

# Mikronährstoffe weiter auf dem Vormarsch

## Studien bestätigen zunehmend präventiven und therapeutischen Nutzen

**Die Entdeckung und Erforschung von Vitaminen und weiteren Mikronährstoffen blickt auf eine lange Zeitspanne zurück. In den vergangenen sieben Jahrzehnten wurden mehrere Nobelpreise für die Gesundheitsbedeutung von Vitaminen verliehen, erstmalig 1928 für die Erforschung von Vitamin D. In den darauf folgenden Jahren widmeten sich immer mehr Forscher der Aufgabe, den Nutzen und die Bedeutung bestimmter Stoffe unserer Nahrung zu erkunden. Wichtige Grundsteine wurden gelegt.**

Doch nie zuvor machte die Nährstoffforschung so rasanten Fortschritte wie heute. Regelmäßig werden neue Ergebnisse und Erkenntnisse über den präventiven und therapeutischen Nutzen von Mikronährstoffen gewonnen und durch wissenschaftliche Studien belegt.

Die Entwicklung schreitet unaufhaltsam voran. Mikronährstoffe verfügen über ein enormes Potential, das Ausmaß heutiger Erkrankungen auf ein Minimum zu reduzieren. Aktuelle Studien belegen dies eindrucksvoll.

### Antioxidantien als wirksame und nebenwirkungsfreie Alternative der Krebstherapie bestätigt

Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Grundlagenforschung des Dr. Rath Forschungsinstituts zur Bedeutung von Mikronährstoffen bei der Prävention und Therapie von Krebs wurden erst kürzlich durch eine Studie der US-amerikanischen National Institutes of Health bestätigt. Die Wissenschaftler konnten beweisen, dass Antioxidantien Krebszellen effektiv und nebenwirkungsfrei abtöten.

Krebszellen sind gekennzeichnet durch eine unkontrollierte und dauerhafte Teilung, die eine Replikation der DNA, also die Vervielfältigung des Erbinformationsträgers einer Zelle, voraussetzt. Diese Eigenschaft von

Krebszellen macht sich die konventionelle Krebsforschung bei der Entwicklung von Chemotherapeutika zunutze: Genotoxische (= für die Erbanlagen schädliche) Chemikalien etwa zielen direkt darauf ab, DNA-Schäden zu verursachen und so die DNA-Replikation zu blockieren. Die durch die Schädigung der DNA hervorgerufenen Doppelstrangbrüche können nur von den wenigsten Organismen gekittet werden: die stark beschädigten Zellen sterben ab. Jedoch birgt dieser Wirkmechanismus genotoxischer Mittel Gefahren, da durch Erbgut-Schäden auch Genmutationen hervorgerufen werden können, die Krebszellen z. B. widerstandsfähig gegen die Apoptose (Zelltod) machen.

Ausgehend von dieser Feststellung suchten die an der Studie beteiligten Wissenschaftler nach natürlichen Wirkmitteln, die schnell teilende Zellen mit minimalen Nebeneffekten abtöten. Hierzu wurden 22 Antioxidantien untersucht, die derzeit für die Behandlung verschiedener Krankheiten verwendet werden. Drei dieser Antioxidantien waren die sekundären Pflanzenstoffe Resveratrol, Baicalein und Genistein; sie erwiesen sich

hinsichtlich ihres genotoxischen Wirkpotenzials als für diese Untersuchung besonders geeignet.

Die Ergebnisse zeigen, dass die ausgewählten Antioxidantien tatsächlich in der Lage sind, die Apoptose auszulösen, ohne die schädlichen Nebeneffekte hervorzurufen, die aus chromosomalen Veränderungen und der Erzeugung von Mutationen im Erbgut entstehen. Besonders interessant war hierbei, dass Resveratrol und Genistein sogar gegen solche Zellen wirksam waren, die sonst eine Resistenz gegen Anti-Krebs-Medikamente aufweisen.

