

Dr. Rath Gesundheitsbrief

Ausgabe 02/15 – März 2015

Die Zahl der wissenschaftlichen Berichte rund um Traubenkerne ist groß. Auf mehrere Jahrzehnte blickt die Forschung über die wertvollen Stoffe in Traubenkernen zurück. Nicht umsonst schenkt die

Wissenschaft diesen Naturstoffen ein so hohes Maß an Aufmerksamkeit. Denn ihr Potential, Gesundheit zu wahren, ist groß. Ganz vornan: Der Schutz von Körperzellen und gesundem Bindegewebe.

KERN-KRAFT? JA BITTE!

Warum Traubenkerne so wertvoll für die Gesundheit sind

Teil
1

Traubenkerne sind eine reiche Quelle für sekundäre Pflanzenstoffe, also jene Stoffe, die dem Schutz und der Erhaltung einer Pflanze selbst dienen. Sei es als Abwehrstoffe gegen Bakterien und Pilzen, als Duft- oder Lockstoffe, Fraßgifte oder Schutzstoffe gegen UV-Strahlung. Tausende sekundäre Pflanzenstoffe sind in der Pflanzenwelt zu finden. Über die Nahrung aufgenommen, sind sie auch für uns Menschen von hohem Nutzen.

Reichhaltig in Traubenkernen vorkommend sind Catechine, Epicatechine und Procyanidine, allesamt sogenannte Flavonoide, eine Untergruppe der sekundären Pflanzenstoffe. Besonders die Procyanidine haben es vielen Wissenschaftlern mit Blick auf Traubenkerne angetan. Neben Traubenkern-Extrakten werden die mit dem Kürzel **OPC (oligomere Proanthocyanidine)** benannten Pflanzenstoffe häufig für wissenschaftliche Untersuchungen herangezogen.

ANTIOXIDANTIEN MIT HOHEM SCHUTZPOTENTIAL

Sekundäre Pflanzenstoffe in Traubenkernen, insbesondere OPC, gelten als hoch bioverfügbar. Sie können rasch vom Körper aufgenommen werden und sind bereits nach kurzer Zeit im Blut messbar. Insbesondere die antioxidative Kapazität – das Schutzpotential vor „Freien Radikalen“ – ist es, die oftmals von sich reden macht.

Freie Radikale sind sehr reaktionsfreudige Moleküle, die immer wieder in unserem Körper entstehen oder über äußere Wege in unseren Körper gelangen. Da ihnen in ihrer chemischen Struktur ein Elek-

tron fehlt, gehen sie Reaktionen ein und entreißen dabei dem nächstbesten Molekül das fehlende Elektron. Auf diese Weise greifen sie beispielsweise Zellen, Gewebe oder Blutfette an und schädigen diese. Dieser Vorgang nennt sich Oxidation.

Ein gewisses Maß an Freien Radikalen im Körper ist durchaus üblich und erforderlich. Etwa im Rahmen der Energiebildung oder der Immunabwehr. Ein ständiges Übermaß an Freien Radikalen (oxidativer Stress) kann jedoch folgenschwere Probleme nach sich ziehen. Faktoren wie Umweltbelastungen, Zigarettenrauch, übermäßige UV-Strahlung, Rückstände von Pflanzenschutzmitteln und Chemikalien in Lebensmitteln sind typische Quellen Freier Radikale, die häufig auf den Menschen einwirken. Das Ergebnis: vorzeitige Hautalterung, Durchblutungsstörungen, Zellentartung, geschwächtes Immunsystem und weitere Gesundheitsprobleme werden begünstigt.

Um Oxidationsprozessen durch Freie Radikale entgegenzuwirken, kann sich der Mensch Antioxidantien zunutze machen. Sie fangen Freie Radikale ab und neutralisieren diese reaktionsfreudigen Radikal-Moleküle, bevor sie Zellen und Gewebe angreifen. Eine große

Zahl wissenschaftlicher Studien untermauert den gesundheitlichen Wert von Traubenkern-Extrakten, die hohe antioxidative Eigenschaften besitzen.

Einige dieser Forschungsergebnisse finden Sie im Studien-Archiv unter www.4ger.dr-rath-foundation.org/NATUERLICHE_GESUNDHEITIOPC_Traubenkerne_Studien.html

Wir fassen zusammen: Traubenkern-Flavonoide sind dank ihrer hohen antioxidativen Kapazität hervorragende Radikalfänger. Oxidativen Schädigungen mit all seinen Folgen kann vorgebeugt, der Schutz von Zellen und Gewebe erhöht werden. Nutzen Sie dieses Wissen zum Schutz und Erhalt Ihrer Gesundheit!

Erfahren Sie demnächst im 2. Teil von „Kern-Kraft? Ja bitte!“ wie sich Traubenkern-Flavonoide auf die Stabilität von Bindegewebe und somit auf straffe Haut und ein gesundes Herz-Kreislauf-System auswirken.



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