

---

Subject: Wild Yam

Posted by [Muffin](#) on Thu, 21 Sep 2006 09:06:28 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

eine Frage wie muss ich wild Yam einnehmen ? wird es wie die Pille eingenommen oder muss ich es immer nehmen. Mein Heilpraktiker hat gesagt 2 am tag aber ich bin unsicher weil es doch auch in einer weise Hormone sind ob ich da nicht wie auch bei der pille 1 woche pausen muss.

Gruss Nicole

---

---

Subject: Re: Wild Yam

Posted by [Claudi](#) on Thu, 21 Sep 2006 09:27:12 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie viel Progesteron ist denn drin in einer Kapsel? Und aus welchem Grund nimmst du es?

Ich habe Prog. aufgrund PMS verschrieben bekommen. Ich nehme es nur in der 2. Zyklushälfte.

---

---

Subject: Re: Wild Yam

Posted by [Muffin](#) on Fri, 22 Sep 2006 05:59:17 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wir haben diesen sommer wieder meine Schwiegermutter besucht in den staaten. Meine Periode war nach meinem 2.kind total unregelmässig. Und heuer hat sie mich zum Heilpraktiker geschickt. Der hat mir Wild Yam gegeben und gemeint das ich 2 kapseln am tag einnehmen soll es wuerde alles wieder ins gleichgewicht bringen und ich werde mich besser fuehlen. Naja ich hab es mir dann gekauft weil er gemeint hat es hat keine Nebenwirkungen . Es heisst Wild Yam 405 mg. Mehr steht nicht drauf.

Tests hat er keine gemacht.

Gruss Nicole

---

---

Subject: Re: Wild Yam

Posted by [Claudi](#) on Fri, 22 Sep 2006 06:55:10 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie - die Inhaltsstoffe sind auch nicht angegeben? Ich gehe davon aus, dass es sich um die Yamswurzel (*Dioscorca Villosa*) handelt. Der dort enthaltene Stoff ähnelt dem körpereigenem Progesteron.

Du solltest deinen Gynäkologen danach befragen, was er davon hält. Ist denn abgeklärt worden, ob du einen niedrigen Progesteronwert hast?

Was Nebenwirkungen betrifft, bin ich bei pflanzlichen Präparaten immer skeptisch, weil sie sehr unerforscht sind.

---

---

Subject: Re: Wild Yam

Posted by [Muffin](#) on Fri, 22 Sep 2006 09:10:30 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

nop der hat nix abgeklaert deshalb hab ich es auch nicht genommen. Weil es irgendwie nix halbes und ganzes wahr. Werde es mal abklaeren lassen . Ja der wirkstoff ist Dioscorea villosa root. Das komische ist auch als ich mir das gekauft habe im Vitaminladen in den staaten sagte die Verkaeufferin zu mir Oh was fuer ein gutes produkt. Und ich ob sie es nimmt. Sie sagte das ein grossteil der frauen es nimmt mit oder ohne beschwerden. Toll.

Gruss Nicole

---