

Walter Häge

Krankheits-Szenario:

Degenerative Erkrankungen

Mögliche Lösungswege auf natürlicher Basis

E-Text
zum kostenlosen Herunterladen

Zur Verfügung gestellt vom
Radionik Verlag



Als Vorsitzender des eingetragenen Vereins 'Metafeld e.V.' in Berlin hat Walter Häge die unabhängige Selbsthilfegruppe für Komplementärmedizin initiiert. Siehe unter:

<http://www.selbstheilung-online.com>

und

<http://www.selbstheilungonline.de>

Werden Sie Mitglied – kostenfrei und unverbindlich – Sie sind dann an unser Netzwerk angeschlossen und haben Zugang zu den neuesten Erkenntnissen, insbesondere die der Cellsymbiosistherapie nach Dr. med. Heinrich Kremer.

Walter Häge

Feriendorf Eichwald Nr. 81

D-76857 Gossersweiler-Stein

Persönliche Internet-Adresse : <http://www.walterhaege.de>

Mail: selbsthilfe.haege@t-online.de

Tel.: 06346 - 300 888 3 (Bitte Rückrufnummer angeben, falls AB).

Weitere Informationen zu der Arbeit Walter Häges: siehe folgender Link bei Google: <http://www.google.com/search?q=%22walter+h%C3%A4ge%22&ie>

Mitgliedschaften

Internationaler Sufiorden des Westens

Deutsche Radionische Gesellschaft e.V.

Forschungskreis für Geobiologie Dr. Hartmann e.V.

© 2008 Walter Häge, Radionik Verlag

Verbreitung des Textes ist erwünscht. Mit freundlicher Genehmigung von Autor und Verlag.

Radionik Verlag e.K.

Claudio Romanazzi MRadA

Lichtenmoorer Str. 10

31634 Steimbke-Lichtenhorst

Deutschland

T. 05165 290462

F. 05165 290463

eMail info@radionik.info

<http://www.radionik.info>

Zellatmung, Energiegewinnung und Krebs als 'Schutzschaltung'

In den meisten menschlichen Zellen bestehen zwei Möglichkeiten der Energiegewinnung:

- Wir gewinnen unsere Energie (ATP genannt) durch Verwendung von Sauerstoff, wobei ca. 90% des eingeatmeten Sauerstoffs verwertet wird: unser energetisches 'Hochleistungsmodell' (diese Form der Energiegewinnung überwiegt beim gesunden Menschen).
- Als zweite Möglichkeit der Energiegewinnung besteht in der Zelle die Möglichkeit, die Verwendung von Sauerstoff abzustellen, aber dafür durch Verbrennung von Blutzucker Energie zu gewinnen.

Zu 1)

Hierbei entstehen giftige und schädliche Abfallprodukte, so genannte giftige und schädliche Sauerstoffradikale, die unschädlich gemacht werden müssen (antioxidiert werden müssen), da unsere Körperzellen sonst schweren Schaden nehmen.

Für diesen Entgiftungsvorgang sind vor allem die in unseren Zellen selbst produzierten Schwefelverbindungen (Glutathion) verantwortlich, die unter anderem aus den Aminosäuren (Eiweißen) L-Glutamin und L-Cystein gebildet werden.

Wir brauchen also diese Schwefelverbindung Glutathion selbst, aber auch Mangan, Chrom und Q 10, welche für die Resynthese oder Reaktivierung des Glutathions und die Elektronenübertragung des Sauerstoffs eine Art Antriebsmotor darstellen.

Als weitere hochpotente Antioxydantien dienen alpha-Liponsäure, Ellaginsäure, OPC, Huminsäure, Lecitin und Selen. Mit entscheidend dabei ist die Tatsache, dass diese Art der Energiegewinnung innerhalb der Zelle in den darin lebenden Mitochondrien stattfindet, dies sind eigentlich evolutionsbiologisch betrachtet Mikrobakterien.

Fehlen diese die eigene Glutathionsynthese regulierenden und kontrollierenden Mikronährstoffe, können anfallende Sauerstoffradikale nicht mehr unschädlich gemacht werden, und unsere Zellen schalten diese Art der Energiegewinnung ab oder reduzieren diese, um nicht im Feuer der eigenen freien Radikale zu verbrennen.

Auf Grund der immensen Masse von Umweltgiftaufnahmen in unseren Körper, die auch eine zusätzliche Radikalbelastung darstellen, benötigt unser Organismus heutzutage wesentlich mehr dieser Mikro- und Makronährstoffe, um seiner Entgiftungsfunktion nachkommen zu können! Eines der ersten Anzeichen für eine gestörte Energiegewinnung durch Mikro- und Makronährstoffmangel ist das so genannte Erschöpfungssyndrom 'Burn-Out'.

Zu 2)

Unsere zweite, in fast jeder Zelle vorhandene Möglichkeit der Energieproduktion - eine Art 'Energiesparmodell' - ist die Energiegewinnung ohne Sauerstoff, aber dafür

durch Verbrennung von Blutzucker (diese zweite Möglichkeit ist eine reine Überlebensstrategie des zellularen Systems).

Dabei entstehen keine Sauerstoffradikale, somit auch keine Gefahr für die Zelle durch diese Gifte, aber es entwickeln sich so genannte Polyamine, welche die Zelle nicht vernichten wie Sauerstoffradikale, aber dafür die Zellteilung und somit Zellwachstum unkontrolliert ankurbeln:

Dieses Krankheitsbild heißt Krebs. Krebs ist nichts anderes als eine dauerhafte, fixierte Umschaltung in der Energiegewinnung durch (hauptsächlich) essentiellen Antioxydantienmangel, Mikro- und Makronährstoffmangel sowie einen massiv erhöhten Bedarf dieser Substanzen. Alleine über die (mittlerweile teilweise katastrophale) Ernährung kann dieser Bedarf nicht mehr gedeckt werden kann.

Zwar sind auch die Vitamine A,C,E, β -Karotin, die Vitamin-B-Reihe und die Mineralstoffe Zink, Magnesium und Kalzium als Co-Faktoren von Bedeutung, spielen aber bei weitem keine so bedeutende Rolle wie Glutathion und die Aminosäuren, die zum Glutathionaufbau benötigt werden. Auch sind die oben bereits erwähnten Antioxydantien und Spurenelemente in der Kaskade übergeordnet.

Fazit: Fehlen diese essentiellen Mikro- oder Makronährstoffe kann die Zelle die anfallenden Sauerstoffradikale nicht entgiften. Sie schaltet die Sauerstoff angetriebene Energiegewinnung ab, um sich nicht selbst zu vergiften. Nun erfolgt die Umschaltung der Zelle auf Energiegewinnung mit Hilfe von Blutzuckerverbrennung. Dies bedeutet zwar weniger Radikale, aber auch weniger Energie und vermehrt Polyaminproduktion. Letztere treibt die Zellwucherung an, was zur Krebsentstehung führen kann, wenn dieses Modell stabil bleibt.

Aus diesen Zusammenhängen heraus wird klar: Unser Energiehochleistungsmodell kann nur aufrechterhalten oder wieder in Gang gesetzt werden, wenn entsprechende überlebensnotwendige essentielle Mikronährstoffe vorhanden sind. Bei ihrem Fehlen oder Mangel müssen sie zugeführt werden.

Störungen dieser Zellatmungsentgleisungen können durch sehr gezielte Laboruntersuchungen meist lange vor Ausbruch einer schweren Krankheit aufgedeckt und durch Zufuhr obiger Bausteine reguliert werden, was ebenfalls mittels Laboruntersuchungen dokumentiert werden kann. Somit können wir klar sagen, dass heute wesentlich effizientere Krebsfrüherkennungsuntersuchungen zur Verfügung stehen als noch vor 5 Jahren. Ergebnisse solcher Laboruntersuchungen liegen meist schon nach wenigen Tagen vor.

Immunsystem und Krebs

Die so genannten Mikronährstoffe spielen eine entscheidende Rolle als Antioxydantien und als 'Lieferanten' zur eigenen Antioxydantien-Produktion.

Sie sind im Sinne des Begriffes essentiell

- in der Vermeidung und Therapie von Krebs.
- bei Immunschwächen.
- bei Virus- oder Pilzinfektionen.

- generell in der Gesunderhaltung unser Zellsysteme (auch Herz, Lunge, Gehirnleistung, Muskulatur, Schleimhäute).
- bei allen Alterserkrankungen und deren Prophylaxe.

Für die Abwehr von Krebszellen, Viren und Pilzen bildet unser Körper ein Stickoxidgas (NO-Gas). Dieses wehrt alle Krankheitsprozesse ab, die sich innerhalb der Körperzellen abspielen.

Da dieses Gas (für seine Entdeckung gab es 1998 den Nobelpreis für Medizin) ebenfalls ein toxisches Radikal ist, bricht dessen Produktion zusammen, wenn essentielle Mikronährstoffe als Antioxydantien fehlen (es muss genauso wie Sauerstoffradikale entgiftet werden).

Fehlt die Entgiftungsmöglichkeit, schaltet der Körper die Bildung dieses für die Krebsabwehr notwendigen Gases ab, um sich nicht selbst zu vergiften.

Dies bedeutet als Folge, dass sich Krebszellen, Viren und Pilze ungehinderter vermehren können. Interessant auch die Tatsache, dass dieses Gas für die Entspannung der Blutgefäßmuskulatur verantwortlich ist und somit auch ein Durchblutungsregulativ darstellt.

Auch solche beginnenden Störungen sind durch neue Blutuntersuchungen dokumentierbar.

Ein Mittel mit natürlichen Inhaltsstoffen: Pro Dialvit 44¹

Es ist dies ein Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Polyphenolen, Aminosäuren und Pflanzenanteilen.

Zur gezielten Nahrungsergänzung und Nährstoffversorgung im Sinne der Cellsymbiosistherapie, kann das Mittel bei folgenden Belastungen unterstützend angewandt werden:

- Allergien
- Alterserkrankungen (wie Demenz, Alzheimer, Parkinson)
- Autoimmunerkrankungen
- Chronische schleichende Vergiftungen mit Umweltbelastungen
- Durchblutungsstörungen
- Entgiftungsstörungen
- Erschöpfungszustände
- Hirnleistungsstörungen
- Immunschwäche wie Pilz-, Virus-, Bakterieninfekte

¹ Die Firma „Tisso Naturprodukte“ ist als einziger Hersteller von Dr. Kremer autorisiert, Präparate zur Symbiosistherapie in Verkehr zu bringen. Kontakt: Tisso Naturprodukte GmbH, Hauptstr. 87, 57482 Wenden, Tel: 02762 9836 0, Fax: -10; eMail: info@tisso.de, Internet: www.tisso.de; Produktübersicht im Internet: www.tissoprodukte.de

- Krebs
- Maculadegeneration
- Mangelzustände
- Regenerationsstörungen

Im Sinne der Cellsymbiosistherapie nach Dr. med H. Kremer erfüllt es folgende Kriterien:

- Effizienter freier Radikalfänger
- Immunsystemstabilisator
- Krebschutzfaktor
- Mikronährstoffversorger
- Modulator und Balancemittel der Energieproduktion (aerobe ATP-Produktion).
- Regulator der Zellteilung
- Schutz vor Umweltgiften
- Stoffwechselaktivator
- Superantioxydans
- Zellentgifter

Da die Energiegewinnung innerhalb der Zelle von Photonen angetrieben und gesteuert wird, ist davon auszugehen, dass die Energiegewinnung in der Zelle (Energiegewinnung mit Hilfe von Sauerstoff), bei chronisch kranken Menschen gestört und verschoben ist und mit Hilfe von der Nahrungsergänzung verbessert werden kann.

