

Astaxanthin: natürliche Medizin für die Augen

Liebe Leserinnen und Leser,



Sicherlich wurde Ihnen in Ihrer Kindheit auch immer wieder erklärt: "Iss viele Karotten - sie sind gut für Deine Augen"?

Es ist etwas Wahres an diesem alten Sprichwort, denn die **Carotinoide** aus Karotten sind wichtig für Ihre Augen, sie enthalten **Vitamin A**. Allerdings ist das **Astaxanthin** das ultimative Carotinoid für die Gesundheit der Augen und Verhütung einer Blindheit. **Vitamin A** ist ein weiterer Nährstoff, den Sie leicht aus Ihrer Ernährung bekommen können. Ihre Netzhaut ist sehr leicht und befindet sich naturgemäß in einer sauerstoffreichen Umgebung. Sie benötigen daher starke „Radikalfänger“, um dort oxidative Schäden zu verhindern.

Zwei Carotinoide, nämlich Zeaxanthin und Lutein, können der Makula helfen, diese freien Radikale zu bekämpfen.

Die Konzentration der beiden Pigmente in der Netzhaut geben ihr ihre charakteristische gelbe Farbe (die Makula heißt eigentlich die "Macula lutea", das bedeutet wörtlich "gelber Fleck").

Obwohl **Zeaxanthin** und **Lutein** viele gesundheitliche Vorteile für Ihre Augen bieten, ist nun wissenschaftlich erwiesen, dass **Astaxanthin** das ultimative Carotinoid für die Gesundheit der Augen und Verhütung einer Blindheit ist.

Blindheit ist weltweit ein großes Problem. Die Statistik zeigt auf: Alters-Makuladegeneration (AMD) ist die führende Ursache für Erblindung bei Menschen, die über 50 Jahre alt sind. Sechzig Millionen Menschen leiden weltweit an AMD, und 10 Millionen sind blind.

Grauer Star (auch Katarakt genannt) ist ein weiterer wichtiger Grund für Blindheit, die mehr als 20 Millionen Menschen allein in den USA betrifft. Grauer Star wird durch Lipidperoxidation der Epithelschicht der Linse verursacht. Obwohl dies auch andere Ursachen haben kann, werden die Erkrankungen meist mit der Alterung in Verbindung gebracht. Es werden 3 Millionen Kataraktoperationen pro Jahr durchgeführt.

Warum entstehen die Krankheiten von Augen und Gehirn in der Regel im Alter?

Es liegen deutliche Beweise vor, dass die meisten Erkrankungen von Auge und Gehirn in Folge von Oxidation und Entzündung in den lebenswichtigen Organen entstehen. Freie Radikale und Singulett-Sauerstoff wirken sich verheerend über die Zeit aus, was letztlich zu Problemen wie Makuladegeneration, Erblindung und Alzheimer-Krankheit führen kann.

Mit zunehmendem Alter verliert der Körper einen Teil seiner Fähigkeit, den alltäglichen Angriffen auf Ihr Gewebe und Ihre Organe durch Umweltverschmutzung zu begegnen. Es werden immer größere Mengen an Antioxidantien benötigt.

Wir alle sind heute einem viel höheren Niveau der Oxidation ausgesetzt als unsere Vorfahren. Es gibt nicht nur mehr Verunreinigungen im heutigen Umfeld, sondern auch die Erschöpfung unserer Ozonschicht verursacht intensivere Sonneneinstrahlung als je zuvor, diese trifft direkt auf unsere Augen und unsere Haut und es werden mehr freie Radikale produziert.

Klinische Studien haben ergeben, dass durch Licht verursachte Verletzungen, die kumulative Wirkung der wiederholten "Lichtaussetzungen" und der daraus resultierende allmähliche Verlust der Sehzellen eine der Hauptursachen von AMD ist.

Freie Radikale und Singulett-Sauerstoff oxidieren Fettsäuren in der Netzhaut und verursachen Schäden an Ihren Netzhautzellen. Sobald Ihre Netzhaut beschädigt ist, kann sie nicht ersetzt werden. Deshalb ist alles, was Sie tun können, um Ihren Verlust aus diesen übergroßen Lichteinwirkungen zu minimieren, um die Entwicklung einer Makuladegeneration und anderen Erkrankungen zu verringern, sich davor zu schützen.

Wie kann man sich vor der verheerenden Wirkung der freien Radikale schützen?

Antioxidantien, welche die Blut-Hirn-Retina-Schranke in Ihrem inneren Auge überqueren, sind entscheidend, um Sie vor einer wachsenden Zahl von freien Radikalen zu schützen, vor allem wenn Sie älter werden.

Wie Astaxanthin schützt, zeigt eine Retina-Forschungsgruppe!

Wissenschaftler haben die häufigsten **Carotinoide** (**Lutein**, **Zeaxanthin**, Canthaxanthin, **Astaxanthin**) untersucht und verglichen ihre jeweiligen Fähigkeiten, die Netzhaut zu schützen.

Astaxanthin wird im Hinblick auf die Wirksamkeit als Radikalfänger und Permeabilität durch die Blut-Hirn-Retina-Schranke als wirksamstes Carotinoid gesehen.

