

# Diese Pflanze könnte die Lösung gegen die Antibiotikaresistenz sein!

## Ist das die Lösung der Antibiotikaresistenz?

In einem Artikel in dem wissenschaftlichen Berichte veröffentlicht werden, haben amerikanische Forscher herausgefunden, dass ein Extrakt Extrakt aus der Beere des brasilianischen Pfefferbaums den gefährlichen Methicillin-resistenten Staphylococcus aureus (MRSA) beeinflussen kann.



Die Zusammensetzung der Pflanze verhindert, dass die [Bakterien](#) durch die Ausscheidung von Toxinen ([Staphylococcus](#)), die das Gewebe schädigen absondern.

Professor Cassandra Quave hatan der Emory University herausgefunden, dass die Verwendung von Pflanzen für das Immunsystem eine Chance ist MRSA zu bekämpfen und Wundheilung zu verbessern..

Das Forschungsteam untersuchte die Verbindung an Mäusen und war erstaunt wie gut das funktioniert. Im zweiten Schritt wurde die Technik auch auf menschlichen Hautzellen getestet und scheint gut verträglich zu sein. Der Extrakt kann nicht alleine die Infektion beseitigen, sondern in funktioniert in Kombination mit anderen Therapien.

*Der Pfefferbaum wird im Amazonas von einheimischen Heilern verwendet, um Infektionen der Haut und der Weichgewebe zu behandeln. Zur gleichen Zeit wird es als ein Unkraut, systematisch von den Eigentümern in Florida entfernt.*

*Bakterielle Resistenz gegenüber Antibiotika verursacht 2.000.000 Fälle pro Jahr und mindestens 23.000 Todesfälle in den Vereinigten Staaten.*

Quelle:

<http://www.iflscience.com/health-and-medicine/brazilian-pepper-tree-helps-fight-off-antibiotic-resistant-superbugs/>

---

# Top 10 natürliche Antibiotika

## Teil 2

### 10 natürliche Antibiotika



Natürliche Alternative zu Tabletten.

#### 6 Kurkuma

Kurkuma ist ein Ingwergewächs, das in Südostasien und den Tropen kultiviert wird. In seiner Heimat wurde der Gelbwurz schon vor Jahrhunderten zur Heilung von umfangreichen Beschwerden eingesetzt. Seine **Heilwirkungen** hat Kurkuma vor allem dem Wirkstoff Curcumin zu verdanken. Das Curcumin gibt der Pflanze die Farbe und wird daher oft als Färbemittel eingesetzt. Diese Verwendung ist in Anbetracht seiner Heilwirkungen aber eigentlich große Verschwendung.

Das Curcumin macht das Ingwergewächs nämlich auch zu einem der

effektivsten [natürlichen Antibiotika](#) und Antiseptika. Der Stoff kann Entzündungen hemmen und vor spezifischen Bakterien schützen. Insbesondere hemmt Curcumin die Enzyme Cyclooxygenase-2, Lipoxygenase und NO-Synthase. Alle drei Enzyme sind vor allem an **Entzündungsprozessen** beteiligt. Die entzündungshemmenden Wirkungen des Curcumins werden heute mit dem zusätzlich krebshemmenden Effekt des Wirkstoffs in Verbindung gebracht, der sich in Studien am Tiermodell bestätigt hat.

Wegen seiner antioxidativen Wirkung geht Kurkuma außerdem gegen freie **Radikale** und damit oxidativen Stress vor. Konventionelle **Antibiotika** sind zu weitaus weniger in der Lage. Kurkuma ist nicht nur vielfältiger anwendbar, sondern stellt sich im Kampf gegen Infektionen außerdem als effektiver heraus. Während konventionelle Antibiotika in einer klinischen Studie kaum etwas gegen MRSA-Infektionen ausrichten konnten, wirkt Kurkuma wegen seiner blutreinigenden und harntreibenden Wirkung damals sogar effektiv gegen die multiresistenten Krankenhauskeime.

## 7 Echinacea

Echinacea werden auch **Sonnenhüte** genannt. Sie stammen aus der Familie der Kornblütler und werden schon von nordamerikanischen Indianern als Heilpflanze gegen Husten, Halsschmerzen und Entzündungen angewandt. Obwohl die Wirksamkeit des Sonnenhuts in der heutigen Wissenschaft umstritten ist, wird die Blume bis zur heutigen Zeit als Unterstützung bei der Therapie von Harnwegsentzündungen, Hautinfektionen und schlecht heilenden Wunden eingesetzt.

Insbesondere die Unterarten Echinacea purpurea, pallida und Echinacea angustifolia finden heute noch als Antibiotika Verwendung. Der Sonnenhut stärkt vor allem die körpereigene

Immunantwort. Neben **Polysacchariden**, **Alkylamiden** und **Polyacetylenen** enthält die Pflanze zu diesem Zweck Wirkstoffe wie Kaffeesäurederivate oder Cynarin. Diese Wirkstoffe stimulieren unspezifisch das Immunsystem und helfen dem Körper so, Viren und Bakterien besser abzuwehren. Sowohl entzündungshemmende, als auch abschwellende und antiseptische Wirkungen werden mit der Pflanze in Verbindung gebracht. Allerdings sind die wissenschaftlichen Studien zur tatsächlichen Wirksamkeit des Gewächses bislang eher widersprüchlich.

