

DIESE PFLANZE TÖTET 14 ARTEN VON KREBS UND 13 VERSCHIEDENE INFEKTIONEN! – ALSO, WARUM ÄRZTE NICHT EMPFEHLEN ?!

Und nun fragen Sie sich wahrscheinlich – wie ist der Name der geheimen Pflanze?

Nun, das ist einfach zu beantworten – wir reden über den sehr gesunden Knoblauch! Wir können sagen, dass Knoblauch eine der gesündesten Lebensmittel auf dem Planeten ist. Viele Menschen auf der ganzen Welt verwenden rohen Knoblauch als traditionelles Heilmittel bei Bluthochdruck, niedrigem Blutdruck, hohen Cholesterinwerten, hohe Cholesterinwerten, koronaren Herzkrankheit, Herzinfarkttrisiko zu verringern, verbessert den Blutfluss bei verengten Arterien und Arteriosklerose. Viele verschiedene Studien haben bestätigt das, dass [Allicin](#), als Wirkstoff in Knoblauch enthalten ist und wie Blutdruck Medikamente funktioniert, mit dem gleichen Mechanismus eines [ACE-Hemmers](#) zum Blutdruck senken verwendet wird. Es wird angenommen, dass Knoblauch die Schaffung von [Angiotensin II](#) verhindert. Und wie gesagt, Knoblauch ist auch sehr nützlich und wirksam um das [LDL-Cholesterin](#) zu steuern.

In der folgenden Liste werden sehen Sie nur einen kleinen Teil von Krankheiten, die Knoblauch zu töten und als vorbeugende Maßnahme dienen kann aufgrund seiner leistungsstarken Anti-Pilz – und Anti-Krebs – Eigenschaften:

- [Cytomegalovirus](#)– Infektionen

- [Helicobacter- pylori](#) – Infektion
- [Candida](#) (Hefe) Infektionen
- [Soor](#)
- [Mykotoxin](#)-assoziierten [Aflatoxikose](#)
- [Methicillin- resistente Staphylococcus aureus \(MRSA\)](#)
- Virusinfektionen (Herpes Simplex 1 und 2, Parainfluenza- Virus Typ 3, Vaccinia – Virus, vesikuläre Stomatitis – Virus und humanen Rhinovirus Typ 2)
- Gruppe B Streptokokken- Infektion
- [Klebsiella](#)- Infektion
- HIV-1- Infektion
- [Vibrio](#) Infektion
- [Pseudomonas Aeruginosa](#)
- Mycobacterium tuberculosis,
- Clostridium- Infektion

Wie ist diese erstaunliche und sehr gesunde Pflanze zu verwenden um Infektionen zu behandeln ?

Sie sollten pro Tag mindestens 5 Knoblauchzehen zu sich nehmen. Denken Sie daran den Knoblauch auf nüchternen Magen einzunehmen. Sie sollten auch bedenken, dass extrem wichtig ist die Knoblauchzehen vorher zu zerquetschen und anschließend mindestens 15 Minuten lang ruhen zu lassen um das Enzym **Allicin** Freizusetzen. Ich esse in der Regel den Knoblauch roh manche kochen ihn, jedoch bin ich mir nicht sicher welche Auswirkung das Kochen auf das **Allicin** hat. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten, wie Sie Knoblauch zu Ihrer gesunden Ernährung hinzufügen können. Sie können es auf Ihre Lieblings-Sandwiches tun, Ihre Lieblingsgerichte oder Salate damit verfeinern.

Und Sie sollten auf Knoblauch-Ergänzungsmittel wie Knoblauchtabletten verzichten, warum? Weil die medizinischen

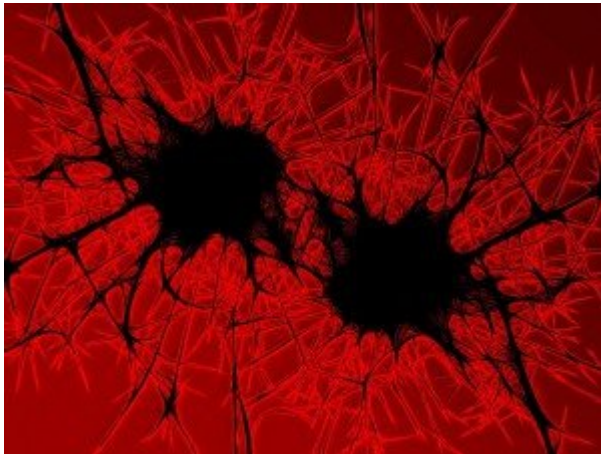
Experten nicht die gleichen Ergebnisse wie bei frischem Knoblauch erzielt haben.



