

Stille Entzündungen: Eine Gefahr mit schwerwiegenden Folgen

Liebe Leserinnen und Leser,



Die Entzündung kommt und geht in Ihrem Körper als Teil des normalen Heilungsprozesses. Allerdings können länger andauernde Entzündungen verheerende Folgen haben. Viele Menschen haben eine solche „Low-Level-Entzündung“ ohne es zu merken und zu wissen, dass sie der entscheidende Faktor sind, der hinter vielen chronischen Erkrankungen steht.

Die gute Nachricht: Astaxanthin ist ein leistungsstarkes Antioxidans gegen stille Entzündungen in Ihrem Körper!

Zum besseren Verständnis: Wichtiges über Entzündungen

Die Entzündung ist ein notwendiger und wichtiger biologischer Prozess, der Ihnen das Überleben ermöglicht. Es ist die Reaktion Ihres Körpers im Kampf gegen Infektionen und der Reparatur von beschädigtem Gewebe. Mit anderen Worten, es ist Teil des natürlichen Heilungsprozesses. Wenn Sie nie eine Entzündung gehabt hätten, hätten Sie auch nie von einer Infektion oder Verletzung geheilt werden können.

Wenn ein fremdes Bakterium oder Virus in den Körper gelangt, reagiert der Körper mit einer Entzündung, um die Eindringlinge zu vernichten. Wenn Sie z. B. den Knöchel verstaucht haben, wird durch die Entzündung die Reparatur des beschädigten Gewebes aktiviert.

Es gibt fünf klassische Zeichen und Symptome einer Entzündung:

1. Rötung
2. Schmerz
3. Wärme
4. Schwellung
5. Funktionsverlust

Auch Sonnenbrand ist ein Zeichen der Entzündung - wenn UV-Strahlen beginnen, die Haut zu

schädigen, schaltet sich der entzündliche "Mechanismus" ein, die Haut wird rot und warm. Mastzellen sind die wichtigsten Initiatoren der Entzündung, sie dienen der Aktivierung potenter "Mediatoren". Die Mediatoren regen die weißen Blutkörperchen und Zellen an, die notwendigen zusätzlichen Mediatoren zu produzieren.

Mediatoren kommen in vielen Formen vor, einschließlich:

- Histaminen
- dem Tumor-Nekrose-Faktor-alpha
- Stickstoffmonoxid
- Wasserstoffperoxid
- Interleukinen
- Prostaglandinen (hergestellt aus Arachidonsäure und den COX-1 und COX-2-Enzymen)

Ein roter, geschwollener und schmerzender Knöchel durch eine Verstauchung entstanden, ist ein klares Zeichen dafür, dass Sie gerade eine Entzündung haben obwohl Sie sich dessen vielleicht noch nicht einmal bewusst sind.

Diese systemische oder "stille" Entzündung ist der böse Zwilling der Oxidation.

Aber diese Art von Entzündung verursacht Ihnen keinerlei Schmerzen, sie lebt "unter einem Schutzschild", kann sich dort für Jahre oder gar Jahrzehnte ruhig verhalten und lautlos das Gehirn, das Herz und das Nervensystem schädigen.

Ohne Gegenmaßnahmen gegen eine solche andauernde Entzündung kann dies dann zu Asthma, zu rheumatoider Arthritis oder zur Alzheimer-Erkrankung führen. In der Tat ist die Zahl der Erkrankungen im Zusammenhang mit einer chronischen Entzündung erschütternd:

- Herzerkrankungen, Arteriosklerose und Schlaganfall
- Diabetes
- Alzheimer-Krankheit
- Parkinson-Krankheit
- Multiple Sklerose
- Rheumatoide Arthritis
- Geschwüre, Reizdarmsyndrom (IBS), und Darmkrebs
- Allergien

Die Liste der Erkrankungen ist noch viel länger. Bei der amerikanischen Bevölkerung ist der größte Anteil der „stillen“ Entzündungen weltweit vorzufinden, weit über 75 % der Menschen dort sind betroffen.

