

36

Neue Wege zur Gesundheit

Liebe Leserin, lieber Leser,

hier ein paar Bemerkungen zur Fastenzeit.

Der „Spiegel“ brachte kürzlich einen Bericht über die Heilkraft des Hungerns. Darin wurde über amerikanische Versuche mit Rhesusaffen berichtet, die sich mit 30 % weniger Kalorien begnügen mussten als eine Vergleichsgruppe, die unbegrenzt futtern konnte. Jahrelang zeigten sich keine Abweichungen zwischen den Gruppen. „Doch nun erreichen die Tiere die durchschnittliche Lebenserwartung der Rhesusaffen“ – berichtet der „Spiegel“ – „und auf einmal werden allerlei Unterschiede augenfällig: Die Affen, die tüchtig reinhauen durften, haben nicht nur 70 Prozent mehr Fett am Leib. Ihr Fell wird auch früher struppig, sie verlieren mehr Haare und haben ein faltigeres Gesicht. Richard Weindruch, 56, der das Experiment leitet, erklärte: „Wir beginnen jetzt, einen echten Überlebensvorteil der fastenden Tiere zu sehen.“

Die Forscher nennen diese Diät „kalorische Restriktion“ und haben es auf eine grobe Formel gebracht: Wer 30 bis 50 Prozent weniger frisst, der lebt 30 bis 50 Prozent länger. Und wichtiger noch: Krankheiten wie Diabetes Typ 2, Krebs, Schlaganfall und Demenz treten unter fastenden Tieren viel seltener oder später auf – das Altwerden geschieht häufig bei bester Gesundheit. Die kalorische Restriktion schaltet offenbar einen uralten Überlebensmechanismus an; betroffene Organismen lassen es ruhiger angehen. Die verbleibenden Kräfte werden darauf verwendet, Schäden in den Zellen zu reparieren.

Ähnliche Erfahrungen, wenn auch persönlicher – und noch radikaler – vertritt auch die jetzt über 90 Jahre alte Ärztin Galina Schatalova. Sie behauptet, dass der Energiebedarf für unseren Grundstoffwechsel, d. h. für die einfache Aufrechterhaltung unserer Lebensfunktionen nur bei 250 bis 400 (statt der bisher geltenden 1200 - 1700) Kilokalorien in 24 Stunden liegt.

Schatalova machte im Jahre 1990 ein faszinierendes Experiment mit ihren ehemaligen Patienten, die noch vor kurzem an schweren chronischen Erkrankungen gelitten hatten.

Sie selbst, damals 75 Jahre alt, leitete einen 500 km langen Marsch durch die Sandwüste des Zentralkarakum. Es war vorgesehen, die Strecke in 20 Tagen zurückzulegen, aber die Teilnehmer erreichten schon nach 16 Tagen ihr Ziel. Sie fühlten sich großartig und hielten ihr Körpergewicht, obwohl sie mit einem Minimum an Nahrung (nämlich 50 - 100 Gramm Buchweizen und 100 Gramm Trockenfrüchte sowie 1 Liter Wasser pro Tag) ausgekommen sind.

Galina Schatalova hat Ihre Ernährungsempfehlungen in einem Buch beschrieben. Mir hat das Buch sehr imponiert. Es trägt den Titel: „Wir fressen uns zu Tode.“

Mit freundlichen Grüßen
Dieter Henrichs

Glykonährstoffe schützen und heilen

GUTER ZUCKER - BÖSER ZUCKER

Die Bedeutung essenzieller Zucker für unsere Gesundheit

von Dieter Henrichs

Liesse man - über die Jahre - alle vergangenen Ausgaben von „Neue Wege zur Gesundheit“ Revue passieren, dann gäbe es sicher kein Thema, das öfter behandelt worden ist als die gesundheitsschädlichen Wirkungen von Zucker. Seit, in Deutschland beispielsweise durch den verdienstvollen Dr. Bruker, in den USA durch die Bestseller -Diätbücher von Dr. Atkins, die Risiken und verheerenden Folgen des übermäßigen Zuckerkonsums in den „westlich“ orientierten Ländern ins Bewußtsein einer breiten Öffentlichkeit gerückt wurden, ist jedem halbwegs verständigen Verbraucher klar, dass Zucker „böse“ und zu meiden ist. Genützt hat die Aufklärung freilich wenig: Die fürher belächelten Prognosen über den epidemieartigen Anstieg der Diabetes-Erkrankung (700 % in den letzten 30 Jahren) weltweit, damals belächelt, sind inzwischen Wirklichkeit geworden. Durch exzessiven Zuckerkonsum übergewichtige bis adipöse Kinder und Jugendliche sind in allen Völkern mit unserem Lebensstil zu einem äußerst drängenden gesellschaftlichen Problem geworden.