Um die Unterstützung dieses Präparates für die Zellatmung, die Energiegewinnung und Immunsystemleistung unseres Körpers verständlich zu machen, sind die beiden möglichen Systeme der Energiegewinnung zu veranschaulichen. Dadurch soll deren Bedeutung für die Entstehung von Krebs (und anderen chronischen Erkrankungen), sowie die vorhandenen begleitenden Möglichkeiten der Regulierung und Behandlung erklärt werden:

Fazit: Die in hier enthaltene Nährstoffkombination bringt nicht nur unser energetisches Hochleistungsmodell wieder in Gang, sondern auch die NO-Gasproduktion.

Als äußerst effiziente Helfer von Immunregulation und Modulation sind zu nennen:

- Die Heilpilze *Agaricus blazei muril*, Shitake und Ling Zhi oder Reishi, der 'König' der immunmodulierenden Pilze.
- *Curcuma longa*, die javanische Gelbwurz (siehe Fachinformation Pro Curmin) und Reiskleie.
- Das Enzym Bromelain.
- Die Yamswurzel als hormoneller Regulator.
- Der Stoffwechselaktivator L-Carnitin.

- Süßlupinenpulver als Aminosäurelieferant.

Zudem finden wir hier folgende Vitaminreihe: Biotin, Pangamsäure, Vitamin C,E, Orotsäure, Pantothensäure, Vitamine B1, B2, B6, B12, Folsäure, Vitamin D sowie Lutein (Augen unterstützend).

Die Inhaltsstoffe

Reishi oder Ling Zhi

(jap.: „Reishi“, chin.: „Ling Zhi“, lat.: „ganoderma lucidum“, dt.: „Glänzender Lackporling“)

Der 'Pilz der Unsterblichkeit' oder auch 'der König der Heilpilze' mit seiner runzligen Haut wächst auf Baumstämmen in Auen-, Eichen- und Hainbuchenwäldern. Er ist zuerst hellgelb, dann rötlich bis schwarzbraun und glänzend. Im frühen Stadium sieht der Reishi wie ein rötlicher Finger aus, der aus den Hölzern ragt und am Ende einen Hut bildet. Er gehört nicht zu den Speisepilzen, sein Fruchtfleisch ist hart und nicht wohlschmeckend. Kaum irgendwo auf der Welt werden Menschen im Durchschnitt so alt wie in China. Dies wird (neben der geistigen Haltung) der Wirkung dieses 'Glänzenden Lackporlings' zugeschrieben, der sage und schreibe nachweisbar seit über 4000 Jahren in der chinesischen Volksmedizin zur Stärkung des Immunsystems eingesetzt wird. Seine wörtliche Übersetzung heißt 'Geistpflanze'.

Im berühmten chinesischen Arzneimittelbuch 'Shen Long Ben Tsao' wird Ling Zhi in der Kategorie 'Kräuter Gottes' als 'König aller Heilpflanzen' an die oberste Stelle gereiht. Der Rohstoff des Pilzes als Pulver wird in China teurer gehandelt als Gold; Ling Zhi ist neben Ginseng das älteste Heilmittel Chinas.

Ling Zhi hat zwei Hauptwirkungen: er verlangsamt den Alterungsprozess (und wirkt dabei gegen viele Krankheiten wie Allergien, Bluthochdruck, Diabetes, Nervosität, Rheuma usw.) und hat eine tumorhemmende Wirkung.

Wirkungsvoll und hoch verehrt wurde er bereits bei den alten Taoisten Chinas als Amulett getragen und für den Tag aufbewahrt, da er Leben retten sollte.

Traditionelle Indikationen in China

- Asthma,
- Alle Formen von Unverträglichkeiten (Allergien; hier hilft er schon beim Auftreten erster Symptome wie Juckreiz, Rötungen oder Schwellungen an Haut und Schleimhäuten),
- Bauchspeicheldrüsenentzündung,
- Bluthochdruck und Thrombosen,
- Chronischer Bronchitis,
- Leberentgiftung (hier wird die Leber in ihrer Entgiftungsfunktion unterstützt),

- Herzkranzkrankungen, Herz-Rhythmusstörungen, Angina Pectoris (der Pilz bewirkt eine höhere Sauerstoffaufnahme im Blut; er fördert die Sauerstoffversorgung des Herzmuskels und hilft bei verengten Herzkranzgefäßen, bei Herzrhythmusstörungen und allgemein bei Herzschwäche),
- Hauterkrankungen (durch eine verbesserte Entgiftung über die Leber werden diese positiv beeinflusst),
- Hepatitis
- Herpes (bei Herpes zoster werden die Schmerz und Hauterscheinungen reduziert, bei Herpes simplex ist es sein antiviraler Effekt),
- Rheuma.

Heute kann der Pilz begleitend zu einer Chemotherapie eingesetzt werden, um Nebenwirkungen zu mildern. Nach Röntgenbestrahlung kommt es zu einer schnelleren Wiederherstellung der ursprünglichen Leukozyten-, Erythrozyten- und Thrombozytenspiegel.

Jüngste Forschungen der Beijing Medical University beschäftigen sich mit Ling Zhi-Arzneien, die äußerst wirkungsvoll bei Krebs und Aids seien.

Ein Zitat von Prof. Dr. Lin Zhibin von der Pekinger Uni lässt aufhorchen: „Der Ganoderma-Pilz stärkt das Immunsystem durch seine Polysaccharide, die die Informationszentralen der menschlichen Zellen positiv beeinflussen. Ferner haben wir festgestellt, dass Ling Zhi-Arzneien Krebszellen abtöten können.“

Der japanische Arzt Dr. F. Morishige vom *Linus Pauling Institut für Wissenschaft und Medizin* hat festgestellt, dass Reishi den Verlauf von Krankheiten, deren Verursachung ein verringerter Immunstatus ist stark positiv beeinflusst (zum Beispiel arthritisches Rheuma, chronische Bronchitis, Hepatitis usw.). Ausdrücklich erwähnt er auch Erfolge bei Krebspatienten.

In der Pilzheilkunde (Mykotherapie) besitzt kaum ein anderer Pilz so weitreichende Wirkungs- und Einsatzmöglichkeiten, weil er zwei spezielle Stoffgruppen besitzt, die Polysaccharide und die Triterpene.

Über die tumorhemmende und immunstabilisierende Wirkungen der Polysaccharide wurde bereits berichtet. Die in Reishi enthaltenen Triterpene (zu ihnen gehören auch die Ganoderminsäuren, die Ganolucidsäuren und die Lucidemiksäuren) verhindern Leberinsuffizienz, senken den Blutdruck, hemmen die Histaminfreisetzung und verhindern eine Cholesterinsynthese.

In Reishi nachgewiesen sind ebenfalls Sterine, Laktone und Alkadiode. Als Mineralstoffe und Spurenelemente besitzt er Kalzium, Zink, Mangan, Eisen, Kupfer und Germanium. Das *Institut für Ernährungs- und Pilzheilkunde* in 63694 Limeshain-Rommelhausen¹ veröffentlicht zu Reishi geradezu sensationelle Studien-Ergebnisse:

Zusammenstellung der durch Studien nachgewiesenen Wirkung

- Die Triterpene sind einer der wichtigsten Inhaltsstoffe bezüglich der pharmazeutischen Wirkung. (1)

- Die Histaminfreisetzung wird durch Triterpene verhindert. (2) (3) (4)
- Reishi kann bei Muskeldystrophie eingesetzt werden. (3)
- Die enthaltenen Triterpene wirken zytotoxisch. (3)
- Es kommt zur Senkung des Gesamtcholesterins in Plasma und Leber über eine verminderte Cholesterinsynthese und/oder einen beschleunigten Cholesterinstoffwechsel. (5)
- Reishi ist bei akuter und chronischer Hepatitis einzusetzen. Er wirkt anti-entzündlich und anti-fibrotisch bei Leberzirrhose. (6)
- Die oxidative Schädigung von Leber und Nieren kann verhindert werden. (7)
- Bei Herpes zoster werden Schmerz und Hauterscheinung reduziert. (8)
- Unabhängig davon ob die Einnahme vor oder nach der Bestrahlung (Röntgenstrahlen) erfolgt, kommt es zu einer schnelleren Wiederherstellung der ursprünglichen Leuko-, Erythro- und Thrombozyten Spiegel. (9)
- Reishi wirkt nervenschützend und fördert die Differenzierung von Nervenzellen. (10)
- Es kommt zu einem direkten anti-viralen Effekt auf den Herpes simplex Virus: die Bindung an die Wirtszelle und das Eindringen werden verhindert. (11)

Einsatzbereiche in der Traditionellen Chinesischen Medizin:

Eigenschaften: süß, warm wirkt auf Magen, Milz, Lunge, Leber, Niere und Herz tonisiert Qi und Xue nährt das Blut bewegt Toxine und zerstreut Akkumulation adstringierend beruhigt den Geist Tonikum Sedativum bei Entzündungen, Bluthochdruck, Lebererkrankungen, Krebs, Schlaflosigkeit, Husten, Schwindel, wenig Appetit.

Der Shiitake (*Lentinus edodes*)

Der Shiitake Shiitake wird seit Tausenden von Jahren in Japan und China geschätzt. Er ist nach dem Champignon der meistgegessene Pilz der Welt. Er wächst ausschließlich auf abgestorbenen Hölzern von Laubbäumen, hauptsächlich auf Eichen, Buchen und Kastanien. Er ist nicht nur als beliebter Speisepilz, sondern auch als hervorragendes Heilmittel bekannt. In Europa und Nordamerika kommt der Shiitake in freier Natur nicht vor.

Auf Grund seiner schwefelhaltigen Inhaltsstoffen hat dieser Pilz einen knoblauchartigen Geruch. Sein Hut hat einen Durchmesser bis 12 cm, sein Stiel ist weiß, die Lamellen sind ebenfalls weiß oder zartgelb.

Die Wissenschaft konnte aus Fruchtkörper und Pilzgeflecht (Myzel) des Shiitake bestimmte Polysaccharide isolieren. Diese bestehen aus Glucosemolekülen (Traubenzuckermolekülen).

Ein Inhaltsstoff, das Polysaccharid Lentinan ist bei diesem Pilz von ganz besonderer Wichtigkeit: es aktiviert das gesamte Immunsystem und wirkt wachstumshemmend auf Tumore. In Japan ist der Wirkstoff Lentinan für die Behandlung von Magenkrebs bereits als Medikament zugelassen. Lentinan wurde erstmals 1969 isoliert und als ein Beta-Glukan beschrieben. Es ist ein Zellwandbestandteil, der aus Fruchtkörper und Myzel gewonnen wird.

Lentinan

- ist völlig frei von Stickstoff- (und damit auch von Proteinen), Phosphor-, und Schwefelverbindungen und enthält nur Kohlenstoff, Sauerstoff und Wasserstoff. Die Antikrebs-Wirkung ist nachgewiesen;
- fördert die Insulinproduktion;
- wirkt positiv auf den Blutzuckerspiegel und aktiviert durch die verstärkte Bildung von körpereigenen Interferon die natürlichen Abwehrkräfte;
- regt die Produktion von Abwehrzellen an: und zwar der Lymphozyten und der Killerzellen. Aktiviert Immun- Botenstoffe, die Krankheitserreger vernichten;
- gibt große Energie bei Stressbelastung und Erschöpfung.

Pharmakologische Effekte werden auch den Inhaltsstoffen LEM und Thioprolin nachgesagt. Der Hauptbestandteil von LEM sind Polysaccharide mit Proteinanteilen, so genannte Heteroglykane LEM enthält zudem noch verschiedene Nukleinsäure-Derivate, einige B-Vitamine, Ergosterin und Eritadenin. Letzteres fördert die Umwandlung von LDL-Cholesterin zu HDL-Cholesterin und beugt somit den Auswirkungen von Übergewicht vor.

Thioprolin (Thiazolidin-4-Carboxylsäure) ist eine Aminosäure, die als Nitritfänger fungiert. Nitrit vor allem aus geräucherten Fleisch- und Wurstwaren, bildet krebserregende Nitrosamine, wobei auch der Körper selbst Nitrat aus aufgenommenem Nitrat produziert.

