

«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.

.

...

.

Knoblauch

Knoblauch und Zwiebeln gehören dank einzigartiger Flavonole und Organoschwefelverbindungen wie Allicin, die in Humanstudien wiederholt starke [Antikrebseigenschaften gezeigt](#) haben zu den Top-Superfoods. Die gesundheitlichen Vorteile sind lang: Von blutdrucksenkend bis zum Viren- und Parasitenkiller. Ohne Nebenwirkungen. Unsere klare Meinung und da weichen wir ab von den Studien: **Der Knoblauch muss roh gegessen werden!**

Knoblauch, ein Mitglied der Allium-Familie, ist für seine entzündungshemmenden Wirkungen bekannt. Neuere Forschungen haben jedoch ergeben, dass Knoblauch immunregulatorische Eigenschaften besitzt, die gegen die Entwicklung von Erkrankungen wie Fettleibigkeit, **Herz-Kreislauf-Erkrankungen** und **Krebs** kämpfen. Die starken Immunstimulationseffekte von Knoblauch wirken, indem sie die Zytokinsekretion modulieren und Immunzellen direkt stimulieren. Eine effiziente zelluläre Reaktion auf Virusinfektionen wird positiv gefördert. Knoblauch wirkt auch bei anderen Krankheiten positiv.

Zusätzliche Untersuchungen zu den Vorteilen von Knoblauch für die Prävention und Therapie von Herz-Kreislauf-Erkrankungen zeigen, dass die Einnahme von Knoblauch die fibrinolytische Aktivität sowohl bei gesunden Patienten als auch

bei Patienten mit Herzinfarkt erhöht und das Risiko eines Blutgerinnsels verringert. Knoblauch senkt auch die Serumlipidspiegel und den Blutdruck, die beide mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen verbunden sind.

Schliesslich zeigen mehrere Studien, dass Knoblauch auch das Fortschreiten neurodegenerativer Erkrankungen verhindern kann. Die neuroprotektiven Wirkungen von Knoblauch beruhen wahrscheinlich auf seinen antioxidativen, antiapoptotischen und anti-atherogenen Vorteilen, die zusammen das Risiko von Krankheiten wie **Alzheimer**, **Parkinson**, **Huntington** und **Motoneuronerkrankungen** verhindern.

Quellen:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4417560/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4103721/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3652202/>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3074326/>

.

...

.

Die Wirkung von Knoblauchextrakt auf den atherosklerotischen Prozess

Studie: PMID: **32349742**PMCID: [PMC7191741](#)DOI: [10.1186 / s12906-020-02932-5](#)

Hintergrund: Eine der schwerwiegendsten sekundären Manifestationen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen (CVD) ist die koronare Atherosklerose. Ziel dieser Studie war es zu bewerten, ob gealterter Knoblauchextrakt (AGE) die Verkalkung der Koronararterien (CAC) beeinflussen kann, und die individuelle Wirkung von AGE mithilfe eines Standardverfahrens für Data Mining (CRISP-DM) vorherzusagen.

Methode: Dies war eine parallele randomisierte kontrollierte Studie mit einem Zentrum in einem Universitätsklinikum in Europa. Die Patienten wurden doppelblind durch ein computergeneriertes Randomisierungsdiagramm randomisiert. Patienten mit einem Framingham-Risiko-Score ≥ 10 nach CT-Scan ($n = 104$) wurden 1 Jahr lang randomisiert mit Placebo oder AGE (2400 mg täglich) behandelt. Hauptzielparameter waren Änderungen des CAC-Scores und sekundäre Ergebnismessungen Änderungen des Blutdrucks, des Nüchternblutzuckers, der Blutfette und entzündlicher Biomarker.

Ergebnis: 104 Patienten wurden randomisiert und 46 in der aktiven Gruppe und 47 in der Placebogruppe analysiert. Es gab eine signifikante ($p < 0,05$) Änderung der CAC-Progression (OR: 2,95 [1,05-8,27]), des Blutzuckers (OR: 3,1 [1,09-8,85]) und des IL-6 (OR 2,56 [1,00-6,53]) in Gunst der aktiven Gruppe. Es gab auch einen signifikanten ($p = 0,027$) Abfall des systolischen Blutdrucks in der AGE-Gruppe von einem Mittelwert von 148 (SD: 19) mmHg nach 0 Monaten auf 140 (SD: 15) mmHg nach 12 Monaten. Der AGE-Algorithmus bei einem ausgewählten Wahrscheinlichkeitsgrenzwert von 0,5 betrug der Genauigkeitswert für die CAC-Progression 80%, der Präzisionswert 79% und der Rückrufwert 83%. Die Punktzahl für den Blutdruck betrug 74% (Genauigkeit, Präzision und Rückruf). In beiden Gruppen gab es keine Nebenwirkungen.

Schlussfolgerungen: AGE hemmt die CAC-Progression, senkt IL-6, Glukosespiegel und Blutdruck bei Patienten mit erhöhtem Risiko für kardiovaskuläre Ereignisse in einer europäischen Kohorte. Ein Algorithmus wurde erstellt und verwendet, um mit 80% iger Genauigkeit vorherzusagen, welcher Patient unter Verwendung von AGE eine signifikant verringerte CAC-Progression aufweisen wird. Der Algorithmus könnte auch mit einer Genauigkeit von 74% vorhersagen, welcher Patient unter Verwendung von AGE einen signifikanten blutdrucksenkenden Effektdruck haben wird.

Registrierung der Studie: Klinische Studien [NCT03860350](https://clinicaltrials.gov/ct2/show/study/NCT03860350) , rückwirkend registriert (1/32019).

Schlüsselwörter: Alter Knoblauchextrakt; Blutdruck; CRISP-DM; Calcium Score; Data Mining; Datenwissenschaft; Doppelblind; Placebo-gesteuert.

Quelle: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32349742/>

.

...

.

Auswirkungen der Supplementierung mit Knoblauchpulver auf Ins.resistenz (Zensur), oxidativen Stress und Körperzusammensetzung bei Patienten mit nichtalkoholischer Fettlebererkrankung

Studie: 2020 Jun; 51: 102428. doi: 10.1016 / j.ctim.2020.102428. Epub 2020 11. Mai. | PMID: **32507439** DOI: [10.1016 / j.ctim.2020.102428](https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102428)

Lesen Sie hier weiter: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32507439/>

.

...

.