Zucker, die heilen?

Vor sechs Jahren erschien in den USA ein Buch mit dem Titel: „Sugars that heal“ (Zucker, die heilen). Die Autoren, E. I. Mondoa und M. Kitei, hatten akribisch zusammengetragen, was vorher – seit Mitte der 60er Jahre – in Fachzeitschriften über den Einfluss bestimmter Zuckerverbindungen auf unsere Gesundheit erforscht worden war. Dies war nun ein ganz neuer Bereich der Nährstoffforschung und die Ergebnisse, die Mondoa und Kitei einer breiten Öffentlichkeit präsentierten, können noch immer mit Fug und Recht als unerwartet und sensationell bezeichnet werden.

Mondoa und Kitei behaupteten nämlich – und hatten dafür überzeugende Belege zu bieten –, dass bestimmte Zucker, insbesondere die acht sogenannten „essenziellen“ Zucker, nicht nur wertvollen allgemeinen Gesundheitsschutz bieten, sondern auch bedeutende Helfer bei der Abwehr von spezifischen Gesundheitsstörungen und -risiken sind.

Diese Zuckerverbindungen, so die Autoren, leisten nicht nur einen unverzichtbaren Beitrag zur Stärkung unseres körpereigenen Immunsystems. Sie

helfen bei so verschiedenen Gesundheitsstörungen wie degenerativen Gelenkerkrankungen, bekämpfen wirksam die Attacken von Bakterien, Viren, Pilzen und Parasiten. Ob es um vorzeitige Alterserscheinungen und Stress bei den Erwachsenen oder Hyperaktivität bei den Kindern geht, oder es sich Hauterkrankungen oder Diabetes oder auch um die nach wie vor ungelösten Probleme handelt, die die Medizin bei der Therapie von Herz-Kreislauf-erkrankungen und Krebs hat: für dieses ganze, weit reichende Spektrum an Störungen und Leiden bieten diese Zuckerstoffe viel versprechende Behandlungsansätze.

Wie das? War alles falsch, was wir seit Jahren über den „bösen“ Zucker hörten und predigten? Nein, denn was gesagt wurde, bezog sich auf unseren Haushaltszucker, ein industriell hochverarbeitetes, (man könnte sagen: künstliches) Produkt, dessen Verzehr - fast 50 kg davon konsumiert jeder Bundesbürger im Jahr - grosse gesundheitliche Schäden verursacht.

Wovon wir sprechen, sind Zuckerstoffe, die mit unserem raffinierten Haushaltszucker (Saccharose) wenig mehr als den Namen gemeinsam haben. Zucker ist nicht gleich Zucker!

Wovon wir sprechen, sind bioaktive Zuckerstoffe, die mit unserem raffinierten Haushaltszucker (Saccharose) wenig mehr als den Namen gemeinsam haben. Zucker ist nicht gleich Zucker! Der Begriff „Zucker“ umfasst eine ganze Stoffklasse, deren zahlreiche und vielfältige Vertreter in unserem Organismus lebenswichtige und heilende Funktionen übernehmen. Die bedeutende Rolle gerade dieser „essenziellen“ Zucker für unseren Stoffwechsel ist in den letzten Jahren immer besser erkannt worden.

Essenzielle Zucker und unser Immunsystem

Essenzielle Zucker haben zwei Methoden, mit welchen sie ihre Aufgaben in unserem Körper erfüllen.

Methode 1: Essenzielle Zucker verbinden sich mit Eiweissen zu Glykoproteinen. Wenn wir von der Bedeutung der Proteine für unseren Stoffwechsel sprechen, dann sind, genau genommen, meistens Glykoproteine gemeint, also Zucker, der mit Eiweiss eine chemische Verbindung eingegangen ist. An ein Protein können mehr als 30 verschiedene Zucker gebunden sein. Der Zuckeranteil am Gewicht eines Glykoproteins kann zwischen 1 % und über 80 % schwanken.

Enzyme, Hormone, Knorpel und Schleim bestehen alle aus Glykoproteinen.

Die Verzuckerung (Glykolisierung) der Proteine beeinflusst ihre biologische Aktivität gravierend. So können beispielsweise unverzuckerte Hormone zwar an Zellmembranen andocken, aber keine biologischen Prozesse auslösen. Verzuckerte Proteine sind ausserdem besser in der Lage, sich an Rezeptoren zu binden. Sie ermöglichen auch eine zielgerichtete Bewegung innerhalb der Zelle, z. B. die Hinleitung von Enzymen.

Übrigens können nicht nur Proteine, sondern auch Fette (Lipide) verzuckert sein. Diese Glykolipide sind z. B. Bestandteil der Nervenhülle (Myelinscheide). Die Schutzschicht unserer Lungen besteht aus solchen Verbindungen, die in der Lage sind, Mikroorganismen abzufangen. Glykolipide und Glykoproteine bilden den sogenannten Oberflächenzucker unserer Zellen, von dem im folgenden die Rede sein wird.

Heute ist bekannt, dass diese Oberflächenzucker eine wichtige Rolle im gesamten Stoffwechsel, vor allem aber in der körpereigenen Abwehr spielen.

Dies ist nun Methode 2: Essenzielle Zucker und ihre Verbindungen lagern sich auf der Oberfläche von Zellen ab - sowie auch auf den Zellen von in den Körper eingedrungenen Mikroorganismen wie Bazillen oder Viren. Man hat die immense Bedeutung dieser Ablagerungen, die als Oberflächenzucker bezeichnet werden, lange nicht erkannt und hielt sie, wenn man die Zelle unter dem Elektronenmikroskop betrachtete, für „störende Anhängsel“. Heute ist bekannt, dass diese Oberflächenzucker eine wichtige Rolle im gesamten Stoffwechsel, vor allem aber in der körpereigenen Abwehr spielen. Viele Krankheitserreger können nämlich von unserem Immunsystem nur deshalb erkannt und bekämpft werden, weil sich bestimmte Zucker auf der Zelloberfläche befinden.

In seinem äußerst informativen Büchlein über „Heilende Zucker - Gesund durch Glykonährstoffe“ (VAK Verlags GmbH, Kirchzarten) fasst der Autor, Dr. Josef Pies, diese Funktion und ihrer zentrale Bedeutung für unsere Gesundheit zusammen:

„Unsere Zellen nutzen die Oberflächenzucker, um Informationen über ihren Zustand auszutauschen und Befehle zu erteilen (Zellkommunikation). Auf diese Weise halten die Oberflächenzucker auch die unkontrollierte Ausbreitung von Krebszellen in Schach und können sie sogar ganz ausschalten. So wird das Anheften an gesunde Zellen blockiert und die Metastasenbildung verhindert. Damit aber nicht genug: Die Oberflächenzucker erkennen auch Fremdkörper, die dann vom Immunsystem bekämpft werden.“

„So patrouillieren z. B. Fresszellen (Makrophagen) durch unsere Gewebe und tasten die auf den Zelloberflächen anhaftenden Zuckermoleküle ab. Auf diese Weise sind die Makrophagen in der Lage, festzustellen, ob die Zellen gesund oder krank sind (z. B. Krebszellen) und koordinieren bei Bedarf weitere Immunreaktionen.“

„Am Ende einer Immunantwort werden die (feindlichen) Fremdkörper, die verbrauchten Immunzellen und sonstige Zelltrümmer von den Makrophagen aufgefressen. Welche Zellen abgestorben sind, erkennen die Makrophagen wiederum an deren Oberflächenzucker.“

Dr. Pies klassifiziert diese Immun-Funktion anschaulich unter dem Leitsatz „Zucker - die Sprache unserer Zellen“. Wie er in diesem Zusammenhang weiter berichtet, können „Zuckermoleküle sogar Gene einschalten“. Aber nicht nur beim Kontakt und der Kommunikation von Zelle zu Zelle spielen Glykoproteine

eine herausragende Rolle; sie erfüllen auch bedeutsame Aufgaben im ausserzellulären Raum. Sie sorgen z. B. für den Zusammenhalt der Zellen eines Gewebes, die Koordination der Zellfunktionen und die Signalübertragung. Sie bilden Strukturbausteine wie Knorpel und Kollagen.

Essenzielle Zucker und unser Immunsystem

Wir müssen uns immer vor Augen halten, dass unsere körpereigene Abwehr ein äußerst komplexes System ist, dessen einzelne Teile nicht nur vielfältig miteinander verbunden sind, sondern auch auf verschiedenen Ebenen agieren und reagieren können. Wie ein militärisches System – je nach Lage der Dinge – Fusstruppen, Marine oder Flugzeuge (oder auch alles zusammen) einsetzen kann, so verfügt unser Immunsystem über die Fähigkeit, die jeweils zweckmässigste Immunantwort zu geben, vorausgesetzt, dem Organismus stehen die für diese optimale Reaktion geeigneten Substanzen zur Verfügung. Ist das nicht der Fall, greift das System zu den verfügbaren Mitteln, auch wenn diese ein Notbehelf sind.

In den letzten Jahren ist die vielschichtige Natur unserer Immunantworten immer besser erkannt worden. So traten neben die antioxidativ wirkenden Vitamine (z. B. Vitamin C oder E), die bis dahin als unübertroffen in der Bekämpfung freier Radikale galten, plötzlich bioaktive pflanzliche Substanzen wie z.B. das bekannte OPC oder bestimmte Polyphenole, die in ihrer Effizienz als Radikalfänger die antioxidativen Vitamine noch übertrafen.

In der nächsten Phase wurden natürliche Pflanzeninhaltsstoffe, wie z. B. das aus Brokkoli gewonnene Sulphoraphan, mit grossem Erfolg eingesetzt, um die Immunantwort auf der enzymatischen Ebene zu stärken. Hier zeigt sich ein grosser Vorteil der enzymatischen Reaktion, denn direkte Radikalfänger wie Vitamin C oder E verbrauchen sich, indem sie mit Radikalen biochemische Verbindungen eingehen und sie auf diese Weise neutralisieren. Sie reagieren direkt mit freien Radikalen und nachdem sie reagiert haben, müssen sie erneuert werden. Hingegen reagiert Sulphoraphan nicht direkt mit freien Radikalen. Stattdessen kurbelt diese Substanz die körpereigene enzymatische Entgiftung an. Der Körper selbst bekämpft also die freien Radikale. Das bedeutet, dass Sulphoraphan im ganzen Körper wirksam ist. Es bedeutet weiterhin, dass die Wirkung länger in den Zellen anhält, nämlich zwischen vier und fünf Tagen.

Die dritte Ebene repräsentieren die Glykonährstoffe. Sie liefern und gewährleisten die Information.

Ich gebrauche gerne dieses Bild: Was nützt die bestens ausgerüstete Feuerwehr, wenn der Notruf versagt? Glykonährstoffe helfen heilen, indem sie die schnelle und zweckmässige Reaktion des körpereigenen Abwehrsystems erst hervorrufen. Sie melden, wo Attacken der Radikale stattfinden. Sie sind es, die erkennen, dass das Haus brennt. Sie rufen die Feuerwehr herbei.

KLEINE BEGRIFFSERKLÄRUNG

Mit „Zucker“ bezeichnet der Chemiker eine große Gruppe von Stoffen mit sehr unterschiedlichen Eigenschaften und biologischen Wirkungen. Ihre Gemeinsamkeit ist, dass sie sich alle aus Kohlenstoff- (C), Wasserstoff- (H) und Sauerstoffatomen (O) im Verhältnis 1 : 2 : 1 zusammensetzen. Manche Zucker enthalten zusätzlich Stickstoff (N), ihre Bezeichnung enthält dann den Wortbestandteil „amin“.

In der wissenschaftlichen Terminologie findet man für die Bezeichnung der verschiedenen Zucker neben der geläufigen Bezeichnung Kohlenhydrate häufig auch die griechischen Wortbestandteile „glyco“ (süß) oder Saccharid (von griech. Sakcharon = Zucker).

