordost-China angebaut. Provinzen : Jilin, Hebei, Heilongjian und Lianoning.

Quelle: <http://www.wuweizi.de/wu-wei-zi/wu-wei-zi.htm>

## ***Aufzählung der behaupteten Wirkweisen (in Klammer die Materialfundorte s. o.):***

Auge, Sehfähigkeit - stärkend (5, 10)	Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten (2)
Ausdauer, körperlich, intellektuell, sexuell – stärkend (5)	Haut, Ekzemen (10)
Beruhigung – Geist, Herz (1, 2)	Herz, Klopfen (9, 10)
Blase, Harnwegerkrankungen, häufige Entleerung (2, 9, 10)	Immunsystem, Abwehrkräfte – stimulierend (3)
Blut, Durchblutung – fördernd, optimierend (6, 11)	Jugendlichkeit (3)
Blut, Reinigung (1)	Leber – schützend, stärkend (1, 2, 5, 6)
Darm, Verdauung, Störungen (5)	Leber, Hepatitis (9, 10, 11)
Denken – fördernd (2)	Leistung – stärkend (6, 8, 9, 10)
Diabetes mellitus (9, 10)	Lunge, Asthma (9, 10)
Durst (2)	Lunge, Atem, Störungen (5)
Erkältungskrankheiten (9, 10)	Lunge, Atmung – Kurzatmigkeit (5)
Erschöpfungszustände (1)	Lunge, Husten (11)
Gebärmutter – stimulierend (2)	Stenoseatmung (2)
Gefäße, Fettablagerungen abbauend (6, 11)	Lunge, Husten, chronisch (2)
Gefäße, Placques, Verkalkungen (11)	Müdigkeit, chronisch (5)
Gehirn, Vergeßlichkeit (2, 11)	Nachtschweiß (2)
Gehirn, Alzheimer, Demenz (11)	Nerven, Nervensystem – Stimulierend (2)
Gehör, schwaches (10, 11)	Nerven, Reizbarkeit (1, 2, 11)
Gehör, Tinnitus (11)	Nieren – stärkend, stimulierend (1, 2, 5)



Psyche, Antriebslosigkeit (1)  
Psyche, Depressionen (2, 9, 10)

Reflexe - stärkend (2)  
Regeneration (6, 8, 9, 10)

Schlafen, Alpträume (1, 2, 11)  
Schlafen, Schlaflosigkeit (1, 2, 9, 10, 11)  
Schönheit (3)  
Sexualität – stärkend (2, 6, 9, 10)  
Sexualität, Erschöpfung, Unlust –  
verbessernd (8, 11)  
Sexualität, frühzeitiger Samenerguß (9, 10)  
Sexualität, Potenzprobleme (1)  
Streß, anpassend, mindernd, widerstehend  
(1, 2, 5)

Verjüngung (3, 8)  
Vitalität - stärkend (1)

Wohlbefinden, körperlich, seelisch –  
harmonisierend (3, 8)