

Neue Forschungsergebnisse zu Fisetin, Kurkuma, Vitamin D3 und Piperin (3)

Liebe Leserinnen und Leser,



Nun werden es doch 3 Briefe mit neuen Forschungsergebnissen zu den Substanzen Fisetin, Kurkuma, Vitamin D3 und Piperin. Heute schreibe ich Ihnen über neue Forschungen zu Piperin, welches bei Nature Power in den Produkten **Kurkuma** und **Resveratrol** enthalten ist. Ich denke, dass diese zusätzlichen Daten zu Piperin das Gesamtbild dieser natürlichen Wirkstoffe von Mutter Natur sehr gut abrunden.

Was ist Piperin?

Piperin ist eine Verbindung mit kräftigem Geschmack, die in den Pflanzen aus der Familie der Pfeffergewächse (Piperaceae) vorkommt; die bekannteste Pflanze hiervon ist Piper nigrum oder schwarzer Pfeffer. In der Ayurveda-Medizin wird sie in langer Tradition als Stärkungsmittel und zur Behandlung eingesetzt.

Durch zahlreiche Mechanismen kann Piperin die Bioverfügbarkeit vieler Substanzen erhöhen. Es blockiert mehrere Enzyme, die für die Verstoffwechslung von Nährstoffen verantwortlich sind, stimuliert in den Darmschleimhäuten Aminosäure-Transporter, verhindert das Entfernen von Substanzen aus den Zellen, so dass diese zur Verwendung weiterhin zur Verfügung stehen, und verringert die Darmaktivität, so dass mehr Substanzen in aktiver Form den Körper erreichen. Das Ergebnis dieser Aktionen ist, dass Substanzen ihre Zielzellen erreichen, eindringen und längere Zeit dort verbleiben, als dies normalerweise der Fall wäre.

Piperin kann eine gering wirksame therapeutische Substanz in eine hochwirksame Substanz verwandeln, indem es dessen Bioverfügbarkeit und die intrazelluläre Verweildauer erhöht. Zum Beispiel kann Piperin die Bioverfügbarkeit des Krebses erhöhen; Kurkumin, der Entzündungs- und Infektionsbekämpfer, kann sie um das Zwanzigfache erhöhen.

Piperin stimuliert die Verdauungsenzyme des Pankreas auf günstige Weise, verstärkt die Verdauungsleistung und verringert signifikant die gastrointestinale Durchlaufzeit der Nahrung. Eine Behandlung mit schwarzem Pfeffer oder Piperin zeigte nachweislich eine verringerte Lipidperoxidation in vivo und günstigen Einfluss auf den zellulären Zustand der organischen Schwefelverbindungen, Antioxidationsmoleküle und Antioxidationsenzyme in einer Reihe experimenteller Situationen mit oxidativem Stress.

Zusätzlich zu seinen Auswirkungen auf die Bioverfügbarkeit wartet Piperin noch mit vielen anderen Aktivitäten im Körper auf, einschließlich Erhöhung der Beta-Endorphine im Gehirn, Funktion als Antidepressivum, Erhöhung der Serotoninproduktion, Ankurbelung der Gehirnfunktionen, Stimulierung der Adrenalinproduktion, Linderung von Schmerzen und Asthmasymptomen, Stimulierung der Melaninproduktion, Rückgang von Eiterungen im Magen, Reduzierung der Produktion von Magensäure und die Koordinierung der Kontraktionen des Verdauungstrakts. Piperin ist hoch wirksam gegen Darmkrebs.

Neue Forschung dokumentiert den umfangreichen gesundheitlichen Nutzen von Piperin

Die Fachzeitschrift Biometals berichtet über eine Studie mit Kadmium, einem bekannten Umweltkarzinogen und Giftstoff für das Immunsystem: eine deutliche Verkümmern des Thymus und eine Vergrößerung der Milz sind kennzeichnend hierfür. Kadmium führt den Tod der Lymphozyten herbei und verändert Immunfunktionen. Die Forscher untersuchten die verbessernden Wirkungen auf den durch Kadmium verursachten Schaden, indem sie Piperin, Picroliv-Glykoside und Kurkumin-Polyphenole verwendeten. Sie fanden heraus, dass von den drei Gewürzen Piperin dasjenige ist, welches ein Maximum an Wirksamkeit hervorbringt. Jede der getesteten Piperin-Dosen erhöhte die Zellviabilität, und zwar in Abhängigkeit von der Dosis. Die Wiederherstellung von Zellschäden wie Zytotoxizität, oxidativer Stress und Phosphatidylserin-Externalisierung verstärkte sich mit Piperin. T- und B-Zellen Phänotypen und Zytokinfreisetzung wurden ebenfalls mit Piperin am besten abgeschwächt, wobei sich Piperin unter immunsupprimierten Bedingungen als die Wunschsubstanz erwies.

