

# ALLERGIESTOPP WACHTELEIER: DIE EINNAHME IST JETZT WIEDER AKTUELL!

*Wer an Heuschnupfen leidet, weiß, wie quälend die Symptome sind: Heftige Niesattacken, eine laufende Nase, tränende Augen, schwellende Schleimhäute und starker Juckreiz in Nase, Augen und Rachen, brennende oder entzündete Augen sind die noch eher harmlosen.*

Denn viele Betroffene werden zudem von Migräne, ständiger Müdigkeit, Schwellungen im Gesicht oder Quaddeln auf der Haut geplagt. Bei rund einem Drittel der Pollenallergiker kommt es zum gefürchteten „Etagenwechsel“: Die Abwehrreaktion breitet sich von oben in die unteren Atemwege aus, wechselt also von Nase und Rachen in die Bronchien, wo sie zu allergischen Asthma führt.

Es ist eine bekannte Tatsache, dass praktisch alle Patienten, die an Allergien leiden, eine charakteristische Zunahme in der körpereigenen Produktion von Immunglobulin des Typs IgE aufweisen. Auch die Bildung von Histamin ist 3 – 10 mal höher als bei Nicht-Allergikern.

**Wachteleier regulieren die Immunreaktion.** Die in Wachteleiern vorhandenen Aktivstoffe (Glycoproteine) verhindern die übermäßige Produktion von IgE und damit die vermehrte Ausschüttung von Histamin. Statt starker Immunreaktion, die die unangenehmen allergischen Reaktionen auslöst, tritt eine Desensibilisierung der Zellen ein, die das Auftreten der allergischen Reaktionen verhindert.

Die Wirkung tritt häufig bereits wenige Wochen nach Beginn der Einnahme ein. Klinische Studien und praktische persönliche Erfahrungen mit Wachteleiern haben in über 90% der Fälle eine spür-

lenallergie **wenigstens 3 – 4 Wochen vor dem Beginn der Pollensaison** zu beginnen. Ähnliches gilt natürlich für andere saisonal auftretende Allergien. Vor der akuten Risiko-Periode sollte ein



bare Linderung bis komplette Heilung ergeben. Man sollte die körpereigene Immunreaktion in der beschriebenen Weise regulieren bevor die individuellen Symptome auftreten. Es ist deshalb anzuraten, die Behandlung bei einer Pol-

hoher Grad an Immunität und Widerstandskraft aufgebaut werden. Auch bei Lebensmittelunverträglichkeiten/Allergien kann die Histamin senkende Wirkung von Wachteleier-Kapseln außergewöhnlich hilfreich sein.



Kontakt  
Supplementa

• Supplementa  
• Original amerikanische Nahrungsergänzung  
• Kloosterlaan 7a  
• NL-9675 JL Winschoten

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



## Ihr Supplementa NEWSLETTER

→ **ENTSCHLACKEN:**  
Frühjahrskur für das  
Lymphsystem\_03

→ **WACHTELEIER:**  
natürlich unbeschwert  
durch die Pollenzeit\_04



## VIELSEITIG UND STARK: **ALPHA-LIPONSÄURE**

*Der Einsatz von Antioxidantien zur Vorbeugung vieler Zivilisationskrankheiten wird in Zukunft eine immer größere Rolle spielen. So ist z.B. der Fortschritt bei der Krebs-Immuntherapie nach Einschätzung des Fachmagazins „Science“ die wissenschaftliche Top-Entdeckung des Jahres 2013. Die Strategie, an der seit Jahrzehnten geforscht wird, habe in diesem Jahr endlich ihr volles Potential gezeigt, begründen die Herausgeber ihre Entscheidung. „Ein neues Kapitel der Krebsforschung und -behandlung hat begonnen.“ Bei der Krebs-Immuntherapie steht nicht der Tumor im Vordergrund, sondern das Immunsystem. Die Methode soll Immunzellen statt eines Skalpells dazu bringen, den Krebs zu bekämpfen.*

Den eigenen Körper gezielt stärken mit bestimmten Nährstoffen ist Ansatz der orthomolekularen Therapie. Die Erkenntnisse über die Wirkung von Alpha-Liponsäure als Nährstoff sind nicht neu, aber ihre weit reichende Bedeutung für unsere Gesundheit sollte man sich im Zusammenhang mit Vorbeugung und Vermeidung von Krankheiten immer wieder ins Bewusstsein bringen.

