



◆ **Neues aus der Naturmedizin von Prof. Hademar Bankhofer**

## Bockshornklee-Samen stärkt Männer-Muskeln

Das Altern beginnt in den Muskeln. Mit 45 oder 50 werden die Muskeln plötzlich trotz Training schlapp, brauchen sehr lange, um sich zu erholen. Parallel dazu zeigen sich ganz allgemein ein Leistungsabfall in Beruf und Privatleben, eine gewisse Erschöpfung, wenig Lust auf Liebe und schlechte gesundheitliche Werte.

Das alles ist die Folge, wenn die Produktion des männlichen Hormons Testosteron in den Hoden nachlässt, weil es an ein Eiweiß gebunden ist.

Doch man kann das Testosteron aus seiner Eiweiß-Bindung lösen – mit dem speziell aufbereiteten, hochdosierten Extrakt aus dem Bockshornkleesamen. Das belegen weltweit 26 Studien. Die Folge: berufliche und private Vitalität kehren zurück. Der Mann fühlt sich wohl, bekommt wieder straffe Muskeln, verspürt Lust auf Liebe und hat bessere Gesundheitswerte.

Es gibt den speziell aufbereiteten Extrakt aus dem Bockshornkleesamen unter dem Namen Andropeak in der Apotheke. Die ersten Erfolge zeigen sich nach drei bis vier Wochen.



[www.andropeak.com](http://www.andropeak.com)

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder online unter [www.andropeak.com/shop](http://www.andropeak.com/shop)

Was Sie schon immer über Sex wissen wollten, sich aber nicht zu fragen getraut haben.



**Elia Bragagna,**  
Sexualmedizinerin

REDEN WIR ÜBER  
**SEX**

## Trotz Kinderwunsch kein Sex

**S**ehr geehrte Frau Dr. Bragagna, ich bin so verzweifelt. Ich bin 34 Jahre alt, mein Leben wäre eigentlich perfekt. Ich habe einen liebevollen Mann und einen erfüllenden Beruf. Nur ein Lebens-thema kriege ich nicht hin: Ich werde einfach nicht schwanger. Dabei wünsche ich mir nichts so sehr, wie ein Kind zu bekommen. Wir haben schon alle Voruntersuchungen und nötigen Behandlungen hinter uns. Die Versuche, es auf natürlichem Weg zu schaffen, klappten nicht. Wir haben ein Jahr des Hoffens und der Enttäuschungen hinter uns. Wir haben uns vor einigen Monaten für die künstliche Befruchtung entschieden. Auch hier haben wir schon drei traurige Fehlversuche hinter uns.

Was mir aber am meisten zusetzt, ist der Umstand, dass mein Mann sich körperlich immer mehr von mir zurückzieht, weniger mit mir schmust und sogar einige Male Schwierigkeiten hatte, eine Erektion zu bekommen. Er weicht Gesprächen darüber aus. Er meint, er weiß selbst nicht, was mit ihm los ist. Ich habe ihn auch direkt gefragt, ob er denn kein Kind mehr

haben will. Das streitet er aber ab. Er scheint mich einfach nicht zu verstehen und reagiert immer gereizter. Wenn ich ehrlich bin, glaube ich inzwischen, dass er von mir enttäuscht ist und mich deswegen einfach nicht mehr so liebt. Was soll ich nur tun?

**ELIA BRAGAGNA ANTWORTET:** Sie sollten vor allem eines tun – innehalten. Sie sind beide in eine Spirale von Enttäuschung und Kränkung geraten, ohne sich Zeit zu geben, diese zu verarbeiten. Mehr noch, Sie scheinen immer getriebener dem Thema Kinderwunsch nachgegangen zu sein und haben dabei sowohl das Liebespaar als auch das sinnliche Paar aus den Augen verloren.

Viele Kinderwunsch-Paare berichten mir, dass sich ihre Sexualität nur noch auf einen Akt an fruchtbaren Tagen reduziert hat, kein „Sich-aufeinander-Freuen“ oder erotisches Spielen mehr. Hält dieser Zustand länger an, wird einer von beiden zwangsläufig lustlos. In diesem Fall ist es ihr Mann. Ich erlebe das aber auch sehr oft bei Frauen. Sie ge-

### Fragen Sie die Expertin!

Senden Sie Ihre Fragen zum Thema Sexualität und Sexualmedizin an unsere Expertin  
[elia.bragagna@sexmed.at](mailto:elia.bragagna@sexmed.at)  
Alle Anfragen werden anonymisiert.  
Infos zur sexualmedizinischen Praxis  
Sexmed: [www.sexmed.at](http://www.sexmed.at)

hen oft über dieses Gefühl hinweg und verwenden dann einfach ein Gleitgel, um weiter „sexuell funktionieren“ zu können.

Das geht bei einem Mann nicht – wenn sein Körper, von der Art, wie Sex gemacht wird, nicht mehr angesprochen wird, endet das oft in Lustlosigkeit oder eben mit Erektionsstörungen. Lassen Sie eine Zeit lang das Thema Kinderwunsch ruhen und geben Sie dem Liebespaar mehr Platz. Sie haben viel zu bereden und zu verarbeiten, vor allem aber brauchen Sie und Ihr Mann mehr gemeinsame (Erfolgs-)Erlebnisse, welche Sie einander wieder näherbringen werden.

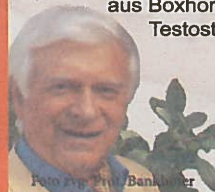
ANZEIGE

### Prof. Bankhofer schwört auf Andropeak®

**Andropeak® mit dem Extrakt aus Bockshornkleesamen ist ein wahrer Jungbrunnen für den Mann ab 50.**

„Viele Männer ab 50 und danach stellen mit Sorge fest: Im Beruf, beim Freizeitsport sowie im alltäglichen Leben kommt es zu einem Verlust an Energie. Dahinter steckt ein Mangel am männlichen Hormon Testosteron. Doch das stimmt so nicht, es ist im Körper vorhanden, jedoch inaktiv“, so Prof. Bankhofer

**Andropeak®** enthält die optimale Dosis des Extraktes aus Bockshornkleesamen und aktiviert inaktives Testosteron auf natürliche Weise.



Überzeugen Sie sich selbst und testen Sie noch heute!

erhältlich in Ihrer Apotheke oder online unter [www.andropeak.com/shop](http://www.andropeak.com/shop)



[www.andropeak.com](http://www.andropeak.com)

### AUS DER APOTHEKE

## Zecke entfernen

Eine Zecke sollte rasch entfernt werden. Keinesfalls Öl oder Alkohol daraufträufeln! Das Spinnentier langsam und gerade mit einer feinen Pinzette oder Zwickzange aus der Haut ziehen. Dabei die Zecke möglichst nicht quetschen und dicht über der Haut packen. Die Einstichstelle desinfizieren und einige Tage beobachten.  
**Lucia Loebe-Madritsch,**  
Apothekerin