In einer Studie, die in der Septemбераusgabe der Zeitschrift Food and Chemical Toxicology veröffentlicht wurde, wurde die Wirkung verschiedener Piperindosen untersucht. Die Ergebnisse zeigten, dass Piperin in allen, in der Studie angewendeten Dosierungsbereichen antidepressionsähnliche Aktivitäten aufwies sowie kognitiv verstärkende Wirkungen, und zwar bei jeder Behandlungsdauer. Die Forscher stellten fest, dass Piperin ein funktionelles Lebensmittel ist, das die Funktionsfähigkeit des Gehirns verbessert.

Piperin steigert die Bioverfügbarkeit verschiedener Stoffe

Die medizinischen Eigenschaften verschiedener Stoffe, wie Kurkumin, können nicht gut genutzt werden, da durch einen raschen Stoffwechsel in der Leber und in der Darmwand eine geringe Bioverfügbarkeit besteht. In einer älteren Studie, über die in der Zeitschrift Planta Medica berichtet wurde, wurde die Wirkung von Piperin (bestens bekannt als Hemmer einer hepatischen und intestinalen Glukuronisierung) in einer Mischung untersucht, um die Bioverfügbarkeit von Kurkumin in Ratten und gesunden Freiwilligen zu bestimmen. Wenn Kurkumin allein den Ratten verabreicht wurde, wurden über einen Zeitraum von 4 Stunden moderate Serumkonzentrationen erreicht. Wenn Piperin dem Kurkumin hinzugefügt wurde, erhöhte sich die Serumkonzentration von Kurkumin für einen Zeitraum von 1-2 Stunden. Der Zeitraum bis zur maximalen Konzentration wurde signifikant erhöht, während sich die Eliminationshalbwertszeit sowie die Ausscheidung signifikant verringerten. Die Bioverfügbarkeit erhöhte sich um 154%. Wenn Kurkumin allein an Personen verabreicht wurde, waren die Serumspiegel entweder nicht nachweisbar oder sehr niedrig. Das Hinzufügen von Piperin brachte eine Viertelstunde bis 1 Stunde nach der Gabe viel höhere Konzentrationen hervor. Die Bioverfügbarkeit von Kurkumin erhöhte sich bis auf 2000%, wenn es zusammen mit Piperin verabreicht wurde.

Eine Studie, die in der Septemбераusgabe der Zeitschrift *Psychopharmacology* veröffentlicht wurde, war darauf ausgelegt, die Beteiligung von monoaminergen Systemen in der Aktivität von Kurkumin als Antidepressivum zu untersuchen sowie die Wirkung von Piperin als „Bio-Enhancer“ für die biologischen Wirkungen von Kurkumin. Die Forscher fanden heraus, dass die gesteigerte Kurkumin-Dosis in abhängiger Weise die Zeitdauer der Unbeweglichkeit hemmte, das Serotonin erhöhte und die Monoamin-Oxydase Enzyme hemmte. Die Mischung verstärkte außerdem die Anti-Immobilitätswirkung verschiedener Dosen von Antidepressiva, die unterhalb des Schwellenwertes lagen, wie Fluoxetin, Venlafaxin oder Bupropion. Die Kombination aus verstärktem Kurkumin, in einer Dosierung unterhalb des Schwellenwerts, und verschiedener Antidepressiva ergab eine synergistische Erhöhung des Serotoninspiegels. Die gleichzeitige Verabreichung von Piperin zusammen mit Kurkumin ergab verstärkte pharmakologische, biochemische und neurochemische Aktivitäten. Es wurde der Schluss gezogen, dass die Kombination aus Kurkumin und Piperin nachweislich ein nützliches und wirksames natürliches Antidepressivum ist.

Die Sommerausgabe der Zeitschrift *Clinical Laboratory Science* berichtet über eine Studie, um festzustellen, ob Resveratrol aus roten Trauben, Zimtaldehyd aus Zimt und Piperin aus schwarzem Pfeffer wachstumshemmende Wirkungen bei Darmkrebs haben. Die quantitativen Wirkungen von jedem der sekundären Pflanzenstoffe auf Konzentrationsantworten sowie Zeitverläufe der Ausbreitung von Kulturen menschlicher Darmkrebszellen wurden bewertet. Die Ergebnisse zeigten, dass jeder der sekundären Pflanzenstoffe wachstumshemmende Wirkungen aufwies. Piperin wies einen wachstumshemmenden Trend bei 24 Stunden auf und eine statistisch signifikante Hemmung bei 48 und 72 Stunden. Die Forscher folgerten, dass alle drei Stoffe signifikante wachstumshemmende Wirkungen bei menschlichen Darmkrebszellen aufzeigen sowie schützende Wirkungen gegen Darmkrebs.