Die Ursache der stillen Entzündung: Die Antwort ist: Ernährung und Lebensstil!

Einige der größten Verursacher einer chronischen Entzündung sind Rauchen, Ernährung mit hohem Zuckeranteil, frittierten Lebensmitteln und Transfetten, unzureichende Bewegung, Stress

und Vitamin D-Mangel.

Es lässt sich messen, wie viele „stille“ Entzündungen in Ihrem Körper ablaufen

Ein Blut-Test misst eine Substanz namens C-reaktives Protein (CRP). Diese Messung hat eine sehr gute Aussagekraft, was z. B. das Herzinfarkt-Risiko betrifft - besser noch als die Bestimmung der Lipide.

Ein weiterer Test ist die Blutsenkungs-Messung (BSG oder "Messung der Blutsenkungsgeschwindigkeit"), was besonders hilfreich bei der Überwachung der rheumatoiden Arthritis und anderen Autoimmunerkrankungen sein kann. CRP ist in der Leber und der Koronararterien vorhanden, wird dann in den Blutstrom freigegeben, wenn der Körper gegen Entzündungen kämpft.

Astaxanthin ist ein leistungsstarkes Antioxidans gegen stille Entzündungen in Ihrem Körper!

In einer Studie wurde festgestellt, dass natürliches Astaxanthin in der Lage ist, den CRP-Spiegel in nur acht Wochen um 20 Prozent zu senken. Eine andere Studie ergab, dass die Gabe von Astaxanthin bei 43 Prozent der Menschen mit hohem CRP-Spiegel das Risiko in den durchschnittlichen Bereich zu senken vermochte.

Offensichtlich besitzt das Astaxanthin die bemerkenswerte Fähigkeit zur Abkühlung des entzündlichen Prozesses in Ihrem Körper: infolge dessen muss der Körper weniger CRP produzieren.

Astaxanthin kann eine Entzündung verringern oder verhindern, hilft daher bei gesundheitlichen Problemen wie rheumatoider Arthritis, Tennisarm, Karpaltunnelsyndrom und anderen sich wiederholenden Stress-Verletzungen.

Was ist Astaxanthin?

Wissenschaftler haben schon vor langer Zeit entdeckt, dass eine bestimmte Art natürlich vorkommender Pigmente - die sogenannten Carotinoide - starke antioxidative Eigenschaften besitzen, welche entscheidend für Ihre Gesundheit sind.

Carotinoide sind die Verbindungen in Lebensmitteln, von denen die lebendige Fülle von Farben stammt - auf grünem Gemüse, Roter Beete, lassen sie die spektakulären Gelb- und Orangetöne der Paprika entstehen- sowie alle die schönen Farben der Blumen im Garten.

Es gibt mehr als 700 natürlich vorkommende Carotinoide, leider kennen die meisten von uns nur einen Bruchteil davon. Gerade jetzt, während Sie dies lesen, haben Sie wahrscheinlich über zehn verschiedene Carotinoide in Ihrer Blutbahn kreisen.

Erst kürzlich hat ein bestimmtes Carotinoid den Status eines "Supernährstoffes" erhalten und ist in den Mittelpunkt einer großen und wachsenden Zahl von wissenschaftlichen Studien gerückt. Es ist

Astaxanthin.

Synthetisches (im Labor hergestelltes) Astaxanthin wird inzwischen weltweit dem Fischfutter beigefügt, um die dort gewünschten rosa bis orange-roten Farbtöne der Zuchtfische zu erhalten. Es soll jedoch wirklich vermieden werden: es wird von der Petrochemischen Industrie hergestellt und zeigt keine der positiven gesundheitlichen Eigenschaften des natürlichen Astaxanthins.

Das natürliche Astaxanthin besitzt starke antioxidative Fähigkeiten und ist, wie sich herausstellte, ein starker, anti-inflammatorisch wirkender Stoff. Das heißt es wirkt gegen "stille" Entzündungen, die ich in diesem Artikel beschrieben habe. Allerdings ist eben dieses leistungsstarke Carotinoid schwieriger zu bekommen als alle anderen Carotinoide, die man über Nahrung mit frischen Bio-Produkten einnimmt.

