

«Medizin» aus der Natur ergänzt unsere Living Nature® Schmerzfrei- und Gesundheitskonzepte ideal. Diese können jedoch nur unterstützend wirken, wenn Sie nach diesen Konzepten leben. Klienten halten sich an unser E-Book, das Sie bei der Onlineberatung erhalten haben. «Medizin» aus der Natur kann nicht einzeln wirken, wenn man ansonsten ungesund lebt. Betrachten Sie Ihr Leben und Ihre Gesundheit immer ganzheitlich.

.

Bockshornklee und Bockshornkleesamenextrakt

Bockshornklee ist eine der ältesten bekannten Heilpflanzen.

Bockshornklee ist sehr vielseitig, wird jedoch aufgrund seiner hervorragenden schleimlösenden Eigenschaften traditionell hauptsächlich bei Schleim- und Lungenstauungen eingesetzt. Es wurde bei Geschwüren, Verdauungsentzündungen, Gicht und Appetitlosigkeit angewendet. Es ist eines der besten Kräuter zur Förderung der Muttermilch. Bockshornklee kann bei Autoimmunerkrankungen, Diabetes, Menopausen usw. positiv wirken.

Bockshornklee frisch, z.B. in einem Salat, herrlich.

Bockshornklee-Produkte, eine gute Quelle:

<https://www.pandalis.de/de/pflanzen/detail/pflanze/bockshornklee/>

.

...

.

Antibakterielle und Antikrebsaktivitäten von Bockshornkleesamenextrakt

Studie: [Asian Pac J Cancer Prev](#) . 2019; 20 (12): 3771-3776.doi: [10.31557 /](#)

[APJCP.2019.20.12.3771](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31870120/) | PMCID: PMC7173369 PMID: [31870120](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31870120/)

In dieser Arbeit geht es um die Verwendung von Bockshornkleesamen als antibakterielles Mittel und Antikrebsmittel. Die antibakterielle Aktivität von Bockshornkleesamenextrakt auf sechs pathologischen Bakterienstämmen wurde durch herkömmliche biochemische Tests unter Verwendung des automatisierten Systems Vitek2 und der Diffusionsagar-Methode spezifiziert. Die Antikrebsaktivitäten von Bockshornkleesamenextrakt auf MCF-7-Brustkrebszellen, Leberkrebs-HCAM-Zellen und nicht krebsartigen Vero-Zelllinien wurden unter Verwendung eines kolorimetrischen MTT-Assays untersucht. Die Ergebnisse zeigten, dass die höchste Aktivität des Samenextrakts bei *Staphylococcus aureus* und *Pseudomonas aeruginosa* gefunden wurde (22 mm bzw. 17 mm Durchmesser der Hemmzonen). Der Samenextrakt zeigte eine proliferative Hemmung der MCF-7-Zelllinie bei einer Konzentration von 400 µg / ml und 72 Stunden der Inkubationszeit. Dies ging mit einer unbedeutenden Apoptose oder Nekrose einher. Der Samenextrakt zeigte keine Antikrebstherapie auf Leber- und Vero-Zelllinien. Diese Arbeit betont, dass Bockshornkleesamenextrakt eine potenzielle Quelle für antibakterielle Mittel und Antikrebsmittel ist.

Schlüsselwörter: Bockshornkleesamen, pathogene Bakterien, Brustkrebs, antibakterielle Wirkung.

Quelle: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7173369/>

.

...

.

Bockshornklee wirkt den Auswirkungen einer fettreichen Ernährung auf die Darmmikrobiota bei Mäusen entgegen

Studie: [Sci Rep](#) . 2020; 10: 1245. Online veröffentlicht am 27. Januar 2020 doi: [10.1038/s41598-020-58005-7](#) | PMCID: PMC6985225 PMID: [31988303](#)

