

**Nahrungsergänzungsmittel** mit Ashwagandha-, Mönchspfeffer-, Damiana- und Safran-Extrakten sowie Mikronährstoffen.

## 1. Produktbeschreibung

### EMASEX® Femina ist ein

**Nahrungsergänzungsmittel** für Frauen ab 40 mit einer durchdachten Kombination aus traditionellen Pflanzenextrakten und essenziellen Mikronährstoffen. Die enthaltenen Vitamine und Mineralstoffe tragen zu normalem Energiestoffwechsel, Hormonregulation und Wohlbefinden bei.

## 2. Zusammensetzung pro Tagesdosis

Stoff	Menge je 2 Kapseln	% NRV*
<b>Liboost® Pulver</b>	<b>300 mg</b>	<b>-</b>
davon Damiana-Extrakt	195 mg	-
<b>Ashwagandha-Extrakt (KSM-66®)</b>	<b>100 mg</b>	<b>-</b>
<b>Safran-Extrakt</b>	<b>30 mg</b>	<b>-</b>
<b>Mönchspfeffer-Extrakt</b>	<b>21 mg</b>	<b>-</b>
<b>Magnesium</b>	<b>300 mg</b>	<b>80 %</b>
<b>Zink</b>	<b>10 mg</b>	<b>100 %</b>
<b>Vitamin B6</b>	<b>3,4 mg</b>	<b>242 %</b>
<b>Folsäure</b>	<b>400 µg</b>	<b>200 %</b>
<b>Selen</b>	<b>60 µg</b>	<b>110 %</b>
<b>Vitamin D<sub>3</sub></b>	<b>15 µg</b>	<b>300 %</b>

\*NRV = Nährstoffbezugswert nach VO (EU) Nr. 1169/2011

### Zutaten (absteigend nach Einwaage):

Marines Magnesiumoxid (Simag® 55), Damiana-Extrakt, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Ashwagandha-Wurzelextrakt (KSM-66®, mit Milch), Safran-Extrakt, Mönchspfeffer-Fruchtextrakt, Zinkbisglycinat, Pyridoxinhydrochlorid, Calcium-L-methylfolat, Natriumselenit, Cholecalciferol, Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren (pflanzlich).

## 3. Zutaten

### Damiana-Extrakt (*Turnera diffusa*)

Damiana ist eine traditionell in Mittelamerika verwendete Pflanze, die seit Jahrhunderten von Frauen zur Unterstützung des allgemeinen Wohlbefindens genutzt wird. Wissenschaftliche

Untersuchungen haben die Anwesenheit bioaktiver Flavonoide wie Naringenin und Apigenin dokumentiert<sup>12</sup>. In präklinischen Studien wurden verschiedene biochemische Eigenschaften der Inhaltsstoffe untersucht<sup>1</sup>.

### Mönchspfeffer-Extrakt (*Vitex agnus-castus*)

Mönchspfeffer wird seit der Antike traditionell von Frauen verwendet. In klinischen Studien wurden die Auswirkungen auf verschiedene Aspekte des weiblichen Wohlbefindens untersucht. Eine randomisierte, placebokontrollierte Studie mit 52 Frauen dokumentierte Veränderungen verschiedener Parameter über einen 8-wöchigen Zeitraum<sup>3</sup>. Eine weitere 16-wöchige Untersuchung beobachtete Auswirkungen auf die weibliche Gesundheit<sup>4</sup>.

### Ashwagandha-Extrakt (KSM-66®)

Ashwagandha ist eine traditionelle ayurvedische Pflanze, die seit über 3000 Jahren verwendet wird. In wissenschaftlichen Studien wurden die adaptogenen Eigenschaften des standardisierten KSM-66® Extrakts untersucht. Eine 8-wöchige, doppelblinde, placebokontrollierte Studie mit 100 perimenopausalen Frauen dokumentierte verschiedene Parameter des Wohlbefindens<sup>5</sup>. Eine Studie mit 80 Frauen untersuchte Aspekte der weiblichen Gesundheit<sup>6</sup>.

### Safran-Extrakt (*Crocus sativus*)

Safran wird seit über 3500 Jahren traditionell verwendet und gilt als eines der wertvollsten Gewürze der Welt. Klinische Studien haben verschiedene Aspekte untersucht: Eine randomisierte Studie mit 72 postmenopausalen Frauen beobachtete Veränderungen des allgemeinen Wohlbefindens<sup>7</sup>. Weitere Untersuchungen dokumentierten die Auswirkungen auf die Stimmung und andere Parameter<sup>8,9,10</sup>. Mikronährstoffe (zugelassene Health Claims nach VO 432/2012)

- Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei, zum Elektrolytgleichgewicht, zu einer normalen Muskelfunktion, zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zu einer normalen Eiweißsynthese<sup>11</sup>