Wie wir wissen sind Freie Radikale nicht nur für das Altern zuständig, sondern haben ihren Anteil an sehr vielen, teilweise tödlichen Erkrankungen, darunter Arteriosklerose, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall, Krebs, Arthritis, Diabetes, Alzheimer, Entzündungen uva. Alpha-Liponsäure beschützt uns gegen diese zerstörerischen Freien Radikale (Oxidantien) wie kaum

ein anderes Antioxidans. Dabei macht es folgende Eigenschaft so einzigartig:

Unser Körper besteht aus wässrigen und fettigen Gewebeformen. Im Gegensatz zu anderen Antioxidantien (Vitamin C ist beispielsweise wasserlöslich und fungiert als Beschützer der wässrigen Gewebeformen, Vitamin E dagegen ist fettlöslich >>Fortsetzung Seite 02 >>

>> Fortsetzung von Seite 01 >>

und schützt die fettigen Gewebearten im Körper) vermag Alpha-Liponsäure die Zellen von sowohl wässrigen als auch fettigem Gewebe zu durchdringen und vor gefährlichen Angriffen sogenannter Freier Radikale zu schützen. Somit dient sie alle Gewebeformen unseres Körpers,

weswegen Alpha-Liponsäure auch oft als das „universelle Antioxidans“ bezeichnet wird.

Aufgrund ihrer geringen Molekulargröße kann sie im Gegensatz zu den meisten anderen Antioxidantien die Blut-Gehirn-

Schranke passieren und so auch unsere Gehirnzellen beschützen. Einzigartig ist weiterhin, dass die Alpha-Liponsäure andere Antioxidantien zu regenerieren vermag, damit diesen im Kampf gegen die Freien Radikale die Energie nicht ausgeht.

## IN DER ORTHOMOLEKULAREN THERAPIE WIRD ALPHA-LIPONSÄURE ORAL ANGEWANDT BEI:

### Diabetes

Durch die Erhöhung der Glukoseaufnahme in den insulinresistenten Zellen bewirkt Alpha-Liponsäure eine Optimierung der Glukosetoleranz und verbessert damit den diabetischen Zustand. Neben der oralen Einnahme von Alpha-Liponsäure kann bei Diabetes eine hochdosierte intravenöse Gabe den positiven Effekt noch steigern.

Zur Feststellung der Wirkung von Alpha-Liponsäure auf die Insulinsensitivität behandelten europäische Forscher 12 übergewichtige Erwachsene mit Typ-2-Diabetes und einem Durchschnittsalter von 53 Jahren. Verabreicht wurden 600 mg zweimal täglich über einen Zeitraum von 4 Wochen. Zwölf Probanden mit normaler Glukosetoleranz dienten als Kontrollgruppe. Die Forschung ergab, dass eine Verbesserung der Insulinsensitivität bereits nach 4 Wochen feststellbar war.

### Demenz

Als eine von mehreren neurodegenerativen Erkrankungen ist Demenz die Folge ungebremsten Alterns im gesamten Organismus. Der Gesunderhalt der Gehirnzellen kann maßgeblich durch Alpha-Liponsäure beeinflusst werden. Durch die Überwindung der Blut-Hirn-Schranke gelingt es der Alpha-Liponsäure als einer der wenigen Antioxidantien im gesamten Organismus zu wirken.

### Chronisches Erschöpfungssyndrom

Ausschlag gebend für das chronische Erschöpfungssyndrom ist unter anderem

ein gestörter Energiestoffwechsel. Dieser findet in den Mitochondrien statt und wird durch Alpha-Liponsäure reguliert (vorzugsweise in Kombination mit Ubiquinol und/oder Acetyl-L-Carnitin.)

### Krebs

Alpha-Liponsäure vermag nicht nur die Mitochondrien vor oxidativer Zerstörung zu schützen. Durch die aktivierende Wirkung auf andere antioxidative Stoffe kann Alpha-Liponsäure sogar beschädigte Strukturen reparieren. Durch Beeinträchtigung des Energiehaushalts der Krebszellen regt es deren Untergang an.