Zucker gehen gerne chemische Verbindungen ein. Sie können sich zu langen Ketten zusammenschließen. Einzel-Moleküle (Einfachzucker) heißen Monosaccharide. Von ihnen kommen über 200 verschiedene in der Natur vor. Davon sind 8 besonders wichtig für unsere Gesundheit. Zweifachzucker werden Disaccharide genannt. Bilden drei bis sechs Zuckermoleküle eine Kette, spricht man von Oligosacchariden; enthält der Zucker mindestens sieben (bis mehrere Tausend (!) Einzelbausteine, so wird er als Vielfachzucker oder Polysaccharid bezeichnet.

Vielfachzucker aus Glukose nennt man Glukane (manchmal auch Glykane), solche aus Galaktose entsprechend Galaktane usw.

Die für den menschlichen Organismus besonders bedeutsamen acht Einzelzucker und die aus ihnen zusammengesetzten Mehr- und Vielfachzucker werden in der Fachliteratur als „essenziell“ bezeichnet, weil der Körper diese Zucker zwar umwandeln, aber nicht selbst produzieren kann. Von den acht Einfachzuckern sind allein fünf Bestandteil der Muttermilch, – übrigens ein eindrucksvoller Hinweis auf ihre biologische Bedeutung –, aber nur zwei (Glukose und Galaktose) sind ausreichend in unserer „normalen“ Nahrung enthalten. Wollten wir aber z. B. mit der Nahrung aufgenommene Galaktose in einen anderen essenziellen Zucker, etwa Fruktose umwandeln, so wären dafür allein 38 verschiedene enzymatische Reaktionsschritte nötig. Wir tun also gut daran, durch eine entsprechende Kombination von Glykonährstoffen alle acht essenziellen Einfachzucker dem Organismus direkt zuzuführen.

Wir tun also gut daran, durch eine entsprechende Kombination von Glykonährstoffen alle acht essenziellen Einfachzucker dem Organismus direkt zuzuführen.

Unter dem Begriff Glycoside ist eine große Gruppe von sehr unterschiedlichen Pflanzeninhaltsstoffen zusammengefasst. Ihr gemeinsames Merkmal ist, dass sie sich aus einem Kohlenhydrat- und einem Nichtkohlenhydratbestandteil, dem „Aglycon“, zusammensetzen. Die wohl bekanntesten Vertreter der Glycoside sind die Anthocyane, Pflanzenfarbstoffe, die in den Blüten, Blättern und Früchten nahezu aller höheren Pflanzen vorkommen. Es sind etwa 250 Anthocyane bekannt. Sie gehören als Flavonoide zu den bioaktiven sekundären Pflanzenstoffen.

Gehen Zucker (Kohlenhydrate) Verbindungen mit Eiweißen (Nichtkohlenhydrate) ein, dann nennt man solche Verbindungen Glykoproteine. Verbinden sich – entsprechend – Zucker mit Fetten, dann spricht man von Glykolipiden.

Wenn von essenziellen Zuckern, Glykoproteinen und/oder Glykolipiden im Zusammenhang mit Nahrungsmitteln oder Nahrungsergänzungsmitteln die Rede ist, hat sich für diese Verbindungen als allgemeiner Überbegriff die Bezeichnung Glykonährstoffe eingebürgert. Hier liegt der Akzent auf den bioaktiven Eigenschaften dieser Stoffe für den menschlichen Organismus.

Die acht „essenziellen“ Zucker

(nach Dr. Josef Pies)