Ganz besondere Wirksamkeit der Shiitake-Inhaltsstoffe werden angenommen bei

- Krebs der Verdauungsorgane einschließlich der Leber und Bauchspeicheldrüse,
- Lungen- und Eierstockkrebs.

Neben seiner immunstimulierenden Wirkung werden ihm auch

- antivirale,
- leberschützende,
- blutzuckersenkende und
- cholesterinsenkende Eigenschaften

zugeschrieben.

Traditionelle Indikationen in China bei

- Entzündungen,
- Tumoren,
- Magenleiden,
- Kopfschmerz, Schwindelgefühlen,
- Leberzirrhose.

Die Pilze werden gekocht, gebraten oder in Alufolie gedünstet. Dazu gibt es in der Regel gekochten Reis und Gemüse.

Shiitake besitzt als weitere Inhaltsstoffe:

- Sieben der acht für den Menschen essenziellen Aminosäuren,
- Kalzium,
- Vitamin-B1 (Thiamin ist Nervenstärkung und Ausgleich für Ernährungssünden, die durch den Konsum von Alkohol und Weißmehl entstehen),
- Vitamin-B2 (Riboflavin ist Schutz für unsere Schleimhäute und ist beteiligt an der Bildung der roten Blutkörperchen.

Jede Körperzelle braucht zudem Vitamin B2 zur Energiegewinnung),

- Eisen,
- Folsäure,
- Kalium,
- Phosphor,
- Vitamin-B3 (Niacin schützt uns bei Verdauungsstörungen, Appetitlosigkeit und Hautproblemen),
- das Provitamin D, Ergosterol, das durch die Sonneneinstrahlung im menschlichen Organismus zu Vitamin D umgewandelt wird,
- Vitamin D (es fördert den Kalziumstoffwechsel und hilft mit, bereits abgelagertes Kalzium und andere Ablagerungen von den Arterienwänden zu entfernen),
- essentielle Aminosäuren (die sonst nur in tierischen Produkten vorkommen und besonders für Vegetarier wichtig sind),
- Zink.

Aktuelle Indikationen

- Arteriosklerose-Vorbeugung (der für den Körper positive HDL-Choleserinwert wird angehoben und somit Ablagerungen in den Arterien verhindert),
- Durchblutungsstörungen (Tinnitus),
- Festigung des Bindegewebes (dadurch können Gefäßschäden verhindert werden, welche zu Arteriosklerose führen können),
- Immunstabilisator (zur Vorbeugung von Allergien, Bronchialentzündungen Dermatitis, AIDS, Pilzinfektionen, Gelenkentzündungen),
- Krebsprophylaxe und akute Krebsbehandlung, besonders Magenkrebs.

Der Agaricus blazei murill (ABM-Pilz)

Die Heimat des Pilzes mit den Namen 'Himematsutake', 'Cogumelo de Deus', 'Cogumelo tun Solenoid' oder 'Princesa Kawaritake' ist der Regenwald Brasiliens und Japan. Er wird heute in beiden Ländern erfolgreich kultiviert.

Den wissenschaftlichen Namen 'Agaricus blazei murill' (ABM-Pilz) gibt es seit 1996, seitdem wird er von aufgeschlossenen Teilen der etablierten Wissenschaft zur Kenntnis genommen.

Japanische Krebsforscher haben als erste die ungemein starke Wirkung bei Krebs erkannt und es gibt inzwischen klinische Studien in USA, Japan, Brasilien und Mexiko. Diese Studien belegen eindrucksvoll die fast unglaubliche und schnelle Wirkung des ABM-Pilzes - auch bei Patienten im IV. Krebsstadium.(1)

In Europa noch fast unbekannt, kennt jede/r zweite Japaner/in diesen 'Wunderpilz'. Seine heilende Wirkung – so ist sich die Wissenschaft sicher – hat er vor allem seinem hohen Gehalt an bestimmten Polysacchariden (ABM-Pilze besitzen den höchsten Gehalt vom Typ β -D-Glucan) und einem RNS-Protein-Komplex zu verdanken.

Es gibt dokumentierte Heilerfolge bei

- Bauchspeicheldrüsenkrebs,
- Brustkrebs,
- chronischer Hepatitis,
- Darmkrebs,
- Gebärmutterhalskrebs,
- Hirntumoren,
- Leberkrebs,
- Lungenkrebs,

- Magenkrebs,
- Prostatakrebs.

Besonders hilfreich hat sich der ABM-Pilz bei austherapiertem Leberkrebs, Leberzirrhose, Brustkrebs und Hepatitis B und C erwiesen. Die ersten Veröffentlichungen stammen vom National Cancer Center in Japan von 1980.

Im Vergleich mit anderen Heilpilzen zeigte der ABM-Pilz bei Tierversuchen die besten Erfolge bei der Krebshemmung. „Eine deutliche Verbesserung und Stabilisierung des Immunsystems und des Allgemeinbefindens ist zum Beispiel beim Agaricus blazei murill bereits nach einigen Tagen festzustellen, besonders während und nach Chemotherapie und Strahlentherapie, ein effektiver Krebs-Wachstumsstopp und Remissionsresultate können jedoch frühestens nach drei bis vier Wochen konsequenter Einnahme erwartet werden.“(2) Was hier so lapidar klingt ist eine schiere Sensation: Krebs-Wachstumsstopp kann nach drei bis vier Wochen konsequenter Einnahme erwartet werden – unglaublich!

Die Wirkungsweise stellt sich so dar: „Die β -D-Glucan-Polysaccharide haben (nun) die Eigenschaft, dass sie bei Kontakt mit den Abwehrzellen, den Makrophagen, den natürlichen Killerzellen (NK-Zellen) und den T-Helferzellen diese aktivieren, wobei mehr Zytokine wie Interleukine IL1, IL2 und Interferone sowie vermehrt der Tumornekrose-Faktor (TNF) gebildet wird. Dies bedeutet, dass die β -D-Glucane eine Steigerung fast des gesamten Abwehrsystems bewirken. Ein geschwächtes Abwehrsystem kann daher durch die Wirkstoffe der Heilpilze gestärkt werden, wobei sich die Abwehrzellen und die ausgeschiedenen Zytokine wieder auf die Krebszellen stürzen können, um diese unschädlich zu machen.“(3)

Weiter hat sich der ABM-Pilz hervorragend bewährt bei

- Diabetes,
- Immunschwäche,
- Störung der Leberfunktion,
- Verdauungsstörungen,
- gestörter Blutbildung,
- erhöhten Cholesterinwerten und
- Störungen und Vergrößerungen der Milz.

Auch bei höherer Dosierung zeigt der Pilz keinerlei negative Begleiterscheinungen – Nebenwirkungen sind nicht bekannt! Im Gegenteil: ABM Pilze können die gefährlichen Nebeneffekte konventioneller Therapien wie der Chemotherapie drastisch reduzieren.

Der ABM-Pilz

- stabilisiert das Immunsystem,
- fördert die Blutbildung im Knochenmark (diese ist bei einigen

- Krebserkrankungen und als Folge von Chemotherapie und Bestrahlung oft gestört),
- wirkt durch den hohen Gehalt an pflanzlichen Faserstoffen entgiftend (diese Wirkung wird durch das Vorhandensein von Verdauungsenzymen unterstützt).

Weitere Indikationen:

- Allergien,
- Angina Pectoris,
- Arthritis,
- Arthrose,
- Asthma,
- Bronchitis,
- Burn-out-Syndrom,
- Diarrhoe,
- Gastritis,
- zu hoher Cholesterinspiegel (begünstigt einen Cholesterin reduzierenden Effekt durch seinen Gehalt an Linolsäure),
- hoher Blutdruck,
- hoher Blutzucker (er beeinflusst den Blutzuckerspiegel positiv durch die enthaltenen Polysaccharide).

Agaricus blazei murill konnte schon bei vielen Patienten erfolgreich eingesetzt werden, welche die Schulmedizin bereits aufgegeben hatte.

Quellen:

(1) (1.6.05, 18,15): Internetveröffentlichung des Institus für Ernährungs- und Pilzheilkunde, Wernher-von-Braun-Straße 8 63694 Limeshain-Rommelhausen Fax: 06047 / 988 533 www.mykotroph.de / MykoTroph AG: Tel.: 06047 / 988 530

(2-3) Internetinfo (12.6.05, 19.50) von Dr. rer. nat. Harald Knotte: *Kombinierte Anwendung von Naturstoffen in der biologischen Krebsabwehr* S. 34f, Dokument Nr. 6929 aus den Wissensarchiven von GRIN (Global Research & Information Network)

Bromelain aus der Ananas (Ananas comosus)

Ein äußerst wichtiges Enzym (1) ist das Bromelain der Ananas, weil es eine Eiweiß spaltende Eigenschaft hat, welche die proteinhaltige 'Tarnkappe' der Krebszelle auflöst. Dann erst, wenn die Tarnhülle zerstört ist, kann das körpereigene Abwehrsystem die Tumorzelle erkennen. Abwehrzellen können jetzt die Krebszelle angreifen.

Bromelain wurde 1957 entdeckt und ist Bestandteil der Frucht und des Stammes des Ananasbaumes. Bromelain ist der Sammelbegriff für eine Gruppe von eiweißspalten-

den (proteolytischen) Enzymen. Über das Lokalisieren von Krebszellen hinaus zeigt Bromelain enorme positive Wirkungen im biologischen System des Menschen.

Erkenntnisse der Heilkunde

Herz-Kreislauf-System:

Bromelain

- schützt vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen,
- ist ein natürlicher Blutverdünner und wirkt antientzündlich,
- hilft beim Abbau von Fibrin im Blut, welches die Blutzirkulation schwächen kann,
- schützt Körpergewebe vor Austrocknung,
- hemmt die Ansammlung von Blutplättchen (Anti-Thrombosen-Wirkung),
- baut Ablagerungen an den Gefäßwänden (Plaques) ab.
- verringert Venenentzündung.

Immunsystem:

Bromelain

- stärkt Abwehrprozesse im Immunsystem,
- verringert entzündliche Prozesse,
- hilft, fremde Proteine (Antigene) aufzulösen, welche für allergische Reaktionen verantwortlich sind,
- kann schädlich wirkende Immunkomplexe abbauen,
- stärkt Abwehrprozesse bei Krebs,
- trägt dazu bei, die Ausbreitung von Krebszellen zu hemmen. Muskel-Skelett-System:

Bromelain

- verringert entzündliche Prozesse in Geweben, Gelenken und Knochen,
- hilft bei Schmerzen und fördert Wundheilung,
- lindert Schwellungen und Gelenkschmerzen (Gicht).

Stoffwechsel:

Bromelain

- fördert allgemein die Verdauung,
- fördert die Aufnahme sekundärer Pflanzenstoffe besonders Curcumin,
- hemmt die Prostaglandine, welche Entzündungen bilden.

Verdauungssystem:

Bromelain

- lindert Sodbrennen,
- trägt zur Heilung von Magengeschwüren bei,
- beugt Durchfällen vor (es verringert die Anzahl schädlicher Bakterien im Dünndarm),
- fördert die Wirksamkeit von Verdauungsenzymen (Trypsin, Pepsin).

Erläuterung:

(1) Enzym (griechisch *Ψάδι*, Sauerteig, Hefe), oder auch Ferment (lateinisch), ist ein biochemischer Katalysator. Enzyme beschleunigen chemische Reaktionen in biologischen Systemen bis um das 106-fache. Es sind heute über 5.000 verschiedene Enzyme bekannt, wobei die meisten Enzyme Eiweiße (Proteine) sind.

OPC (Oligomere Polyantocyanidine)

OPC (Traubenkernextrakt) ist ein farbloser Bitterstoff, ein so genanntes Flavonol, das aus Traubenkernen gewonnen wird. Als wesentlicher Bestandteil südländischer Ernährung sind die OPC's wissenschaftlich erforscht. Durch die industrielle Verarbeitung unserer Lebensmittel ist OPC aus unserer Nahrung in der Regel gänzlich verschwunden (eine ausreichende Versorgung wäre über tägliche 2 ¼ Liter Rotwein zu erreichen).

