

Was ist Homocystein?

Liebe Leserinnen und Leser,



unsere ergänzende bilanzierte Diät "**Arteriosklerose**" zielt insbesondere auf zu hohe Homocystein-Werte. Mit dem heutigen Gesundheitsbrief möchte ich Ihnen diesen Begriff "Homocystein" etwas verständlicher machen.

Was ist Homocystein?

Ein fast unaussprechliches Wort - das in medizinischen Kreisen in Zusammenhang mit Herzinfarkt, Schlaganfall, Gefäßverkalkung sowie Alzheimer immer mehr diskutiert wird.

Homocystein kann man nicht entgehen. Jeder menschliche Organismus transportiert Homocystein über das Herz-Kreislauf-System in den Arterien und Venen. Homocystein (HC) ist nichts anderes als ein Stoffwechselprodukt einer guten und lebenswichtigen Aminosäure (Eiweißbaustein), die über die Nahrung aufgenommen wird.

Isoliert betrachtet, bevor es weiter umgewandelt und aus dem Körper ausgeschieden wird, kann Homocystein durchaus erheblichen Schaden anrichten. Ähnlich wie Cholesterin kann es dazu beitragen, dass ein ansonsten gesunder Organismus frühzeitig altert. Denn der Mensch ist bekanntlich so alt wie seine Gefäße.

Im Gegensatz zum Cholesterin-Spiegel, der durch Diät, körperliche Bewegung und Entspannungstraining im Sinne einer ganzheitlichen Medizin positiv beeinflusst werden kann, ist der Homocysteinspiegel nur bedingt durch die Ernährung beeinflussbar. Der Homocystein-Spiegel ist vielmehr altersabhängig und steigt ab der Lebensmitte kontinuierlich an. Jeder zweite Erwachsene über 45 Jahren hat davon zu viel im Blut. Das Problem: Man merkt zunächst nichts davon und hat keine Beschwerden.

Homocystein kann dazu beitragen, dass die Einlagerung von Fetten in die Gefäßwände beschleunigt bzw. erst ermöglicht wird. Die so genannte Oxidation von schädlichem LDL-Cholesterin wird durch Homocystein offensichtlich erleichtert. Der Volksmund sagt ganz einfach: "Das Fett wird ranzig". Aber besonders das ranzige Fett trägt dazu bei, dass Gefäße verkalken und Symptome wie Gedächtnisschwäche, Durchblutungsstörung hervorrufen. Gute und gesunde Fette hingegen, fördern den Fluss des Lebens und tun unseren Gefäßen gut.

Darum ist es wichtig Homocystein nicht als isolierten Risikofaktor für Gefäßverkalkung zu betrachten, sondern im Zusammenhang mit genetischer Disposition, Cholesterin-Spiegel,

Lebensgewohnheit und Ernährungsweise zu sehen.

Tatsächlich wäre es theoretisch möglich durch eine überdurchschnittliche Zufuhr von Blattgemüse von tägl. bis zu 2 kg den Homocysteinspiegel niedrig zu halten. Die darin enthaltene Folsäure hilft dem Körper den Homocysteinspiegel zu senken und gilt als effektivster Gegenspieler im Kampf gegen arteriosklerotische Gefäßschäden. Folsäure gehört zur Gruppe der B Vitamine und trägt nachweislich bei regelmäßiger Einnahme zusammen mit den Vitaminen B6 und B12 zur Gesunderhaltung des Gefäßsystems bei.

Da es nahezu unmöglich ist dem Körper die benötigte Menge (ca. 1 mg täglich) über die Nahrung zuzuführen, aber gerade die konzentrierte Kombination aus Folsäure, Vitamin B6 und B12 sich als besonders wirksam erwiesen hat, ist eine Einnahme zu empfehlen.

Das Produkt "Arteriosklerose"

Das Produkt ist zunächst ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke zur diätetischen Behandlung von Arteriosklerose, also eine ergänzende bilanzierte Diät.

Mit einer ergänzenden bilanzierten Diät wird die Erkrankung über die Ernährung auf natürliche Weise beeinflusst und behandelt. Die Zusammensetzung und der Nutzen für den Patienten dieser Produkte sind wissenschaftlich belegt. Sie sind nicht als Ersatz, sondern als Ergänzung herkömmlicher Arzneimittel anzusehen. Sie dienen der Unterstützung und Optimierung des medizinischen Therapiekonzeptes. Da Lebensmittel in der Regel ohne gesundheitliches Risiko sind und bilanzierte Diäten rechtlich als Lebensmittel eingestuft sind, sind sie frei verkäuflich.

Arteriosklerose

Über die Hälfte aller Todesfälle in den westlichen Industrieländern gehen auf das Konto von Herz- und Gefäßleiden. Ursache ist meist die sich geradezu epidemisch verbreitende Arteriosklerose. Hierbei kommt es nach Schäden an den Innenwänden der Arterien zu einer schleichenden, immer stärker werdenden Verdickung der Arterienwände mit Einlagerung von Fetten, Kalzium und Bindegewebsbestandteilen, was den Blutfluss behindert und zu ungenügender Durchblutung umliegenden Gewebes führt.

Ursachen und Wirkungen

Hauptursache ist neben Übergewicht und Bewegungsmangel eine Ernährung mit zu wenig Frischkost und zu viel tierischen Fetten und raffiniertem Zucker.

Die wichtigsten schädigenden Einflüsse sind ein ständig erhöhter Blutzuckerspiegel, überhöhte Blutfettwerte, erhöhte Harnsäurewerte, Alkoholmissbrauch, Stress, Nikotin und andere Stoffe im Tabakrauch sowie ein ständig erhöhter Blutdruck. Durch fortwährende Einwirkung dieser Gifte werden die Zellwände der inneren Arterienwände geschädigt, dadurch können sie ihre Filterfunktion nicht aufrecht erhalten. Es kommt zu unregelmäßigem Stoffeinstrom, die Zellen schwellen folglich an. Anschließend setzen sich fetthaltige Eiweiße und Fibrinogene in der Gefäßinnenschicht ab. Dadurch werden Entzündungen in der Arterienwand verursacht. Dies wiederum lockt über Botenstoffe die Thrombozyten (Blutplättchen) an, die sich an der rauen, vernarbten Schicht der inneren Arterienwände anlagern. Normalerweise sorgen sie für die

Abdichtung von undichten Stellen (= Blutgerinnung), sie treten aber auch hier in Aktion und bilden Blutgerinnsel (Thromben).

Diese Vorgänge verstärken sich gegenseitig, es treten weitere Entzündungen, Narbenbildungen und Blutgerinnsel auf, später kommen Kalkeinlagerungen dazu. Mit der Zeit entstehen Plaques, die das Gefäß weiter verengen und mangelhafte Durchblutung zur Folge haben.

Die Zutaten in unserem Produkt:

L-Arginin, Vitamin E, Vitamin C, Bioflavonoide, Magnesium, Traubenkernpolyphenole, Vitamin B6, Vitamin B12, Folsäure, Coenzym Q10, Lycopin

Die Zutaten in unserem Produkt entsprechen damit den wissenschaftlich ermittelten Mengen, die ich Ihnen weiter oben erläutert habe.

Frühere Gesundheitsbriefe im Archiv

Ich werde immer wieder mal gebeten, den einen oder anderen Gesundheitsbrief gesondert per Post zu verschicken. Es gibt viele Leser, welche die Briefe ausdrucken und sammeln.

Ich kann diese Wünsche gut verstehen, allein: das würde unsere Kapazitäten übersteigen und würde auch zu viel kosten. Wir haben etwa 5000 Leser, die den Brief regelmäßig im Abonnement per Email bekommen. Wenn wir die Briefe drucken und per Post versenden würden, würde uns das zwar ganz gut beschäftigen, aber das wäre schlichtweg nicht bezahlbar.

Ich möchte deshalb auf unseren für Sie kostenlosen Service aufmerksam machen: Wir haben auf unseren Internetseiten eine Rubrik eingerichtet. Dort finden Sie unter anderem auch alle bisher erschienenen Gesundheitsbriefe in einem Archiv: [Gesundheitsbriefe-Archiv](#).

In - allerdings nicht ganz regelmäßigen Abständen - stelle ich dort alle Briefe ein und Sorge auch dafür, dass diese Briefe als pdf-Datei zum Download verfügbar sind. Wenn Sie also die Briefe sammeln und abheften wollen, empfehle ich Ihnen, einfach mal wieder auf unsere Seiten zu gehen und sich die Briefe, die Sie gedruckt haben möchten, herunterzuladen. Im Moment finden Sie dort 270 Briefe, aufgeteilt auf 6 Archive mit je 50 Briefen ...

Ich denke, dieser Service ist doch okay und hoffentlich wertvoll, oder?

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu

den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln