

Gute Besserung wünscht
Ihnen 1 A Pharma!

Wir beraten Sie gerne:

Weitere Informationen und Ratgeber von 1 A Pharma
finden Sie unter: www.1apharma.de
www.ginkgo-extrakt.de

1 A Pharma GmbH
Kettenring 1 + 3
82041 Oberhaching
Tel.: 089/ 613 88 25-0
Fax: 089/ 613 88 25-25
E-Mail: info@1apharma.com

1A
PHARMA

019273

Ginkgo biloba

Ein verehrungswürdiger Baum
aus der erdgeschichtlichen Frühzeit –
ein bewährtes Heilmittel.

www.1apharma.de

1A
PHARMA

Wichtiger Hinweis für Leser

Die in dieser Information enthaltenen Angaben beruhen auf der Erfahrung der Autoren und dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnis bei Drucklegung. Auf die Angaben wurde größte Sorgfalt verwandt, für die in dieser Information enthaltenen Empfehlungen kann jedoch keine Gewähr übernommen werden. Sie sollten daher immer die Packungsbeilage Ihrer Medikamente lesen. Bei jeder Unsicherheit hinsichtlich Ihrer Beschwerden oder des weiteren Vorgehens ist unbedingt ärztlicher Rat einzuholen.

Zu Risiken oder Nebenwirkungen fragen Sie bitte Ihre Ärztin/Ihren Arzt oder Ihre Apothekerin/Ihren Apotheker.

IMPRESSUM

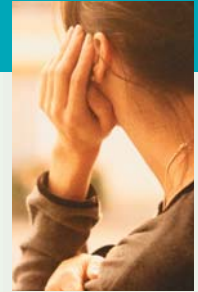
Herausgeber: 1 A Pharma GmbH, Kelttenring 1 + 3, 82041 Oberhaching

Grafik: Deisler Grafik • Konzept, 81671 München

Stand: März 2010

„Wo ist...?“

...Wo hab ich es nur wieder hingelegt? Vor kurzem hatte ich es doch noch in der Hand! Einen Moment, gleich fällt es mir ein, ... oder?“



Kommt Ihnen diese Situation bekannt vor? Man überlegt und überlegt und kommt einfach nicht drauf. Manchmal ist das ja ganz schön ärgerlich - aber solche Situationen sind ganz natürlich und passieren uns allen. Der Alltag ist hektisch, viele Eindrücke und Ereignisse stürmen auf uns ein und lenken uns ab. Allgemein bekannt ist jedoch, dass mit zunehmendem Alter die Gedächtnisleistung nachlassen kann und man mehr dafür tun muss, um sie zu erhalten und das Konzentrationsvermögen zu trainieren.

Unser Leistungszentrum, das Gehirn, ist verantwortlich für Denken, Lernen, Erinnern und Vergessen. Ein wichtiges Ziel ist daher, sich und das Gehirn vital zu halten und die Häufigkeit solch unangenehmer Situationen zu reduzieren.

Mit dem vorliegenden Ratgeber möchte 1 A Pharma allen Interessierten vielfältige Informationen rund um „Ginkgo biloba – ein verehrungswürdiger Baum, ein bewährtes Heilmittel“ an die Hand geben.



Ginkgo-Baum mit den charakteristischen Blättern

Ginkgo biloba - der außergewöhnliche "Ur-Baum"

Uralt, exotisch und heilkräftig: Das „Besondere“ zieht sich wie ein roter Faden durch die Geschichte des Ginkgo-Baumes.

Ginkgo biloba gehört zu den ältesten Baumarten aus der frühen erdgeschichtlichen Epoche. Die Entwicklung der Ginkgo-Bäume begann bereits vor 250 bis 300 Millionen Jahren und zeigte in der Kreidezeit, als auch die Dinosaurier auf der Erde lebten, ihre größte Formenvielfalt.