### Weitere Krankheitsbilder, bei denen Alpha-Liponsäure eingesetzt wird, sind:

- Periphere Neuropathie
- Kardiale autonome Neuropathie
- Katarakt und Glaukom
- Lebererkrankungen
- Kreislauferkrankungen
- Lyme-Borreliose
- Stoffwechselstörungen

Sogar eine sichtbare Verjüngung der Haut nach einer Alterung mit Faltenbildung durch zu starke Sonneneinstrahlung kann durch Auftragen von Alpha-Liponsäure erreicht werden.

### Als Nebeneffekt noch ein paar Pfunde verlieren?

Wie eingangs erwähnt ist die Alpha-Liponsäure sowohl in wasser- als auch in fettlöslicher Umgebung aktiv. Dies, so ergaben Randergebnisse aus Studien, führte zu einer verbesserten Fettverbrennung innerhalb der Zellen. Versuche an

Mäusen mit erhöhtem Fettgewebe, welche auf Veränderungen der Insulintoleranz durch Gabe von Alpha-Liponsäure untersucht wurden, zeigten im Studienverlauf eine deutliche Gewichtsabnahme. Darüber hinaus erhöhte sich die Masse der Mitochondrien in den Adipozyten (Fettzellen). Soll Alpha-Liponsäure also als natürliche Abnehmhilfe eingenommen werden? Dazu die Forschungsleiter: „Die Einnahme von Alpha-Liponsäure zur allgemeinen Gesunderhaltung ist in jedem Falle eine kluge Entscheidung. Purzeln dann zusätzlich noch überflüssige Pfunde, umso besser!“

### Ein Multitalent gegen vorzeitiges Altern

Alpha-Liponsäure ist in ihrer Wirkweise als Antioxidant gut erforscht. Das Wirkungsspektrum erstreckt sich über den gesamten Organismus. Nicht zuletzt ist diese Kraft darauf zurückzuführen, dass ein „Recycling“ von essentiellen Nährstoffen und Vitaminen wie C, E, Coenzym Q10 und Gluthation stattfindet. Dadurch erhöht sich die Aufnahme dieser Stoffe im Körper bei gleichzeitiger Einnahme von Alpha-Liponsäure. Diesen Effekt haben Wissenschaftler nun auch bei gleichzeitiger Einnahme von Acetyl-L-Carnitin festgestellt, dem Stoff, der für den Gesunderhalt der Mitochondrien mitverantwortlich ist und mit der Alpha-Liponsäure im Zusammenspiel die Mitochondrien zu jugendlicher Leistung steigert!

**Erhalten Sie sich Ihre Vitalität und nutzen Sie die vielfältige Kraft von Alpha-Liponsäure.**

# FRÜHJAHRSKUR FÜR DAS LYMPHSYSTEM!

*Im Frühjahr ist der ideale Zeitpunkt gekommen, seinen Körper zu entschlacken und zu entgiften! Dabei spielt das Lymphsystem eine entscheidende Rolle. Während der kalten Jahreszeit ist der Körper auf den Erhalt der Körpertemperatur eingestellt, er lagert vermehrt Schlackenstoffe und Umweltgifte ein und legt sich eine kleine Fettschicht zu. Mit einer Reinigung des Lymphsystems bringen wir unseren Stoffwechsel auf Touren und befreien uns von Ballast der vergangenen Wintermonate!*

## Ein überfordertes Lymphsystem hat viele Gesichter

Das Lymphsystem gehört zu den allgemein vernachlässigten Teilen unseres Körpers. Sowohl die Medizin als auch wir selbst kümmern uns erst darum, wenn das Kind schon in den Brunnen gefallen ist. Eindeutige äußere Anzeichen, das mit dem Lymphsystem etwas nicht in Ordnung ist, sind dicke Knöchel oder Füße vom „lange auf den Beinen sein“ oder starke Schwellungen nach Operationen. Das sind aber nur offensichtliche Störungen des Lymphflusses, die zu so genannten Lymphstaus oder Wassereinlagerungen, medizinisch: Ödemen führen.

Unter einem Lymphödem versteht man eine übermäßige Ansammlung eiweißhaltiger Flüssigkeit im Gewebe, die zu einer Schwellung führt. Ein solches Ödem entsteht, wenn die Lymphgefäße unterbrochen sind, die das betreffende Gebiet versorgen oder die zugehörigen Lymphknoten geschädigt sind oder fehlen. Es kann aber auch sein, dass unter „normalen“ Umständen, etwa bei körperlicher Belastung, Entzündungen oder z.B. auch bei einem Sonnenbrand, sich mehr Gewebswasser als üblich bildet, was zu vorübergehenden Ödemen führen kann. Normalerweise ist es für den Körper jedoch kein Problem, die Menge der Gewebsflüssigkeit in etwa konstant zu halten.