Name des Zuckers	Nahrungsquellen	Gesundheitsfunktion
FUKOSE	Muttermilch, Heilpilze	Ernährung des Säuglings, Stärkung des IS, Gehirnentwicklung, Langzeitgedächtnis hemmt Tumorwachstum und Krebsausbreitung
GALAKTOSE	Milch und Milchprodukte, kann nicht von allen Erwachsenen aus Laktose gewonnen werden; (Laktoseintoleranz); einige Pektine	Gesunde Entwicklung des Säuglings, Entzündungshemmung, Zellkommunikation, Antitumorwirkung
GLUKOSE	Ausreichend in stärkehaltigen Lebensmitteln und in Tafelzucker enthalten. (z. B. Reis, Kartoffeln, Getreide)	Wichtigster Energielieferant, wichtig für ein gut funktionierendes Gedächtnis, Kalziumaufnahme, Zellkommunikation (Bestandteil von Gerinnungsfaktoren)
MANNOSE	Nur unzureichend in der Nahrung vorhanden; Mannitol = Zuckeraustauschstoff für Diabetiker	Zellkommunikation, Entzündungshemmung, Immunabwehr, Blutdrucksenkung, Gewebeerneuerung, Infektionshemmung (Viren, Bakterien, Pilze, Parasiten, hemmt das Tumorwachstum.
N-AZETYL GALAKTOSAMIN	Nur geringfügig in der Nahrung enthalten	Hemmung des Tumorwachstums; Zellkommunikation
N-AZETYL GLUKOSAMIN	Nur in Muttermilch in größeren Mengen vorhanden	Lernunterstützung, Knorpelregeneration, Entzündungshemmung, gegen Arthritis; hemmt das Tumorwachstum, gegen HIV aktiv, an Schleimhautbildung beteiligt (Schutz vor Morbus Crohn)
N-AZETYL NEURAMINSÄURE	Nur in Muttermilch in größeren Mengen vorhanden	Gehirnfunktion und Wachstum des Kindes, Lernen, Gedächtnis, Immunstärkung, Schleimbildung gegen Viren und Bakterien, Cholesterinsenkung
XYLOSE	Nur unzureichend in der Nahrung vorhanden; geringe Mengen in Früchten, Beeren, Pilzen; Zuckeraustauschstoff für Kaugummi und Süßigkeiten (Diabetiker) (Bestandteil von Gerinnungsfaktoren)	Infektionshemmung (Bakterien und Pilze), antiallergen, Krebsvorbeugung (Verdauungstrakt), Zellkommunikation;

Den Organismus in seinen natürlichen Abläufen unterstützen

Mich hat es immer gewundert, wieso bioaktive Substanzen in der Lage sein sollen, bei so zahlreichen und verschiedenartigen gesundheitlichen Störungen zu helfen. (Wir sind es von den Arzneimitteln gewohnt, dass sie gewöhnlich nur für ein einziges Leiden verschrieben werden.) Aber gerade die Glykoproteine zeigen, dass eine effektive Steuerung und Regulierung der im Organismus ablaufenden Immunvorgänge das Auftreten von pathologischen Erscheinungen verhindern kann.

Wir haben fast ein Kilogramm verschiedener Immunzellen in unserem Körper, darüber hinaus Antigene, Botenstoffe, Antikörper, die an den Immunreaktionen beteiligt sind. Wenn dieser Prozess ausser Kontrolle gerät, wird die Entstehung von Autoimmunerkrankungen, Krebs oder Allergien begünstigt. Wir tun deshalb gut daran, dieses Risiko bereits in seinem Anfangsstadium, nämlich auf zellulärer Ebene, zu minimieren. Umfassend Schutz bieten hier (alle 8 essenzielle Zucker enthaltende) gemischte Glykoproteine, wie sie mit dem jetzt neu entwickelten Komplex-Präparat **GLYCOSID FORMULA CLASSIC** angeboten werden.

In der wissenschaftlichen Debatte ist Zellkommunikation das Mega-Thema. In den letzten Jahren sind allein vier Nobelpreise in der Medizin für Entdeckungen in der Zellkommunikation vergeben worden. Eine wachsende Zahl anerkannter wissenschaftlicher Veröffentlichungen, wie z. B. „Harper`s Biochemie“ und „Acta Ariatomica“, nehmen den Bereich Glykobiologie zur Kenntnis und publizieren detaillierte Berichte und Studien. Das renommierte MIT (Massachusetts Institute of Technology) bezeichnete die Glykobiologie kürzlich als eine der 10 Technologien, die die Welt ändern werden.

Nur zwei der acht essenziellen Glykonährstoffe, die eine maßgebliche Rolle in der Zellkommunikation spielen, sind in unserer Nahrung ausreichend enthalten. Führen wir sie unserem Körper zu, erhält unser Organismus die richtigen Bausteine, um seine Gesundheit zu erhalten.