Astaxanthin unterdrückt eine Vielzahl von Entzündungsmediatoren einschließlich dem Tumor-Nekrose-Faktor alpha, einem wichtigen Prostaglandin und einem wichtigen Interleukin, Stickstoffoxid, COX-1 und COX-2-Enzym.

Es gibt nur zwei natürliche Hauptquellen von Astaxanthin:

- Mikroalgen, die es produzieren
- Meerestiere wie z. B. Lachs, Muscheln und Krill, die es konsumieren

Astaxanthin schützt die Mikroalgen *Haematococcus pluvialis*, wenn die Wasserversorgung versiegt - es hilft diesen beim Selbstschutz vor ultravioletter Strahlung. Astaxanthin dient hier als "Kraftfeld", um die Algen vor einem Mangel an Nahrung und/oder intensiver Sonneneinstrahlung zu schützen.

Astaxanthin wirkt viel stärker als andere Mitglieder seiner chemischen Familie, z. B. das Beta-Carotin, das Alpha-Tocopherol, Lycopin und Lutein. Es zeigt eine sehr starke Radikalfänger-Aktivität und schützt Ihre Zellen, Organe und Körpergewebe vor oxidativen Schäden und Entzündungen.

Astaxanthin zeigt keinerlei gefährliche Nebenwirkungen.

G. Cole, UCLA Professor für Medizin und Neurologie, berichtete im Newsweek Magazine in einem Special Summer Issue im Jahr 2005 (Seiten 26-28): "Während entzündungshemmende Medikamente in der Regel ein einziges Zielmolekül treffen, wird die Aktivität der Entzündungshemmung bei Astaxanthin dramatisch zugunsten der Patienten erhöht.

Natürliche Entzündungshemmer haben ein sanft wirkendes breiteres Spektrum von entzündungshemmenden Verbindungen.

Unter welchen Voraussetzungen sollte die Behandlung mit Astaxanthin durchgeführt werden?

Die Beweislage für die Astaxanthin-Effekte ist bei einer Vielzahl von entzündlichen Erkrankungen positiv. Werfen wir einen Blick auf die klinischen Studien im Zusammenhang mit vier gemeinsamen entzündlichen Beschwerden: Tennisarm, Karpaltunnelsyndrom, rheumatoider

Arthritis und Gelenkbeschwerden.

- 1. Tennisarm (Sehnenentzündung):** Der Tennisarm führt zu Schmerzen und verursacht verringerte Greifkraft in der Hand. Eine Studie des Health Research and Studies Center beteiligte sich mit an einem Tennisarm leidenden Patienten an einer achtwöchigen Kur mit Astaxanthin. Die Behandlungsgruppe zeigte eine 93-prozentige Verbesserung der Greifkraft und verminderte Schmerzen.
- 2. Karpaltunnelsyndrom (CTS), auch bekannt als "repetitive stress injury":** CTS ist eine schwächende Erkrankung des Handgelenks, die sich mit Taubheitsgefühl, Schmerzen und sogar Lähmungen manifestiert. Eine Studie, wie oben aufgeführt, fand auch hier über acht Wochen mit Astaxanthin-Supplementierung statt. Es zeigte sich eine signifikante Schmerzreduktion, sowohl in Bezug auf Schwere als auch auf Dauer, so dass die Forscher zu dem Schluss kamen, dass Astaxanthin könnte eine praktikable Alternative zur Operation sein.
- 3. Rheumatoide Arthritis:** Rheumatoide Arthritis ist eine schmerzhaft und entstellende Autoimmunerkrankung. Nach Erhalt von Astaxanthin über acht Wochen zeigten die Patienten eine 35-prozentige Schmerzreduktion, sowie eine 40-prozentige Verbesserung in ihrer Fähigkeit, tägliche Aktivitäten durchzuführen. [Journal of the American College of Nutrition. 21 (5): Okt, 2002].
- 4. Gelenkbeschwerden:** Im Jahr 2001, untersuchte Dr. Andrew Fry von der Universität von Memphis die Effekte von Astaxanthin auf gesunde Menschen, die mit Gewichten arbeiteten und in der Regel Erfahrungen mit belastungsinduzierten Gelenkbeschwerden hatten. Er gab jungen männlichen Probanden für drei Wochen Astaxanthin während sie anstrengende Trainingseinheiten durchführten und anschließend eine Auswertung über ihre Schmerzen im Knie machten. Die Placebo-Gruppe hatte nach dem Training Knie-Schmerzen, für die Dauer bis zu 48 Stunden nach dem Training. Die mit Astaxanthin behandelte Gruppe zeigte überhaupt keinen Anstieg von Kniegelenks-Schmerzen nach dem Training. [Fry, A. (2001) "Astaxanthin Clinical Trial für Delayed Onset Muskelkater." Human Performance Laboratory, der University of Memphis, Report 1, 16. August 2001.]

