

5. Hohes Cholesterin: Jiaogulan senkt vor allem den LDL-Spiegel, und auch die Triglyceride. Deshalb fördert es auch eine Gewichtsreduzierende Wirkung bei Übergewicht.

6. Schlaganfall und Herzinfarkt: Jiaogulan verhindert die Verklumpung der Blutplättchen, und senkt somit die Gefahr der Entstehung von lebensbedrohliche Blutgerinnsel Deshalb wirkt es auch präventiv gegen Thrombosen.

7. Immunsystemstärkend: Die Tätigkeit der Lymphozyten wird gestärkt bei Kranken wie auch bei Gesunden.

8. Blutbildend: Es wird insbesondere die Bildung weißer Blutkörperchen unterstützt. Deshalb ist es Nützlich zur Rekonvaleszenz nach einer Chemotherapie oder eine Strahlungsheapie.

9. Gegen Diabetes: Es senkt Blutzucker und Blutfette.

10. Krebshemmend: Ginsenosid Rh2 ist ein im Ginseng (Panax Ginseng) in einer Menge von 0,001% vorkommendes, besonders Tumorhemmendes Glykosid. Gynostemma pentaphyllum enthält auch genau dieses Glykosid - aber in wesentlich größerer Konzentration.

11. Stressabbauend: Es hat ausgleichende Wirkung auf das Nervensystem: Überdrehte Nerven werden beruhigt, kraftlose wieder angeregt. Die Gesamtheit der Wirkungen bewirkt eine bessere Stressverträglichkeit des Organismus. Und was bei Sportlern wichtig ist, eine Steigerung der Ausdauerleistungen.

12. Stoffwechselfördernd:

Durch das Zusammenspiel von besserer Kapillar- und Herzdurchblutung, Verbesserung des Blutbildes und anderen Faktoren erklärt sich die Stoffwechselanregende Wirkung.

Jiaogulan Tee:

Jiaogulan wird auch "five leave Ginseng" genannt.

Jiaogulan Tee ist ein Geschmacksvoller kräftiger Tee mit einem süß-herben Geschmack aus Biologischen Landbau, der wie Ginseng die Körperenergien im Gleichgewicht bringt und das allgemeine Wohlbefinden verbessernd.

Ein bis zwei Teebeutel pro Teekanne mit heissem Wasser aufgiessen, mindestens 3 Minuten, je nach Geschmack auch länger, ziehen lassen,

Jiaogulan Kapsel:

Jiaogulan Kapsel enthalten 100 mg Jiaogulan. Empfohlen werden 1 x täglich eine Kapsel einzunehmen.

body, soul and spirit

body, soul and spirit

C./ Miguel Marrero 32 A
35120 Arguineguin-Mogan

Tel.: ++34 928 73 66 58

www.reformhaus-casaverde.eu

www.body-soul-spirit-center.com

Es wirkt wie Ginseng, ist aber besser als Ginseng.



- Jiaogulan –
"Kraut der Unsterblichkeit"
Ein wieder entdecktes Heilkraut aus
China mit Ginseng-Wirkung!

Eine gesunde Alternative

Jiaogulan gibt neue Kraft und Energie ohne den Einsatz von Teeine oder Coffeine. Ein Aufguss aus den süß-herb schmeckenden Blättern wird seit Jahrhunderten in den bergigen Regionen Südchinas verwendet als ein belebender, verjüngender und täglich getrunken Tee. Der in dieser Gegend übliche Name „Xiancao“ heißt soviel wie „Kraut der Unsterblichkeit“, und die Leute dort sagen: „Es wirkt wie Ginseng, ist aber besser als Ginseng“ In der Provinz Guizhou wird der überdurchschnittliche Anteil an über 100-jährigen auf den dort verbreiteten, regelmäßigen Genuss von Jiaogulan-Tee zurückgeführt. In Japan heißt die Pflanze „Amachazuru“, das heißt soviel wie „süße Tee-Ranke“, und ist auch dort als Tee- und Gemüsepflanze beliebt.

Dort wurden erst 1976, eigentlich rein zufällig, bei wissenschaftlicher Suche nach einem neuen kalorienarmen Süßungsmittel in Jiaogulan die gleichen Substanzen entdeckt, für die Ginseng berühmt geworden ist: Die Ginsenoside.

Seit einigen Jahren wird dieses Kraut aber nicht nur in China und Japan sondern auch in den USA und jetzt in Europa zunehmend beliebter als preisgünstige Alternative zu Ginseng. Die Inhaltsstoffe sind ja tatsächlich zum Teil mit denen von Ginseng identisch. und Jiaogulan enthält sogar noch eine eigene Klasse von Saponinen, die so genannten

Gypenoside, die hauptsächlich für die wohltuende Wirkung verantwortlich sind. Jiaogulan (sprich: „Dschiau-gu-lan“) ist eine leicht zu ziehende Rankpflanze aus der Familie der Kürbisgewächse. Die Pflanze wächst in guter Erde schnell, und man kann schon nach wenigen Wochen ernten. Im Herbst geht sie ein, und treibt aus Rhizomen im nächsten Frühjahr wieder aus. Unsere Pflanzen entstammen einer Herkunft, die Wurzel bis mindestens - 18 °C winterhart sind. Aber es ist auch eine Überwinterung im Haus möglich, dann wächst sie das ganze Jahr über. Der Tee aus den Blättern ist wohlschmeckend, und lässt sich sowohl aus getrockneten, als auch frischen Blättern zubereiten, wobei die frischen Blätter besser schmecken. Mit den jungen, knackigen Triebspitzen lassen sich Salate um eine angenehme, exotische Komponente bereichern. Wenn Sie den Geschmack von echtem Ginseng kennen, werden Sie beim Naschen von den frischen Triebspitzen der Pflanze einen ganz ähnlichen, lakritzartigen Geschmack auf der Zunge haben: Dieser kommt hauptsächlich von den wirksamen Bestandteilen der Pflanze, den Gypenosiden und den Ginsenosiden. Einige von uns in der Gärtnerei verspüren sofort einen willkommenen Energieschub, wenn sie nur ein paar der frischen Blätter naschen.

www.bodysoulandspirit.com
info@bodysoulandspirit.com

Als echtes Adaptogen hat Jiaogulan keinerlei Nebenwirkungen im Gebrauch, und wirkt immer ausgleichend, balancierend. Es wird auch Frauenginseng genannt, weil Jiaogulan für Frauen besser verträglich ist. Während Ginseng nur etwa 20 Saponine enthält, sind in Gynostemma über 80 Saponine nachweisbar. Diese Saponine sind natürliche organische Verbindungen, die unter anderem an der Hormonsynthese beteiligt sind.

Hier die beeindruckende Liste der nachgewiesenen Wirkungen

- 1. Adaptogen:** Jiaogulan verfügt über eine Reihe von ausgleichend wirkenden Saponinen, die teils mit denen von Ginseng (Panax ginseng) chemisch identisch sind, und teils eine eigene Klasse bilden, die Gypenoside. Verhindert Stressbedingte Krankheiten.
- 2. Antioxidans:** Es wurde nachgewiesen eine Anregung des wirksamen, körpereigenen Enzyms Superoxiddismutase (SOD), welches ein äußerst wirksames Antioxidans ist.
- 3. Herzstärkungsmittel:** Verbessert die Pumpleistung des Herzens, und damit auch die allgemeine Durchblutung.
- 4. Bei Bluthochdruck:** Der Blutdruck wird, wie bei Ginseng im normalen Bereich gehalten, zu niedriger Blutdruck wird angehoben.