

## Kurkuma: Indiens heilige Pflanze gegen Arthrose, Krebs, Diabetes und Alzheimer (2)

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Wir berichten auch heute im Teil 2 unserer Serie über die vielfältigen heilenden Eigenschaften des Gewürzes Kurkuma – beziehungsweise seines Inhaltsstoffs Curcumin. Wussten Sie, dass buchstäblich Tausende von veröffentlichten, expertenbegutachteten Studien aus vielen Jahren bestätigen, dass Kurkuma genauso oder sogar besser wirkt als viele Medikamente, die zurzeit auf dem Markt sind? Wie sich zeigt, können viele der häufigsten chronischen Krankheiten mit Kurkuma verhindert, behandelt und sogar geheilt werden – es lohnt sich also, genau hinzuschauen.

### Statine gegen hohes Cholesterin

---

Bekannte Cholesterinsenker wie Lipitor (Atorvastatin Calcium) und Crestor (Rosuvastatin) sind unnötig, wenn standardisierte Dosen von Curcumoiden aus Kurkuma eingenommen werden. Das ergab eine 2008 in der Zeitschrift *Drugs in R & D* veröffentlichte Studie. Forscher entdeckten, dass Kurkumaextrakt bei Patienten mit einer Endotheldysfunktion – der krankhaften Veränderung der Blutgefäße, die zur Arteriosklerose führt – die Entzündung mindestens so gut minderte und bei Patienten mit Typ-2-Diabetes den oxidativen Stress ebenso abbaute wie die Medikamente.

### Kortikosteroide

---

Millionen von Menschen erhalten alljährlich Steroidinjektionen gegen die Entzündung bei Erkrankungen wie Arthritis oder sogar Krebs. Doch eine Studie, die 1999 in der Zeitschrift *Phytotherapy Research* veröffentlicht wurde, ergab, dass Curcumin, das wichtigste Antioxidans in der Kurkuma, bei der Behandlung einer entzündlichen Augenerkrankung genauso gut wirkt wie ein Steroidmedikament. Mehrere Studien, die seither veröffentlicht wurden, ergaben eine ähnlich positive Wirkung für die Behandlung anderer entzündlicher Krankheiten, die normalerweise mit Steroiden behandelt werden.

### Antidepressiva

---

Neben ihren vielen Nebenwirkungen bergen Antidepressiva wie Prozac (Fluoxetin) und Paxil (Paroxetin) extrem hohe Risiken, da sie in manchen Fällen die Symptome der Depression noch verschlimmern können. Aber warum sie überhaupt einnehmen, wenn sich gezeigt hat, dass Kurkuma depressives Verhalten genauso gut oder sogar besser mindert als diese gefährlichen Medikamente?



## Blutverdünner

---

Menschen mit einem hohen Herzinfarkt- oder Schlaganfallrisiko und Patienten, die deswegen oder gegen andere Herzkreislauf-Probleme blutverdünnende Medikamente einnehmen müssen, könnten unter Umständen stattdessen einfach zu Kurkuma greifen. Das geht aus einer Studie aus dem Jahr 1986 hervor, die in der Zeitschrift Arzneimittelforschung veröffentlicht wurde. Danach wirkt Kurkuma ähnlich gegen eine Verklumpung der Blutplättchen und moduliert das Prostazyklin ähnlich wie das Aspirin, das von vielen Schulmedizinern bevorzugte Mittel zur Blutverdünnung.

## Entzündungshemmende Medikamente

---

Aspirin wird auch häufig gegen andere entzündliche Erkrankungen verschrieben, genauso wie Ibuprofen, Naproxen-Natrium und eine Reihe weiterer Schmerzmittel. Aber die könnten überflüssig sein, denn eine 2004 in der Fachzeitschrift Oncogene veröffentlichte Studie hat gezeigt, dass Kurkuma eine ähnliche entzündungshemmende und wachstumshemmende Wirkung, besonders gegen Krebszellen, entfaltet wie diese Medikamente.