Bockshornklee (*Trigonella foenum-graecum*) ist eine einjährige krautige Pflanze und ein Grundnahrungsmittel traditioneller Heilmittel gegen Stoffwechselstörungen wie hohen Cholesterinspiegel und Diabetes. Während die Mechanismen der vorteilhaften Wirkungen von Bockshornklee unbekannt bleiben, ist eine Rolle der Darmmikrobiota bei der metabolischen Homöostase wahrscheinlich. Um festzustellen, ob Bockshornklee Darmbakterien verwendet, um die nachteiligen Auswirkungen von Diäten mit hohem Fettgehalt auszugleichen, wurden C57BL / 6J-Mäusen Kontroll- / fettarme (CD) oder fettreiche (HFD) Diäten verabreicht, die jeweils mit oder ohne 2% (Gew./Gew.) Bockshornklee ergänzt wurden für 16 Wochen. Die Auswirkungen von Bockshornklee und HFD auf die Darmmikrobiota wurden umfassend kartiert und anschließend statistisch in Bezug auf die Auswirkungen auf die Metriken Körpergewicht, Hyperlipidämie und Glukosetoleranz bewertet. 16S-Metagenomanalysen zeigten robuste und signifikante Wirkungen von Bockshornklee auf Darmmikrobiota, mit Veränderungen sowohl der Alpha- als auch der Beta-Diversität sowie der taxonomischen Umverteilung unter CD- und HFD-Bedingungen. Wie bereits berichtet, schwächte Bockshornklee die HFD-induzierte Hyperlipidämie ab und stabilisierte die Glukosetoleranz, ohne das Körpergewicht zu beeinflussen. Schließlich kehrte Bockshornklee die dysbiotischen Wirkungen von HFD auf zahlreiche Taxa in einer Weise um, die eng mit der gesamten Stoffwechselfunktion korreliert. Zusammengefasst verstärken diese Daten die wesentliche Verbindung zwischen Darmmikrobiota und metabolischem Syndrom und legen nahe, dass die Erhaltung gesunder Populationen von Darmmikrobiota an den vorteilhaften Eigenschaften von Bockshornklee im Kontext moderner westlicher Ernährung beteiligt ist. Bockshornklee schwächte die HFD-induzierte Hyperlipidämie ab und stabilisierte die Glukosetoleranz, ohne das Körpergewicht zu beeinflussen. Schließlich kehrte Bockshornklee die dysbiotischen Wirkungen von HFD auf zahlreiche Taxa in einer Weise um, die eng mit der gesamten Stoffwechselfunktion korreliert. Zusammengefasst verstärken diese Daten die wesentliche Verbindung zwischen Darmmikrobiota und metabolischem Syndrom

und legen nahe, dass die Erhaltung gesunder Populationen von Darmmikrobiota an den vorteilhaften Eigenschaften von Bockshornklee im Kontext moderner westlicher Ernährung beteiligt ist. Bockshornklee schwächte die HFD-induzierte Hyperlipidämie ab und stabilisierte die Glukosetoleranz, ohne das Körpergewicht zu beeinflussen. Schließlich kehrte Bockshornklee die dysbiotischen Wirkungen von HFD auf zahlreiche Taxa in einer Weise um, die eng mit der gesamten Stoffwechselfunktion korreliert. Zusammengenommen verstärken diese Daten die wesentliche Verbindung zwischen Darmmikrobiota und metabolischem Syndrom und legen nahe, dass die Erhaltung gesunder Populationen von Darmmikrobiota an den vorteilhaften Eigenschaften von Bockshornklee im Kontext moderner westlicher Ernährung beteiligt ist.

Fachbegriffe: Dyslipidämien, Fettleibigkeit

Quelle: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6985225/>

Anmerkung: Warum man dafür Mäuse im Tierversuch verwenden muss, ist mir schleierhaft. Klienten von uns nehmen problemlos ab und können Ihre Darmmikrobiota problemlos aufbauen. Und stärken somit Ihr Immunsystem.

.

...

.