Wissenschaftliche Erkenntnisse:

Wie verschiedene Studien belegen wirkt OPC (Traubenkernextrakt)

- 18–20 mal so stark antioxidativ wie Vitamin C,
- 40-50 mal so stark wie Vitamin E.

Es wird durch die Mundschleimhäute resorbiert, verbessert die Blutzirkulation und verstärkt die Blutgefäße durch die Verbindung mit Proteinen (Kollagenbildung). Da

OPC vom Körper nicht selbst hergestellt werden kann, sollte es täglich mit der Nahrung zugeführt werden.

OPC (Traubenkernextrakt)

- aktiviert und multipliziert die Wirkung von Vitamin C,
- reguliert indirekt die Histamin-Produktion (Entzündungs-Auslöser) und verhindert damit eine Überreaktion,
- verbessert die Fließeigenschaften des Blutes, normalisiert die Verklumpungsneigung,
- passiert die Bluthirn- und Rückenmark-Schranke, so dass es unsere Nervenzellen vor Oxidation (Freien Radikalen) schützen kann.

Huminsäure (Fulvosäure)

Huminstoffe (wasserlöslicher Humus) entstehen bei der Umwandlung pflanzlicher und tierischer Materialien durch Mikroorganismen. Ihr wichtigster Inhaltsstoff ist natürliche Huminsäure (Fulvosäure). Huminsäure ist in Mumijo mit etwa 4% der bedeutendste Inhaltsstoff.

Es gibt viele wissenschaftliche Aussagen zu Huminsäure, die Pflanzen und den Boden betreffend. Dass Humus als Therapeutikum für den Menschen ein Segen sein kann, das lernen wir gerade. Es gilt jedenfalls: Was für die Pflanzen dermaßen gesund ist, das sollte auch für uns Menschen hilfreich sein – es ist jedenfalls mehr als denkbar, dass die folgenden wissenschaftlichen Beschreibungen auch beim Menschen eine heilende Wirkung zeigen, wenn Mumijo zu sich genommen wird.

Huminsäure

- hat eine hohe Kationenaustauschkapazität,
- hat einen hohen Sauerstoffgehalt,
- hat eine überdurchschnittliche Wasserspeicherkapazität,
- hat die hervorragende Fähigkeit, unlösliche Metallionen, Oxide und Hydroxide zu binden,
- neutralisiert saure und alkalische Böden und reguliert den pH-Wert,
- optimiert die Nährstoff- und Wasserversorgung von Pflanzen,
- erhöht die Saug- und Pufferfähigkeit des Bodens,
- ist überreich sowohl an organischer Substanz als auch Mineralsubstanz lebensnotwendig für eine gesunde Pflanzenentwicklung,
- fördert die Umsetzung von Stoffen (N, P, K + Fe, Zn und anderen Spurenelementen) in eine für den Pflanzenkörper aufnehmbare Form,

- hilft beim Abbau von Eisenmangel und Bleichsucht in Pflanzen,
- reduziert die Verfügbarkeit von Giftstoffen im Boden,
- stimuliert pflanzliche Enzyme,
- wirkt als organischer Katalysator bei vielen biologischen Prozessen,
- erhöht die Widerstandsfähigkeit der Pflanzen gegenüber Krankheiten und Schädlingen,
- färbt den Boden dunkler und erhöht dadurch die Effizienz der Photonen.

Lutein (Xanthophyll)

Das Carotin Lutein ist neben β -Carotin und Chlorophyll ein Hauptkarotinoid, das in fast allen Pflanzen anzutreffen ist. Ebenso in Blütenpollen, in Orangenschalen und im Eidotter. Lutein kommt in einem Netzhaut-Abschnitt vor, der so genannten *Macula lutea*, welcher für das scharfe Sehen verantwortlich ist. Dort hat Lutein eine starke Schutzfunktion: Wie eine Sonnenbrille filtert sie das schädliche kurzwellige Licht und wirkt als starker Zellentgifter (Antioxidans). Damit bremst Lutein vor einer Überflutung von Freien Radikalen. Da Lutein nicht vom Körper selbst synthetisiert wird, sind wir darauf angewiesen, dies mit der Nahrung (in vielen Obst- und Gemüsesorten) aufzunehmen. Die Antitumorwirkung von Lutein, wie die anderer Carotine, gilt in der Medizin als gesichert.

Granatapfel

Granatäpfel hemmen das Wachstum von Brust- Haut- und Prostatakrebs, so berichten Forscher von der Universität Madison. Granatäpfel viele antioxidative Wirkstoffe wie Tannine und Anthocyane.

„Der Saft von Granatäpfeln könnte künftig im Kampf gegen Prostatakrebs eingesetzt werden. Das schließen amerikanische Forscher um Hasan Mukhtar von der Universität von Wisconsin in Madison aus einer Untersuchung an Mäusen. Je mehr Granatapfelextrakt die Tiere mit dem Trinkwasser zu sich nahmen, desto langsamer schritt der Krebs fort. In weiteren Studien wollen die Forscher nun Wirksamkeit des Fruchtsafts beim Menschen untersuchen, meldet die Universität von Wisconsin.

Der Granatapfel, eine aus dem Mittleren Osten stammende, tiefrote bis blassrosa Frucht, enthält viele so genannte Antioxidantien und entzündungshemmende Stoffe. Frühere Studien hatten bereits eine hemmende Wirkung auf Tumoren der Haut gezeigt. In einem Laborversuch mit menschlichen Prostatakrebszellen konnten die Forscher um Mukhtar nun auch einen positiven Effekt bei dieser verbreiteten Krebsart nachweisen: Je mehr Granatapfelextrakt sie zugaben, desto mehr Krebszellen starben ab.

Nach diesem Experiment spritzten die Forscher menschliche Prostatakrebszellen in 24 Mäuse ein, bei denen sich daraufhin bösartige Tumoren bildeten. Anschließend gaben die Forscher den Mäusen entweder 0.1 Prozent oder 0.2 Prozent Granatapfelextrakt ins Trinkwasser. Diese Konzentrationen entsprechen laut den Forschern der Menge Granatapfelsaft, die ein gesunder Mensch täglich trinken kann. Eine dritte Gruppe von Mäusen diente zu Kontrolle und erhielt nur Wasser ohne den Wirkstoff.

Die Resultate waren eindeutig: Bei den Mäusen, welche die höchste Konzentration des Granatapfelextrakts erhalten hatten, war das Fortschreiten des Prostatakrebses stark verlangsamt. Zudem sank die Anzahl so genannter prostataspezifischer Antigene, die beim Menschen auf das Vorhandensein von Prostatakrebs schließen lassen. Im Gegensatz dazu wuchs der Tumor bei der Gruppe der Kontrolltiere, die normales Trinkwasser erhalten hatten, viel schneller. Diese Ergebnisse seien ein weiterer Beweis dafür, dass Granatäpfel sehr wirkungsvolle Substanzen gegen Krebs – insbesondere Prostatakrebs – enthalten, erklärt Mukhtar.“(1)

(1) Quelle: (19.10.05, 9:22); www.wissenschaft.de/sixcms/detail.php Pressemitteilung der Universität von Wisconsin, Madison; ddp.wissenschaft.de – Katharina Schöbi

Alpha Liponsäure (R-Dihydro Liponsäure)

Liponsäure wirkt sowohl in fettigen wie auch in wässrigen Geweben und kann deshalb mehr freie Radikale unschädlich machen als jedes andere Antioxidans:

„Alpha-Liponsäure – Eckpfeiler eines Netzwerkes von Antioxidanzien

Da wir nur eine geringe Menge der Alpha-Liponsäure über bestimmte Nahrungsmittel wie Spinat, Kartoffeln und rotes Fleisch aufnehmen ist eine extra Zufuhr dieser bemerkenswerten Moleküle sehr zu empfehlen um nach Möglichkeit eine wirklich optimale Gesundheit zu gewährleisten. Was die Alpha-Liponsäure so hervorhebt ist ihre außergewöhnliche Fähigkeit andere Antioxidanzien regenerieren zu können und in ihrer Rolle als Eckpfeiler für ein komplexes Netzwerk von Antioxidanzien ein Maximum an Wirksamkeit aus ihnen herauszuholen.

Dieses Netzwerk von Antioxidanzien besteht im wesentlichen aus fünf Substanzen:

- Vitamin C,
- Vitamin E,
- Coenzym Q10,
- Glutathion und eben der
- Alpha-Liponsäure.

Ihre vorteilhafte Wirkung liegt unter anderem in der Fähigkeit der wechselseitigen Regeneration zur Aufrechterhaltung der antioxidativen Kapazität jedes einzelnen dieser Stoffe. Normalerweise sieht es so aus, dass, wenn ein Antioxidanzienmolekül ein freies Radikal neutralisiert, das Antioxidanzienmolekül dergestalt oxidiert, dass es nicht zur ursprünglichen antioxidativ wirksamen Form reduziert (zurückgebildet) werden kann, um erneut ein anderes freies Radikal im niemals endenden biochemischen Reigen neutralisieren zu können. Das derart neutralisierte Antioxidanzienmolekül ist damit für weitere Aufgaben verloren und muss jetzt als Abbauprodukt zur Ausscheidung gebracht werden.

Das antioxidative Netzwerk

Das antioxidative Netzwerk besteht aus den so genannten großen 5 Antioxidanzien Vitamin C, Vitamin E, Coenzym Q10, Glutathion und der Liponsäure und stellt als solches ein einmaliges biologisches System der Gesundheitsvorsorge und Regeneration dar. Über verschiedene chemische Interaktionen sind diese Antioxidanzien in der Lage ihre antioxidative Kapazität nach Oxidation durch gegenseitige Reduktion wieder herzustellen.

Die umfangreichsten Untersuchungen die jetzt zur Aufklärung der Natur dieses antioxidativen Netzwerkes geführt haben, sind an der Universität von Kalifornien in Berkeley von Dr. Lester Packer und seinen Kollegen durchgeführt worden. Dr. Packer ist Professor für Molekular- und Zellbiologie und Direktor des Packer Labors der Universität.“ (1)

(1) Quelle: (14.10.05, 8:21) <http://www.nemhaupt.de/nemlipon.htm>

Glutathion

Glutathion, 'Mitglied' des antioxidativen Netzwerkes (siehe: Alpha-Liponsäure) gehört zu den wichtigsten aller Antioxidantien. Es führt den Kampf gegen die freien Radikale bei der Glucoseverbrennung der Krebszellen. Glutathion spielt eine wichtige Rolle bei der Entgiftung der Leber und ist für die Gesundheit des Immunsystems von größter Bedeutung. Ebenfalls ist es ein wichtiger Regenerator von Vitamin C.

Lecithin (von griechisch: „lêkythos“, Eigelb)

Lecithin

- ist essentiell für die Membranbindung unserer Körperzellen,
- zerlegt das Nahrungsfett im Dünndarm und ist deshalb für die Fettverdauung äußerst wichtig,
- transportiert Fette aus der Leber hinaus und beugt damit Fettleber vor.

Lecitin wird durch die Leber produziert und ist ein Schlüsselbaustein der Zellmembranen. Es macht die Membranen geschmeidig und schützt gleichzeitig die Zellen vor Oxidation. Lecithin besteht aus dem B-Vitamin Cholin. Dieses ist ein wichtiger semi-essentieller Nährstoff. Lecitin ist ebenfalls ein Entzündungshemmer.

Yamswurzel (Dioscorea)

Die Yamswurzel wird in Südafrika und Indien angebaut. Es sind Kräuter mit großen Wurzelknollen und auch oberirdischen Knollenbildungen. Die Knollen wiegen bei einigen Arten bis zu 20 Kilogramm und mehr und haben in etlichen Ländern eine große Bedeutung als Nahrungsmittel, da sie sehr viel Stärke besitzen.