**Weitere Informationen zur Gesundheitsbedeutung von Vitaminen und anderen Mikronährstoffen sowie wissenschaftliche Studien, insbesondere in der natürlichen Krebsbekämpfung, finden Sie unter:**  
[www.vitamine-sind-leben.de/durchbruch/studien.html](http://www.vitamine-sind-leben.de/durchbruch/studien.html)

Die Forscher versprechen sich hiervon einen entscheidenden Vorteil für die zukünftige Krebsforschung. Sie sehen Antioxidantien als geeignete Substanzen zur Behandlung von Krebsarten, die auf konventionelle Krebstherapien (Medikamentenbehandlung, Strahlentherapie etc.) bisher nicht anspringen. *(Eine kurze Zusammenfassung der Studie finden Sie unter:*

*<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22431602>)*

### **Omega-3-Fettsäuren schützen vor Vorhofflimmern**

Die enorme Bedeutung von Omega-3-Fettsäuren für die Herzgesundheit wurde jetzt einmal mehr durch eine Studie bestätigt. Wie Wissenschaftler der Harvard School of Public Health berichten, können hohe Werte an Omega-3-Fettsäuren das Risiko für Vorhofflimmern, die häufigste Form von Herzrhythmusstörungen, um rund 30 Prozent verringern.

Die neue Studie gilt in den USA als erste Prospektivstudie, die bei älteren Personen den Zusammenhang zwischen dem Anteil ungesättigter Fettsäuren und dem Auftreten von Vorhofflimmern analysierte. Die beteiligten Wissenschaftler untersuchten 3326 amerikanische Männer und Frauen im Alter von durchschnittlich 74 Jahren. Die Untersuchung ergab, dass die höchsten Gesamt-Omega-3- und DHA-Werte mit einem 25 Prozent geringeren Risiko für Vorhofflimmern einhergehen. *(Link zur Studie:*

*<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22282329>)*

### **Lutein und Zeaxanthin fördern Gesundheit der Augen**

Wie eine im letzten Monat im British Journal of Nutrition veröffentlichte finnische Studie berichtet, verringern hohe Werte an Lutein und Zeaxanthin das Risiko für Katarakte. Damit bestätigt die Untersuchung abermals die enorme Bedeutung von Carotinoiden für die Augengesundheit.

Die Ergebnisse stützen sich auf die Daten von fast 1700 Männern und Frauen im Alter zwischen 61 und 80 Jahren. Die Auswertung ergab konkret, dass die höchsten Lutein- und Zeaxanthin-Werte im Blutplasma mit einem 42 bzw. 41 Prozent geringeren Risiko in Verbindung stehen, am grauen Star zu erkranken. Dieses Resultat verdeutlicht, dass altersbedingte Augenkrankheiten durch eine angemessene und regelmäßige Zufuhr von wichtigen Antioxidantien effektiv vorgebeugt werden können.

Die Forscher der Universität Ostfinnland merken an, dass beide Stoffe bei der Vorbeugung von Katarakten ein gleich hohes Schutzniveau bieten. Ihre schützende Wirkung in der Netzhaut erfolgt durch die Reduzierung von oxidativem Stress (Wirkung als Antioxidantien) auf der einen Seite, zum anderen durch die Absorption von UV-Strahlung (Schutz vor photochemischen Schäden der Netzhaut). *(Studienzusammenfassung unter:*

*<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22005336>)*

### **Was Sie jetzt tun können**

- Informieren Sie sich ausführlich über die beeindruckenden Studienergebnisse zu den Vorteilen wissenschaftlich fundierter Naturheilverfahren.
- Informieren Sie auch die Menschen im Verwandten- und Bekanntenkreis zu diesem Thema und über die Erfordernis zur Modernisierung unseres Gesundheitssystems.
- Besuchen Sie die Internetseiten der Dr. Rath Gesundheits-Allianz, um sich über die Möglichkeiten eines Engagements für ein besseres Gesundheitswesen zu informieren.

Bitte nennen Sie uns im Falle eines Anrufs den Namen der Person (siehe Stempelfeld), von der Sie diesen Gesundheits-Brief erhalten haben