Die Auswirkungen von Bockshornklee auf die strahleninduzierte Toxizität für menschliche Blut-T-Zellen in der Strahlentherapie

Studie: [J Med Signals Sens](#) . 2015 Jul-Sep; 5 (3): 176–181.doi: [10.4103 / 2228-7477.161492](#)
| PMCID: PMC4528356PMID: [26284174](#)

Viele zelluläre Schäden in normalen oder krebsartigen Geweben sind das

Ergebnis molekularer Ereignisse, die durch ionisierende Strahlung beeinflusst werden. T-Zellen sind die wichtigsten Wirkstoffe des Immunsystems und werden in empfohlenen Standardmethoden zur Messung der biologischen Strahlendosis verwendet. Die Kräuter mit immunmodulierenden Eigenschaften können nützlich sein, um das Risiko von Schäden und anschließend von Krankheiten zu verringern. Die T-Zellen als wichtigste Immunzellen werden für die biologische Strahlendosimetrie eingesetzt. Diese Studie schlägt eine durchflusszytometrische Methode vor, die auf Fluoresceinisothiocyanat- und Propidiumiodid (PI) - markiertem Annexin-V basiert, um die Apoptose in Blut-T-Zellen nach Bestrahlung in Gegenwart und Abwesenheit von Bockshornkleeextrakt zu bewerten. Periphere T-Zell-Blutlymphozyten, die aus Blutproben gesunder Personen ohne bestrahlten beruflichen Hintergrund isoliert wurden. Das Medium der kultivierten Zellen wurde 1 Stunde nach Zugabe des Bockshornkleeextrakts bestrahlt. Die Anzahl der apoptotischen Zellen wurde durch Annexin-V-Protokoll und Mehrfarben-Durchflusszytometrie bestimmt. Eine offensichtliche Variation der Anzahl apoptotischer Zellen wurde in Gegenwart von Bockshornkleeextrakt (> 80%) beobachtet. Die Ergebnisse legen nahe, dass Bockshornkleeextrakt die strahleninduzierte Apoptose oder Strahlungstoxizität in Blut-T-Zellen potenzieren kann ($P < 0,05$).

Schlüsselwörter: Apoptose , Bockshornklee , Durchflusszytometrie , pflanzliches Arzneimittel , Lymphozyten , T-Zellen

Quelle: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4528356/>

Wirksamkeit von Bockshornkleesamenextrakt auf die psychische und physische Gesundheit von Männern

Studie: 2020 22. Mai; /j/jcim.ahead-of-print/jcim-2019-0101/jcim-2019-0101.xml. doi: 10.1515 / jcim-2019-0101. Online vor dem Druck. | PMID: **32441668** DOI: [10.1515 / jcim-2019-0101](https://doi.org/10.1515/jcim-2019-0101)

Ziele Begrenzte Forschung hat die Auswirkungen der Supplementierung mit Bockshornklee (*Trigonella foenum-graecum* L.) untersucht, um die alternden männlichen Symptome älterer jüngerer Männer zu verbessern. Ziel der Studie war es zu untersuchen, ob ein Bockshornkleesamenextrakt die alternden männlichen Symptome gesunder Männer, die gesundheitsbezogene Lebensqualität (HRQoL), die Griffstärke und die Angst verbessern würde. **Methoden** Eine randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte Studie wurde unter Verwendung eines parallelen Designs mit Bewertungen zu Studienbeginn, Tag 30 und Tag 60 durchgeführt. Gesunde männliche Freiwillige (n = 57, Durchschnittsalter = 26,1 Jahre) wurden randomisiert zu: Bockshornklee 400 mg / d (n = 19), Bockshornklee 500 mg / d (n = 19) oder Placebogruppe (n = 19). **Ergebnisse** Die Bockshornklee-Gruppen berichteten über signifikante Verbesserungen der alternden männlichen Symptome, der Angstzustände, der Griffstärke und der Indikatoren für die HRQoL im Vergleich zur Placebo-Gruppe. p ist $<0,05$. Es wurden keine unerwünschten Ereignisse gemeldet. **Schlussfolgerung** Bockshornklee-Supplementation ist eine wirksame Ernährungsmaßnahme zur Verbesserung der alternden männlichen Symptome, der Angstzustände, der Griffstärke und der Aspekte der HRQoL bei gesunden, erholungsaktiven Männern. Zukünftige Forscher werden ermutigt, die gesundheitlichen und ergogenen Wirkungen der Bockshornklee-Supplementierung in hypogonadalen und älteren Populationen zu untersuchen. Registrierung der Studie Clinicaltrials.gov-ID [NCT03528538](https://clinicaltrials.gov/ct2/show/study/NCT03528538).

Schlüsselwörter: *Trigonella foenum-graecum* L; Bockshornklee; sexuelle Gesundheit.

Quelle: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32441668/>