Heute gilt Ginkgo biloba, der sich seit dem Tertiär wohl nicht mehr verändert hat, als der einzige noch existierende Vertreter der Ginkgoales. Er wird daher als „lebendes Fossil“ bezeichnet. Auch die Botaniker sehen den Ginkgo-Baum als eine Besonderheit, da er weder in die Gruppe der Laub- noch in die der Nadelhölzer einzuordnen ist. Des Weiteren ist für den Ginkgo-Baum seine Zweihäusigkeit charakteristisch; es gibt männliche und weibliche Bäume. Ginkgo biloba bildet daher eine eigene Familie der zweihäusigen Fächerblattbäume.

In Asien wird der Ginkgo-Baum wegen seiner Langlebigkeit und Robustheit als verehrungswürdiger, heiliger Baum angesehen. Da der Ginkgo nachweislich so gut wie keine Schädlinge hat und in nahezu jedem Klima und in jedem Boden gut gedeiht, kann er unter günstigen Bedingungen tatsächlich ein sehr hohes Alter erreichen. In Asien sind Bäume bekannt, die ein Alter von 1.000 Jahren erreicht haben sollen, weshalb der Ginkgo schon seit langem als kraftspendend und lebensverlängernd verehrt wird.



Schon 2800 v. Chr. wurde Ginkgo in einer chinesischen Heilmittelsammlung beschrieben.

Seit über 4000 Jahren gilt bei den Chinesen Ginkgo biloba als Heilbaum. Bereits 2800 Jahre v. Chr. wurde die Wirkkraft zum ersten Mal in einer chinesischen Heilmittelsammlung beschrieben.

Aufgrund der exotischen Schönheit, der besonderen Blattform und der außergewöhnlichen Erscheinung dieses Baumes pflanzten im 11. Jahrhun-

dert n. Chr. die Chinesen die ersten Kulturbäume in der Nähe der buddhistischen Tempel und Klöster und trugen somit zur Verbreitung bei. Von China aus gelangte der Ginkgo-Baum nach Korea und Japan. Dort wurde er im 17. Jahrhundert von Engelbert Kämpfer, einem deutschen Arzt und Botaniker, entdeckt und schließlich im 18. Jahrhundert nach Europa gebracht.

Heute ist der Ginkgo-Baum nicht nur in Botanischen Gärten und Parks zu finden, sondern wird aufgrund seiner bemerkenswerten Widerstandskraft und Unemp-

findlichkeit in Großstädten als Straßenbaum gepflanzt. Zum Jahrtausendwechsel erklärte das „Kuratorium Baum des Jahres“ Ginkgo biloba zum Mahnmal für Umweltschutz und Frieden und zum Baum des Jahrtausends.

Ginkgo biloba - heimisch in Kunst und Kultur

Die Verehrung für den Ginkgo-Baum als mythisches Element ist in den asiatischen Ländern weit verbreitet. Aufgrund seiner Beständigkeit wird das Ginkgo-Holz zum Hausbau sowie zur Herstellung von Kunst- und Gebrauchsgegenständen verwendet. Des Weiteren wird es zum Ausbau buddhistischer Tempel benutzt.

Auch bei uns ist das Ginkgo-Blatt mit seiner charakteristischen Fächerblattform aufgrund seines faszinierenden Aussehens vielfach im Bereich der Kunst zu finden. Die Künstler des Jugendstils brachten eine große Vielfalt in den unterschiedlichsten Materialien hervor, die man noch heute bewundern kann. Schmiedeeiserne Portale, Möbel, Malereien sowie Schmuckkreationen mit dem symbolhaft dargestellten Ginkgo-Blatt zeugen von dieser Zeit.

Seine Bewunderung für das außergewöhnliche Blatt des Ginkgo biloba brachte Johann Wolfgang von Goethe 1815 in seinem Gedicht "Ginkgo biloba" zum Ausdruck. Das Gedicht ist seiner späten Liebe, Marianne von Willemer, der Ehefrau eines Frankfurter Bankiers, gewidmet und stellt das Ginkgo-Blatt aufgrund seiner Form als Sinnbild der Freundschaft dar:



Ginkgo biloba

*Dieses Baums Blatt, der von Osten
Meinem Garten anvertraut,
Giebt geheimen Sinn zu kosten,
Wie's den Wissenden erbaut.*