So scheint es, dass dieser erstaunliche Nährstoff Ihnen helfen kann, ganz gleich, ob Sie ein Top-Sportler oder ein Wochenend-Sportler sind, ob Sie nur wenige Symptome einer Überbeanspruchung zeigen oder eine entzündliche Erkrankung.

Das Astaxanthin scheint tatsächlich Vorteile für alle und jeden zu haben! Stellen Sie sicher, dass Sie Astaxanthin aus natürlichen Meeresalgen erhalten und keine SYNTHETISCHEN Produkte.

Hier finden Sie Astaxanthin aus einer natürlichen Quelle im Online-Shop von Nature Power

DRL01: FloraSan (Darmflora) - Preis: 14,80 €

Dieses Produkt enthält Bifidobakterien kombiniert mit Inulin. Das Bifidobacterium longum unterstützt das Gleichgewicht der Darmflora. Das Bifidobacterium breve hilft, die Darmgesundheit zu erhalten. Inulin regt das Wachstum von Bifidobakterien im Darm an. Es wirkt prebiotisch und fördert das Wachstum einer gesunden Darmflora.

Der Darm des Menschen wird von Bakterien, Archaeen und Eukaryoten besiedelt. Er stellt ein komplexes und dynamisches bakterielles Gleichgewicht dar, das sich innerhalb der ersten Lebensjahre etabliert. Die Besiedlungsdichte des Darms ist anfangs gering und steigt mit zunehmendem Lebensalter stetig an. Während des Geburtsprozesses und kurz danach erfolgt die erste bakterielle Besiedlung des vorher sterilen humanen Gastrointestinaltraktes. Bei natürlich

geborenen Kindern beginnt die Kolonisation während der Geburt. Jeder Mensch besitzt zehnmals mehr Bakterien als Körperzellen. Die Mikroorganismen haben es sich auf der Haut, in den Atemwegen und im vor allem im Darm gemütlich gemacht. Der Verdauungstrakt wird von ca. 500 bis 1000 verschiedenen Arten besiedelt. Insgesamt bringt es die Darmflora auf ein Gesamtgewicht von bis zu zwei Kilogramm.

Hier finden Sie FloraSan (gesunde Darmflora) im Online-Shop von Nature Power

OT-CMO: Clean-Me-Out Darmreinigung (Set) - Preis: 298,00 €

Clean-Me-Out - Das komplette Set für den "Königsweg zur Gesundheit"

Der Darm ist das Organ mit der größten inneren Oberfläche. Er stellt eine riesige Kontaktfläche zur Umwelt dar. Wir nehmen die Welt also sehr intensiv mit dem Darm wahr und sind dort auch den unterschiedlichen Einflüssen stark ausgesetzt. Ist er gesund, können die nötigen Bausteine wie Mineralstoffe, Eiweiße, Fette, Kohlenhydrate und Vitamine für die Funktion des gesunden Organismus ausreichend aus der Nahrung aufgenommen und synthetisiert werden.

Hier finden Sie das Clean-Me-Out-Programm 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 bestem 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.