Nach bekannten biomedizinischen Datenbank – [MEDLINE](#), die von der NLM ([National Library of Medicine](#)) geführt wird sagen die Experten , dass es mehr als 4245 Studien zum Thema Knoblauch gibt. Während der Forschung haben sie all die Daten durchgesehen, und fanden raus , dass Knoblauch ist sehr wichtiger Bestandteil bei der Prävention ist und sich gegen mehr als 150 Krankheiten einsetzen lässt . Und wir sprechen hier über Krankheiten Bereich von Krebs, Diabetes, Infektionen zu Plaquebildung in den Arterien, DNA – Schäden an Quecksilbervergiftung.

[Neues Medikament könnte durch blaues Licht die Behandlung](#)

von Krebs revolutionieren



Bei der Fotofarmakologie könnte es ein Durchbruch bei der Behandlung von [Krebs](#) geben. Ein revolutionäres **Medikament** das unter dem Einfluss von **blauem Licht** aktiviert wird. Es soll sicherer für den Patienten sein. Das Medikament wird von einem Team von Forschern aus München

entwickelt.

Dr. Margaret Alberts, Molekularbiologe, der auf eine Heilung hinarbeitet erklärt, dass die duale Kontrolle über seine Tätigkeit zu einem gewissen Grad zum Schutz der Patienten von Nebenwirkungen der **Chemotherapie** ist. Es ist auch eine Möglichkeit für eine wirksame Behandlung.

Das Medikament wird erst mit dem blauen Licht aktiviert. Wenn also während der Chemotherapie, jeweils nur die Stelle des **Krebses** beleuchtet wird, würden andere Gewebe nicht auf die schädlichen Wirkungen des Arzneimittels reagieren.

Das Team aus München ist mit der Entwicklung einer neuen Generation von Medikamenten beschäftigt die die Zellteilung verhindern.

Leider wird die neue Technologie nicht zur Zeit nicht verwendet werden um Krebs in den kommenden Jahren zu bekämpfen. Die Wissenschaftler werden weitere Studien durchzuführen müssen. Eine Idee ist Implantate zu verwenden die das blaue Licht alle paar Minuten ausstrahlen.

Quellen:

<http://www.eurekalert.org>

<http://www.cell.com>

<http://www.cancer.ucla.edu>

Kurkuma – das Heilmittel für traumatische Erinnerungen

Eine neue Forschung der Psychologen an der [City University of New York](#) hat erstaunliche Ergebnisse hervor gebracht.

Curcumin, der sekundäre Pflanzenstoff aus der Kurkuma-Heilpflanze (manche mögen diesen gelben Farbstoff der Kurkumapflanze eventuell bereits aus der ayurvedischen Praxis oder auch als Curry-ähnliches indisches Gewürz kennen), hat eine enorme Wirkung auf die psychischen Prozesse unseres Gehirns. **Curcumin** scheint den Forschungsergebnissen entsprechend, aktiv die Bildung von Angsterinnerungen im Gehirn zu schwächen. Dies hätte zu Folge, dass weitere interessante Alternativen für die medikamentösen Behandlungsmethoden psychischer Erkrankungen, wie beispielsweise für die posttraumatische **Belastungsstörung** (Abkürzung PTBS) erforscht werden können. Zumindest wurde mit diesen Forschungsergebnissen ein Fundament für weitere Forschungen in dieser Richtung geschaffen.



