

Östrogen stimuliert Krebszellen und erhöht somit das Brustkrebsrisiko. Östrogen ist jedoch auch wichtig für die Gesundheit. Vor allem für Augen, Herzen, Gehirn und überall im Körper.

Östrogen ist der allgemeine Begriff für verschiedene Arten von östrogen-ähnlichen Hormonen, die vom Körper produziert werden. Einschliesslich Östriol, Östron und Östradiol. Estriol ist ein schwaches Östrogen und fördert die Krebsbildung nicht. Estrone ist stärker, während Östradiol am stärksten ist.

Die schädlichsten Östrogene sind «Xenoöstrogene» - chemische Östrogene, die der Körper nicht erkennen und das Krebsrisiko dramatisch erhöhen kann. Xenoöstrogene werden in Körperpflegeprodukten, Plastikbehältern und Wasserflaschen gefunden.

Phytoöstrogene sind Pflanzenöstrogene, die eher Östrogenblocker sind als so wie Östrogen wirken. Sie helfen, die Produktion, Verfügbarkeit und Wirkung von Hormonen zu modulieren und enthalten sogar Verbindungen, die dazu beitragen, das Wachstum und die Ausbreitung von Krebszellen zu reduzieren.

Progesteron wirkt, um Östrogen im Körper auszugleichen. Während Östrogen mit Brustkrebs und anderen Krebsarten verbunden wird, hat Progesteron Anti-Krebs-Effekte.

Progesteron erhöht die Expression des Tumorsuppressor-Gens P53, das das Wachstum von Krebszellen stoppt oder sogar Krebszellen abtötet, indem es den Selbstmord der Zelle durchführt. Der Konsum der folgenden Pflanzen und Nährstoffe trägt dazu bei, P53 im Körper zu unterstützen:

- Grünes Gemüse (Kohlarten, Nr. 1 Brokkoli)
- Ingwer
- Curcuma
- Salbei
- Mistel
- Selen
- Vitamin D, Sonnenlicht
- Vitamin C

Das fördert das Hormongleichgewicht:

- Pflanzenöstrogene verbrauchen
- Vitamin E

- Magnesium
- gesunde nährstoffreiche Ernährung
- Bewegung, massvoller Sport
- verwenden Sie nur noch Naturkosmetik
- keine giftigen Reinigungsprodukte verwenden
- Stress reduzieren
- Stilles, sauberes Wasser trinken aus Glasflaschen
- Probiotika in Ernährung zufügen

Quelle: thetruthaboutcancer.com