

Nattokinase – ein Heilmittel für Herz- und Gefäßerkrankungen

 www.gesundheitlicheaufklaerung.de/nattokinase-heilmittel-fuer-herz-und-gefaesserkrankungen

Gesundheitsapostel

Nattokinase ist ein heilendes Enzym und kommt in dem traditionellen japanischen Gericht namens „Natto“ vor. Natto wird in Japan schon seit über 1000 Jahren zubereitet und gilt dort auch als ein Heilmittel für Herz- und Gefäßerkrankungen.

Für dieses Gericht werden ungeschälte Sojabohnen zuerst im Wasser eingeweicht und anschließend gekocht. Danach werden die Sojabohnen mit einer Bakterienkultur (*Bacillus natto*) vermischt und bei 42°C, zwischen drei und fünf Stunden, fermentiert (bedampft). Durch diese Fermentierung bildet sich das Enzym Nattokinase. Ist es fertig, sind die Bohnen etwas zusammengeschrumpft und es hat sich dazu ein klebriger Eiweiß-Schleim (schaut aus wie geschmolzener Käse) gebildet.



Wenn das nur eine Mahlzeit aus schleimigen Bohnen ist...

Warum ist Natto jetzt so gesund?

Natto ist besonders reichhaltig an hochwertigem pflanzlichen Eiweiß und anderen Nährstoffen. Außerdem enthält es eine besonders hohe Konzentration an Vitamin K und dem Spurenelement Selen. Nicht zu vergessen: das Enzym Nattokinase. Weitere Inhaltsstoffe sind Lecithin und Saponine.

Lecithin:

Ist eine Zellen- und Nervennahrung und steigert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Steigert vor allem Konzentration und Erinnerungsvermögen und kann außerdem der Arteriosklerose vorbeugen.

Saponine (sekundäre Pflanzenstoffe):

Entschlacken den Körper und spielen eine wichtige Rolle im Fettstoffwechsel. Sie haben eine stärkende, entzündungshemmende, harntreibende, schleimtreibende/schleimlösende und hormonstimulierende Wirkung. Sie wirken der Zellalterung entgegen, lindern Verstopfungsbeschwerden und helfen in der Prävention von Darmkrebs.

Vitamin K:

Natto ist eines der Vitamin-K-reichsten Lebensmittel überhaupt. Vitamin K ist unentbehrlich für das Regeln der Blutgerinnung im Körper, d.h. auch für das Stoppen einer Blutung, sonst würde man bei einer Verletzung leicht verbluten. Wenn der Körper einen Vitamin-K-Mangel aufweist, wird die Blutungszeit verlängert und es kommt leicht zur Bildung von blauen Flecken. Damit verursacht ein erhöhter Mangel an Vitamin K schlechte Wundheilung, Zahnfleischbluten, Nasenbluten, Müdigkeit, starke Menstruationsblutungen sowie innere Blutungen. Fehlt Vitamin K, nimmt die Gerinnungsfähigkeit des Blutes ab.

Vitamin K unterstützt zudem den Knochenaufbau zusammen mit Vitamin D3 und beugt der Osteoporose vor, da es die Verwertung und den Einbau von Calcium fördert.

Weiterhin beugt es Krebserkrankungen vor, schützt das Herz vor Plaquebildung in den Arterien, senkt das LDL-Cholesterin und ist wichtig für gesunde Zähne und die Leberfunktion.

(Übrigens verursachen Medikamente zur Blutverdünnung einen Vitamin-K-Mangel)

Achtung bei der Einnahme von Gerinnungshemmern wie Marcumar: Vitamin K wird als „Gegenspieler“ zu Marcumar bezeichnet. Bei einer Medikation von Gerinnungshemmern sollte keine erhöhte Aufnahme von Vitamin K erfolgen. Dies sollte mit einem Arzt abgeklärt werden.

Selen:

Selen, als „Multitalent“ kann als „Beschützer-Spurenelement“ bezeichnet werden. Es ist ein kraftvolles Antioxidant, ein Fänger von freien Radikalen. Selen schützt die Zellen vor schädlichen (Umwelt- u. Strahlen-) Belastungen sowie Giftstoffen und wirkt der Zell-Alterung (oxidativem Stress) entgegen. Selen wird auch mit als Gegenmittel bei Schwermetall-Vergiftung, wie Blei und Quecksilber, eingesetzt.