Traditionelle Indikationen:

- bei Entzündungen,
- bei Rheuma und Gicht,
- bei Muskelkrämpfen,
- bei Periodenbeschwerden (prämenstruelles Syndrom),
- bei Wechseljahrsbeschwerden,
- bei Krämpfen aller Art,
- bei Magenbeschwerden,
- bei Hormonstörungen,
- bei Depressionen,
- bei Frigidität,
- bei Nervosität.

Während der Schwangerschaft sollte Yamswurzel gemieden werden.

Das Hormon Diosgenin, aus der Yamswurzel gewonnen, war bis 1970 die einzige Quelle für die hormonelle Substanz der Anti-Baby-Pille. Diosgenin ist dem körpereigenen Progesteron der Frau sehr ähnlich. Er regt die Bildung des Hormons DHEA (Dehydroepiandrosteron) an und gleicht DHEA – Defizite aus.

Die Yamswurzel ist ein pflanzlicher DHEA-Lieferant! DHEA ist eine in der Nebennierenrinde produziertes Hormon mit erheblichen Wirkungen auf Stoffwechsel, Haut, Haare, Skelett und auf das zentrale Nervensystem. DHEA ist *das* Basishormon in unserem Organismus. Krebs- und AIDS-Patienten haben DHEA-Defizite

Reiskleie

Kleie nennt man die Schalen der Getreidekörner. Sie zeichnen sich durch einen hohen Anteil an Ballaststoffen aus, was der Verdauung sehr zuträglich ist.

Durch die industrielle Verarbeitung von Reis (Reiskeim und die äußere Hülle des Reiskorns werden dabei entfernt), wird dieser zu einem Produkt der Mangelernährung. Mit der Schale werden alle relevanten Vitamine und Mineralstoffe entfernt (wobei diese wertvollen Bestandteile als Tierfutter (!) verwendet werden).

In Asien, wo Reis das Grundnahrungsmittel ist, führte die Umstellung auf den geschälten und polierten weißen Reis zu der Vitaminmangel-Krankheit Beri-Beri, mit schrecklichen Folgen.

In der Reiskleie befinden sich

- alle acht essentiellen Aminosäuren,
- zahlreiche Mineralstoffe und Spurenelemente,
- verschiedene Vitamine, insbesondere die B-Vitamine B1 und B6,
- Antioxidantien.

Diese Inhaltsstoffe zusammen sind wichtig für den Fettstoffwechsel, die Zellatmung und die Stärkung des Immunsystems. Somit ist Reiskleie sehr für die biologische Krebsabwehr geeignet.

Coenzym Q10 (Ubichinol)

In allen Formen des Lebens gibt es Coenzym (Q1 bis Q10). Für den Menschen ist das Coenzym 10 von höchster Wichtigkeit. Q10 ist kein vollständiges Enzym, sondern ein vitaminähnlicher Stoff, der sich mit bestimmten Eiweiß-Molekülen dann zu Enzymen verbindet. Ubichinol wird Q10 auch deshalb genannt, weil der Stoff in jeder Zelle vorhanden ist (ubiquitär). Seine Aufgabe ist es, die Zellen zu schützen und den Körper mit ausreichender Energie zu versorgen. Coenzym Q10 ist ein Beschleuniger der Stoffwechselprozesse und reduziert die freien Sauerstoffradikale.

Q10 ist Elektronenüberträger in den Zellmembranen der Mitochondrien (Zellorganellen) und ist für sie lebenswichtig. Die Mitochondrien sind die Kraftwerke der Zellen, wobei die aktivsten Körperzellen (Leber, Herz, Muskulatur, Nieren, Bauchspeicheldrüse) den größten Q10-Bedarf haben. Q10 gehört zum antioxidativen Netzwerk (siehe Alpha-Liponsäure). „Ein Mitochondrium (auch: "*Mitochondrion*", Plural: *Mitochondrien*, aus dem Griechischen: mitos - Faden, chondros - Korn) ist ein von einer Doppelmembran umschlossenes Organell, das als 'Kraftwerk' der Zelle fungiert. Die Hauptfunktion des Mitochondriums ist es, unter Sauerstoff-Verbrauch, Adenosintri-phosphat (kurz ATP), die Energie der Zelle, herzustellen. Mitochondrien kommen verteilt im Cytopsol der meisten Zellen vor. Ihre Größe beträgt meist etwa 1 bis 10 µm in der Länge.

Besonders viele Mitochondrien finden sich in Zellen, die viel Energie verbrauchen (zum Beispiel Muskelzellen, Nervenzellen, Sinneszellen). Bis vor kurzem nahm man an, dass Mitochondrien nur von der Mutter vererbt werden, was Anlass zur Erforschung mütterlicher Verwandtschaftslinien gab. Doch hat sich mittlerweile herausgestellt, dass bei der Befruchtung auch einige männliche Mitochondrien importiert werden.“(1)

Bei <http://www.nemhaupt.de> (14.10.05, 8:21) lesen wir ebenfalls den Zusammenhang zur biologischen Krebsabwehr: „Auch das Antioxidanz CoQ10 ist an einer Regeneration des Vitamin E beteiligt und diesem in seiner Struktur sehr ähnlich, ist aber kein Vitamin, weil es vom Körper selbst hergestellt werden kann. Es ist als Ergänzung zur täglichen Ernährung sehr zu empfehlen und sollte besonders in vorgeschrittenem Alter gerade im Hinblick auf die Erhaltung eines gesunden Herzens und der umgebenden Gefäße extra zugeführt werden, weil die körpereigene CoQ10 Produktion mit steigendem Alter in zunehmendem Maße abnimmt.

Das Coenzym Q10 findet sich in allen Zellmembranen unseres Körpers ebenso wie in den Mitochondrien der Zellen, wo es bei der für alle Lebensprozesse so wichtigen Energiegewinnung im Krebszyklus beteiligt ist. Dieser Energiegewinnungsprozess produziert nun aber selbst wiederum eine Vielzahl freier Radikale und zwar weit mehr als wir aus den verschiedensten Quellen von außen aufnehmen, so dass gerade hier in den Mitochondrien der antioxidative Wirkmechanismus des CoQ10 so wichtig ist.“

(1) Zitiert aus 'Wikipedia, der freien Enzyklopädie' des Internets (14.10.05, 13:45.

Selen (Natriumselenit)

Das Element Selen wurde im Jahr 1817 vom schwedischen Chemiker J.J. Berzelius isoliert und nach der griechischen Mondgöttin Selene benannt.

Selen ist ein essentielles Spurenelement und kann aus Pflanzen, aus tierischen Nahrungsmitteln oder anorganisch aufgenommen werden. Deutschland gehört zu den Selen-Mangelländern, weil der Selengehalt in Pflanzen dramatisch zurückgegangen ist. Man versucht, durch Selenanreicherung des Tierfutters den Menschen über diese Nahrungskette zu versorgen. Vegetarische Ernährung heißt in der Regel Selen-Mangelernährung.

Selen befindet sich im menschlichen Gewebe immer in der Form von Natriumselenit. Seine vornehmliche Aufgabe ist die, den Leukozyten bei der Entgiftung des Körpers zu helfen. Selen hat eine hohe Zellentgiftungs-Funktion und ist wie Zink Bestandteil wichtiger Enzyme. Selen unterstützt die Eigenschaften von Vitamin E und steuert als weitere Funktion den Schilddrüsenstoffwechsel. Natriumselenit verbessert entscheidend die Lage von Krebspatienten und ist von großen Wert für die Krebsvorsorge. In der biologischen Krebstherapie ist deshalb Natriumselenit nicht wegzudenken, denn es ist durch klinische Studien belegt, dass es Krebszellen in effektiver Weise bekämpft, indem es in Tumorzellen ein Selbstmordprogramm (Apoptose) auslöst.

L-Carnitin

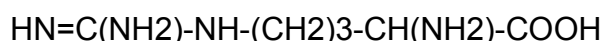
L-Carnitin ist ein natürlicher Bestandteil der Muskulatur des Menschen und wird in Leber und Nieren aus den Aminosäuren L-Lysin und L-Methionin gebildet. Auch die Vitamine B₆, Niacin und C sowie Eisen sind an der L-Carnitin-Bildung beteiligt. Herz- und Skelettmuskulatur weisen den höchsten L-Carnitingehalt auf. L-Carnitin ist ein Vitaminoid, eine vitaminähnliche Verbindung und wurde 1905 erstmalig aus Fleischextrakt isoliert (deshalb der Name von lat. *caro*, *carnis* = Fleisch).

L-Carnitin hat die Eigenschaft, die für die Zellenergie notwendigen Fettsäuren in die Kraftwerke der Zellen, die Mitochondrien einzuschleusen. Dort werden sie zur Zellenergie-Gewinnung (ATP) gebraucht. Es ist jene Zellenergie, welche den kollabierten Krebszellen zugeführt werden muss, damit sie ihre Verbrennung wieder von Glucoseverbrennung auf Sauerstoffverbrennung zurückfahren können. Somit ist L-Carnitin ein primäres Krebs-Prophylaktikum, das auch und gerade bei akutem Ausbruch dringend benötigt wird.

Die Süßlupine (*Lupinus*) und ihre Aminosäuren

Von den rund 200 Lupinen-Arten ist die bitterstofffreie gelbweiße Lupine für uns von Bedeutung, deren Züchtung 1927 gelang. Ihr enormer Eiweißgehalt von etwa 42% ist hier nicht von Bedeutung, jedoch ihr Gehalt an Aminosäuren. Die folgenden Aminosäuren sind Inhaltsstoffe der verwendeten Süßlupine:

Arginin

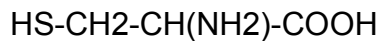


Arginin spielt eine wichtige Rolle für die Muskelfunktion, beim Wachstum und bei Heilungsprozessen. Es reguliert und unterstützt das Immunsystems und wirkt antiviral und antitumor bildend.

Arginin

- hemmt Tumorwachstum,

- stimuliert die Hirnanhangdrüsen,
- baut Muskelgewebe auf und verbrennt Fett,
- fördert die Wundheilung,
- entgiftet die Leber,
- erhöht die bei Männern die Spermienzahl.

Cystein (Cystin)

Cystein gehört zu den schwefelhaltigen Aminosäuren und hat somit eine hohe Entgiftungsfunktion (Antioxidans). Es geht mit im Körper eingelagerten Schwermetallen Verbindungen ein, um diese dann auszuscheiden.

Cystein

- schützt vor Kupfertoxizität,
- wehrt Freie Radikale ab,
- hilft mit Schäden zu beheben, die durch Rauchen und Alkoholmissbrauch entstehen,
- ist hilfreich bei Arthritis,
- ist hilfreich bei der DNS-Reparatur,
- schützt vor Röntgenstrahlen-Auswirkungen.

Glutamin

ist eine Aminosäure, die vom Körper selbst synthetisiert werden kann. Sie kommt in der höchsten Konzentration in den Muskelzellen vor.

Bei dauernder starker körperlicher Belastung benötigt der Körper mehr Glutamin, als er selbst bilden kann. Er versucht dies zu kompensieren, indem er aus anderen Aminosäuren Glutamat herstellt.

Durch körperliche Belastung wird das Zellgift Ammoniak freigesetzt. Glutaminsäure nimmt dieses freigesetzte Ammoniak auf: Durch diese Aufnahme entsteht Glutamin. Es gelangt dann über den Blutkreislauf in die Leber, wo es zu Glutaminsäure zurückgebildet wird.

Die Aminosäure Glutamin ist einer der höchsten Energielieferanten für das Immunsystem. Sie macht ca. 60% der Aminosäuren in der Muskulatur aus.

Glutamin

- stärkt das Immunsystem,
- optimiert die Proteinverwertung im Körper,
- optimiert die Wassereinlagerung in der Muskulatur,
- verstärkt die Glykogenspeicherung in der Muskulatur.

