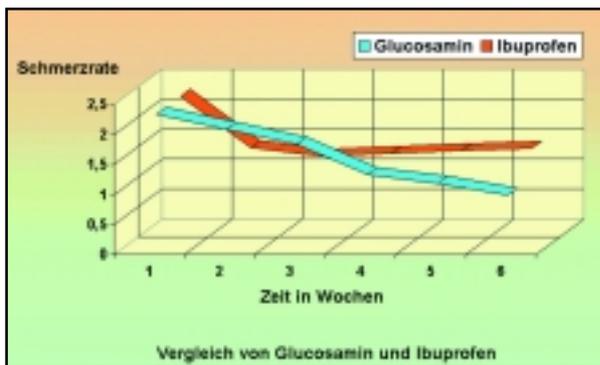


Glucosamine gegen Entzündungen

Was sind Glucosamine?

Sicherlich haben Sie schon davon gehört oder gelesen, dass Extrakte aus Haifischknorpel oder Grünlippiger Muscheln Entzündungen reduzieren und Gelenkknorpel wieder ausbauen können.



Vergleichstabelle

Weniger bekannt dürfte der Wirkstoff Glucosaminsulfat sein.

Aber genau dieser Wirkstoff kommt verschlüsselt in Haifisch- oder Muschelextrakten vor.

Glucosaminsulfat ist eine natürliche Substanz, welche in hoher Konzentration in Gelenkstrukturen vorkommt.

Als Nahrungsergänzung eingenommen, scheint Glucosamin Sulfat das beste natürliche Heilmittel gegen Arthrose und Osteoarthritis zu sein. Die Hauptwirkung von Glucosamin ist die Bildung von Knorpelsubstanz, indem es die Produktion von Wirkstoffen stimuliert, welche für die Knorpelreparatur benötigt werden.

Studien zeigen, dass der Körper im Alter die Fähigkeit verliert, ausreichende Mengen Glucosamin zu produzieren. Als Folge kann der Knorpel in den Gelenken nicht mehr ausreichend Wasser speichern. Er verliert daraufhin seine stoßabsorbierende Wirkung.

Vieles deutet darauf hin, dass die verminderte Glucosaminproduktion, die Hauptursache für Osteoarthritis ist. Mehrere medizinische Doppelblindstudien bestätigten, dass Glucosamin nicht nur Knorpelsubstanz regeneriert, es reduziert auch Entzündungen und Schmerzen.

Dabei ist Glucosamin keine eigentliche schmerz- oder entzündungshemmende Wirksubstanz wie z.B. Aspirin, Ibuprofen oder andere Antirheumatika. [Ref. 14-16]

Die therapeutische Bandbreite von Glucosamin ist 10 bis 30 fach günstiger zu sehen, als die herkömmlicher Antirheumatika [Ref. 14]. Da Glucosamin kein Schmerzmittel ist, benötigt es eine gewisse Zeit bis sich positive Wirkungen einstellen. Bei längerer Einnahme ist der schmerzreduzierende Effekt besser, als der des Schmerzmittels Ibuprofen (siehe Vergleichstabelle oben).

Grünlippige Muschel- und Haifischknorpelextrakte werden wegen ihres Anteiles an den Wirkstoffen Glucosaminglycan und Mucopolysacchariden zur Therapie bei Gelenkproblemen und zur Reduktion von Entzündungen angeboten. **Die Bioverfügbarkeit dieser Substanzen liegt im günstigsten Falle bei maximal 8%.**

Im Gegensatz hierzu liegt die Aufnahmefähigkeit von Glucosaminsulfat bei 98% [Ref. 17-18].

Warum ist die biologische Verwertbarkeit von Glucosaminglycan in Haifisch-oder Muschelextrakten so gering? Ein Baustein von Glucosaminglycan ist Chondroitin Sulfat. Dieser besteht aus einer Aneinanderreihung von Glucosaminsulfat-Molekülen, die mit Zuckermolekülen verbunden sind.

Die Moleküle von Glucosaminglycan sind wegen dieser Aneinanderreihung von Glucosaminsulfat-Molekülen so groß, dass sie nur sehr schlecht über die Darmwand in die Blutbahn gelangen. Sie werden von der Darmwand zurückgehalten, vergleichbar wie Kaffeepulver vom Kaffeefilter zurückgehalten wird.

Der US Wissenschaftler Prof. Dr. med. Micheal T. Murray schreibt:

„Um Knorpelsubstanz zu regenerieren und Entzündungen abzubauen ist es besser reines Glucosaminsulfat einzunehmen, als schlecht resorbierbares Chondroitin Sulfat oder Haifischknorpel- oder Grünlippige See- muschelextrakte.“

Murray vergleicht den Unterschied der Ausgangsstoffe mit „reinem Gold“ (Glucosamin Sulfat) und „Erde in der nur Goldstaub vorkommt“. [Ref. 21]

In den meisten klinischen Studien, in denen die Glucosaminglycan-Aufbereitungen aus Extrakten der Grünlippigen Muschel erfolgreich getestet wurden, waren die Wirksubstanzen injiziert (gespritzt) worden [Ref. 17, 19, 20]. Dieselben Wirksubstanzen oral eingenommen, wirkten dagegen kaum.

Reines Glucosaminsulfat ist aus der klinischen Perspektive gesehen, oral eingenommen, sehr wirksam. Als tägliche Dosis wird 1500 mg Glucosaminsulfat empfohlen. Den Wirkstoff sollte man mit den Mahlzeiten einnehmen.

Wir möchten an dieser Stelle auf eine weitere Problematik hinweisen. Speziell über die Giftbelastung „Grünlippiger Muschelextrakte“ wird international viel diskutiert. Muscheln filtern für ihren Nahrungsbedarf Schwebeteilchen aus dem Wasser. Dazu müssen sie große Mengen Wasser durch ihren Körper pumpen. So beträgt bei einer kleinen Auster die Pumpleistung pro Tag ca. 1000 Liter.

Das Problem ist nicht die Wasserqualität in Neuseeland, wo die Grünlippigen Muscheln in großen Wasserfarmen gezüchtet werden. Es sind die Ausscheidungen von hunderttausenden dieser Muscheln selbst, die zu einer Selbstvergiftung (Intoxikation) führen können.

Dieselbe Problematik kennt man auch bereits aus der Lachs-, Catfish-, und Scampizucht in Europa, USA und Asien, wo auch bereits Antibiotika in das Futter gemischt werden muss.

Haifischen, die als Beifang in Netzen landen, werden bei lebendigem Leib die Flossen abgeschnitten und die verstümmelten Fische darauf wieder ins Wasser geworfen.

Hingegen wird heute „modernes“ Glucosaminsulfat über Fermentation aus Pflanzenstoffen gewonnen. Die Kosten pro Tag für eine Dosierung von 1.500 mg Glucosaminsulfat liegen bei 1,10€.

Quelle: Veröffentlichung des „Vitality-Gesundheits-Schutz-Projektes“ im Oktober 2001

Weitere Informationen zu Therapie-Empfehlungen bei chronisch entzündlichen Erkrankungen (Ernährungsumstellung plus gezielte Zufuhr von Mikronährstoffen)

können bei mir zum Selbstkostenpreis angefordert werden:

Matthias Grötz

Tel. 0251/2855 610 Fax: 0251/2855 609

e-mail: info@gesundeseiten.de