Selen stärkt das Immunsystem und beugt Herzerkrankungen, Thrombosen und Krebs vor. Zusammen mit anderen Vitaminen, wie Vitamin C und E hält es fit und vital, stärkt die Konzentration und wirkt antidepressiv.

Ein Selenmangel kann einige verschiedene Krankheiten verursachen, wie Schilddrüsenerkrankungen, Verdauungsstörungen, Immunschwäche, Depressionen, Schlaflosigkeit, Gedächtnisverlust, Konzentrationsschwäche, Kopf-, Gelenk-, u. Muskelschmerzen, Fruchtbarkeitsstörungen, ...

Nattokinase:

In den 80er Jahren forschte ein Dr. Hiroyuki Sumi (University of Chicago) nach natürlichen Substanzen die dazu fähig sind Blutgerinnsel aufzulösen, bevor diese für das Herz-Kreislauf-System gefährlich werden können. Dadurch können Gefäßverschlüsse die zu Herzinfarkt, Schlaganfall und Lungen-Embolien führen können, reduziert werden. Dabei untersuchte Dr. Sumi auch das japanische Gericht Natto und wurde fündig. Er fand darin ein Enzym welches Blutgerinnsel auflöste und bezeichnete es als Nattokinase („Enzym von Natto“).

Nattokinase löst Blutgerinnsel auf, senkt den Bluthochdruck und gilt als ein guter Schutz vor Schlaganfall, Herzinfarkt, Lungen-Embolie und sogar Alzheimer.

Nattokinase schlägt alle chemischen Medikamente zur Behandlung von Blutgerinnseln. Die Wirkung des Enzymes hält auch mehr als acht Stunden länger als die der Medikamente an. Außerdem unterstützt Nattokinase noch zusätzlich die Produktion körpereigener gerinnungshemmender Substanzen und verstärkt ihre Wirkung.

Nach langen Studien konnten keinerlei schädlichen Nebenwirkungen durch Nattokinase festgestellt werden.

Fazit:

Menschen mit Bluthochdruck, Gefäßerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen die bisher auf die herkömmlichen chemischen und nebenwirkungsreichen Medikamente zurückgreifen mussten, haben mit Nattokinase eine echte natürliche und gesunde Alternative.

Und noch mehr, denn durch Nattokinase wird das Blut und somit der ganze Organismus vitalisiert. D.h. die ganze Blutzirkulation kommt wieder in Gang, die Organe erhalten wieder mehr Sauerstoff und eine gesteigerte Zufuhr lebenswichtiger Nährstoffe. Es steht mehr Energie zur Verfügung, das Gehirn kann mehr leisten, das Krebsrisiko und das Osteoporoserisiko sinkt rapide ab.

Gesundheit und Vitalität. Das bringen die giftigen Medikamente nicht.

Nattokinase ist im Besonderen für ältere Menschen gedacht, da der Körper in zunehmendem Alter nicht mehr so viele eigene Enzyme zur Regelung der Blutgerinnung (z.B. Plasmin) produzieren kann.

Entweder Sie essen viel Natto oder besorgen sich Nattokinase als Nahrungsergänzung. Fragen Sie dazu Ihren Japaner oder Ihren Nahrungsergänzungs-Lieferanten. 😊

ACHTUNG: Vor der gleichzeitigen Einnahme von Nattokinase und anderen Gerinnungshemmern (wie Aspirin und Marcumar) wird abgeraten! Siehe: [Naturheilmittel Nattokinase soll Blutgerinnung verhindern](#). Bei jeder Form von Blutungen ist Nattokinase kontraindiziert. Bei bevorstehenden Operationen sollte bitte rechtzeitig der Arzt über den Verzehr von Nattokinase informiert werden!

Produkte zu Nattokinase:

146

SHARES

[Facebook](#)[Twitter](#)[Google](#)[Newsletter](#)

[Whatsapp](#)[Drucken](#)[Mail](#)

Abonniere unseren Newsletter um über neue Beiträge informiert zu werden!