Neben positiven Ergebnissen liegen auch negative Ergebnisse vor. Aufgrund des verschiedenen Studiendesigns lassen sich die einzelnen Ergebnisse bislang nur schwer miteinander vergleichen.

## 8 Thymian

Als Gewürz ist der Lippenblütler Thymian speziell aus der mediterranen Küche kaum wegzudenken. Auf ähnliche Weise war das Gewächs als Heilpflanze seit dem achten Jahrhundert nicht mehr aus der Volksmedizin wegzudenken. Bald wurde die Pflanze als Antibiotikum für Arme bezeichnet. Die Betitelung als natürliches Antibiotikum hat sich das Gewächs redlich verdient gemacht, denn in Thymian sind mit Wirkstoffen wie Thymol, p-Cymen und Carvacrol ätherische Öle enthalten. Zusätzlich enthält die Pflanze Kaffeesäurederivate und Flavonoide sowie Triterpene.

Das Gewächs wirkt so zum Beispiel hemmend auf das Wachstum verschiedener Keime und damit auf die Entwicklung von Pilzen, Viren und **Bakterien**. Diese antibakteriellen, antiviralen und fungiziden Wirkungen sind mit **antiseptischen** sowie krampf- und schleimlösenden Effekten verbunden. So hilft Thymian nicht nur gegen Entzündungen und Infekte, sondern auch bei Erscheinungen wie Keuchhusten, da sein Wirkstoffe die Flimmerhärchen in den Lungen zum Schleimtransport anregen. Wie alle ätherischen Öle dringen auch die Wirkstoffe des Thymian schnell in die

Blutbahn durch, wo sie ihre volle Wirkung entfalten.

## 9 Salbei

Wie kann ein Mensch sterben, wenn in seinem Garten Salbei wächst? Dieser Satz war im 13. Jahrhundert ein Leitsatz der Volksmedizin. Auf die **Heilwirkungen** des blau-violett blühenden Lippenblütlers bezieht sich schon sein ursprünglicher Name: *Salvia officinalis*. Im Lateinischen bedeutet "salvare" so viel wie heilen. Vor allem gegen Atemwegserkrankungen und Mund-Rachen-Erkrankungen wurde das Gewächs früher eingesetzt. Im alten Rom genoss die Pflanze wegen seiner heilenden Wirkung schon im sechsten Jahrhundert Ansehen als Volksantibiotikum und wurde von den Benediktinermönchen über Jahrhunderte hinweg als Heilmittel kultiviert.

Neben seinen antibakteriellen Effekten birgt Salbei vor allem **entzündungshemmende** Effekte. Für seine antimikrobielle und antiseptische Wirksamkeit sind seine ätherischen Öle verantwortlich, zu denen zum Beispiel Thujon zählt. Davon abgesehen sitzen in Salbei Tannine wie Rosmarinsäure, die zusammenziehend wirken. Anders als konventionelles Antibiotikum greift Salbei keine gesunden Zellen an und schont die guten Bakterien der Darmflora, die im Rahmen von herkömmlichen Behandlungen mit Antibiotika oft Schaden nehmen. Klinische Studien haben die antibiotische Wirksamkeit und Verträglichkeit der heilsamen Pflanze bislang mehrmals bestätigt.

## 10 Grapefruitkernextrakt

Grapefruitkernextrakt gewinnt man aus den zermahlenden Kernen und der Schale einer Grapefruit. Bei einer Beobachtung der Fruchtkerne auf dem Komposthaufen entdeckte der Mediziner J. Harich im 20. Jahrhundert deren Resistenz gegenüber

verschiedener **Keime**. Fäulnisbakterien, Schimmelpilze und Viren können von Schutzmechanismen der Kerne abgebaut werden. Die **Zellwände** von Bakterien und Pilzen werden von dem Kernextrakt zum Beispiel angegriffen und die Zellanteile sickern so aus oder erleiden gewaltige Funktionseinbussen, was die Mikroorganismen verhungern lässt. Für diesen Effekt verantwortlich sind vor allem die sekundären Pflanzenstoffe der Grapefruitkerne, so insbesondere ihre **Bioflavonoide**.

Die antimikrobielle Wirkung der Kerne konnten Forscher später auch am Menschen beobachten. Sowohl gegen Infektionserkrankungen, als auch entzündliche Prozesse hat sich das Grapefruitkernextrakt mittlerweile also als effektives Naturantibiotikum bestätigt. Eine Studie aus dem Journal of Alternative and Complementary Medicine bestätigt 2002 zum Beispiel die antivirale Wirkung des Extrakts. Die University of Texas konnte mit einer Studie kurz darauf die antibakteriellen Wirkungen bestätigen.

Die Wirksamkeit soll sich 2004 laut einer Studie der Manchester Metropolitan University sogar für Patienten mit den Krankenhauskeimen MRSA erwiesen haben. Noch im selben Jahr bestätigte eine polnische Studie die Effektivität der Grapefruitkerntherapie gegen das aggressive Magenbakterium *Helicobacter pylori*, das gerne in Gastritis oder sogar Magenkrebs ausufert. Grapefruitkerne blockieren anders als konventionelle Antibiotika übrigens auch Pilzinfektionen. Das macht sie dem herkömmlichen Antibiotikum meilenweit überlegen, da die konventionelle Arznei Pilzbesiedelungen sogar begünstigt.