

## Entdecken Sie Kräuter und Vitamine der Prostata

Es gibt eine Reihe von Prostatakräutern und Vitaminen, die eine echte Hilfe bei der Förderung der Gesundheit und Funktion der Prostata und der Harnwege bei Männern sein können. Wir wären jedoch nachlässig, wenn wir nicht erwähnen würden, dass es auch Mineralien und andere natürliche Substanzen gibt, die sehr hilfreich sein können, um Prostatabeschwerden zu lindern oder abzuwehren. Als solche müssen auch sie diskutiert werden. Bevor wir uns jedoch mit Kräutern und Vitaminen der Prostata befassen, lassen Sie uns kurz drei Zustände erwähnen, die Prostataprobleme verursachen können. Prostatitis, Das ist die Entzündung der Prostata, die angeblich bei Männern jeden Alters auftritt. &hellip;



Es gibt eine Reihe von Prostatakräutern und Vitaminen, die eine echte Hilfe bei der Förderung der Gesundheit und Funktion der Prostata und der Harnwege bei Männern sein können. Wir wären jedoch nachlässig, wenn wir nicht erwähnen würden, dass es

auch Mineralien und andere natürliche Substanzen gibt, die sehr hilfreich sein können, um Prostatabeschwerden zu lindern oder abzuwehren. Als solche müssen auch sie diskutiert werden.

Bevor wir uns jedoch mit Kräutern und Vitaminen der Prostata befassen, lassen Sie uns kurz drei Zustände erwähnen, die Prostataprobleme verursachen können.

1. **Prostatitis**, Das ist die Entzündung der Prostata, die angeblich bei Männern jeden Alters auftritt. Tatsächlich ist Prostatitis ein Begriff, der vier Formen umfasst: akute bakterielle Prostatitis, chronische bakterielle Prostatitis, chronische nicht-bakterielle Prostatitis und Prostatadynie. Prostatitis wird häufig durch Folgendes verursacht:

\* Infektionserreger wie Viren, Pilze oder Mykoplasmen.

\* Eine Harnwegsinfektion und normalerweise von E. coli-Bakterien.

\* Eine teilweise Blockierung der männlichen Harnwege, die zur Verbreitung von Bakterien führt. Zu den Symptomen gehören häufiges, erschwertes Wasserlassen, Schmerzen oder Brennen beim Wasserlassen, Schmerzen im unteren Rücken und Schmerzen im Genitalbereich und im Becken. In der Tat haben viele Männer nach Hilfe gesucht, um diese unangenehmen Symptome mit Prostatakräutern, Vitaminen und anderen natürlichen Nährstoffen zu bekämpfen.

2. **BPH (benigne Prostatahyperplasie)** ist eine Vergrößerung der Prostata ohne Anzeichen von Krebs. BPH betrifft die meisten Männer im Alter von über 50 Jahren und verursacht häufig Probleme beim Wasserlassen, wie unvollständige Entleerung der Blase, Tröpfeln, Schwierigkeiten beim Beginn des Wasserlassens, verringerte Kraft des Strahls und

häufiges Wasserlassen kleiner Mengen.

3. **Prostatakrebs.** Wissenschaftler wissen nicht genau, was Prostatakrebs verursacht. Es gibt jedoch mehrere Risikofaktoren, die mit der Entwicklung in Verbindung gebracht oder theoretisiert wurden, darunter Männer ab 65 Jahren, afroamerikanische Männer, fettreiche Ernährung und Fettleibigkeit, hohe Testosteronspiegel, Familienanamnese, wiederkehrende Prostatinfektionen und Exposition gegenüber krebserregende Chemikalien.

Lassen Sie uns nun ohne weiteres Adieu damit beginnen, Prostatakräuter und Vitamine zu diskutieren, und dann werden wir die Kraft von Mineralien und anderen natürlichen Substanzen diskutieren und wie sie auch Männern helfen können.

Prostatahilfe aus dem Kräutereich umfasst:

**Machen Sie sich mit diesem indianischen Heilmittel vertraut.** Sägepalme ist eine Zwergpalme, die in den Küstengebieten des amerikanischen Südostens wächst und von vielen Experten als ausgezeichnetes Kraut für die Gesundheit der Prostata bekannt ist und viele der mit BPH verbundenen Symptome lindern kann. Es ist jedoch wichtig zu beachten, dass die Sägepalme diese Drüse nicht wirklich schrumpfen lässt. Andererseits scheint es zu verhindern, dass es größer wird. Trotzdem wird dieses Kraut sehr geschätzt und sollte daher unbedingt auf Ihrer Liste hilfreicher Überlegungen und Informationen zu Prostatakräutern und Vitaminen stehen. Tatsächlich wird Sägepalme in Kombination mit anderen Kräutern zur Behandlung von Prostatakrebs eingesetzt.

**Freunde dich mit Maisseide an.** Was ist Maisseide? Maisseide ist eine Ansammlung der Narben – die weichen, seidigen, gelblichen Stränge, die sich über die Länge einer Maiskolbenlänge erstrecken und in der Schale gefunden werden. Ob Sie es glauben oder nicht, Maisseide kann bei Prostataproblemen von Vorteil sein. Es wurde festgestellt, dass die Extrakte aus Maisseide beruhigende und

entzündungshemmende Eigenschaften besitzen. Darüber hinaus sind die Extrakte aus Maisseide auch starke Diuretika, was zu ihrer Verwendung zur Heilung von Problemen des Harnsystems wie Prostatitis und Urethritis (Entzündung der Harnröhre) führt.