Ein erhöhter Glutaminbedarf besteht bei

- erhöhter Cortisolausschüttung,
- hohe körperliche Belastung,
- Infektanfälligkeit,
- Stress,
- Verletzungen.

Das Nahrungsmittel mit dem höchsten Glutamingehalt ist Quark. Der Glutamingehalt in rohem oder geräuchertem Fleisch ist ebenfalls groß.

Glycin (Glykokoll)

$\text{NH}_2\text{-CH}_2\text{-COOH}$

Glycin oder auch Aminoessigsäure hat eine überaus wichtige, zellschützende Funktion, nämlich dann, wenn vorübergehend nicht genug Sauerstoff verfügbar ist. Glyzin ist mitverantwortlich für das Funktionieren des Immunsystems.

Glycin

- unterstützt die Hirnanhangdrüse bei Unterfunktion,
- hilft spastische Bewegungen abzumildern (insbesondere bei MS-Patienten),
- hilft bei Muskeldystrophie,
- gleicht Blutzucker-Verminderung aus (Glucose gelangt in den Blutkreislauf).

Histidin (Imidazolalanin)

$(\text{NH-CH=N-CH=C-CH}_2\text{-CH(NH}_2\text{)-COOH}$

L-Histidin gehört mit Arginin und Lysin in die Gruppe der 'basischen' Aminosäuren oder Hexobasen.

Histidin

- ist an der Synthese von Hämoglobin (Blutfarbstoff) in den roten Blutkörperchen beteiligt,
- wird für die Bildung von Histamin benötigt, das im Körper viele Funktionen hat,
- trägt zur Kontraktion von Darm, Uterus, Bronchien und Gefäßen bei,
- spielt eine Rolle bei allergischen Entzündungen,
- wirkt entzündungshemmend und antioxidativ,

- fängt bei entzündlichen Prozessen und Allergien freie Radikale ab und macht diese unschädlich,
- trägt zu einem gut funktionierenden Immunsystem bei,
- unterstützt die Aktivität der weißen Blutkörperchen,
- ist ein Teil verschiedener Enzyme, die am Stoffwechsel beteiligt sind,
- spielt bei der Verwertung von Zink eine wichtige Rolle.

Histidin ist in pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln enthalten; größere Mengen kommen in Fleisch und einigen Fischen vor, insbesondere in Thunfisch, Schweine-, Rind- und Hühnerfleisch, Sojabohnen, Erdnüssen, Linsen, Lachs, Weizenkeimen und Käse.

Kinder können im Gegensatz zu Erwachsenen Histidin nicht synthetisieren und müssen es aus der Nahrung aufnehmen.

Bei einigen Belastungen und Krankheiten kann ein erhöhter Bedarf an Histidin bestehen, insbesondere bei

- Arthritis,
- bestimmten Formen der Anämie,
- starken Stressbelastungen,
- chronischen Krankheiten,
- chronischem Nierenversagen.

Isoleucin

$(\text{CH}_3\text{-CH}_2\text{-CH}(\text{CH}_3)\text{-CH}(\text{NH}_2)\text{-COOH})$

L-Isoleucin

- ist ein hochwertiger Zellentgifter (Antioxidans) und befindet sich in großer Konzentration im Muskelgewebe,
- ist von lebenswichtiger Bedeutung für die Regeneration und Erhaltung des Muskelgewebes,
- baut die Energiereserve des Körpers auf – für die Muskulatur, aber auch für die Aktivität des Gehirns (gehirnaktive Aminosäure), wo sie Botenstoffe (Neurotransmitter) bildet,

- hat insgesamt eine Schlüsselfunktion, die entscheidend für die Lebensfunktionen des Menschen ist (besonders im Hinblick auf Stress, Energie und den Stoffwechsel der Muskulatur). Mögliche Folgen von Isoleucin-Mangel: Entzündungen, Fieber, vermehrte Infektionen.

L-Lysin

(H₂N-(CH₂)₄-CH(NH₂)-COOH)

Die essentielle Aminosäure Lysin unterstützt die Kalziumresorption aus dem Darm, fördert die Kalziumeinlagerung in den Knochen und ist für bestimmte Proteine lebenswichtig. Mit Methionin ist es an der Biosynthese von L-Carnitin beteiligt.

Lysin wird benötigt:

- für das Wachstum,
- beim Aufbau der Muskelmasse,
- für Gewebe-Ausbesserungen,
- die Produktion von Antikörpern, Hormonen und Enzymen,
- für bessere Konzentrationsfähigkeit,
- bei ständiger Müdigkeit.

Lysin verwertet Fettsäuren optimal und hilft bei Fruchtbarkeitsproblemen. Vegetarier können an Lysinmangel leiden.

L-Tyrosin

(HO-p-Ph-CH₂-CH(NH₂)-COOH)

Tyrosin

- ist an der Bildung von wichtigen Neurotransmittern im Gehirn beteiligt,
- verleiht dem Körper Energie,
- lindert die Auswirkungen von Stress,
- fördert die Aufmerksamkeit,
- wird als Antidepressivum eingesetzt,
- wird zur Behandlung von Abhängigkeiten eingesetzt (insbesondere Kokain aber auch bei anderen Suchtmitteln).

Vitamine

Vitamin B₁ (Thiamin)

Vitamin B₁ kann nur in geringem Umfang gespeichert und muss ständig mit der Nahrung zugeführt werden. Thiamin ist eines der wichtigsten Koenzyme des Körpers, das den Kohlehydratstoffwechsel reguliert. Es ist Bestandteil von etwa 24 Enzymen und erfüllt vielfältige Funktionen im Nervensystem. Der B₁-Bedarf steigt im Verhältnis zur Aufnahme von Kohlehydraten.

Nahrungsquellen für Vitamin B₁:

Getreideprodukte, Reis, tierisches Eiweiß, Erbsen, weiße Bohnen.

Mögliche Verursachung des Vitamin- B₁-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, Alkoholismus, Schwangerschaft und Stillzeit, Arzneimittel wie Antazida, Neuroleptika, Antiepileptika, Antibabypille usw., Magen-Darm-Erkrankungen, Alkoholismus.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin- B₁- Mangel:

- Appetitmangel,
- Magen-Darmerkrankungen,
- Müdigkeit,
- Reizbarkeit,
- Schlafstörungen,
- Verdauungsstörungen,
- Herzbeschwerden wie Herzrasen, Angina Pectoris,
- Ödeme,
- Kreislaufbeschwerden,
- Beriberi-Erkrankung (B₁-Avitaminose),
- Nervenentzündungen und –schmerzen,
- Zentralnervale Störungen (Wernicke-Enzephalopathie, Korsakow-Syndrom),
- Krämpfe, Lähmungen,
- Hirnleistungsstörungen (extrem möglich bei hohem Alkoholkonsum).

Wichtige Anwendungsgebiete:

Lebererkrankungen, Alkoholismus, Darmerkrankungen, Schwangerschaft, Leistungssport, im Alter generell.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Auch in sehr hohen Dosen keine Nebenwirkungen bekannt.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 1.3 mg (1), Empfehlung Pauling: 50mg (2)

Vitamin B₂ (Riboflavin)

Riboflavin ist als Koenzym an vielen Stoffwechselfvorgängen beteiligt, so am Kohlehydrat-, Aminosäure-, Fettsäure-, Purin-, Energie- und Hormonstoffwechsel.

Bei einer Schwangerschaft kann Vitamin B₂-Mangel zu Entwicklungs- und Wachstumsstörungen des Embryos kommen.

Nahrungsquellen für Vitamin B₂:

Kartoffel, Brokkoli, Eier, Milch und Milchprodukte, Hefe, Fleisch.

Mögliche Verursachung des Vitamin-B₂-Mangels:

Mangel- und/oder Fehlernährung, Alkoholismus, Magen-Darm-Erkrankungen, Arzneimittel: Antibabypille usw., Schilddrüsenerkrankungen.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-B₂-Mangel:

- Müdigkeit,
- Antriebsschwäche,
- Entzündungen der Mund- und Nasenschleimhäute,
- Veränderungen im Verdauungstrakt,
- Hautbeschwerden wie Entzündungen, Juckreiz, Mundwinkeleinrisse,
- Linsentrübung der Augen,
- Hornhautentzündung an den Augen,
- Star-Erkrankungen an den Augen,
- Schilddrüsen-Fehlfunktion,
- Diabetes mellitus.

Wichtige Anwendungsgebiete:

latenter Mangel bei älteren Menschen, Diabetes, Darmentzündungen, Alkoholismus.

Vitamin B₃ (Niacin)

Nahrungsquellen für Vitamin B₃:

Fleisch, Hefe, Getreide, Nüsse, Milch und Milchprodukte.

Mögliche Verursachung des Vitamin-B₃-Mangels:

Mangel- und/oder Fehlernährung, zu starker Alkoholkonsum, Erkrankung der Bauchspeicheldrüse, Wachstumsphase, Durchfall, Infektionserkrankungen, angeborene Stoffwechselerkrankungen.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin- B₃-Mangel:

- Pellagra-Krankheit (entzündliche Hautveränderungen),
- Verdauungsstörungen mit Durchfall,
- Zentrale Nervenstörungen (Halluzinationen, Gedächtnisstörungen, Gangunsicherheit),
- Anämie.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Einseitige Diäten, Durchfälle, Alkoholismus, Krebs/Tumorerkrankungen, Senkung der Blutfette, Vorbeugung gegen Herzerkrankungen, psychische Störungen wie Depression bis depressive Psychose, Demenz, Schizophrenien.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Eine Überdosierung ist nicht bekannt. Nicotinsäure, nicht jedoch Nicotinamid, kann Hautjucken und Hitzewallungen auslösen, dann Reduktion der Dosis.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 18 mg, Empfehlung Pauling: 300mg

Vitamin B₅ (Pantothensäure)

Vitamin B₅ ist in fast allen Nahrungsmitteln enthalten, ein Mangel ist daher eher selten.

Nahrungsquellen für Vitamin B₅:

Fleisch, Eier, Hefe, Getreide, Erdnüsse, Pilze, Wassermelonen.

Mögliche Verursachung des Vitamin-B₅-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, zu starker Alkoholkonsum, Störungen im Verdauungstrakt.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-B₅-Mangel:

- Unspezifische Missempfindungen,
- Erbrechen,
- Müdigkeit,
- Depressionen,
- Schlaflosigkeit,
- Kopfschmerzen.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Bei pathologischen Veränderungen der Haut und der Schleimhäute, Cholesterin- und Triglyceridsenker bei HDL-Cholesterin-Erhöhung.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Nicht bekannt, mehr als 10g/Tag führen zu leichten Darmstörungen.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 6 mg Empfehlung Pauling: 100 mg

Vitamin B₆ (Pyridoxin)

Die Vitamine B₆ kommen in fast allen tierischen und pflanzlichen Nahrungsmitteln vor. Wichtig ist ihre Wirkung für den Aminosäurestoffwechsel und für die Produktion von Neurotransmittern.

Nahrungsquellen für Vitamin B₆:

Fleisch, Milchprodukte, Getreide, Möhren und Kartoffeln, Bananen, Avocados, Sojamehl.

Mögliche Verursachung des Vitamin-B₆-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, zu starker Alkoholkonsum, Magen-Darm-Erkrankung, Arzneimittel: Antibabypille, Antibiotika, Missbrauch von Abführmittel.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-B₆- Mangel.

- Entzündliche Hauterkrankungen im Nasen-, Augen-, Mundbereich,
- Schrumpfung der Mundschleimhaut,
- Darmerkrankungen,
- Störungen des zentralen Nervensystems (Empfindungsstörungen),
- Neigung zu Nierensteinbildung.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Darmerkrankungen, Lebererkrankungen, Anämie, Vorbeugung gegen Herzkrankheiten, Tumorerkrankungen und Arteriosklerose, psychische Störungen.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Eine Überdosierung ab etwa 1000mg/Tag kann Gefühllosigkeit an Fingern und Zehen hervorrufen.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 1.8 mg, Empfehlung Pauling: 50mg

Vitamin B₉ (Folsäure)

Folsäure ist an vielen Stoffwechselprozessen beteiligt. Sie ist unabdingbar notwendig, um die roten Blutkörperchen aufzubauen. Bei zu hohen Dosierungen können allergische Reaktionen und Juckreiz auftreten. Da Folsäure rasch ausgeschieden wird, dauern solche Reaktionen – so sie auftreten – nicht länger als 12 Stunden.

Nahrungsquellen für Vitamin B₉:

Fleisch, Getreide, Hefe, Blattgemüse.

Mögliche Verursachung des Vitamin-B₉-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, zu starker Alkoholkonsum, Wachstumsphase, Infektionen, Tumor- Erkrankungen, Medikamente: Acetylsalicylsäure (Aspirin), Barbiturate, Triamteren, Chemotherapeutika.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-B₉-Mangel:

- Störung der Blutbildung,
- Blutarmut (Anämie),
- Schleimhautveränderungen im Mundbereich,
- Verdauungsstörungen,
- Übelkeit, Brechreiz, Durchfall,
- Haarausfall,
- Dermatitis (Hautveränderungen),
- Lebererkrankungen,
- Krebs.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Herzerkrankungen, Depressionen sowie andere psychische und neurologische Erkrankungen, Epilepsien.

Vitamin B₁₂ (Cyanocobalamin)

B₁₂ wird in der Leber gespeichert. Es ist zum Aufbau der roten Blutkörperchen und für den Eiweißstoffwechsel notwendig. Besonders bei Vegetariern kann ein B₁₂-Mangel auftreten.

Nahrungsquellen für Vitamin B₁₂:

Fleisch, Fisch, Milch und Milchprodukte, Eier.

Mögliche Verursachung des Vitamin-B₁₂-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, chronische Magen-Darm-Erkrankungen, erbliche Stoffwechselerkrankungen.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-B₁₂-Mangel:

- Schwächegefühle,
- Chronische Müdigkeit,
- Gewichtsverlust,
- Zittern,
- Gedächtnisstörungen,
- Geschmacks- und Geruchsstörungen,
- Störung der Blutbildung, Blutarmut (perniziöse Anämie),
- Störung des zentralen Nervensystems (Sensibilitätsstörungen),
- Taubheitsgefühle an den Gliedmaßen (periphere Polyneuropathie),
- Periphere Lähmungserscheinungen.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Perniziöse Anämie (klassische B₁₂-Mangelkrankheit, die sich mit zusätzlich Folsäure beheben lässt), Herzerkrankungen, Depressionen.

Bei allen psychischen Problemen sollte auf die B₁₂-Versorgung geachtet werden.

Dietl/Ohlenschläger geben folgende möglichen psychischen Veränderungen durch einen Mangel an Vitamin B₁₂ an:

- Vergesslichkeit,
- Leistungsminderung,
- Depression,
- Gedächtnisschwäche,
- Konzentrationsprobleme,
- Halluzinationen,
- Zustände ähnlich Schizophrenie,
- Apathie,
- Ruhelosigkeit,
- Persönlichkeitsveränderung,
- Selbstmitleid,
- Realitätsverlust,
- Müdigkeit, Antriebsschwäche.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Bei oraler Verabreichung sind weder Überdosierungen noch Nebenwirkungen sind bekannt.

Vitamin B₁₃ (Orotsäure)

Orotsäure sorgt für die Verwertung der Folsäure und des Vitamin B₁₂, besonders bei der Bildung der roten Blutkörperchen und des Hämoglobins.

Sie schützt vor Lebererkrankungen und ist wichtig zum Schutz vor multipler Sklerose. Eine vorbeugende Wirkung wird beim vorzeitigen Altern vermutet.

Wichtige Anwendungsgebiete:

- Sorgt für die Verwertung von Folsäure und Vitamin B₁₂,
- hilft im zellinternen Stoffwechsel,
- ist essentiell für DNS-Stoffwechsel,
- regeneriert geschädigte Leberzellen,
- verhindert die Bildung von Krebsgeschwülsten,
- entwickelt krebshemmende Substanzen,
- ist Schlepper für Magnesium,
- steigert die Blutzellbildung im Knochenmark.

Mögliche Beschwerden bei Vitamin B₁₃- Mangel:

Müdigkeit, Arterienverkalkung.

Nahrungsquellen für Vitamin B₁₃:

vor allem Milchprodukte (in Schafssauermilch am höchsten), Leber, Wurzelgemüse.

Vitamin B₁₅ (Pangamsäure, Dimethylglycyl, DMG)

B₁₅ hat ist ein Zellentgifter, ähnlich wie das Vitamin E. Es schützt es gegen Schadstoffe im Körper und verlängert die Lebensdauer der Zelle.

Wichtige Anwendungsgebiete:

- Regt den Sauerstoffumsatz in den Gewebezellen an,
- verbessert die Sauerstoffversorgung vor allem bei erhöhter Muskeltätigkeit und vermindert Müdigkeitserscheinungen,
- unterstützt den Leberstoffwechsel,
- hat eine starke antioxidative Wirkung indem sie der Leber hilft, besser mit Giften und Zellschäden fertig zu werden.

Nahrungsquellen für Vitamin B₁₅:

Bierhefe, unpolierter Reis, Vollkorn, Kürbiskerne, Sesamsamen.

Vitamin C (Ascorbinsäure)

Vitamin kann vom Menschen selbst nicht synthetisiert werden, es muss zwingend mit der Nahrung aufgenommen werden. Vitamin C gehört zum antioxidativen Netzwerk (siehe: Alpha-Liponsäure).

Wichtige Anwendungsgebiete:

- Fördert die Eisen-Aufnahme,
- stabilisiert das Bindegewebe,
- stärkt das Immunsystem (Vitamintherapie bei Erkältungskrankheiten),
- wirkt entgiftend (insbesondere Schwermetalle),
- beeinflusst die Hormonproduktion positiv,
- beeinflusst die Produktion von Neurotransmittern positiv,
- wirkt in hohem Maße antioxidativ gegen freie Radikale.

Nahrungsquellen für Vitamin C :

Obst, bes. Zitrusfrüchte, Gemüse, bes. Paprika, Sauerkraut.

Mögliche Verursachung des Vitamin-C-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, zu starker Alkoholkonsum, Infektionen, Nikotinmissbrauch, Lebererkrankungen, Dialyse, Rheumatische Erkrankungen.

Vitamin-C-Mangel durch Arzneimittel: Acetylsalicylsäure (Aspirin), Diuretika, Antibiotika, Kortisone, Östrogene.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-C-Mangel:

- Müdigkeit, Leistungsschwäche,
- Appetitlosigkeit,
- Wundheilungsstörungen,
- ständige Erkältungskrankheiten oder sonstige Infektionen,
- allgemeine Immunschwäche,
- Herzerkrankungen,
- Tumorbildung, Krebs.

Wichtige Anwendungsgebiete:

- Antioxidans,
- Bei Erkältungskrankheiten, Infektionen.
- Reduktion der toxischen Wirkungen von Schwermetallen, insbesondere Blei, Cadmium und Chrom,
- Zur Krebsprophylaxe und bei akutem Krebsgeschehen.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Eine Überdosierung ist praktisch nicht möglich, Nebenwirkungen sind nicht bekannt.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 75 mg, Empfehlung Pauling: 1g-18g

Vitamin D (Calciferol)**Nahrungsquellen für Vitamin D:**

Seefische (besonders Sardinen und Heringe), Fischöl, Kuhmilch, Butter, Schweinefleisch, Schweinefett, Ei, Hühnerfleisch, bes. die Haut des Huhns.

Mögliche Verursachung des Vitamin-D-Mangels:

Sonnenlichtmangel, Schwangerschaft, Nährstoffverwertungsstörung, angeborene Vitamin-D-Resistenz oder Vitamin-D-Verlust. Arzneimittel wie Barbiturate, Antiepileptika usw., vegetarische Lebensweise.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-D-Mangel:

- Magen-Darm-Erkrankungen,
- Knochenstoffwechselstörungen (Osteoporose),
- Nierenerkrankungen,
- Störungen im Nervensystem,
- Rachitis mit Skelettverformung (Osteomalazie, Trichterbrust, Neigung zu Knochenbrüchen).

Achtung, bei zu hoher Kalzium-Konzentration im Blut (Hyperkalzämie) darf kein Vitamin D zugeführt werden.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Rachitis bei Säuglingen und Kindern, chronische Nierenerkrankungen, Herzerkrankungen, Krebs.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Eine zu hohe Zufuhr führt zu einem erhöhten Kalzium-Blutspiegel. Daraus folgt Appetitlosigkeit, Übelkeit, Erbrechen.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 5 Mikrogramm, Empfehlung Pauling: 10 Mikrogramm

Vitamin E (Tocopherol)**Nahrungsquellen für Vitamin E:**

Pflanzenöle (Sonnenblumen-, Oliven-, Erdnuss-, Weizenkeim-, Sojaöle), Getreide und Getreideprodukte.

Mögliche Verursachung des Vitamin-E-Mangels:

Mangel- oder/und Fehlernährung, Stoffwechselprobleme (Fettverdauungsstörung), Magen-Darm-Erkrankungen.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-E-Mangel:

- Magen-Darmerkrankungen,
- Lebererkrankungen,
- Muskelfunktionsstörungen,
- Veränderung des Blutbildes,
- degenerative Veränderungen am Rückenmark,
- erhöhte Gefahr durch Freie Radikale.

Wichtige Anwendungsgebiete:

Vitamin-E-Mangel ist einer der wichtigsten Risikofaktoren für Herzerkrankungen, bedeutsamer als Bluthochdruck und hoher Cholesterinspiegel.

Zur Krebserkrankungs-Prophylaxe, gegen Diabetes und Rheuma. Vitamin E gehört zum antioxidativen Netzwerk (siehe: Alpha-Liponsäure).

Vitamin E (alpha-tocopherol und sieben andere eng verwandte Substanzen) wird im Blut von Lipoproteinen transportiert - die gleichen Moleküle die auch das Cholesterol transportieren – das auf diese Weise vor der Oxidation geschützt wird. Damit wird das Vitamin E zum wichtigsten Antioxidans für unsere Herzgesundheit. Vitamin E kann sich frei zwischen den Zellmembranen bewegen und schützt diese damit vor oxidativer Schädigung durch freie Radikale.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Bis zu einer täglichen Dosierung von 800mg sind keinerlei Nebenwirkungen bekannt und nicht zu erwarten. Ab 3000 mg Verdauungsstörungen und Müdigkeit.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 12 mg, Empfehlung Pauling: 500 mg

Vitamin H (Biotin)

Biotin begünstigt den allgemeinen Energieumsatz und die Stoffwechselprozesse von Nährstoffen, besonders den Aminosäure-, Fettsäure-, Kohlehydrat- und Zuckerstoffwechsel. Von Biotin abhängige Enzyme sind Carboxylasen und Decarboxylasen.

Nahrungsquellen für Vitamin H:

Fleisch, Gemüse, Erdnüsse, Sojabohnen, Eigelb, Bierhefe, Blumenkohl.

Mögliche Verursachung des Vitamin-H-Mangels:

Mangel-und/oder Fehlernährung, zu starker Alkoholkonsum, Arzneimittel: Antibiotika, angeborene Stoffwechselstörungen.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Vitamin-H-Mangel:

- Hauterkrankungen (Dermatitis),
- Zungenbrennen,
- Übelkeit,
- Haarausfall,
- Depressionen,

Wichtige Anwendungsgebiete:

Biotinmangel ruft psychische Störungen wie Depressionen und panikartige Zustände hervor. Antiepileptika können den Biotin-Spiegel absenken.