Nach Angaben der britischen [Daily Mail](#) zufolge, bestand der Test darin, Ratten vorerst mit bestimmten Klängen zu beschallen und somit in eine künstlich erschaffene Stresssituation zusetzen. Darauf folgend registrierten die Forscher eine

enorme Stress-Reaktion bei den Ratten. Einige Stunden später, nachdem die Ratten mit **Curcumin** behandelt wurden, sank der, durch den akustischen Reiz, entstandene Stresspegel und war bei den Versuchstieren kaum noch zu messen. Eine Reduktion des, in Stress- oder auch Angstsituationen ausgeschütteten Stresshormons Cortisol, konnte somit beobachtet werden.

Professor Glenn Schafe, der Leiter dieser Studie, sagte: “Dies deutet darauf hin, dass Menschen, die unter posttraumatischen **Belastungsstörungen** und anderen psychischen Störungen, die durch furchtbare Erinnerungen gekennzeichnet sind, im Wesentlichen aus einer mit **Curcumin** angereicherten Ernährung profitieren können.“

Die Ergebnisse der Studie zeigen, dass **Curcumin** geholfen hat schlechte Erinnerungen aus dem Gehirn der Ratten zu löschen. Autoren der Studie behaupten, dass Lebensmittel, die reich an **Curcumin** sind, auch Menschen mit PTSD und anderen psychischen Störungen helfen könnten.

Dieser Effekt ist auf die wohlbekanntes entzündungshemmenden Eigenschaften von **Curcumin** zurückzuführen. Die entzündlichen Prozesse werden seit längerem als mögliche Ursache vieler mentaler Erkrankungen aber auch bei Allergien, **Herz-Kreislauf-Erkrankungen** sowie Alzheimer-Erkrankungen, gehandelt. Entzündungsprozesse im Körper können somit auch an der Entwicklung psychiatrischer Krankheitsbilder, wie Depression, Angsterkrankungen oder eben der posttraumatischen

Belastungsstörung beteiligt sein. Einige dieser Entzündungswege spielen laut Forschung auch bei der Gedächtnisbildung eine Rolle und könnten damit gar mit [Demenz-Erkrankungen](#) in Zusammenhang gebracht werden.

Jedoch ist für ein besseres Verständnis des Problems definitiv mehr Forschung notwendig. Das heißt, sollten Sie selbst vermuten an einer dieser Erkrankungen zu leiden, ist der Gang zu einem Facharzt die Methode erster Wahl.

Eine weitere Überraschung scheint **Curcumin** jedoch noch zu haben. So wirkt sich das Gewürz nicht nur auf das Entfernen schlechter Erinnerungen aus, sondern nimmt ebenfalls auch Einfluss auf andere Krankheiten. Frühere Studien haben gezeigt, dass **Curcumin** von unschätzbarem Wert ist, um den Kampf gegen Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Arthritis aufzunehmen.

In Zukunft werden wir also noch jede Menge von **Curcumin** hören. Und selbstverständlich werden wir für Sie darüber berichten!

[Radieschen als Wundermedizin, auch bei Krebs?](#)

Radieschen ist ein Wurzelgemüse. Alle Teile der Pflanze sind essbar, entweder gekocht oder auch roh. Als Wurzelgemüse, absorbieren Radieschen Nährstoffe direkt aus dem Boden, in dem sie aufgewachsen. Daher ist die gesündeste Option, Bio-Gemüse zu kaufen.



Radieschen Bündel

Radieschen sind in verschiedenen Formen und Größen, von klein bis groß, länglich bis rund, in den Farben weiß, schwarz, pink, rot, gelb, grün und violett. Alle sind eine hervorragende Quelle für Vitamin C und andere Nährstoffe.

Die gesundheitlichen Vorteile des Verzehrs von Radieschen sind wirklich beeindruckend. Die positive Wirkung auf Leber, Magen, Nieren und Blase, Lunge, Herz-Kreislaufsystems und des Immunsystems, reinigt das Blut und entgiftet den Körper. Radieschen sind hilfreich in der **Behandlung** und Prävention von **Krebs**, Hepatitis, Verstopfung, Infektionen der Harnwege und Nieren-und Hauterkrankungen.