Die bioaktiven Wirkstoffe von „Glycosid Formula Classic“ und ihre gesundheitliche Bedeutung

- AGARICUS BLAZEI MURILL:** bietet von allen Heilpilzen den größten Polysaccharidanteil, vor allem alpha- und beta-D-Glukane, die die Anzahl der Makrophagen erhöhen. Makrophagen spielen als sogenannte „Fresszellen“ eine wichtige Rolle für die körpereigene Immunabwehr.
- ALOE VERA:** enthält verschiedener Vielfachzucker, die antibakteriell, antiviral, pilztötend, antiallergisch und antientzündlich wirken. Die enthaltene Mannose (Azemannan), erhöht Anzahl und Abwehrkraft von T-Helferzellen, aber auch die Aktivität der Makrophagen. (Mannose beeinflusst das Immunsystem am stärksten.)
- ASTRAGALUS GUMMIFER:** ist das Harz des Traganthbaumes. Traganth ist reich an Galaktose, Arabinose, Xylose, Fukose, Rhamnose und Galakturonsäure. Die Wirkung ist antioxidativ, entzündungshemmend, immunstärkend, Blutdrucksenkend und harntreibend. Astragalus verlängert die Überlebensrate von Patienten nach Chemotherapie und Bestrahlung.
- CORDYCEPS SINENSIS:** ein bekannter chinesischer Heilpilz, wirkt energetisierend durch Erhöhung der zellulären Sauerstoffnutzung. In China wird dieser Pilz zur Krebsbehandlung und allgemein zur Immunstärkung eingesetzt. Mondoa und Kitei berichten weiterhin über die erfolgreiche Anwendung bei erhöhten Cholesterinwerten, Bluthochdruck, Lupus, Nieren- und Lebererkrankungen (Hepatitis, Leberzirrhose), Asthma und Diabetes, sowie zur Steigerung der sportlichen und sexuellen Leistungsfähigkeit.
- CORIOLUS VERSICOLOR:** (Schmetterlingssporling) ist ein in Nordamerika und Asien heimischer Heilpilz. (In Japan wird er Kawar-ake genannt.) Aus ihm lassen sich spezielle Auszüge herstellen, die in Japan (seit den 1960er Jahren unter der Bezeichnung PSK Krestin) und in China (unter der Bezeichnung PSP) zur Krebsbehandlung eingesetzt werden. Wie Dr. Josef Pies mitteilt, ist ein Extrakt dieses Pilzes in Japan und Europa eines der meistverkauften Krebsmittel.
- FERMENTIERTE REISSTÄRKE:** (Reiskleie) enthält an Glykoproteinen in erster Linie Alpha-Glukane und Arabinoxylan. Sie steigert die Aktivität der natürlichen Killerzellen und stärkt ihre Funktion.
- GELLANGUMMI:** ist ein Vielfachzucker, der als Ballaststoff verdauungsfördernd und leicht abführend wirkt.
- LÄRCHENEXTRAKT:** wird aus dem Saft der amerikanischen Lärche gewonnen. Der Extrakt wird zur Immunstärkung eingesetzt und hat in den letzten Jahren für Aufsehen gesorgt. Die außerordentlich positiven Erfahrungen mit Lärchenextrakt werden vor allem auf den Gehalt an speziellen Glykonährstoffen zurückgeführt. So stimuliert Arabinogalaktan, (mit mindestens 90 % der Hauptbestandteil des Extraktes) die Aktivität der natürlichen Killerzellen, der Interleukine, Interferone und der TNF.

