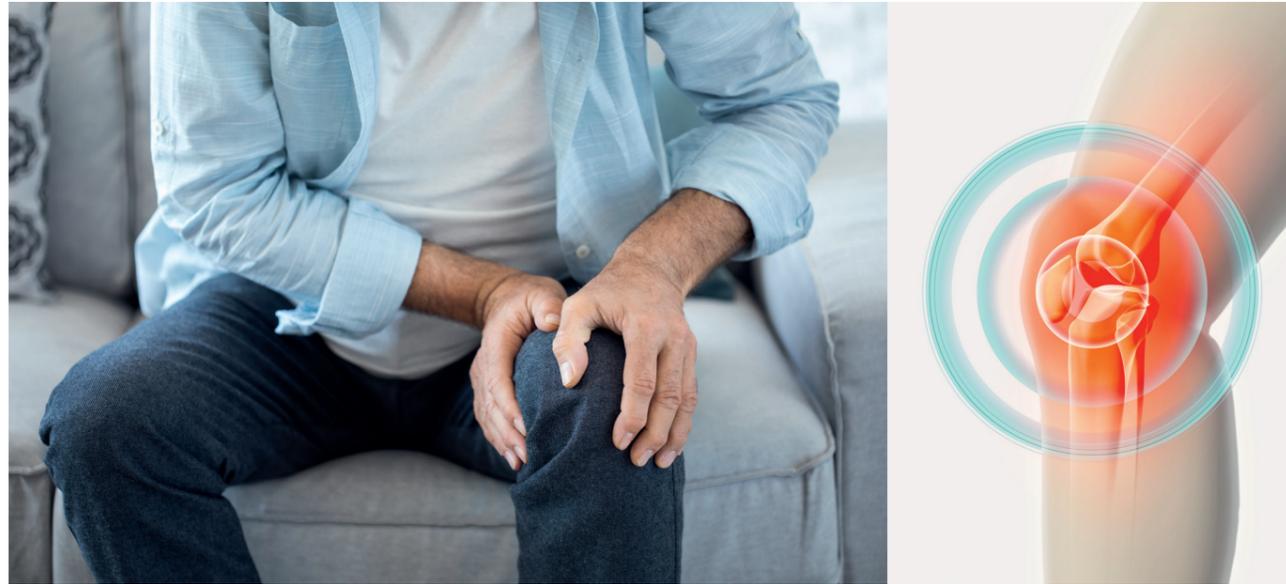


Verschleißerscheinungen erfolgreich behandeln!

Im Alter von 50 Jahren sind bei der Hälfte aller Europäer Verschleißerscheinungen an den Gelenken erkennbar. Bei den 70-jährigen steigt der Anteil sogar auf 80%. Arthrosen sind zu einer Volkskrankheit geworden. Mit zunehmendem Abnutzungsgrad steigt die Schmerzbelastung und die Beweglichkeit nimmt ab.



Arthrose kann in jedem beliebigen Gelenk auftreten, am häufigsten betroffen sind jedoch Knie-, Hüft- und Wirbelgelenke.

Die Krankheit ist einerseits eine Alterserscheinung, wird aber durch jahrelange Überbelastung gefördert. Haltungsfehler und insbesondere Übergewicht beanspruchen den Knorpel, der in den Gelenken die Knochenenden überzieht. Er verliert an Elastizität und ist einem verstärkten Abrieb ausgesetzt. In schweren Fällen werden sogar die Knochen selbst geschädigt.

Sowohl wissenschaftliche Studien als auch die Anwendung in der Praxis zeigen, dass ganz bestimmte Vitalstoffe die Gesundheit von Gelenken und Knorpel wieder herstellen können. Diese Aufbaustoffe nähren die dämpfende Knorpelmatrix der Gelenke und fördern die Regeneration der Gelenkschmiere.

Glucosamin- und Chondroitinsulfat sind die bekanntesten Gelenknährstoffe. Glucosamine ist ein wesentlicher Baustein der Proteoglycane, jener Proteine, die Wasser im Knorpelgewebe binden, damit dieses seine dämpfende Wirkung behält. Gemeinsam mit Chondroitin regt es die Bildung neuen Knorpelgewebes an, stärkt die Kollagenfasern und hält gleichzeitig die Knorpel zerstörenden Enzyme unter Kontrolle. Beide arbeiten eng zusammen, um den Knorpel gesund und leistungsfähig zu erhalten. Sie sind natürliche Bestandteile des Knorpels, werden aber im Alter leider oft nicht mehr in ausreichender Menge hergestellt. Deshalb sind wir auf die Zufuhr von außen angewiesen. Klinische Studien haben gezeigt, dass dieses kraftvolle Team in der Lage ist, das Knorpelgewebe aufzubauen und zu regenerieren, wenn es über einen längeren Zeitraum eingenommen wird.

MSM wird zur Stärkung des gesamten Bindegewebes empfohlen. Diese natürliche schwefelhaltige Verbindung hat eine Schlüsselfunktion im Aufbau von gesunden Gelenkknorpeln. Die entzündungshemmende Eigenschaft von MSM wirkt sich schmerzlindernd auf empfindliche Gelenke, Sehnen und Schleimbeutel aus.

Die Nährstoffe Glucosamine, Chondroitin und MSM sind für den Aufbau des Knorpels eine ideale Kombination. Sie regenerieren den Knorpel, dadurch verbessert sich die Beweglichkeit und die Schmerzen lassen nach. Eine Einnahme ist sinnvoll bei allen Erkrankungen, bei denen Knorpelaufbau erforderlich ist wie eben Arthrose, Arthritis, Morbus Bechterew, Sehnen- oder Sehnencheidenentzündung.

Supplementa

NEWSLETTER

IN DIESER AUSGABE:

Weihrauch-Harz
ENTZÜNDUNGSPROZESSE
MIT **WEIHRACH**
REGULIEREN

Blasenentzündung
NATÜRLICHE HILFE
DURCH DEN ANTIHAFT-
EFFEKT DER **CRANBEERE**

Für Ihre Gelenke
ARTHROSE ERFOLGREICH
BEHANDELN!

Newsletter November 2018 / Ausgabe 11



Mit freundlicher Genehmigung von www.OMundErnaehrung.com

Entzündungsprozesse mit Weihrauch regulieren

Weihrauch-Harz nimmt als Langzeittherapeutikum in der Integrativen Medizin einen besonderen Stellenwert ein. Anwendung findet das wertvolle Harz bei allen chronisch-entzündlichen Krankheiten und bei Krebserkrankungen. Die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten lassen den Weihrauch vorerst wie ein Allheilmittel, welches immer und überall wirkt, erscheinen. Betrachtet man jedoch die Wirkmechanismen auf biochemischer und immunologischer Ebene, stechen die regulativen Elemente hervor und die Zusammenhänge zum Einsatz von Weihrauch in der aufgeführten Tabelle werden verständlich. Wird das richtige Weihrauch-Harz in der richtigen Dosierung eingenommen, so haben die vielen regulativen Prozesse im Körper eine Chance, die Balance wieder herzustellen.

Entzündung und Tumorstadium

Allen sogenannten Zivilisationserkrankungen liegen chronische Entzündungsprozesse zugrunde. Der immunologische Zusammenhang von anhaltenden Infektionen und chronisch-entzündlichen Erkrankungen mit

der Krebsentstehung ist ebenfalls bekannt. Wenn mit der Einnahme von Weihrauch-Harz diese Prozesse relativ beeinflusst werden können, bleibt dem behandelnden Arzt oder Heilpraktiker Zeit, sein Therapiekonzept auszubauen. Gleichzeitig kann bei Besserung der Beschwerden die Dosierung von NSAR (nicht-steroidale Antirheumatika), Kortison oder anderen Arzneimitteln herabgesetzt werden. Diese Aussicht findet beim Patienten grundsätzlich grossen Zuspruch, weil vielen die unerwünschten Nebenwirkungen der erwähnten Basismedikation bekannt sind.



Bestimmte Boswelliasäuren hemmen die 5-Lipoxygenase und regulieren damit den Teil der Entzündungskaskade, der über die Leukotriene vermittelt wird. Letztere bilden wie Prostaglandine oder Thromboxane eine Gruppe von körpereigenen Botenstoffen, die Entzündungsreaktionen im Körper vermitteln und aufrechterhalten. Für alle immunologischen Geschehen im Organismus

Schwung • Energie • Lebensfreude



Supplementa
Original amerikanische Nahrungsergänzung
Papierbaan 50a
NL-9672 BH Winschoten

Telefon: 00800 - 17 17 67 17 (gebührenfrei)
Telefax: 00800 - 17 17 67 18 (gebührenfrei)
www.supplementa.com
info@supplementa.com

Mehr Informationen unter www.supplementa.com/newsletter Wissenswertes unter www.nwzg.de

Mehr Informationen unter www.supplementa.com/newsletter

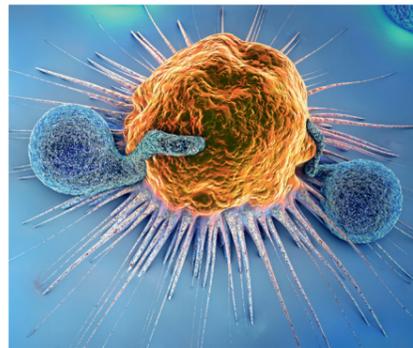
Wissenswertes unter www.nwzg.de

ist ihre Funktion essentiell. Da die Boswelliasäuren hauptsächlich bestimmte Leukotriene regulieren, bleiben die Abläufe der Prostaglandine weitgehend unberührt. Das bedeutet, dass unerwünschte Nebenwirkungen, ausgelöst durch andauernde Blockaden einiger Prostaglandine, ausbleiben. Auch bei Langzeiteinnahme ist das pure Weihrauch-Harz ohne weitere Zusätze sehr gut verträglich.

Bei einigen Patienten mit soliden Tumoren, die längere Zeit Weihrauch-Harz in höheren Dosierungen eingenommen hatten, wurde eine Reduktion der Wachstumsgeschwindigkeit der entarteten Zellen festgestellt.

Dieser Effekt konnte bei zahlreichen Zellkulturen gezeigt werden und in Tiermodellen belegt werden. Die zentrale Enzymgruppe, welche hierbei reguliert wird, gehört zu den Topoisomerasen. Das sind Enzyme, die den typologischen Zustand der DNS als Erbinformationsträger kontrollieren und modifizieren. Diese Funktionen spielen bei lebenswichtigen molekularen Prozessen wie Replikation, Transkription, Reparatur und Rekombination eine große Rolle. Sehr schnell proliferierende Zellen weisen hohe Konzentrationen an Topoisomerasen auf. Wird ihre Aktivität durch die Boswelliasäuren herab reguliert, findet eine Reduktion der Wachstumsgeschwindigkeit statt. Das Immunsystem erhält Zeit, um adäquat reagieren zu können. Die Apoptose kann induziert und die Differenzierung von Zellen angeregt werden.

Bestimmte Boswelliasäuren beeinflussen nicht nur die Regulation der Leukotriene und die Aktivität der Topoisomerasen, sondern auch weitere immunologische Geschehen. Die besagten Boswelliasäuren hemmen die Leukozyten-Elastase und haben somit Aus-



Anwendung von Weihrauch-Harz

- **Krebserkrankungen:** Glioblastom, Astrozytom, andere Hirntumore, Mama CA, gynäkologische Tumore, Prostata CA, Pankreas CA, Leber CA u. a.
- **Rheumatischer Formenkreis:** Arthritis, Arthrose, Polymyalgie, Morbus Bechterew, Fibromyalgie u. a.
- **Autoimmun-Erkrankungen:** Multiple Sklerose, Morbus Chron, Colitis ulcerosa u. a.
- **Allergische Erkrankungen:** Neurodermitis, Psoriasis, Heuschnupfen, Lebensmittelunverträglichkeiten u. a.
- **Neurologie/Psychiatrie/ZNS:** Alzheimer, Parkinson, ADS, depressive Verstimmungen u. a.
- **Infektionserkrankungen:** Borreliose, Pfeiffer'sches Drüsenfieber, HIV, Parasiten u. a.
- **Hormonelle Störungen:** PMS, Zyklus-Unregelmäßigkeiten, unerfüllter Kinderwunsch, Beschwerden der Menopause u. a.
- **Chronisch-Entzündliche Erkrankungen:** Unbekannte Genese, Fatigue Syndrom, anhaltende Stresszustände

wirkungen auf die Metastasierung von Tumorzellen. Zusätzlich werden die Serinproteasen Elastin und Plasmin gehemmt. Das hat Auswirkungen auf die Regulation des Komplementsystems, welches für die unspezifische Immunantwort verantwortlich ist. Damit ist die Verbindung zur Phagozytose, Lyse und Aktivierung immunkompetenter Zellen hergestellt. Im weitesten Sinne sind der kausale Zusammenhang und die Ratio für den Einsatz von Weihrauch-Harz bei Allergien, Autoimmunerkrankungen und z. B. Organtransplantationen begründet. Auch eine Sekundärprophylaxe mit Weihrauch-Harz nach erfolgreicher OP eines Tumors macht Sinn.

Gleichgewicht der körperlichen Prozesse

Ist ein Mensch erkrankt, dann bedeutet das auf biochemischer und immunologischer Ebene, dass die Systeme massive Schwierigkeiten haben, die Selbstregulation aufrecht zu erhalten. Dieser innere Kampf, um das Gleichgewicht wieder herzustellen, hält in einem fitten Organismus generell kurze

Zeit an. Gesundheit bedeutet nicht Abwesenheit von Krankheit, sondern die Fähigkeit, vorübergehende Herausforderungen eigenständig regulieren zu können. Hält der Regulationsversuch zu lange an, können die immunologischen Prozesse außer Kontrolle geraten und Abwehrprozesse können chronischen Charakter einnehmen. Manchmal wird dieses durch persistierende Erreger bedingt (z. B. Helicobacter pylori, Epstein Barr Virus oder Hepatitis B+C-Viren). Manchmal stehen jedoch Endotoxine (Mitochondriopathien) und die Unfähigkeit, Schadstoffe zu eliminieren im Vordergrund. In solchen Situationen werden nicht mehr ausschließlich schädliche Erreger angegriffen, sondern zunehmend auch eigene Körperzellen. Diese Entwicklung kann zur Manifestation einer chronisch-entzündlichen Erkrankung führen. Das trifft z. B. für neurodegenerative Erkrankungen, Autoimmunerkrankungen oder auch rheumatische Erkrankungen zu. Der Stoffwechsel in der intrazellulären Matrix ist gestört und das Risiko für eine Entartung von Körperzellen ist deutlich erhöht. Bei den aufgeführten Gegebenheiten findet die regulative Wirkung des Weihrauch-Harzes ihren vollen Einsatz und begründet die vielseitige Anwendung.

Dosierung und Einnahmedauer

Zahlreiche Rückmeldungen von Patienten und Fallberichte von Ärzten sowie Heilpraktikern zeigen die Vorteile einer Langzeittherapie mit Weihrauch-Harz. Generell wird das wertvolle Harz komplementär zur schulmedizinischen Basistherapie eingenommen. Nach deutlicher Besserung der Symptomatik und Rücksprachen mit dem Arzt kann der Patient beginnen, z. B. Schmerzmittel oder Kortison sukzessiv zu reduzieren. Oftmals wird eine niedrige Erhaltungsdosis dieser Arzneimittel erreicht oder diese können ganz ausgeschlossen werden. Langjährige Erfahrungen haben gezeigt, dass die Anfangsdosierung hoch sein sollte, damit der Therapieerfolg in den ersten 8 Wochen ersichtlich wird. Je nach Beschwerdebild kann anschließend die Einnahmemenge des Weihrauch-Harzes langsam reduziert werden, bis eine individuelle Erhaltungsdosis gefunden wird. Nur bei onkologischen Patienten wird die hohe Anfangsdosis beibehalten bis mindestens 2 Kontrolluntersuchungen ohne Befund ausfallen.

Ein reines Weihrauch-Harz-Produkt ist generell einem Extrakt vorzuziehen, weil im unveränderten Harz alle Inhaltsstoffe enthalten sind, die synergistisch zur Gesamtwirkung beitragen. Boswellia serrata ist die bisher bekannteste Weihrauch-Art, die für therapeutische Zwecke eingesetzt wird. Sie gehört zu den indischen Weihrauch-Arten und nimmt in der Ayurvedischen Medizin einen wichtigen Platz ein. Zunehmend erlangt jedoch eines der afrikanischen Weihrauch-Arten, Boswellia carterii, immer mehr Zuspruch. Beide weisen höhere Konzentrationen an den wirkaktiven Boswelliasäuren auf.

Fazit
Zusammenfassend ist festzustellen, dass Weihrauch-Harz als wichtiges, regulatives Phytotherapeutikum in der integrativen Medizin seine volle Berechtigung findet. Eingesetzt als Langzeittherapeutikum kann es besonders bei chronisch-entzündlichen Erkrankungen und in der Tumorthherapie seinen Beitrag leisten.

➔ Mehr Wissenswertes über Weihrauch:
www.supplementa.com/weihrauch

Blasenentzündung: Natürliche Hilfe durch den „Antihaft-Effekt“ der Cranbeere

Für die Behandlung einer Blasenentzündung (Zystitis) gibt es eine natürliche Alternative: die amerikanische Cranbeere. Die Cranbeere (verwandt mit unserer Heidelbeere) wirkt vor allem bei chronischen, immer wiederkehrenden Blasenentzündungen.

Besonders in der kalten Jahreszeit leiden vor allem Frauen an diesen unangenehmen Beschwerden, die dann häufig mit Antibiotika behandelt werden. Eindeutige Zeichen sind vermehrter Harndrang und schmerzhaftes Brennen beim Wasserlassen. Gelegentlich findet sich auch Blut im Urin. Einmal an einer Zystitis erkrankt, kann das Geschehen schnell chronisch und somit zu einer dauernden Belastung werden. Chronische Infektionen belasten den Körper und fördern somit die Anfälligkeit für weitere Erkrankungen.

Der Auslöser für die Infektion der Harnwege ist in 80 bis 90 Prozent der Fälle das Bakterium Escherichia coli (E. coli), ein Bakterienstamm, der in erster Linie im Darm vorkommt. Die angebotene Therapie der meisten Ärzte der Behandlung dieser Erkrankung ist ein Antibiotikum. Dies kann sich auf Dauer und bei immer wiederkehrenden Infektionen als sehr problematisch erweisen, denn die E. coli-Bakterien werden in zunehmendem Maße resistent gegen Antibiotika. Eine Untersuchung der Paul-Ehrlich-Gesellschaft im Jahr 2004 hat diese Resistenz bei der Hälfte der E. coli-Bakterien nachgewiesen. Eine ganz neue Dimension dieses Problems hat im übrigen folgende aktuelle Studie zutage gefördert (die nicht die einzige zu diesem Thema ist):

Die Studie der „George Washington-Universität“ hat eine Verbindung zwischen dem Konsum von Hühner- bzw. Puten-Fleisch und dem Auftreten von Harnwegsinfektionen herstellen können(*). Es hat sich gezeigt, dass ein ganz bestimmter Stamm der E.coli-Bakterien, das sogenannte E.coli ST131-Bakterium, durch das Essen des Fleisches in unseren Körper gelangt und

über den Weg der Blaseninfektion weitere schwere Infektionen auslösen kann. Da dies ein multiresistenter Keim ist, ist er besonders schwer zu behandeln. Die Entwicklung dieser Keime hat mit dem übermäßigen Einsatz von Antibiotika während der Aufzucht von Hühnern/Puten zu tun. Diese Erkenntnis kann ein Grund mehr sein, auf das Essen von (Hühner-)Fleisch gänzlich zu verzichten.

Die wirkungsvolle, alternative Behandlung einer Blasenentzündung ohne Antibiotika ist die konzentrierte Einnahme der Cranbeere. In den USA haben „Cranberries“ bereits einen legendären Ruf wegen ihrer antibakteriellen Wirkung, die sich durch eine ganz spezielle Eigenschaft entfaltet: den „Antihaft-Effekt“. Denn krankmachende Bakterien „hängen“ sich mit Hilfe von Haken oder Fäden an die Blaseschleimhaut und vermehren sich dort wie in einem Brutkasten. Die Cranbeere aber enthält Stoffe (sogenannte Proanthocyanidine), die verhindern, dass Bakterien wie E. coli an den Wänden von Blase und Harnröhre haften. Die Bakterien werden dann mit dem Urin ausgeschieden. Rechtzeitig angewandt (möglichst vorbeugend) wird dadurch nicht nur die Blasenentzündung sondern auch die Anwendung von Antibiotika vermieden.

Eine effektive begleitende Maßnahme zur Vorbeugung wie auch zur Behandlung der Blasenentzündung ist die Versorgung mit probiotischen Kulturen. Insbesondere Lactobacillus- und Bifidobacterium-Stämme fördern die Dominanz der natürlich vorhandenen urogenitalen sowie vaginalen Mikrobiota, unterstützen einen gesunden sauren vaginalen pH-Wert und wirken der Besiedelung schädlicher Hefen wie Candida und Bakterien wie Escherichia coli entgegen.

(*). George Washington University: „E.coli strain from retail poultry may cause urinary tract infections in people.“ ScienceDaily, 28. August 2018