

Vitalstoff Journal

Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

Die beste Quelle dieses Vitalstoffs ist Muttermilch...

...hilft bei Allergien, Autoimmunerkrankungen, Entgiftung und Gelenkschmerzen

Die beste Quelle dieses Vitalstoffs ist Muttermilch...

...hilft bei Allergien, Autoimmunerkrankungen, Entgiftung und Gelenkschmerzen?

wir alle – oder jedenfalls die meisten von uns – haben sie während der ersten Jahre unseres Lebens erhalten. Sie hat uns groß und stark gemacht und vor Viren und Bakterien geschützt : Muttermilch. Als Baby sollten Sie schnell wachsen und daher brauchten Sie hochwertige Nahrung mit allen Vitalstoffen, Proteinen und Immunstoffen, die ein schnelles Wachstum in guter Gesundheit ermöglichen.

Einer dieser Vitalstoffe in der Muttermilch ist relativ unbekannt. Er hat jedoch einige sehr wichtige Funktionen in Ihrem Körper und ist somit essentiell für Ihre Gesundheit. Das erklärt, warum gerade **Muttermilch die wichtigste Nahrungsquelle** dieses Minerals ist. Bezogen auf den Körpergewichtsprozentsatz ist dieser Vitalstoff hinter Kalzium und Phosphor das dritthäufigste Mineral in Ihrem Körper. Er kommt hauptsächlich in eiweißreichen Geweben vor und ist unter anderem Bestandteil von Bindegewebe, roten Blutkörperchen, Muskeln, Haut, Haaren und Nägeln. Er verleiht diesen Geweben Form und Festigkeit. Der Name dieses essentiellen Stoffs? **Schwefel!**

MSM: Organisch gebundener Schwefel

Schwefel besteht in vielen Formen. Nicht alle Formen können aber vom Körper verwertet werden. Die Form, in der dieses Makromineral in allen lebenden Organismen natürlich vorkommt und biologisch aktiv ist, heisst **Methylsulfonylmethan oder kurz MSM**. MSM ist organisch gebundener Schwefel. Hiermit ist eine organische, flüchtige, biologisch aktive Schwefelverbindung gemeint, die dem Körper als Ausgangssubstanz für den gesamten Schwefelhaushalt dient. Der Körper enthält etwa 140 Gramm Schwefel und dieser ist ein wesentlicher Bestandteil des Bindegewebes und von Haut und Haar.

Funktionen von organischem Schwefel

Die deutlichste Wirkung hat der organische Schwefel bei Allergien, Autoimmunerkrankungen wie Arthritis und bei Gelenkschmerzen. MSM wird darum häufig zur Unterstützung des Bewegungsapparates eingesetzt. Darüber hinaus hat Schwefel eine immunverstärkende Wirkung und unterstützt die innere Reinigung. Viele Therapeuten halten MSM für das stärkste Entgiftungsmittel überhaupt.

Schwefel macht aber mehr, denn er

- ist Bestandteil der Aminosäuren Methionin, Cystein und Taurin und somit an vielen Stoffwechselabläufen beteiligt
- spielt eine Rolle bei der Erhaltung der räumlichen Struktur von Enzymen und ist daher ein wichtiger Faktor für deren Effektivität
- ist Bestandteil von Entgiftungsenzymen und Glutathion, die 'Mutter aller Antioxidantien' und bekannt für sein Potenzial, die Immunfunktion zu verbessern
- ist an der Bildung von Gallensäuren beteiligt und somit entscheidend für die Verdauung und Resorption von Fetten und fettlöslichen Vitaminen
- ist ein Teil der B-Vitamine Thiamin (Vitamin B1) und Biotin (Vitamin B7)
- ist wichtig für die Blutgerinnung, das Antioxidationssystem und die Insulinproduktion.

Für wen ist MSM geeignet?

Organischer Schwefel ist geeignet für Menschen mit

- Gelenksbeschwerden und -schmerzen
- Entzündungskrankheiten, inklusive rheumatoide Arthritis und entzündlicher Darmerkrankung
- Autoimmunerkrankungen
- Allergien und Heuschnupfen
- alternder Haut
- brüchigen Nägeln
- dünnem Haar
- Schwermetallen und anderen Giftstoffen im Körper

Die derzeitige Nahrung enthält viel weniger Schwefel als zuvor. Wir sollten uns jedoch reichlich mit Schwefel versorgen. Glücklicherweise

gibt es für Erwachsene andere Quellen für organischen Schwefel als nur Muttermilch. MSM ist ein gutes Beispiel dafür.

Bestellen Sie hier MSM (organischen Schwefel) bei Nature Power

Warum wird MSM als 'Faktor N' bezeichnet?

Obwohl MSM also ein ganz normaler Teil der Ernährung ist, besitzt es bestimmte biomedizinische Eigenschaften. John Metcalf, ein Tierarzt, der MSM mit viel Erfolg bei Rennpferden einsetzte, hat MSM als 'Faktor N' bezeichnet um auszudrücken, dass es **den Körper in den Normalzustand zurückbringt**. Wenn der Körper gesund ist und funktioniert, besitzt MSM keine außergewöhnlichen Eigenschaften.

Was passiert bei einem Mangel?

Mangelt es dem Körper an biologischem Schwefel, kann dies zu einer ungenügenden Funktion jeder Zelle, jedes Gewebes und jedes Körperorgans führen. Schwefel ist nach Kalzium und Phosphor das dritthäufigste Element (außer den Gerüstelementen Kohlenstoff, Wasserstoff und Sauerstoff) im Körper. MSM verstärkt nicht nur die Wirkung der meisten Vitamine und Nährstoffe wie Vitamin C, Coenzym Q10, alle B-Vitamine, Selen und Magnesium, sondern verbessert auch deren zelluläre Aufnahme. Da der Körper die Nährstoffe besser verwertet, wird die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln effektiver. MSM hat aufgrund seiner chemischen Struktur und seiner biologischen Aktivität einzigartige Eigenschaften. Experimente mit radioaktiv markiertem MSM haben gezeigt, dass mit der Nahrung aufgenommenes MSM seinen Schwefel freisetzt, um nicht nur Kollagen und Keratin, die Hauptbestandteile von Haar und Nägeln, zu bilden, sondern auch die Aminosäuren Methionin und Cystein sowie Serumproteine.

MSM ist eine der am wenigsten toxischen Substanzen, die wir kennen. Deshalb ist die Verwendung von MSM sehr sicher.

Fazit: Schwefel ist eine essentielle Substanz für Ihre Gesundheit, die an vielen Funktionen Ihres Körpers beteiligt ist und ihn gut funktionieren lässt.

Sind Sie interessiert an mehr Informationen über diesen Vitalstoff und dessen Wirkung?

[Hier geht es weiter >>](#)