



## Performax

**Wyciąg z Epimedium:** Epimedium ma działanie podobne do testosteronu, stymulując aktywność seksualną, zwiększa produkcję nasienia i stymuluje nerwy czuciowe. Badanie laboratoryjne z 2008 roku wykazało, że zrogowaciała koza zawiera związek o nazwie Icariin, który pomaga blokować działanie enzymu odpowiedzialnego za ograniczenie przepływu krwi do narządów płciowych. Ikarina wydaje się działać jako inhibitor fosfodiesterazy (hamuje enzym PDE-5), który następnie podnosi poziomy tlenu azotu, aby wspierać funkcję erekcji i wydajność podobną do działania Viagry.

**Wyciąg z męczennicy:** kwiat męczennicy znany jest z łagodzenia stresu, niepokoju i napięcia. Działa kojąco i łagodnie uspokajająco, co pomaga rozluźnić umysł i ciało, promując w ten sposób zwiększoną sprawność seksualną.

**Ekstrakt z Longjack (Tongkat Alie):** Longjack był używany dla mężczyzn i kobiet jako naturalna pomoc w wydajności seksualnej, tonik ogólnego zdrowia i afrodyzjak.

**Ekstrakt z guarany:** guarana jest dobrze znana z silnego efektu zwiększonej czujności i zmniejszonego zmęczenia, ponieważ zawiera 4-5 razy więcej kofeiny (zwanej guaraną) niż kawa; zapewniając w ten sposób wytrzymałość i energię w celu zwiększenia sprawności seksualnej.

**Wyciąg z żeń-szenia:** Centrum medyczne Uniwersytetu Maryland sugeruje, że żeń-szeń może poprawić libido lub zainteresowanie seksualne. Dokładny związek żeń-szenia z popędem seksualnym nie jest dobrze poznany, ale uważa się, że działa, umożliwiając ciału przystosowanie się do stresu przy mniejszych wahaniach popędu seksualnego. Według National Institutes of Health żeń-szeń może zmniejszać objawy zaburzeń erekcji lub męskiej impotencji. Mężczyźni przyjmujący żeń-szeń mogą mieć twardsze, trwalsze erekcje, które są łatwiejsze do osiągnięcia.

**Ekstrakt z Maca:** Badanie z maja 2001 r. Opublikowane w Journal of Ethnopharmacology wykazało, że korzeń maca może znacznie poprawić sprawność seksualną i płodność u samców szczurów. W pierwszym tygodniu testów naukowcy zauważyli, że szczury karmione korzeniem Maca wykazały znacznie większą aktywność seksualną niż grupa kontrolna. Ta zwiększona aktywność pozostała stała w drugim tygodniu, a także była połączona ze zwiększoną ruchliwością. Ten wynik doprowadził naukowców do wniosku, że Maca znacząco poprawiła parametry sprawności seksualnej u samców szczurów. Wielu badaczy uważa, że te właściwości zwiększające libido wynikają ze stężenia Maca związku aromatycznego, izotiocyjanianu p-metoksybenzylu, który jest silnym afrodyzjakiem, który wydaje się być wyłączny dla Maca.

Z drugiej strony właściwości zwiększające płodność Maca przypisuje się poziomowi glukozynolanu, podobnemu do poziomu epimedium, innej rośliny znanej z pomocy w zdrowiu seksualnym.

**L-teanina:** wielu mężczyzn bierze L-teaninę, aby przezwyciężyć lęk społeczny i zbliżyć się do kobiet i porozmawiać z nimi, a także w celu zmniejszenia lęku przed wydajnością. Robi to poprzez obniżenie poziomu kortyzolu i zwiększenie fal alfa w mózgu, co rozluźnia ciało i umysł.