- Zink trägt zur Erhaltung normaler Haare, Haut und Nägel bei, zu einer normalen Fruchtbarkeit und Fortpflanzung sowie zu einer normalen DNA-Synthese<sup>11</sup>
- Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei, zu einem normalen Energiestoffwechsel und zur Bildung roter Blutkörperchen<sup>11</sup>
- Folat trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei, zu einer normalen Aminosäuresynthese und zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel<sup>11</sup>
- Selen trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei und zu einer normalen Schilddrüsenfunktion<sup>11</sup>
- Vitamin D3 trägt zur Erhaltung normaler Muskelfunktion bei, zu einer normalen Aufnahme/Verwertung von Calcium und Phosphor sowie zu einer normalen Funktion des Immunsystems<sup>11</sup>

#### 4. Verzehrempfehlung

2 × 1 Kapsel täglich unzerkaut mit ausreichend Flüssigkeit zu den Mahlzeiten einnehmen.

#### 5. Warnhinweise

- Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.
- Nicht geeignet für Schwangere, Stillende und Personen unter 18 Jahren.
- Bei Schilddrüsenerkrankungen, hormonabhängigen Tumoren, Einnahme von Antidepressiva, Hormonersatztherapie oder bereits eingenommenen Vitamin-D-Präparaten vor Verwendung einen Arzt konsultieren.
- Bei Anwendung über 3 Monate Rücksprache mit Arzt oder Apotheker empfohlen.
- Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.
- Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise.

#### 6. Lagerung

Trocken, lichtgeschützt bei 15–25 °C lagern. Nach Anbruch binnen 6 Monaten aufbrauchen.

#### 7. Qualitätssicherung & Entsorgung

Laborgeprüft auf Reinheit und Wirkstoffgehalt. Leere Verpackung über Gelben Sack/Tonne, ungenutzte Kapseln über Apotheken-Sammelsystem oder Restmüll entsorgen.

#### 8. Pflichtenhinweise

- Nettofüllmenge: 60 Kapseln (38,0 g)
- Mindesthaltbarkeitsdatum & Losnummer: siehe Verpackung
- Inverkehrbringer: Anstalt für Zellforschung, Zollstrasse 34, FL-9490 Vaduz
- Vertrieb: adequapharm GmbH, Egellsstraße 21, DE-13507 Berlin
- Herstellungsland: Deutschland (GMP-Standard)
- Anzeige nach NemV: gemäß § 5 NemV beim BVL angezeigt.
- **Allergenhinweis:** Enthält Milch (Bestandteil des Ashwagandha-Extrakts KSM-66®)

#### 9. Verbraucherservice

**E-Mail:** [info@zellforschung.li](mailto:info@zellforschung.li)

**Chargenregistrierung & Rückrufinfo:**

[info@zellforschung.li](mailto:info@zellforschung.li)

#### 10. Literaturverzeichnis

1. Zhao J et al. Anti-aromatase activity of *Turnera diffusa*. J Ethnopharmacol. 2008;120(3):387-93. PMC18948180.
2. Estrada-Reyes R et al. Bioactivity of *Turnera*: Review. Molecules. 2023;28(21):7377. PMC10675026.
3. Rafieian-Kopaei M et al. Vitex agnus-castus vs. Placebo bei Hitzewallungen. J Caring Sci. 2019;8(1):47-53. PMC6887765.
4. Esmaeilvand M et al. 4-Monate Vitex agnus-castus: RCT. Int J Reprod Biomed. 2021;19(8):697-706. PMC8459874.
5. Gopal S et al. Ashwagandha und klimakterische Symptome: RCT. J Obstet Gynaecol Res. 2021;47(12):4414-25. PMC34553463.
6. Dongre S et al. Ashwagandha & sexuelle Funktion: Pilotstudie. Biomed Res Int. 2015;2015:284154. PMC4609357.
7. Eteraf-Oskouei T et al. Saffron tea & Glücklichkeit: RCT. BMC Complement Med Ther. 2023;23(1):176. PMC10233190.
8. Modabbernia A et al. Safran vs. Placebo bei sexueller Dysfunktion. Hum Psychopharmacol. 2012;27(3):295-301. PMC9482709.
9. Jackson PA et al. affron® bei perimenopausalen Symptomen: RCT. J Menopausal Med. 2021;27(2):79-89. PMC8408316.
10. Kashani L et al. Safran bei postmenopausalen Hitzewallungen & Depression. Arch Gynecol Obstet. 2018;297(3):717-24. PMC29332222.
11. VO (EU) 432/2012. Liste zugelassener Health Claims für Vitamine & Mineralstoffe.
12. Gesetzliche Anforderungen NEM (NemV) § 2/§ 4).
13. Verbraucherzentrale. Kennzeichnungshinweise & Entsorgung NEM. 2025.
14. BVL. Anzeige von NEM nach § 5 NemV. 2004.

Stand: Januar 2026