- ARABINO GALAKTAN:** ein Vielfachzucker aus Arabinose und Galaktose, wirkt darüberhinaus entzündungshemmend, antitumoral und fördert die Apoptose (Selbsterstörung) von Krebszellen, wodurch vor allem die Metastasenbildung gehemmt wird.
- MAITAKE:** gehört zu den bekanntesten asiatischen Heilpilzen. Maitake enthält Ergosterin, eine Vorstufe des Vitamin D. Seine Polysaccharide aktivieren das Immunsystem und haben eine antivirale und adaptogene (Blutdruck und Insulinspiegel harmonisierende) Wirkung. Wie alle asiatischen Pilze wird er in China bei der Krebsprävention und -behandlung eingesetzt. Ein beta-Glutan-Extrakt (MaitakeD-Fraktion) hilft, Nebenwirkungen bei Chemotherapie zu mildern oder zu vermeiden.
- NONI:** die Frucht des in der Südsee heimischen Noni-Strauches, fördert die Gesundheit auf zellulärer Ebene. Noni ermöglicht durch die Bereitstellung wichtiger Glykoproteine die körpereigene Synthese des Alkaloids Xeronin im Darm. Xeronin wiederum hält die Zellwände durchlässig sowohl für die Aufnahme von Nährstoffen in die Zelle als auch für die Entsorgung von Abbauprodukten. Laufen diese Zellfunktionen ungehindert ab, so ergibt sich daraus ein spürbarer Zuwachs an Vitalität und allgemeinem Wohlbefinden.
- OLIGOFUKTOSE:** ist ein Abkömmling des Inulin, das reichlich in Chicoree, Zwiebeln und Knoblauch vorkommt. Inulin besteht aus einem Fruktose-Mehrfachzucker, der im Körper vor allem die gesunden Darmfunktionen unterstützt, insbesondere des Dickdarms, indem es die Besiedelung mit freundlichen Bakterien fördert und so die Darmflora harmonisiert.
- REISHI:** (*Ganoderma lucidum*) wird in China seit über 4000 Jahren als „Pilz der Unsterblichkeit“ bezeichnet. Die traditionellen Beschreibungen halten erstaunlich oft auch modernen wissenschaftlichen Analysen stand. So ist erwiesen, dass die Inhaltsstoffe (Triterpene) Gedächtnis und Energiestatus günstig beeinflussen, eine positive Grundstimmung fördern und beruhigend und entspannend auf das zentrale Nervensystem wirken. Auch die immunstimulierenden Eigenschaften wurden bestätigt: Reishi aktiviert T-Zellen und die Antikörperproduktion. Wie die Autoren Mondo und Kitei berichten, wird ein bestimmter Reishi-Extrakt (LingZhi-8) in China offenbar erfolgreich bei Leukämie eingesetzt. Sie erwähnen auch die Anwendung von Reishi als Diabetesschutz und bei Allergien.
- SHIITAKE:** (*Lentinus edodes*), ein – inzwischen auch bei uns – beliebter und schmackhafter Speisepilz ähnelt in seinem gesundheitsfördernden Anwendungsspektrum seinen Vettern Maitake und Reishi. Er wird vor allem zur allgemeinen Immunstärkung und im besonderen zum Krebschutz und bei der Bekämpfung des Krebses eingesetzt. Shiitake enthält reichlich wertvolle gesundheitsfördernde Saccharide wie beta-Glukane, Glukose, Galaktose und Mannose, regt die Interferonbildung an, wirkt antiviral und ausgleichend auf den Cholesterinhaushalt.

Anzeige

Glycosid
Formula Classic

NEU!

30 Kapseln
EUR 39,90
Art-Nr. 440

Glycosid FORMULA CLASSIC
NÄHRUNGSGÄRUNGSMITTEL
30 Kapseln in 1 Kapsel · 0,44 g
Supplementa

S FreeCall 00800 - 17 17 67 17
Supplementa Mailorder
Antwortnummer 21 · NL-9670 VB Winschoten



Verlag & Herausgeber: Constantia-Verlag
Norderstraße 30
DE-26789 Leer

Redaktion: Eva Hagedorn

Erscheinungsweise: 4 mal jährlich

Jahresbezugspreis: EUR 8,-

Alle Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte vorbehalten. Mit Ausnahme der engen Grenzen, die das Urheberrechtsgesetz zulässt, bedarf jede Verwertung, insbesondere der Nachdruck – auch in Auszügen – der schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Gerichtstand und Erfüllungsort ist Leer.

Alle Beiträge dienen der Information des Lesers und sollen den eigenverantwortlichen Umgang mit Gesundheitsfragen erleichtern. Sie sind jedoch nicht als medizinische Ratschläge gemeint; bei gesundheitlichen Störungen oder Medikamenten-gebrauch sollte ärztlicher Rat gesucht werden. Eine Haftung von Verlag, Herausgeber oder Autoren ist ausgeschlossen.