## Chemotherapie-Medikamente

---

Die Krebsindustrie möchte uns alle glauben machen, die Chemotherapie sei eines der wenigen Verfahren, die uns bei der Krebsbehandlung zur Verfügung stünden. Doch eine 2007 in der Zeitschrift International Journal of Cancer veröffentlichte Studie kam zu dem Schluss, Kurkuma wirke bei der Behandlung eines kolorektalen Karzinoms genauso gut wie Oxaliplatin (Eloxatin).

## Diabetesmedikamente

---

Kurkuma ist nicht nur ein ernsthafter Konkurrent in der Diabetesbehandlung, sondern eine 2009 in

der Zeitschrift Biochemistry and Biophysical Research Communications erschienene Untersuchung hat ergeben, dass es hinsichtlich der Glukoseaufnahme in die Zelle um bis zu 100 000 Mal besser wirkt als das bekannte Diabetesmedikament Metformin. Außerdem trägt Kurkuma dazu bei, die Glukosebildung in der Leber zu vermindern, und zwar mindestens ebenso gut wie die bekanntesten Diabetesmittel, die heute auf dem Markt sind.

## Die entgiftende Wirkung von Kurkuma

---

Durch die Aktivierung des Gallenflusses werden auch Gifte und Schadstoffe aus der Leber direkt in den Darm abtransportiert. Diese entgiftende Wirkung entlastet die Leber deutlich. Die Curcuminoide aktivieren außerdem die Glutathion-S-Transferase, ein Enzym das eine zentrale Rolle bei der Entgiftung organischer Substanzen spielt. Wurden bei Ratten künstlich (durch D-Galactosamin) Leberschäden ausgelöst, unterdrückte sowohl Kurkuma, als auch isolierte Curcuminoide den Anstieg der Leberenzyme, die auf Leberschäden hinweisen.

In einem Experiment entfernte man Ratten 70 % der Leber. Vierundzwanzig Stunden nach der Operation wurden Blut- und Gewebeproben entnommen, um Leberregenerationsmarker, Leberfunktion und die Schädigung der Leberzellen zu ermitteln. Die Ratten wurden nun entweder nur mit Erythropoetin (ein Hormon, das die Bildung der roten Blutkörperchen anregt) bzw. mit einer Kombination von Erythropoetin und Curcumin behandelt. Erythropoetin allein hat die Leberregeneration nicht verbessert, aber eine Kombination von beidem resultierte in einer deutlich erhöhten Leberregeneration, begleitet von einem reduzierten oxidativen Stress.

## Kurkuma entgiftet Quecksilber

---

Eine Studie aus dem Jahr 2010 zeigte, dass Kurkuma während der Ausleitung von Quecksilber eingenommen werden kann, um die Entgiftung zu unterstützen. Dabei reduziert Curcumin insbesondere den oxidativen Stress, den das Quecksilber im Körper verursachen kann.

Zusätzlich führte die Gabe von Curcumin zu einer verringerten Quecksilberkonzentration im Gewebe und zusätzlich zu verbesserten Leber- und Nierenwerten. Entsprechende Studienergebnisse wurden im Journal of Applied Toxicology veröffentlicht. Danach führte die Gabe von Curcumin zu einer verringerten Quecksilberkonzentration im Gewebe und zusätzlich zu verbesserten Leber- und Nierenwerten.

## Kurkuma als wirkungsvoller Fatburner

---

Kurkuma ist einer der wirkungsvollsten Fatburner der Natur. Eine ganze Reihe ihrer Inhaltsstoffe haben fettreduzierende Eigenschaften u.a. durch Anregung des Zellstoffwechsels, Beschleunigung von Verdauungsprozessen und Optimierung der Wasserversorgung der Zellen.

***Hier finden Sie Kurkuma mit Piperin in unserem Online-Shopformationen***

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihr Gerd Schaller



## Wichtiger Hinweis zu unseren medizinischen Informationen

Die wissenschaftlichen Informationen auf unseren Seiten wollen und können keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung durch einen Arzt oder einen Therapeuten ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung unserer Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Die Ratschläge und Empfehlungen dieser Website wurden nach besten Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des jeweiligen Autors, der Stiftung Research for Health, der Redaktion sowie ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

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](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln