

Natürliche Immunregulation mit Polyphenolen

Die körpereigene Abwehr stärken, ohne das Immunsystem anzuregen



Farbintensive Pflanzen wie z. B. der Granatapfel und die Heidelbeere besitzen einen besonders hohen Polyphenol-Gehalt. Polyphenole sind sekundäre Pflanzenstoffe, die in Pflanzen als bioaktive Substanzen wie Farbstoffe (Flavonoide, Anthocyane), Geschmacksstoffe und Gerbsäuren (Tannine) vorkommen.

Neben ihrer antioxidativen Wirkung besitzen die Polyphenole eine weitere herausragende Funktion: sie veranlassen unseren Zellkern, die DNA, bestimmte Programme zu aktivieren, die unter anderem die Entgiftungsleistung verstärken und unsere eigenen antioxidativen Stoffwechselprozesse fördern. Hierdurch werden die Zellen und ihre inneren Strukturen vor aggressiven Molekülen geschützt. Polyphenole werden daher auch als Signalstoffe bezeichnet.

Was genau sind Signalstoffe?

Die Genforschung (Epigenetik), eine relativ junge Wissenschaft, räumt mit alten Vorstellungen auf: Gene sind nicht starr, sondern ein Leben lang formbar. Das An- und Abschalten der Genaktivität durch von außen kommende Signale wird in der Fach-

sprache als Genregulation bezeichnet. Wir selber können unsere Gene durch unseren Lebensstil, etwa die Ernährung, aktivieren oder deaktivieren. Nährstoffe haben für unsere Gene Signalwirkung. Der epigenetische Einsatz von Nährstoffen wie pflanzlichen Signalstoffen (Polyphenolen) aber auch Vitaminen und Mineralstoffen hat das Ziel, eine genetische Stabilisierung zu bewirken, also unsere Genaktivität zu normalisieren.

Epigenetische Veränderungen können durch chemische, physikalische, biologische und auch psychische Faktoren eingeleitet werden.

Da alle epigenetischen Mutationen reversibel sind, sind sie Zielstrukturen für Nährstofftherapien. Nährstoffe können also Zellen veranlassen, wieder normal zu reagieren.

So wurde die zellschützende und krebshemmende Wirkweise der Polyphenole in einer Reihe wissenschaftlicher Untersuchungen nachgewiesen. Insbesondere wurde ein gehemmtes Wachstum von Krebszellen in der Brustdrüse, Lunge, Haut, dem Darm und der Prostata beobachtet (Lansky 2007).

Polyphenole unterstützen das Immunsystem, ohne es anzuregen

Jede Polyphenolart wirkt unterschiedlich stark auf verschiedene Bereiche des Körpers. Die gesundheitsfördernden Eigenschaften der Polyphenole werden verstärkt, wenn ausreichend unterschiedliche Polyphenolarten aufgenommen werden, die sich in ihrer Wirkweise synergistisch ergänzen.

Dabei bewirken Polyphenole nicht eine gezielte Immunstärkung, sondern es geht um eine Immunmodulation (= Beeinflussung des Immunsystems), in deren Verlauf eine natürliche Immunreaktion unterstützt wird.

Mischungen mit Polyphenolen aus z. B. Granatapfel, Grünem Tee, Heidelbeeren und Trauben stellen damit auch eine Empfehlung für Menschen dar, die von einer Autoimmunerkrankung betroffen sind.

Nachweislich stärken Polyphenole bereits nach kurzer Einnahmedauer den Gesamt-Antioxidantien-Status und fördern die körpereigenen antioxidativen Schutzsysteme gegenüber entzündlichen, viralen und bakteriellen Einflüssen.

Supplementa

NEWSLETTER

IN DIESER AUSGABE:

Gehirnleistung steigern und erhalten
JUGENDLICHE ENERGIE BIS INS HOHE ALTER

Mehr Energie und Lebensfreude
TRADITIONELLES LEBER-TONIKUM MARIENDISTEL: REINIGEN, REGENERIEREN, BELEBEN

Polyphenole
KÖRPEREIGENE SCHUTZ-SYSTEME NATÜRLICH MOBILISIEREN

Newsletter Dezember 2019 / Ausgabe 1



Gezielte Zellverjüngung für Gehirn- und Nervenfunktion

Wir werden immer älter. In Deutschland liegt die durchschnittliche Lebenserwartung für Frauen inzwischen bei über 80, für Männer bei über 74 Jahren. Das ist schön, solange wir im Alter noch fit und gesund sind und unser Leben genießen können. Wie aber können wir geistig und körperlich fit bleiben, nicht nur bis in unsere 60er Jahre sondern auch noch darüber hinaus?

Warum verlieren wir überhaupt mit zunehmendem Alter unseren jugendlichen Elan und werden anfälliger für Krankheiten? Je mehr wir über die Mechanismen, die uns altern lassen, erfahren, desto näher kommen wir potenziellen Lösungen, die uns ein agiles, gutes Leben bis ins hohe Alter hinein erlauben.

Einer, der sich seit einem halben Jahrhundert mit dem Thema Zellschädigung, den Mechanismen des Alterns und den Möglichkeiten, Alterungsprozesse zu verzögern, beschäftigt hat, ist der renommierte Zellbiologe Prof. Dr. Bruce Nathan Ames.

Anfang 2002 überraschte Prof. Dr. Ames und sein Team die wissenschaftliche Welt mit einer neuen Entdeckung: Versuche mit Ratten hatten gezeigt, dass die Kombination der beiden natürlichen Nährstoffe Acetyl-L-Carnitin und Alpha-Liponsäure den Alterungsprozess aufhalten konnte. Innerhalb standardisierter Versuchsreihen zur Bioverfügbarkeit unterschiedlichster Substanzen hatten Zellbiologen an der berühmten



University of California unter anderem die Wirkstoffe Acetyl-L-Carnitin und Alpha-Liponsäure an Ratten verfüttert. Während die Wirkstoffe jeder für sich auf die Versuchstiere keine sichtbare Wirkung ausübten, zeigte eine mehr oder weniger zufällig gefundene Kombination beider Substanzen jedoch geradezu unglaubliche Resultate.

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

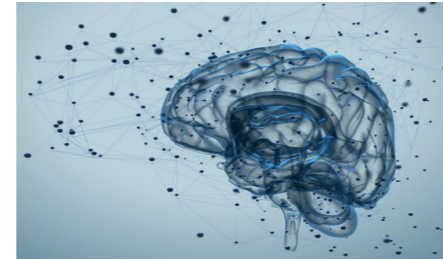
„Mit diesen beiden Nährstoffen sprangen die alten Ratten auf und tanzten den Macarena ... Das Gehirn sieht besser aus, sie (die Ratten) sind voller Energie. Alles von uns studierte gleicht mehr einem Jungtier,“ schilderte Prof. Dr. Ames die überraschende Wirkung.

Die eigentlich am Ende ihres Lebenszyklus stehenden, altersgeschädigten Ratten verhielten sich, wenn sie mit Acetyl-L-Carnitin und Alpha-Liponsäure gefüttert wurden, bereits nach einem Monat deutlich agiler. Im Fortgang der Versuche reagierten sie

schließlich sogar wieder wie junge und kräftige Artgenossen. Sowohl in Gedächtnis- wie in Leistungstests zeigten sie die Resultate junger Tiere, legten auch prompt wieder das starke Paarungsverhalten junger Tiere an den Tag und lebten wesentlich länger. Die gegen die Versuchsgruppen laufenden Kontrollgruppen zeigten die Wirkung dagegen nicht und starben innerhalb der erwarteten Zeiträume.

Die Kombination der beiden Nährstoffe Acetyl-L-Carnitin und Alpha-Liponsäure konnte also den alten Ratten wieder den Elan von

Jungtieren geben und eine Regeneration der Zellen in Gang setzen. Wenn man sich die Wirkmechanismen dieser beiden außergewöhnlichen Substanzen anschaut, ist das auch nicht weiter verwunderlich.



Acetyl-L-Carnitin

Acetyl-L-Carnitin spielt aufgrund seiner Fähigkeit zur Regeneration der Nervenzellen eine besonders wichtige Rolle. Dazu ist es in der Lage, den zellulären Energiestoffwechsel zu erhöhen. Am stärksten ist Acetyl-L-Carnitin in den Gehirnzellen vertreten, wo es die funktionellen Leistungen des Gehirns steigert, die Reizübertragung durch Nervenbotenstoffe verbessert und die Zellenergie und Wachheit erhöht.

Acetyl-L-Carnitin ist auch am Transport der Fettsäuren in die Mitochondrien und der dortigen Energiegewinnung beteiligt. Acetyl-L-Carnitin steuert damit akuten Energie-defiziten entgegen, z. B. in den Zellen des Gehirns, des Herzmuskels, den peripheren Nerven und anderen Organen, die mit steigendem Alter regelmäßiger auftreten können.



Durch den erhöhten Energiestoffwechsel in den Gehirnzellen werden altersbedingte neurodegenerative Prozesse vermindert.

... und Alpha-Liponsäure

Alpha-Liponsäure spielt eine herausragende Rolle bei der Energiegewinnung in den Mitochondrien und als starkes Antioxidans in jeder Körperzelle. Zum einen vermag sie Nahrungszucker in Energie umzuformen. Zum anderen ist die Alpha-Liponsäure ein körpereigener Stoff, der durch die Mitochondrien in ein wirkungsvolles Antioxidans transformiert wird, sofern genügend davon im Körper vorhanden ist.

Von allen nennenswerten Antioxidantien besitzt nur die Alpha-Liponsäure die Fähigkeit, sowohl in wasserlöslicher als auch in fettlöslicher Umgebung zu wirken. So kann Alpha-Liponsäure Freie Radikale (Oxidantien) in Fettgeweben (z. B. Nervensystem) sowie in Geweben, die hauptsächlich aus Wasser bestehen (z. B. Herz) ausmerzen.

Ebenso bedingt durch diese Eigenschaft überwindet die Alpha-Liponsäure die Blut-Hirn-Schranke. Diese Fähigkeit ermöglicht zusätzlich eine schützende Wirkung vor neurologischen und kognitiven Erkrankungen wie Alzheimer.

Das Altern, das mit einem progressiven Abfall der Mitochondrien-Funktion zu tun

hat, ist ein unvermeidbarer biologischer Prozess. Die steigende Oxidantien-Bildung verursacht irreparable Schäden an Lipiden,

Proteinen und der mitochondrialen DNA. Diesen Schäden vermag die Alpha-Liponsäure entgegen zu wirken und gleichzeitig die Energieproduktion auf gehobenem Niveau zu halten. Damit werden für unseren Körper schädliche Prozesse verlangsamt und Alterungsvorgänge, die am Ende zu Erkrankungen führen, verzögert.

Als „neuroprotektive“ Substanz kann Alpha-Liponsäure die Nervenleitgeschwindigkeit und die Nährstoffversorgung der Nerven erhöhen und Nervenschmerzen nachweislich reduzieren. Aufgrund ihres Schutzpotentials wird die Alpha-Liponsäure bei Erkrankungen, die mit Nervenschädigungen einhergehen wie z. B. Diabetes mellitus und Demenz, empfohlen.

Laut Prof. Dr. Ames zeigen die beiden Stoffe nur in Kombination ihre verjüngende Wirkung auf die Zellen, besonders im Gehirn. Während Acetyl-L-Carnitin die Proteine schützt und optimal funktionieren lässt, macht Alpha-Liponsäure den freien Radikalen den Garaus. „Jeder Stoff löst ein anderes Problem - und zusammen wirken die beiden besser als für sich allein“.

Überträgt man den Erfolg der „verjüngten“ Ratten auf Menschen, entspräche das einem 75- bis 80-jährigen, der wieder so fit wie ein Mensch in seinen mittleren Jahren wäre.

Dem Alterungsprozess Einhalt zu gebieten, bleibt mit diesen beiden Substanzen kein Wunschtraum mehr.

Mariendistel: Regeneration für die Leber

Den Satz: „Was ist Dir denn über die Leber gelaufen?“ kennt fast jeder. Und tatsächlich kann eine schlechte Stimmung durch eine gestörte Leberfunktion hervorgerufen werden. Aber welche Vielzahl an höchst wichtigen Aufgaben täglich von der Leber erfüllt werden – beispielsweise die Entgiftung des Blutes, die Produktion von Eiweißstoffen und die Kontrolle des Stoffwechsels – ist möglicherweise nicht jedem bewusst.

Viele Störungen können ein ernstes Warnzeichen dafür sein, dass die Leber nicht mehr richtig arbeiten kann. Hierzu gehören Erschöpfung, Kopfschmerz, Allergien, Verstopfung (!), Hautkrankheiten und vieles mehr. Sendet der Körper diese Signale aus, sollten die Leberwerte überprüft werden. Rechtzeitiges Handeln ist deshalb so wichtig, weil die Folgen einer stark geschädigten Leber von der berühmten Fettleber bis hin zu schweren Depressionen oder – in akuten Fällen – zu einem tödlichen Leberversagen führen können.



Eine Reinigung und Entgiftung der Leber kann die Gesundheit auf eine ganz neue Grundlage stellen und sollte daher von jedem mindestens einmal im Jahr durchgeführt werden. Was für ein Glück, dass uns die Natur Stoffe wie das Silymarin der Mariendistel schenkt, durch welches sich ein so lebenswichtiges Organ wie die Leber regenerieren und neu beleben kann.

Die Leber und ihre Funktion als Entgiftungsorgan

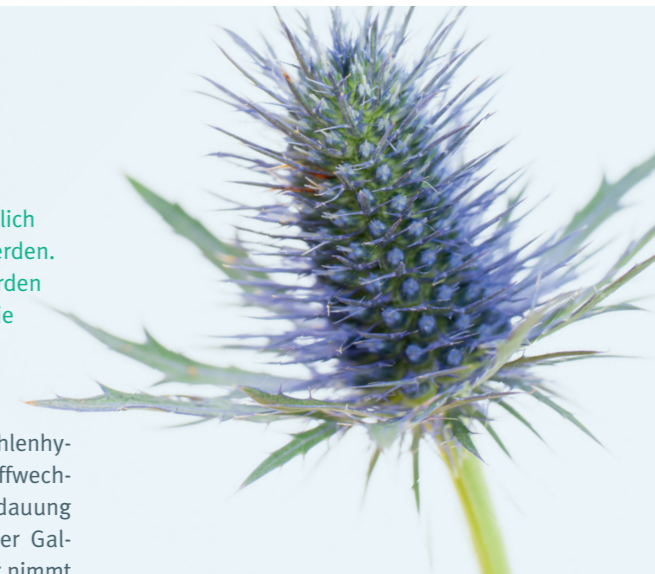
Die Leber liegt im Oberbauch unterhalb des rechten Rippenbogens und ist mit rund 1.500 Gramm das größte und schwerste innere Organ des menschlichen Körpers.

Sie ist besonders wichtig für den Kohlenhydrat-, Fett-, Eiweiß- und Hormonstoffwechsel und produziert die für die Fettverdauung wichtige Gallenflüssigkeit, die in der Gallenblase gespeichert wird. Die Leber nimmt zudem Schadstoffe aus dem Blut auf und wandelt sie zu Abbauprodukten um. Sie erfüllt damit eine wichtige Entgiftungsfunktion. Doch durch übermäßiges und fettes Essen sowie übermäßigen Alkoholkonsum wird der Leber sehr viel zugemutet. Einen zusätzlich schädlichen Einfluss haben Umweltbelastungen und Medikamente.

Wenn die Leber nicht richtig arbeitet und wegen der toxischen Überbelastung träge ist, sammeln sich Toxine an und verursachen Entzündung und oxidative Belastung, so dass der Körper der Zerstörung von Zellen durch Freie Radikale ausgesetzt ist. Toxine enden nach ihrer Zirkulation schließlich als Ablagerung im Fettgewebe und auch in den Zellen des Gehirns und des Zentralnervensystems. Die langsame Abgabe dieser Toxine in den Blutstrom ist ein Hauptfaktor bei der Entstehung von chronischen Krankheiten.

Wer braucht eine Leberreinigung?

Jeder muss seine Leber regelmäßig reinigen – entweder zur Vorbeugung oder zur Wiederherstellung – weil eine chronische Krankheit häufig mit der toxischen Überbelastung der Leber beginnt. Eine jährliche oder halbjährliche Leberreinigung bewirkt viel, um die gute Gesundheit aufrechtzuerhalten oder wiederzugewinnen. Die Verdienste der Mariendistel in dieser Hinsicht haben sich durch ihre lange Tradition schon längst bestätigt.



Silymarin – Inhaltsstoffe der Mariendistel schützen die Leberzellen

Die samenartigen Früchte der Mariendistel enthalten als Hauptwirkstoff Silymarin. Silymarin ist in Wahrheit ein Substanzgemisch bestehend aus Silybinin, Isosilybinin, Silychristin und Silidianin. Dieses „Substanzgemisch“ kann die Leber vor schädigenden Einflüssen schützen und auch die Regeneration der Leber fördern: Silymarin stabilisiert die Zellmembran, sodass Zellgifte nicht in die Leberzelle gelangen. Zudem reagiert der Stoff mit Freien Radikalen, macht sie damit unschädlich und beschleunigt darüber hinaus die Eiweißsynthese in der Leberzelle. Silymarin eignet sich daher zur Vorbeugung gegen toxische Leberschäden (z. B. durch Umweltgifte, Medikamente und Alkohol) und zur unterstützenden Behandlung chronisch-entzündlicher Lebererkrankungen wie Leberentzündungen, NAFLD (nichtalkoholische Fettleber), Fettleber oder Leberzirrhose.

