

## for you eHealth phyto balance

Kategorie: Nahrungsergänzungsmittel

PZN: 18387583

Inhalt: 60 Kapseln (42,8 g = 30 Portionen)

Stand: 03.01.2023

Mit Extrakten aus Oliven- und Rosmarinblatt, Thymianöl, Fenchel- und Ajowansamen, Oregano-Extrakt, Ackerschachtelhalmkraut und Bitterorangenfrucht. Sowie Niacin (Vitamin B3).

### Darmflora Kapseln

Eine Veränderung der Darmflora kann mit vielen verschiedenen Darmbeschwerden oder auch mit Erkrankungen in anderen Körperregionen in Verbindung stehen. Um das Mikrobiom wieder in Balance zu bringen, kann die Anwendung von Pflanzenextrakten sinnvoll sein, die das Wachstum von potenziell krankmachenden (pathogenen) Mikroorganismen hemmen oder die Ausbreitung von Bakterienstämmen, die aus dem Gleichgewicht geraten sind, reduzieren. Wichtig ist, dass diese Wirkstoffe die gesunde und nützliche Bakterienflora des Magen-Darm-Trakts nicht negativ beeinflussen. Im Gegensatz zu Antibiotika, die man auch gegen unerwünschte Bakterien einsetzen könnte, entwickeln die Keime in der Regel keine Resistenzen, also „Unempfindlichkeiten“ gegen pflanzliche Wirkstoffe.

Verschiedene Pflanzenextrakte scheinen daher eine gute und schonende Möglichkeit zu sein, die Gesundheit des Mikrobioms zu fördern und eröffnen zusätzliche Behandlungsmöglichkeiten bei Magen-Darm-Beschwerden. Kräuter und die daraus gewonnenen Öle werden in der Naturheilkunde schon seit langem zur Behandlung von Magen-Darm-Beschwerden eingesetzt. Studien konnten nun zeigen, dass diese naturheilkundlichen Anwendungen durchaus ihre Berechtigung haben.

Durch die Einnahme bestimmter Kräuter, Gewürze und Pflanzenstoffe lässt sich das Wachstum und die Ausbreitung krankmachender Mikroorganismen im Darm nachweislich hemmen, gleichzeitig haben diese Pflanzenextrakte keine oder nur geringe Auswirkungen auf nützliche Mitglieder der Darmflora. Aus diesem Grund können Pflanzenextrakte bei leichten Magen-Darm-Infekten, bei Bauchschmerzen, Blähungen oder Reizdarmbeschwerden hilfreich sein. Studien zeigen, dass Pflanzenextrakte sogar die Behandlung einer Infektion mit dem Magenkeim *Helicobacter pylori* unterstützen können (Vale 2014). Pflanzenextrakte sind eine wichtige, natürliche Quelle von Antioxidantien und können den Organismus vor schädlichen und den Alterungsprozess beschleunigenden Molekülen (freie Radikale) schützen.

**Thymian, Oregano, Rosmarin:** Thymian, Oregano und Rosmarin werden vor allem in der mediterranen Küche auf vielfältige Weise verwendet. Diese Kräuter sorgen aber auch für ein gesundes Mikrobiom und können dazu beitragen, unerwünschte Bakterien zu beseitigen.

**Thymian:** Thymianöl besitzt entzündungshemmende Wirkungen und kann das Wachstum potenziell krankmachender Bakterien wie *Escherichia coli* und *Staphylococcus aureus* hemmen (Zarringhalam 2013).

**Oregano:** Auch die gesundheitsförderliche Wirkung von Oregano ist inzwischen sehr gut untersucht. Oregano wirkt entzündungshemmend und beeinflusst das Darmmikrobiom günstig. Oreganoöl hemmt nachweislich das Wachstum unterschiedlicher Mikroorganismen (Saeed 2009) und stärkt die Darmbarriere. Auch das Mikrobiom kann durch das Mittelmeergewürz günstig beeinflusst werden. Unter anderem reduziert Oreganoöl die Zahl der *E. coli* Bakterien (Zou 2016). Laborversuche mit menschlichen Darmkrebszellen zeigten zudem, dass nach Zugabe von Oreganoextrakt mehr Zellen zum „programmierten Zelltod“ (Apoptose) angeregt wurden (Savini 2009).

**Rosmarin:** Rosmarinextrakte wirken nachweislich entzündungshemmend. In Laboruntersuchungen konnte gezeigt werden, dass Rosmarin eine Dysbiose abschwächen und Entzündungsreaktionen hemmen kann (Guo 2018). Auch gewisse antidepressive und angstlösende Wirkungen werden für Rosmarin beschrieben (Araki 2020, Guo 2018).

**Olivenblätterextrakt:** Olivenblätterextrakte (*Olea europaea*) sind in der Lage, das Wachstum verschiedener *Staphylococcus*-Arten wie *S. aureus*, *S. epidermidis* und *S. pyogenes* zu hemmen. (Ali 2011). In Laboruntersuchungen zeigten Olivenblattextrakte zudem günstige Effekte auf verschiedene Stoffwechselfparameter wie Körpergewicht und Blutzuckerspiegel. Olivenblätter sind eine gute Antioxidantienquelle (Goldschmidt 2018). Außerdem ließen sich entzündungshemmende Wirkungen sowie günstige Effekte auf das Mikrobiom nachweisen (Veza 2019).