**Suchen Sie Hilfe aus Afrika.** Pygeum africanum ist ein immergrüner Baum, der in Afrika beheimatet ist. In der traditionellen afrikanischen Medizin wurde ein Tee aus der pulverisierten Pygeumrinde zur Behandlung von Harnproblemen verwendet. Heutzutage ist Pygeum am häufigsten für seine Fähigkeit bekannt, die Symptome von BPH zu lindern, und wird häufig in Kombination mit anderen Kräutern wie Sägepalme und Brennnessel verkauft. Darüber hinaus wird es bei Prostatitis eingesetzt.

### **Bekämpfe den Ruf der Natur mit Brennnesselwurzel.**

Moderne Forschungen haben gezeigt, dass die Brennnesselwurzel, ein uraltes europäisches Heilmittel für Harnprobleme, eine Linderung der BPH-Symptome zu bewirken scheint. Am besten funktioniert es jedoch in Kombination mit der bekannten Sägepalme.

Kommen wir nun zu unserem Thema dieses Artikels, Prostata-Kräuter und Vitamine, und diskutieren Vitamine.

**Sprechen Sie mit einem ernährungsorientierten Arzt über Vitamin E.** Aktuelle Forschungsergebnisse zeigen, dass Vitamin E das Risiko von Prostatakrebs zu verringern scheint. Einige Experten empfehlen die Verwendung der Gamma-Tocopherol-Form von Vitamin E.

**Probieren Sie Vitamin D aus.** Vitamin D kann auch ein Prostatakrebs-Kämpfer sein. Es ist bekannt, dass Vitamin D Prostatakrebs bei Tieren hemmt. Als solches scheint Vitamin D bei der Vorbeugung von Prostatakrebs wichtig zu sein, obwohl die Humanforschung noch unklar ist. Darüber hinaus wird Vitamin D als Wirkstoff zur Behandlung von Prostatakrebs untersucht. Stellen Sie daher sicher, dass Sie die empfohlene

Tagesdosis an Vitamin D in Ihrer Ernährung erhalten.

\*Für Männer im Alter von 19 bis 50: 200 IE pro Tag.

\*Für Männer im Alter von 51 bis 70: 400 IE pro Tag.

\*Für Männer ab 71 Jahren: 600 IE pro Tag.

**Begrüßen Sie Vitamin C.** Vitamin C wurde verwendet, um die Heilung zu unterstützen und die Gesundheit der Prostata zu fördern.

Wie wir bereits erwähnt haben, gibt es neben Prostatakräutern und Vitaminen auch Mineralien und andere natürliche Substanzen, die hilfreich sein können.

**Bekommt Ihre Prostata genug Zink?** Laut dem bekannten Band „Prescription for Nutritional Healing“, geschrieben von Phyllis A. Balch, CNC, der sagt:

„Mangel wurde mit BPH, Prostatitis und sogar Prostatakrebs in Verbindung gebracht.“ (Seite 597 Dritte Ausgabe).

Zink wird verwendet, um die Gesundheit der Prostata zu fördern, und einige Experten empfehlen Zink für BPH. Darüber hinaus kann Zink sogar eine vergrößerte Prostata schrumpfen lassen.

**Holen Sie sich Hilfe von Selen.** Selen birgt antioxidative Eigenschaften, von denen angenommen wird, dass sie mit Vitamin E zusammenwirken, um zusätzlichen Schutz vor Toxinschäden im Zusammenhang mit Prostatitis zu bieten. Darüber hinaus wird angenommen, dass Selen das Prostatawachstum verlangsamt und Prostatakrebs vorbeugt.

Über Prostatamineralien und Prostatakräuter und Vitamine hinausgehen ...

**Zap BPH mit Beta-Sitosterol.** Beta-Sitosterol wird verwendet,

um die Symptome von BPH zu lindern. Darüber hinaus kann es der Superstar unter den Nahrungsergänzungsmitteln für die Prostata sein. Wieso den? Weil Beta-Sitosterol bei der Vorbeugung von BPH deutlich wirksamer ist als die bekannte Sägepalme und das wertvolle Pygeum-Kraut.

**Quercetin zur Rettung.** Dieses Flavonoid hat entzündungshemmende und antioxidative Wirkungen. In den letzten Jahren wurde berichtet, dass Quercetin die Symptome, die mit zwei Formen der Prostatitis, der chronischen nichtbakteriellen Prostatitis und der Prostatodynie, verbunden sind, signifikant verbessert. Darüber hinaus kann Quercetin bei BPH, bakterieller Prostatitis und Prostatakrebs von Vorteil sein.

**Behandeln Sie Ihre Prostataprobleme mit Blütenpollen.** Blütenpollenextrakt wird hauptsächlich aus Roggen gewonnen und kann hilfreich sein, um die Symptome von chronischer nichtbakterieller Prostatitis und Prostatodynie zu verbessern. Darüber hinaus verbesserten Roggenpollen in vorläufigen Versuchen die Symptome von BPH.

**Werden Sie zum besten Freund mit dem Farbstoff Lycopin.** Lycopin gehört zur Familie der Carotinoide und ist der Farbstoff, der einigen Obst- und Gemüsesorten wie Tomaten ihre leuchtend rote Farbe verleiht. Insbesondere Lycopin ist ein starkes Antioxidans, das möglicherweise Prostatakrebs vorbeugen kann. Darüber hinaus wird es zur Behandlung von Prostatakrebs eingesetzt.

Vorsichtsmaßnahmen zu Prostatakräutern und Vitaminen, einschließlich Mineralien und anderen Nährstoffen ...

Es ist äußerst wichtig, dass Sie mit einem Arzt sprechen, bevor Sie Nahrungsergänzungsmittel oder pflanzliche Nahrungsergänzungsmittel einnehmen.

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**