

Hersteller von Nahrungsergänzungsmitteln machen die gleichen Fehler wie Pharmakonzerne. Es wird angenommen, dass Kräuter nur einen Hauptwirkstoff haben, wenn Sie sie isolieren und zu einer Pille aufbereiten, sei das die perfekte Lösung zur Heilung. Curcumin wird als Wirkstoff in Kurkuma beschrieben, aber ist es **der** Wirkstoff oder nur **ein** Wirkstoff? Es ist nur einer von vielen verschiedenen Bestandteilen des **gesamten Lebensmittelgewürzes**.

Nur begrenzte Studien haben das Potenzial von Kurkuma mit Curcumin-Pillen verglichen, aber einige deuten darauf hin, dass Kurkuma, **die Vollwertkost**, noch besser wirken könnte und nicht nur gegen Darmkrebszellen. Diese Gruppe von Forschern am Anderson Cancer Center in Texas hat Curcumin-Pillen gegen sieben verschiedene Arten von menschlichen Krebszellen getestet. Und auch Kurkuma als Pflanze (Wurzel).

Curcumin wirkt gegen Brustkrebszellen positiv, aber Kurkuma, die Vollwertkost, wirkt noch besser. Eben so bei Bauchspeicheldrüsenkrebs. Kurkuma wirkt noch besser gegen Bauchspeicheldrüsenkrebs, Dickdarmkrebs, multiples Myelom und myeloische Leukämie. Sie fanden heraus, dass Kurkuma im Vergleich zu Curcumin wirksamer war, was darauf hindeutet, dass auch andere Komponenten als Curcumin zu krebsbekämpfenden Aktivitäten beitragen können.

Anmerkung: Mit nur Kurkuma retten Sie Ihr Leben nicht. Es braucht mehr. Wir informieren in unserer Onlineberatung ausführlich, was noch alles dazu gehört.

Quellen:

- [SC Gupta, B Sung, JH Kim, S Prasad, S Li, BB Aggarwal. Multitargeting von Kurkuma, dem goldenen Gewürz: Von der Küche in die Klinik. Mol Nutr Food Res. 2013 Sept;57\(9\):1510-28.](#)
- [KA Agarwal, CD Tripathi, BB Agarwal, S. Saluja. Wirksamkeit von Kurkuma \(Curcumin\) bei Schmerzen und postoperativer Müdigkeit nach laparoskopischer Cholezystektomie: eine doppelblinde, randomisierte, placebokontrollierte Studie. Surg Endosc. 2011 Dez.;25\(12\):3805-10.](#)
- [JH Kim, SC Gupta, B Park, VR Yadav, BB Aggarwal. Kurkuma \(Curcuma](#)

longa) hemmt den nuklearen Entzündungsfaktor (NF)-κB und NF-κB-regulierte Genprodukte und induziert Todesrezeptoren, was zu einer unterdrückten Proliferation, induzierten Chemosensibilisierung und unterdrückten Osteoklastogenese führt. Mol Nutr Food Res. 2012 März;56(3):454-65.

- BB Aggarwal, W Yuan, S Li, SC Gupta. Curcumin-freies Kurkuma zeigt entzündungshemmende und krebsbekämpfende Aktivitäten: Identifizierung neuer Bestandteile von Kurkuma. Mol Nutr Food Res. 2013 Sept.;57(9):1529-42.
- Ich Hoffmann. Überwindung des Reduktionismus in der Ernährungsforschung. Bin J Clin Nutr. 2003 Sept. 78(3 Suppl): 514S-516S.
- <https://nutritionfacts.org/video/turmeric-curcumin-plants-vs-pills/>