**Ajowansamen (*Trachyspermum*):** Ajowan ist eine spezielle Kümmelart (Königskümmel). Kümmel gilt als bewährtes Hausmittel gegen Blähungen und Bauchschmerzen. Studien wiesen nach, dass Ajowansamen sehr selektiv das Wachstum potenzieller Krankheitserreger hemmen können, ohne negative Auswirkungen auf verschiedene nützliche Bakterien (Hawrelak 2009).

**Bitterorganenextrakt (*Citrus aurantium var. Amara*):** In Laboruntersuchungen hemmten Bitterorangenextrakte sehr selektiv Vermehrung und Ausbreitung potenzieller Krankheitserreger ohne negative Auswirkungen auf nützliche Bakterien (Hawrelak 2009).

**Acker-Schachtelhalm (= Zinnkraut, = Equisetum arvense):** Ackerschachtelhalm gilt wegen seines hohen Kieselsäuregehalts als Hausmittel bei brüchigen Nägeln und trockenen Haaren. Studien zeigen aber, dass Ackerschachtelhalm auch dem Darm gut tut. Das Kraut kann das Wachstum zahlreicher schädlicher Bakterien und Pilze im Darm hemmen. In Studien war Ackerschachtelhalm unter anderem wirksam gegen Staphylococcus aureus, E. coli, Klebsiellen, Pseudomonas und Salmonellen und die Pilze Aspergillus niger und Candida albicans (Radulovic 2006).

**Fenchel:** Fenchel besitzt nachweislich krampflösende und verdauungsfördernde Wirkungen und wird schon Kindern als Tee bei Bauchschmerzen verabreicht. Italienische Wissenschaftler konnten nun nachweisen, dass Fenchel Reizdarmsymptome wie Bauchschmerzen, Blähungen u.a. lindern kann (Portincasa 2019).

**Niacin** trägt zur Erhaltung normaler Haut und Schleimhäute sowie zu einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

#### Key Facts/USPs:

- Die Kombination verschiedener, hochwertiger Pflanzenextrakte kann im Magen und Darm „antimikrobielle Aktivitäten“ entwickeln, das heißt, es kann das Wachstum und die Ausbreitung unerwünschter Bakterien reduziert oder verhindert werden.
- Unterstützt die natürliche Barriere der Schleimhäute und stärkt das Immunsystem.
- Entzündungshemmend, antimikrobiell, antibakteriell, antioxidativ und pilzhemmend.
- Mit günstigen Effekten auf Blähungen und Darmbeschwerden.
- Besonders bioverfügbar und optimal resorbierbar.
- Frei von Schwermetallen – jede Charge wird in einem deutschen unabhängigen Labor geprüft. Hier geht´s zum Ergebnisbericht. 100% frei von jeglichen Zusätzen.

#### Anwendung:

Täglich 2 Kapsel unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit schlucken.

#### Inhaltsstoffe:

Olivenblattextrakt, Überzugsmittel Hydroxypropylmethylcellulose, Thymianöl-extrakt, Rosmarinblattextrakt, Fenchelsamenextrakt, Ajowansamenextrakt, Oreganokraut-extrakt, Ackerschachtelhalmkrautextrakt, Bitterorangenfruchtextrakt, Niacin.

| Durchschnittlicher Gehalt                  | pro Tagesportion<br>(=2 Kapseln) | pro Tagesportion<br>% NRV* |
|--|----------------------------------|----------------------------|
| <b>Vitamine</b>                            |                                  |                            |
| Niacin (NE)                                | 8,0 mg                           | 50 %                       |
| <b>Sonstige Stoffe</b>                     |                                  |                            |
| Olivenblattextrakt ( <b>Oliveactive®</b> ) | 300 mg                           | **                         |
| davon Oleuropein                           | 60 mg                            | **                         |
| davon Flavonoide                           | 6,0 mg                           | **                         |
| Thymianölextrakt                           | 200 mg                           | **                         |
| davon Thymol                               | 5,0 mg                           | **                         |
| davon Borneol                              | 5,0 mg                           | **                         |
| Rosmarinblattextrakt                       | 200 mg                           | **                         |
| Fenchelsamenextrakt                        | 130 mg                           | **                         |
| davon Fenchon                              | 7,8 mg                           | **                         |
| Ajowansamenextrakt                         | 100 mg                           | **                         |
| davon Carvon                               | 10 mg                            | **                         |
| Oreganokrautextrakt                        | 100 mg                           | **                         |
| davon Carvacrol                            | 6,0 mg                           | **                         |
| Ackerschachtelhalmkrautextrakt             | 100 mg                           | **                         |
| davon Siliciumdioxid                       | 7,0 mg                           | **                         |
| Bitterorangenfruchtextrakt                 | 50 mg                            | **                         |
| davon Bioflavonoide                        | 30 mg                            | **                         |

\* Prozent der Referenzmenge für die tägliche Zufuhr (=Nährstoffbezugswerte)

\*\* Keine Nährstoffbezugswerte vorhanden

### Warnhinweise:

Die angegebene empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden!

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Dieses Produkt ist kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise

Kühl und trocken lagern.