Überdosierung, Nebenwirkungen:

Nicht bekannt, sogar bei Gaben von 40mg/Tag.

Tagesbedarf: Empfehlung DGE: 30-100 mg, Empfehlung Pauling (keine Angaben)

Erläuterungen

(1) DEG: Deutsche Gesellschaft für Ernährung. (Die Empfehlungen für den Tagesbedarf der DEG sind heftig umstritten. Es gibt Wissenschaftler die behaupten, die hier angegebene Dosis sei in der Regel wirkungslos.

(2) Bei: 'Empfehlung Pauling' handelt es sich um den zweifachen Nobelpreisträger (Physik und Chemie) Prof. Dr. Linus Pauling, den Begründer der orthomolekularen Medizin.

Spurenelemente und Mineralstoffe

Zink (Zn)

Zink ist wichtig für viele biochemische Reaktionen im Körper, besonders den Fett-, Eiweiß- und Kohlehydratstoffwechsel. Es ist ein wichtiges Antioxidanz gegen Freie Radikale. Zink ist relativ ungiftig. Bei Zufuhr in der angegebenen Größenordnung treten keine Nebenwirkungen auf.

Nahrungsquellen für Zink:

Fleisch und Wurstwaren, Eier, Käse, Hülsenfrüchte.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Zink-Mangel:

- Entzündliche Hautveränderungen,
- Haarausfall,
- Durchfall,
- Dünndarmerkrankungen,
- verringertes Geschmacks- und Geruchsempfinden,
- verzögerte Wundheilung,
- Unfruchtbarkeit,
- Wachstumsstörungen und sexuelle Reifestörungen,
- Infektanfälligkeit/geschwächte Immunabwehr,
- chronische Lebererkrankungen,
- rheumatische Erkrankungen.

Normalwert: 0.60-1.2 Milligramm/Liter Blut

Tagesbedarf: 12-15mg

Mangan (Mn)

Mangan das lebenswichtige Spurenelement, ist an etwa 60 Enzymreaktionen im Körper beteiligt und steuert den Energiestoffwechsel mit. Es ist ein Hemmstoff für Freie Radikale.

Nahrungsquellen für Mangan:

Walnüsse, Erdnüsse, Kokosnüsse, Hülsenfrüchte, Reis, Getreide, Sojabohnen, Früchte.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Mangan-Mangel:

Da Mangan so häufig natürlich vorkommt, ist ein Mangel kaum möglich.

Normalwert: < 0,8 Mikrogramm l/Liter Blut

Tagesbedarf: 2-4mg

Chrom (Cr)

Chrom ist ein lebenswichtiges Spurenelement, weil es die Insulinwirkung für den Zuckerstoffwechsel aktiviert. Der Körper nutzt den dreiwertigen Chrom, auch für den Fett- und Kohlehydratstoffwechsel.

Nahrungsquellen für Chrom:

Pflanzenöl, Bierhefe, Hülsenfrüchte, Fleisch

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Chrom-Überschuss:

Chromvergiftung mit Durchfall, Magen- und Darmblutungen, Leber- und Nierenschäden

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Chrom-Mangel:

verminderte Produktion von Insulin.

Normalwert: um 0.5 Mikrogramm/Liter Blut

Tagesbedarf: 0.05-0.2mg

Magnesium (Mg)

Magnesium ist im Körper von größter Bedeutung.

- Es aktiviert mehr als 300 Körper-Enzyme im Kohlehydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel,
- es reguliert die Proteinsynthese in den Zellkernen,
- es reguliert die DNS-RNS-Synthese,
- es beeinflusst die Blutgerinnung,
- es ist Stabilisator der Herzrhythmusaktivität,
- es reguliert die neuromuskulären Erregungsübertragung,
- es reguliert das autonome Nervensystem,
- es setzt die Sauerstofftoxizität herab,
- es hat eine tranqulisierende Wirkung,
- es hat Wirkung auf die Natrium- und Kaliumleitfähigkeit,
- es ist ein ausgezeichnetes Anti-Stress-Mittel (bei Stress kommt es zu hohen zellulären Magnesiumverlusten).

Magnesium gilt in der orthomolekularen Medizin als der wichtigste Mineralstoff. Es tritt sehr häufig eine relative Unterversorgung auf.

Nahrungsquellen für Magnesium:

Erbsen, Nüsse, Bohnen, Sojabohnen, Getreide, Fleisch, Mineralwasser.

Mögliche Beschwerden/Erkrankungen bei Magnesium-Mangel:

Hier sind die Zusammenhänge noch nicht gänzlich geklärt. Es gibt offensichtlich jedoch einen Zusammenhang zu Bluthochdruckerkrankungen. Magnesiummangel soll vor allem Probleme im Zentralen Nervensystem verursachen und gefäßbedingte Probleme hervorrufen wie:

- Benommenheit, Zittern,
- Ängste, Depressionen,
- Angina pectoris,
- Herzdruck,
- Herzrhythmusstörungen,
- Herzinfarkt,
- Schließmuskelstörungen,
- Blasenfunktionsstörungen,
- Muskuläre Gliedmaßenkrämpfe.

Erhöhte Magnesium-Zufuhr ist dringend notwendig bei der Einnahme von entwässernden Arzneien, bei chronischen Darmfunktionsstörungen, bei Alkoholentzug und bei Nierenproblematik. Achtung: Bei schweren Nierenfunktionsstörungen (Insuffizienz) kann es zu einem überhöhten Magnesiumspiegel kommen! Symptome sind starke Müdigkeit.

Normalwert: 1.8-2.6 Milligramm/Liter Blut

Tagesbedarf: 0.3-0.4g

Colostrum

Als Haupt-Inhaltsstoffe von Colostrum, der ersten Milch nach der Geburt, sind zu nennen:

- Immunglobuline,
- Wachstumsfaktoren,
- Interferone,
- Interleukine,
- Laktoferrine,
- Vitamine,
- Spurenelemente.

Colostrum bietet dadurch einen hervorragenden Immunschutz in einer Welt voller Keime, Umweltgifte und Krankheitserreger, denn die Immunglobuline in Colostrum sind fähig, Bakterien Viren und Hefepilze zu neutralisieren.

Seit hunderten von Jahren wird deshalb in der Volksmedizin die Vormilch der Kuh zur Unterstützung des Immunsystems verwendet. Im 19. Jahrhundert war Colostrum das 'Antibiotikum' der Heilkunde.

Da in unserer Zeit die möglichen schädlichen Wirkungen der Antibiotika-Präparate immer offenkundiger werden, erlebt dieses Milchprodukt ein großes Comeback.

Colostrum von Kühen ist besonders wirksam, da deren Plazenta keine Immunglobuline an das Ungeborene weitergibt. Das neugeborene Kalb erhält seinen Immunschutz allein über die erste Milch. Colostrum von Kühen enthält deshalb Immunstoffe in bis zu 40-fach höherer Konzentration als sie im Blut von Menschen vorkommen!

Colostrum enthält als einziges Nahrungsmittel das Enzym Telomerase, jenes 'Unsterblichkeitsenzym', das die Aufgabe hat, die Chromosomen-Endstränge nach der Zellteilung wieder zu reparieren, um den Zelltod zu verhindern. In der Krebstherapie und in der Rehabilitation wird Colostrum heute eingesetzt, um die Immunkräfte des Patienten so massiv wie möglich zu stärken. Von zwei Ärzten, Dr. Ollendiek und Dr. Beer erfahren wir:

„Colostrum ist eine Enzyrbombe“, urteilt Dr. med. Heinrich Ollendiek aus Bad Nauheim. Er hat sich unter anderem intensiv mit der Hyperthermiebehandlung von Tumorkranken beschäftigt. Sie wird begleitend zu Chemotherapie oder Bestrahlungen eingesetzt. Der große Nachteil aller Krebstherapien: Sie sind für den Patienten sehr anstrengend und schwächen sein Immunsystem. Hier hilft Colostrum. Es stärkt den gesamten Organismus und: 'Es scheint, dass Colostrum die Reaktionsbereitschaft fördert', formuliert Dr. Ollendiek bewusst vorsichtig.

Diese Erfahrungen bestätigt der Allgemeinmediziner Dr. Georg Beer aus Eggenfelden. In einem weiteren Punkt sind sich beide Ärzte, die völlig unabhängig voneinander arbeiten, einig: 'Am Besten wäre es, wenn man mit Colostrum schon vor der eigentlichen Therapie beginnt', erklärt Dr. Beer. Colostrum steigert die Abwehrkräfte und die Leistungsfähigkeit, es verbessert die Darmflora und lässt Entzündungen und Verletzungen schneller heilen. Alles zusammen hilft wohl dem Patienten, die schwere Tumorthherapie besser zu bewältigen. Dr. Ollenndiek versucht, die großen Möglichkeiten, die das Colostrum birgt, 'therapeutisch so weit wie möglich auszunutzen'. Eine große Rolle ordnet er dem Stoff auch in der Geriatrie zu.“(1)

(1) Quelle: (21.2.06, 9.55)

http://www.gesundheit-aktuell.de/Helfer_in_schweren_Zeiten__Krebstherapie.197.0.html

Aus dem Buch von Walter Häge: „Biologische Krebsabwehr - Krebsprophylaxe und Krebsbehandlung durch neue Zellsymbiose-Therapien“, Radionik-Verlag.

Quellenangabe:

(1) Cheng Lele; *Colorimetric detection of total triterpene content in Ganoderma lucidum fruiting body and spore*; Shanghai, China

(2) K.Tasaka,...; *Anti-allergic constituents in the culture medium of Ganoderma lucidum.(I) Inhibitory effect of oleic acid on histamine release*; *Agents and Actions*, vol. 23, 3 / 4 (1988)

(3) Hiroshi Koda,...; *The Biologically Active Constituents of Ganoderma lucidum (Fr.) Karst. Histamine Release – Inhibitory Triterpenes*; *Chem. Pharm. Bull.*, 33(4), 1367-1374 (1985)

(4) K.Tasaka,...; *Anti-allergic constituents in the culture medium of Ganoderma lucidum.(II) The inhibitory effect of cyclooctasul- fur on histamine release*; *Agents and Actions*, vol. 23, 3 / 4 (1988)

(5) Yearul Kabir,...; *Dietary Effect of Ganoderma lucidum Mushroom on Blood Pressure and Lipid Levels in Spontaneously Hypertensive Rats (SHR)*; *J. Nutri. Sci. Vitaminol.*, 34, 433-438, 1988

(6) Guo-Liang Zhang,...; *Hepatoprotective role of ganoderma lucidum polysaccharide against BCG-induced immune liver injury in mice*; *World J. Gastroenterol* 2002 August 15; 8(4): 728-733

(7) Ying-Hua Shich,...; *Evaluation of the Hepatic and Renalprotective Effects of Ganoderma lucidum in Mice*; *Am. Journal of Chinese Med.*, Vol. 29, Nos.3-4, pp. 501-507, 2001

(8) Yasuyo Hijikata, Seika Yamada; *Effect of Ganoderma lucidum on Postherpetic Neuralgia*; *Am. Journal of Chin. Med.*, Vol. XXVI, No. 3-4, pp. 375-381, 1998

(9) Hsue-Yin Hsu,...; *Radioprotective Effect of Ganoderma Lucidum (Leyss. Ex. Fr.) Karst after X-ray Irradiation in Mice*; *Am. Journal of Chin. Med.*, Vol. XVIII, Nos. 1-2, pp. 61-69, 1990

(10) William M.W. Cheung,... ; *Ganoderma extract activates MAP kinases and induces the neuronal differentiation of rat Pheochromocytoma PC12 Cells*; *FEBS Letters* 486 (2000) 291-296

(11) Seong-Kug Eo,...; *Possible mode of antiviral activity of acidic protein bound polysaccharide isolated from Ganoderma lucidum on herpes simplex viruses*; Journal of Ethnopharmacology 72 (2000) 475-481"