Radieschen im Salat

Für medizinische Zwecke wirken Radieschen in seiner gesamten

Form von Saft oder Konzentrat oder roh. Als Diätetische Behandlung von verschiedenen **Krankheiten** und Bedingungen sind Radieschen sehr zu empfehlen. Presseberichten zufolge haben Radieschen die Fähigkeit den Körper mit seinen medizinischen Eigenschaften gegen Krebs, insbesondere Dickdarm, Niere, Darm, Magen und **Mundkrebs** zu wirken.

Es wurde auch festgestellt, dass in Radieschen enthaltene [Isothiocyanate](#) eine erhebliche Auswirkung auf die genetischen Ursachen von **Krebszellen** haben. Veränderten sie so sehr, dass sie die Apoptose, den Zelltod zu verursachen, wodurch die Möglichkeit der Vermehrung von **Krebszellen** sich reduziert. Rettich Saft sollte für die Behandlung von Insektenstichen verwendet werden. Es wird Ihnen helfen, um mit lästigen Juckreiz zu lindern.

Quellen:

<http://www.organicfacts.net/health-benefits/...>

<http://www.associatedcontent.com/article/564...>

<http://www.everynutrient.com/healthbenefitso...>

6 Gründe warum man Kirschen essen sollte

6 gute Gründe um Kirschen zu essen

In der Rangliste der vorteilhaftesten Früchte sind sicherlich die Kirschen weit oben. Sie sollten wissen, dass die Saisonfrüchte weit mehr Funktionen haben als das appetitliche

Aussehen. Nach Einschätzung von Experten sind Kirschen sehr gut für Ihre Gesundheit.



Kirschen am Baum

Kirschen können Ihnen helfen, besser zu schlafen

Eine der weniger bekannten Eigenschaften der Kirschen ist, dass sie eine natürliche Quelle für **Melatonin**, ein Hormon, das den Schlafzyklus zu regulieren hilft. Während das im Handel erhältliche Melatonin in der Regel Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel verursacht. Diese Nebenwirkungen bekommen Sie aber nicht durch Kirschen. Experten raten, die Kirschen eine Stunde vor dem Schlafengehen zu essen.

Kirschen sind gut für das Herz-Kreislauf-System

Wieder Melatonin. Die Forscher fanden heraus, dass Menschen, die anfällig für **Herzinfarkte** sind in der Regel zu wenig Melatonin haben, dies kann durch den Verzehr von Kirschen korrigiert werden. Es hat sich gezeigt, dass die in den Kirschen vorliegende Verbindungen – Polyphenole – die Eigenschaft haben die Bildung von Blutgerinnseln zu verringern. Auch die Anthocyane, die in den Kirschen enthalten sind die Eigenschaft besitzen die Gefäße vor oxidativem Stress zu schützen.

Kirschen sind gut für das Gehirn

Die oben genannten Verbindungen – Melatonin, Polyphenole und **Anthocyane** – haben auch eine positive Wirkung auf die Gehirnfunktion. Sie schützen die Gehirnzellen vor oxidativem Stress und können eine positive Rolle bei der Prävention von verschiedenen Formen von Demenz spielen.

Kirschen sind ein natürliches entzündungshemmendes Mittel

Nach Ansicht von Experten sind es Anthocyane die [Entzündungen](#) verringern und keine Nebenwirkungen haben. die im Falle von allen anderen pharmakologischen Mitteln mit ähnlicher Wirkung auftreten. Kirschen essen kann auch Athleten helfen **Muskelschmerzen** zu vermeiden. Die Wirkung wurde sowohl in Bezug auf Langlauf als auch Krafttraining beobachtet.

Kirschen helfen Gicht-Attacken zu verhindern

Bei Patienten mit Gicht – einen schmerzhaften und sehr komplexen Form der Arthritis verringern schon zwei Kirschen am Tag das Risiko von Gichtanfall um 35 Prozent im Vergleich zu denen die keine Kirschen zu sich genommen haben.

Kirschen können helfen das Risiko von Krebs zu verringern

Es hat sich gezeigt, dass die in Kirschen enthaltenen Anthocyane das Risiko von **Krebszellen** reduzieren und helfen ihre Zerstörung stimulieren.