Canthaxanthin, so wurde in Studien festgestellt, ist potenziell schädlich für das Auge, so dass dieses Carotinoid als Ergänzung ausgeschlossen werden muss.

Dr. Mark Tso vom Wilmer Eye Institut an der Johns Hopkins Universität hat gezeigt, dass **Astaxanthin** ein klarer Sieger ist, wenn es um den Schutz Ihrer Augen geht.

Er entdeckte, dass **Astaxanthin** seine Wirkung leicht und sicher in den Geweben des Auges entfaltet und seine Wirkung mehr Kraft zeigt als alle anderen **Carotinoide**, und dies ohne Nebenwirkungen.

Insbesondere bestimmt Tso, dass **Astaxanthin** durch Licht induzierte Schäden lindern oder zu verhindern könnte (Schäden an Photorezeptorzellen, Schäden an Ganglienzellen und Schäden an den Nervenzellen der inneren Netzhaut-Schichten).

Andere Forscher (Shimidzu et al, Bagchi, Martin et al, und Beutner) haben Dr. Tso's Feststellung inzwischen bestätigt: **Astaxanthin** ist eines der stärksten Antioxidantien überhaupt, wenn es um die Gesundheit der Augen geht.

Astaxanthin schützt unsere Augen z. B. vor:

Ermüdung der Augen, Augenschmerzen, verschwommenes und Diplopie (auch bekannt als "Double Vision"), verursacht durch ungleiche Wirkung Ihrer Augenmuskeln. Das Problem der "double vision" kann mit **Astaxanthin** gelöst werden. "Double Vision" ist ein großes Problem für viele Menschen in der heutigen Zeit, weil sie für längere Zeit an Computern und Bildschirmen sitzen und arbeiten müssen.

Eine Studie Japanischer Forscher aus dem Jahr 2002: „Um die Auswirkungen von **Astaxanthin** zu untersuchen, wurde der Schwerpunkt auf diese Arten von Sehstörungen bei Computer-Arbeitern gelegt“.

Sie fanden heraus, dass die Gabe von täglich nur 5 mg **Astaxanthin** an diese Untersuchungspersonen über einen Zeitraum von vier Wochen zu einer 46%igen Reduzierung der Sehstörungen durch Überanstrengung führte.

Astaxanthin hilft gegen Ermüdung der Augen

Eine weitere japanische Studie von Nakamura im Jahr 2004 zeigte ähnlich positive Auswirkungen auf die Ermüdung der Augen bei einer Dosierung von 4 mg auf, und noch bessere Effekte bei einer Gabe von 12 mg. In der Tat gibt es bisher neun verschiedene klinische Studien über „**Astaxanthin** auf dem Gebiet der Ermüdung der Augen“, die alle positive Ergebnisse zeigten.

...und bei anderen Augenstörungen

Weitere Studien haben gezeigt, dass natürliches **Astaxanthin** auch eine Supplementierung bei einer Vielzahl anderer Augenprobleme bewirken kann:

- Reduzierung gereizter Augen,
- Trockenheit,
- Müdigkeit und Sehstörungen (Shiratori 2005 und Nagaki 2006)
- Vorbeugung der Augen-Ermüdung bei gesunden Menschen (Takahashi und Kajita 2005)
- Verbesserung des retinalen kapillären Blutflusses (Yasunori 2005)
- Verbesserung Fähigkeit der Augen, leichter zu fokussieren.
- Verbesserung der Tiefenwahrnehmung um 46 Prozent (Sawaki 2002)
- Reduzierung von Augenentzündungen (Suzuki 2006).

NTP55: Astaxanthin - Preis: 19,80 €

Astaxanthin ist ein Betacarotinoid und wird von der Mikroalge *Haematococcus pluvialis* produziert. Es schützt vor Alterungserscheinungen, unterstützt die reinigende Wirkung von Leber, Lunge und Nieren, schützt die Magen- und Darmwand, stimuliert und reguliert das Immunsystem und fördert die Durchblutung

Der rosarote Farbstoff **Astaxanthin** ist ein Carotinoid und gehört zu den stärksten Radikalfängern und somit stärksten Antioxidantien, welche die Natur uns bietet. **Astaxanthin** besitzt als Antioxidans eine weitaus höhere Wirksamkeit als andere **Carotinoide** (**Betacarotin**, **Lutein**, **Lycopin**) und Tocopherole (**Vitamin E**). **Astaxanthin** ist im ganzen Körper wirksam und verzögert den Alterungsprozess der Zellen und des Gewebes. Es ist ein Antioxidans erster Klasse. Die Mikroalge ist ein wichtiger Bestandteil in der Nahrungskette der Lachse und man geht davon aus, dass die ungeheure Muskelkraft dieser Fische, die sie dazu befähigt, flussaufwärts zu springen und zu schwimmen mit dem in der Mikroalge enthaltenden **Astaxanthin** zu tun hat. Interessant ist dabei, dass die typische Lachsfarbe höchstwahrscheinlich auf das **Astaxanthin** zurückzuführen ist, das genau dieselbe Färbung nur in höherer Konzentration hat. Die von uns verwendete Alge wird unter hygienisch streng kontrollierten Bedingungen hergestellt. Das **Astaxanthin** wird durch eine lösungsmittelfreie CO₂-Extraktion gewonnen.

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