*Ist es Ein lebendig Wesen,
Das Sich in sich selbst getrennt,
Sind es zwey, die sich erlesen,
Dass man sie als Eines kennt.*

*Solche Frage zu erwiedern
Fand ich wohl den rechten Sinn,
Fühlst du nicht an meinen Liedern
Dass ich Eins und doppelt bin.*



Johann Wolfgang
von Goethe

Das Gedicht wurde in dem Gedichtezyklus „West-östlicher Divan“ im Buch „Suleika“ veröffentlicht. Der Brief mit dem Gedicht, dem Goethe zwei Ginkgo-Blätter beilegte, ist heute im Goethe-Museum Düsseldorf zu sehen.



Ginkgo biloba - „bewährtes Heilmittel“

Die Ginkgo-Blätter werden in Asien bereits seit langem als traditionelles Heilmittel gegen die verschiedensten Beschwerden eingesetzt.

In China, seit über 4000 Jahren als Heilbaum bekannt, wurden seine Heilkräfte erstmals im Jahr 2800 v. Chr. im „Handbuch der Barfußmedizin“ beschrieben. Ginkgo-Blätter dienten schon im Mittelalter zur Behandlung von Asthma, Bronchitis, Erfrierungen, Gonorrhoe, Hautkrankheiten, Husten, Magenleiden, Tuberkulose und Unruhezuständen und wurden als Heiltee und Wundpflaster verwendet.

In Europa wird der Ginkgo-Extrakt als durchblutungsförderndes Arzneimittel angewendet. Bereits seit 20 Jahren wird in Deutschland der Ginkgo-Extrakt erfolgreich bei nachlassender geistiger Leistungsfähigkeit eingesetzt.

Die pharmakologische Wirkung beruht vor allem auf den durchblutungsfördernden Eigenschaften des



Ginkgo verbessert die Durchblutung des Gehirns und steigert so die Gedächtnis- und Leistungsfähigkeit.

Extraktes. **Durch die verbesserte Durchblutung des Gehirns wird eine Steigerung der individuellen Gedächtnisfähigkeiten und des Lernvermögens erzielt.**

Die behandelten Patienten können ihre Gedächtnisleistung und Konzentrationsfähigkeit länger beibehalten und kommen somit im Alltagsleben besser zurecht.

Dem Extrakt wird zudem eine verbessernde Wirkung auf die Durchblutung der Arme und Beine zugeschrieben. Weiterhin werden Arzneimittel aus Ginkgo-Blätter-Extrakt bei Schwindel, Ohrgeräuschen und Kopfschmerzen eingesetzt.

Extrakt aus Ginkgo-Blättern

Herstellung:

Der Wirkstoff wird als pflanzlicher Extrakt in einem hochtechnischen, vielstufigen Extraktionsverfahren aus den Blättern des Ginkgo biloba gewonnen und zu einem Fertigarzneimittel in bewährter pharmazeutisch hochwertiger 1 A Pharma-Qualität verarbeitet.

Auf der Grundlage eines standardisierten modernen Herstellungsverfahrens ist ein konstanter Wirkstoffgehalt in stets gleich bleibend hoher Qualität gewährleistet.



Als Plus - 1 A Jogging fürs Gehirn

Durchblutung ist das A und O, um unser Leistungszentrum Gehirn mit genügend Sauerstoff und Energie zu versorgen. Zusätzlich sollte unsere Denkfabrik gezielt gefordert werden. Regelmäßiges Training durch aktiven Gebrauch hält uns geistig fit und vital.

Trainieren Sie Ihr Konzentrations- und Denkvermögen durch geistige Gymnastik und probieren Sie sich an den Aufgaben auf den folgenden Seiten.



1. Konzentrationstraining

Stellen Sie fest, wie oft **4693** und **3964** zu finden sind:

1654639645446931556489269947469332

4346137446939753446953964661446937

5639642318997549954635526445682632

4329663435493964874639754936396443

2. Anagramm*

*Ein Anagramm entsteht, wenn man die Buchstaben eines Wortes bzw. einer Folge von Wörtern „schüttelt“, d. h. in eine andere Reihenfolge bringt.