Der Lymphfluss unserer Zellen wird hauptsächlich über Körperbewegung angeregt. Durch mangelnde Bewegung können hier Stauungen stattfinden und der natürliche Lymphfluss unterbrochen werden. Regelmäßige Bewegungseinheiten, aber auch Wechselduschkübel und die Einnahme von unterstützenden

Pflanzenextrakten sind hier von großer Hilfe.

Auch die **Cellulite** hat etwas mit unserem Lymphsystem zu tun. Bei Cellulite handelt es sich um eine Vergrößerung von Gewebezellen, in denen sich Schlackenstoffe abgelagert haben, die vom Lymphsystem nicht mehr abtransportiert werden. Regelmäßige Lymphreinigungen wirken hier wahre Wunder. Generell kann man sagen, dass bei allen Erkrankungen der Venen (z.B. **Besenreiser**, **Krampfader**, **Venenentzündungen**) besonders das Lymphsystem mit betroffen ist und eine Unterstützung hier Linderung bewirkt.

Ein überfordertes Lymphsystem kann sich aber auch in ganz anderen Beschwerden äußern als Wassereinlagerungen. Häufige Erkältungen und Infektionen hängen immer auch mit einem geschwächten Lymphsystem zusammen. Der Hals-, Nasen- und Ohrenbereich ist die wichtigste Eintrittspforte für Störenfriede von außen. Deswegen ist es verständlich, dass hier 35% aller Lymphknoten positioniert sind. Oft schwellen bei Infektionen die Schleimhäute des Rachens, der Nase, der Nasennebenhöhlen bzw. im Mittelohr stark an. Das Lymphsystem ist dann überlastet und die Bakterien können sich im gesamten Körper ausbreiten.

Über das Lymphsystem werden auch die im Darm resorbierten Fette in den Blutkreislauf transportiert. Funktioniert hier der Abtransport nicht optimal, sind Verdauungsbeschwerden, Gewichtszunahme und eine schlechtere Aufnahme der Nährstoffe die Folge. Auch Symptome wie z.B. unklare Müdigkeit und Kreislaufbeschwerden können auf ein überlastetes Lymphsystem hindeuten. Es ist deutlich, dass der Zustand des Lymphsysteme

eine entscheidende Rolle für unsere Gesundheit übernimmt. Damit das Lymphsystem seine Aufgaben erfüllen kann, sollte es kurweise immer wieder gepflegt werden. Dabei können gerade Pflanzen- und Kräuterextrakte hilfreiche Dienste erweisen.

## Pflanzen- und Kräuterextrakte, die das Lymphsystem stimulieren und reinigen

Die Arbeit des Lymphsystems kann durch gezielte Ansprache stimuliert und unterstützt werden. Bestimmte Pflanzen- und Kräuterextrakte sorgen für eine Entschlackung und Entgiftung des Körpers. Hierzu gehört die **Roskastanie** (Horse Chestnut): sie kräftigt die Venen und damit den venösen Rückfluss, lindert Stauungsödeme und Blutstauungen und entwässert das Gewebe.

Auch **Gotu Kola** unterstützt die Arbeit der Venen. **Rotklee** wiederum zeichnet sich durch eine blutreinigende Wirkung aus. Andere Kräuter wiederum wirken auf einzelne Organe des Lymphsystems wie beispielsweise die **Säckelblume** auf die Milz oder der **kanadische Gelbwurz** auf die Lymphknoten. **Yerba Mate** mit seinen vielen unterschiedlichen sekundären Pflanzenstoffen sorgt hauptsächlich für einen ausgeglichenen Wasserhaushalt. Das **Klettenlabkraut** wirkt harntreibend und stärkend auf das Immunsystem. Auch **Ingwer** stärkt das Immunsystem, regt den Stoffwechsel an und unterstützt eine normale Verdauung.

**Alles in allem können die genannten Kräuter die dem Lymphsystem angehörenden Organe bei ihrer Arbeit unterstützen und einen Reinigungsprozess über die Lymphe und das Blut fördern. Und dies kommt unseren vitalsten Gesundheitsinteressen zugute.**