

■ AM – 5 ■

## „Energie–Booster - Männer“

Rezeptur aus

„Formeln des Apotheken-Service, von denen die Menschen der Taiping Ära profitieren“ (ca. 1078-85)

### Namen

Deutsch: modifizierte „Rezeptur der vier Edlen“

Englisch: modified Four-Gentlemen-Decoction

### Rezeptur kurz erklärt

Die Rezeptur Energie-Booster basiert auf einem häufig genutzten Klassiker der Traditionellen Chinesischen Medizin. Durch eine Vielzahl von Erweiterungen und Modifikationen kann der Anwendungsbereich der Originalrezeptur breit differenziert werden. AM-5m (Männer) und AM-5f (Frauen) stellen geschlechtsspezifische Varianten der Rezeptur mit dem Hauptfokus auf Erschöpfung dar.

In der TCM wird die Rezeptur zur Stärkung bei Qi-Mangel verordnet. Forschungsergebnisse haben gezeigt, dass der Energie-Booster den Fett-Stoffwechsel, die Ausschüttung von Hormonen und die Signalweiterleitung der Nerven unterstützt und so dem Körper neue Kraft gibt.

### Zusammensetzung und Dosierung

AM – 5m Name	Kompaktat- Nr.	Dosierung Kompaktat (g/Tag)
Astragali Radix (huáng qí)	207	2,06
Codonopsis Radix (dǎng shēn)	118	1,56
Atractylodis macrocephalae Rhizoma (bái zhú)	029	1,56
Poria alba (cocos) (fú líng)	134	0,48
Glycyrrhizae Radix et Rhizoma (gān cǎo)	147	0,57

Die entsprechende Tagesdosis von 6,23g wird als Kompaktat in mindestens 300ml heißem Wasser gelöst und auf 2 Einnahmen/Tag (1 Dosierlöffel 2g/3ml) nach den Mahlzeiten verteilt.

### Anwendungsdauer

Für eine zuverlässige Wirkung sollte AM - 5 mindestens 2 Wochen eingenommen werden. Bei längerer Einnahme (> 4 Wochen) sollte ein Arzt konsultiert werden und es wird eine Kontrolle der Transaminasen nach 6 – 8 Wochen empfohlen.

### **Körperliches Erscheinungsbild des Patienten**

Blasses Gesicht, leise Stimme, kraftlos, erschöpft.

### **Leitsymptome**

Fatigue, Müdigkeit, Abgeschlagenheit

### **Begleitsymptome**

Dünner Stuhl, Appetitlosigkeit, Magen-Darm-Schwäche

### **Indikationen**

Erschöpfung, Fatigue

### **Nebenwirkungen**

Nervosität, Unruhe, Kopfschmerzen und Einschlafstörungen bei senilen Patienten.

### **Kontraindikationen**

Bei senilen Patienten wird von einer Einnahme kurz vor der Nacht abgeraten, da dies zu Einschlafstörungen führen kann.

### **Einsatz bei älteren Menschen**

Da ältere Patientinnen oft eine verminderte physiologische Funktion haben, werden sorgfältige Überwachung und Maßnahmen wie die Reduzierung der Dosis empfohlen. Wird nicht für senile Patienten empfohlen.

### **Verwendung während Schwangerschaft oder Stillzeit**

Die Sicherheit bei schwangeren Frauen ist noch nicht erwiesen und die Rezeptur sollte in diesem Fall nicht eingenommen werden. Während der Stillzeit ist eine ärztliche Rücksprache empfohlen.

### **Pädiatrische Verwendung**

Studien, welche die Arzneimittelsicherheit von AM-5 bei Kindern belegen, liegen derzeit noch nicht vor.

### **Forschungsarbeiten**

Sun J, Zhang L, He Y, Zhang K, Wu L, Fan Y, Xie Z. To Unveil the Molecular Mechanisms of Qi and Blood through Systems Biology-Based Investigation into Si-Jun-Zi-Tang and Si-

Wu-Tang formulae. Sci Rep. 2016 Sep 28;6:34328. doi: 10.1038/srep34328. PMID: 27677604; PMCID: PMC5039637.