Versuchen Sie anhand der folgenden Namen, den jeweiligen Beruf der Person herauszufinden:

Rene Giuni

Leni Stetinof

Gerri Speintaler

Nero Kittchen

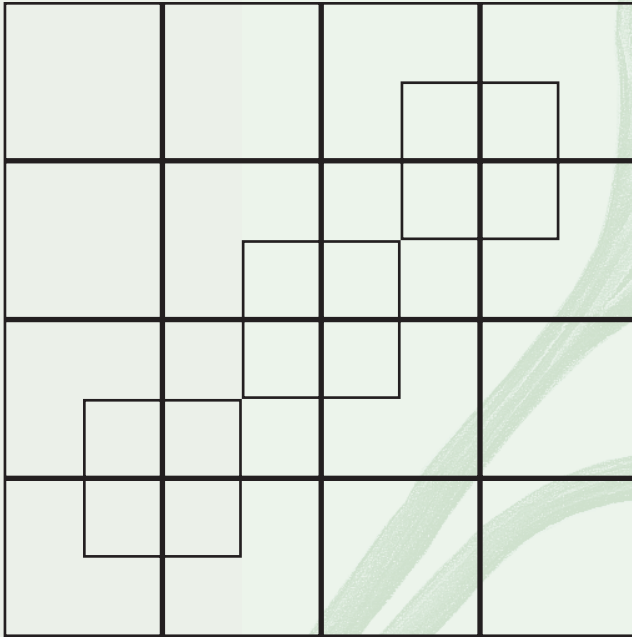
Deri Scheinn

Resi Fuchsfiban

Edim Dolschg

Theo Paker

3. Wie viele Quadrate erkennen Sie?



Diese Übung wird veröffentlicht mit freundlicher Genehmigung des Bundesverbands Gedächtnis-training e.V.
www.bvgt.de
 Germaniastr. 1 - 3
 45356 Essen

ehundfünfzig Quadrate

Aufgabe 3:

Ingenieur, Telefonistin, Gitarrenspieler,
 Tonstechniker, Schneider,
 Schriftbauern, Goldschmied, Apotheker

Aufgabe 2:

Vier- und fünfmal

Aufgabe 1:

Lösungen:

- bei Gedächtnisstörungen, Konzentrationsstörungen, Schwindel und Ohrgeräuschen
- fördert die Durchblutung
- rezeptfrei



erhältlich mit 30, 60 und 120 Filmtabletten

Wirkstoff: Extrakt aus Ginkgo-Blättern

1 Filmtablette enthält 40 mg Trockenextrakt aus Ginkgo biloba-Blättern (35-67:1), Auszugsmittel: Aceton 60 % (m/m).

Anwendungsgebiete

- Zur symptomatischen Behandlung von hirnorganisch bedingten Leistungsstörungen im Rahmen eines therapeutischen Gesamtkonzeptes bei demenziellen Syndromen (Hirnleistungsstörungen mit Abbau der geistigen Leistungsfähigkeit) mit der Leitsymptomatik (den Hauptbeschwerden): Gedächtnisstörungen, Konzentrationsstörungen, Schwindel, Ohrensausen, Kopfschmerzen.

Hinweis: Bevor die Behandlung mit Gingiloba® begonnen wird, sollte geklärt werden, ob die Krankheitssymptome nicht auf einer spezifisch (durch gesonderte Therapiemaßnahmen) zu behandelnden Grunderkrankung beruhen.
- Bei Schwindel, Ohrgeräuschen.

Hinweise: Halten die Gedächtnisstörungen, die Konzentrationsstörungen oder die Kopfschmerzen trotz vorschriftsmäßiger Anwendung des Arzneimittels länger als 3 Monate an, sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. Häufig auftretende Schwindelgefühle und Ohrensausen bedürfen grundsätzlich der Abklärung durch einen Arzt. Bei anhaltenden Beschwerden oder plötzlicher Schwerhörigkeit sollte ein Arzt aufgesucht werden. Enthält Lactose. Bitte Packungsbeilage beachten!

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!