Anwendung von Piperin

Piperin wird allgemein als Bestandteil von schwarzem Pfeffer konsumiert. Wenn schwarzer Pfeffer gekochten oder rohen Nahrungsmitteln und frischem Saft hinzugefügt wird, ist dies eine gute Möglichkeit, die Nährstoffaufnahme zu erhöhen. Schwarzer Pfeffer verleiht fast allen Lebensmitteln eine Würze, sogar einer kleinen Brotzeit. Es kann dem Ernährungsplan nach Dr. Budwig hinzugefügt sowie als Präventivmaßnahme und als Mittel gegen Krebs angewendet werden. Es ist nur natürlich, dass die Lebensmittel und die Substanz, die deren Nährstoffe in solch hohem Maße verfügbar machen, so gut zusammenpassen.

Hier finden Sie Kurkuma mit Piperin im Online Shop von Nature Power

Hier finden Sie

Resveratrol mit Piperin im Online Shop von Nature Power

Superfoods, die besten Vital-Turbos der Natur

Vielleicht haben Sie es schon entdeckt: Seit kurzem bieten wir Ihnen eine neue Produktgruppe an: 18 verschiedene der weltweit besten Superfoods.. Von der heimischen Roten Beete bis zur exotischen Goji-Beere, vom Reishi-Pilz bis zum Himalaya-Salz. Sie können sie einzeln nach Herzenslust miteinander kombinieren oder eine unserer Superfood-Mischungen wählen. Superfoods zeichnen sich durch eine besonders hohe Anreicherung wertvoller Vitalstoffe wie Vitamine, Mineralstoffe, Aminosäuren, Antioxidantien oder sekundäre Pflanzenstoffe aus. Sie sind

das Nonplusultra gesunder Ernährung für mehr Energie und Wohlbefinden.

Superfoods sind eine Bereicherung Ihres Speisezettels und geben Ihrem Körper einen Energie- und Vitalstoff-Kick. Sie können sie in Säften, Smoothies, Tees sowie als Gewürz oder Beilage zu Ihren normalen Mahlzeiten zu sich nehmen.

In meinen Gesundheitsbriefen habe ich Ihnen immer wieder geraten sich gesund zu ernähren. Mit den Superfoods haben Sie nun Gelegenheit, die eine oder andere "kleine" Ernährungssünde auszugleichen und dabei herauszufinden, dass insbesondere am Morgen ein gesunder Smoothie eine wirklich gute Sache ist, um den Tag zu beginnen. Ich bin eigentlich so etwas wie ein Frühstücksmuffel, obwohl das Frühstück eigentlich die wichtigste Mahlzeit am Tag sein sollte. Vielleicht geht es Ihnen auch so? Ein Superfood am Morgen kann das Problem lösen ... Probieren Sie es aus.

Hier finden Sie die Superfoods im Online-Shop von Nature Power

Homocystein-Komplex: Für die Gesundheit der Gefäße

Unser Homocystein-Komplex ist komponiert aus den Vitaminen B2, B6 und B9. Mit Hilfe der Vitamine B6 (Pyridoxin), B12 (Cobalamin) und B9 (Folsäure) wird Homocystein in unschädliche Stoffe umgewandelt. Homocystein-Komplex trägt zur Normalisierung eines erhöhten Homocysteinspiegels bei, indem erhöhte Werte gesenkt werden. Das Produkt leistet so einen wertvollen Beitrag zur Gesundheit der Gefäße.

Homocystein ist bei jedem Mensch im Blut zu finden und in einem gewissen Rahmen völlig normal. Es handelt sich um ein körpereigenes Stoffwechselprodukt, das bei der Verwertung des Eiweißbausteins Methionin entsteht. Seit einigen Jahren weiß man, dass der Homocysteinspiegel im Blut eine Bedeutung für die Gesundheit hat: Homocystein ist eine schwefelhaltige Aminosäure, die nicht in den Baustoffwechsel des Körpers einbezogen wird, sondern nur als kurzlebiges Zwischenprodukt im komplexen Methionin-Stoffwechsel entsteht. Homocystein wird normalerweise im Körper umgewandelt und ausgeschieden. Damit dieser Stoffwechsel optimal ablaufen kann, muss das Zwischenprodukt Homocystein zu Cystein abgebaut oder aber zu Methionin remethyliert werden. Beide Reaktionen sind direkt an die Vitamine des B-Komplexes (B6, B12 und B9) gebunden, welche als Koenzyme fungieren. Der Homocysteinspiegel ist nicht durch eine Diät oder Abnehmen zu beeinflussen, sondern nur durch die Qualität der Ernährung und damit der Zufuhr der richtigen Vitamine. Grundsätzlich ist der Homocysteinspiegel altersabhängig und steigt mit dem Alter an.

Hier finden Sie die Homocystein-Komplex im Online-Shop von Nature Power

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

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln