

VON ÄRZTEN EMPFOHLEN

Das Geheimnis eines
langen
Lebens
ohne Krankheiten

**Ein verblüffendes Naturwunder
aus dem Meer enthält alles
was Sie brauchen für ein langes
und gesundes Leben**

Dr. med. Eberhard Hartmann

Das Geheimnis eines langen Lebens ohne Krankheiten

Ein verblüffendes Naturwunder aus dem Meer
enthält alles, was Sie brauchen für ein
langes und gesundes Leben

Dr. med. Eberhard Hartmann

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
TEIL 1	
Immer gesund – niemals krank – ein Traum?	6
Machen Sie diesen Test	8
Übersäuerung ist die Zivilisationskrankheit Nr. 1	10
Eine einfache Formel: Mehr Kalzium bedeutet mehr Sicherheit vor Übersäuerung und damit ein Mehr an Gesundheit	14
Was sind Entzündungskrankheiten?	18
Unser Körper brennt	19
Unsere täglichen Entzündungskrankheiten: Herzinfarkt und Schlaganfall	20
Freie Radikale	23
Entzündungen in den Blutgefäßen	29
Wie man Entzündungskrankheiten im Körperinnern vorbeugen kann	27
Fisch auf den Tisch	28
Von den Ureinwohnern lernen und gesund bleiben	29
Omega-3-Fettsäuren schützen	30
Schutz vor Herzinfarkt und Schlaganfall	31

TEIL 2

Pinguine haben kein Cholesterinproblem

**Heilung, die aus der Kälte kommt –
perfekte Rezeptur der Natur: Antarktis Krill** 33

Was ist Krill? 34

Antarktis Krill 35

Persönliche Erfahrungsberichte 39

TEIL 3

Antarktis Krill im Einsatz

Gesund durch Antarktis Krill 41

Persönliche Erfahrungsberichte 43

**Krankheiten bei denen Antarktis Krill
heilend wirkt** 45

Persönliche Erfahrungsberichte 52

TEIL 4

Kann Antarktis Krill positiv gegen Krebserkrankungen eingesetzt werden?

**Die Bedeutung von Omega-3 in Fällen von Krebs und
anderen Krankheitsbildern** 56

Fassen wir zusammen: 60

Antarktis-Krill hilft 61

**Verschiedene klinische Studien haben
nachgewiesen, dass Antarktis Krill...** 62

Antarktis Krill ist Natur 63

Vorwort

Liebe Leserin,
lieber Leser!

Ich weiß, dass viele von Ihnen Übersäuerung oder Sodbrennen für harmlos halten. Wussten Sie aber, dass Übersäuerung (Acidosis) krank macht?

Die meisten unserer Nahrungsmittel sind „Säurebildner“, wie beispielsweise Fleisch, Weißmehlprodukten, Süßigkeiten und Kaffee. Wenn wir zu viel davon zu uns nehmen, wird die Körperflüssigkeit sauer und der Mensch krank, man ist „übersäuert“. Anzeichen für eine Übersäuerung können sein, dass man sich unwohl fühlt, überfordert, lustlos, müde, erschöpft oder leistungsschwach.

Aber unser Körper wehrt sich und kämpft gegen die Übersäuerung an. Dabei will er verhindern, dass die Zellen von diesen Säuren verätzt und zerstört werden. Deshalb versucht er, die überschüssigen Säuren an körpereigene Mineralien zu binden, das heißt zu neutralisieren um sie dann als Schlacke im Körper abzulagern. Das allein ist schon gefährlich, doch geschieht bei der Übersäuerung noch etwas anderes. Der Körper braucht immer mehr Mineralien, um die Säuren zu binden. Wenn aber nicht genügend Mineralstoffe durch unsere Nahrung zugeführt werden, werden die fehlenden Mineralien aus dem eigenen Organismus geraubt mit der Folge: Mineralienmangel. Der Nobel-Preisträger Linus Pauline sagt: „Jede Krankheit ist direkt mit einem Mineralmangel verbunden.“

Forscher entdeckten, dass über 200 Krankheiten direkt mit Mineralienmangel in Verbindung stehen, etwa Diabetes, Arthritis, Herzkrankheiten, Gallen- und Nierensteine und viele mehr. Das bedeutet, dass die durch die Nahrung aufgenommene Menge an Mineralien nicht mehr genügt, um unsere Gesundheit zu erhalten. Um uns selbst zu schützen, müssen wir zusätzliche Mineralien aufnehmen.

Seit 1995 untersucht Dr. Grillo auf der Forschungsstation Artiga am Eiskontinent wie sich Krill auf den tierischen Organismus auswirkt. Er fand heraus, dass sich bei Pinguinen, egal welchen Alters, keine Ablagerungen in den Blutgefäßen bilden,

wie sie für Arteriosklerose typisch sind. Er schloss daraus, dass ihre Ernährung, die hauptsächlich aus Krill besteht, dafür verantwortlich sein könnte.

Krill ist ein norwegisches Wort und heißt übersetzt Walnahrung. Krill bildet die Grundlage für das Ökosystem der Antarktis und ist die Hauptnahrung von Walen, Robben, Eisfischen, Tintenfischen, Pinguinen und Albatrossen. Es gibt unermesslich viel davon. Und man kann daraus wichtige Nahrungsergänzungstoffe wie Antarktis-Krill gewinnen.

Antarktis-Krill ist variabel einsetzbar und hilft bei Rheuma, hohem Cholesterin... kurz: bei allen Entzündungskrankheiten und Gelenkschmerzen... kann aber auch gegen Krebserkrankungen erfolgreich sein. Ein nicht uninteressanter Nebeneffekt: bei Einnahme von Antarktis-Krill hat man mehr Energie zur Verfügung. Man fühlt sich vitaler und lebendiger.

Antarktis-Krill ist ein Produkt direkt aus der Natur. Durch die richtige Zusammensetzung und Dosierung in den Antarktis-Krill-Kapseln wird Natur direkt an den Menschen weitergegeben.

Weil ich um die Wichtigkeit von Antarktis-Krill für das Wohlergehen weiß, habe ich alles Wissenswerte in diesem Dossier zusammengefasst.

Sie können mehr für Ihre Gesundheit tun als Sie glauben und werden dabei wie von selbst eine neue Lebensqualität entdecken.

Dies wünsche ich Ihnen von Herzen!

Dr. med. Eberhard Hartmann

TEIL 1

Immer gesund – niemals krank – ein Traum?



Die perfekte Rezeptur aus der Natur.

Vorbeugen und Heilen bei Übersäuerung und Entzündungskrankheiten

Wenn wir den Traum träumen wollen, für immer gesund und niemals krank zu sein, so liegt die Vermutung nahe, dass wir dafür eine Mischung aus einer ganz bestimmten Zauberformel, Glück und einen sehr guten Arzt brauchen. Um dieses Ziel zu erreichen wäre dazu noch ein robuster Körper, dem Krankheit nichts anhaben kann, hilfreich. Doch leider: Trotz aller Fortschritte, die die Medizin beinahe täglich macht, wird ewige Gesundheit wohl für immer ein Traum bleiben. Ein Traum aber, der uns etwas Wichtiges lehren kann: wir müssen uns um unsere Gesundheit kümmern – ständig und vorbeugend!

Gesundheit ist ein hohes Gut

Man kann heute schon sehr viel selber tun, damit die eigene Gesundheit erhalten oder wenigstens stabilisiert bleibt. Viele Krankheiten, denen wir vor Jahren noch beinahe hilflos gegenüber standen, können heute schon geheilt oder zumindest kontrolliert werden.

So sehr wir auch täglich die Schattenseiten des Fortschrittes erleben, in der Medizin und speziell in der Heilung von Krankheiten sind immer größere Erfolge zu verzeichnen.

Die Natur heilt.

In den letzten Jahren sind kritische Stimmen laut geworden, die eine natürliche Heilung präferieren. Die Argumente dafür sind einfach und ohne weiteres nachvollziehbar: der Mensch ist ein Naturwesen, warum sollte man also nicht auch mit natürlichen Heilmitteln Krankheiten begegnen? Aber wenn er feststellt, dass es auch natürliche Heilmittel gibt, die die Gesundheit erhalten, das Wohlergehen fördern und den Körper und Geist stärken, will niemand den Erfolg der Pharmazie und der Entwicklung von Medikamenten durch Chemie schmälern.

Es ist jedoch einfach eine Tatsache, dass wir in der Natur alles finden, was uns helfen kann gesund zu werden und gesund zu bleiben. Folglich können wir zu Recht sagen, dass wer die Natur und ihren Heilungsprozess kennt, auch auf natürliche Weise heilt.

Natürliche Harmonie

Träumen wir einmal ein wenig vor uns hin und fragen uns, ob es nicht wunderbar wäre, über ein natürliches Mittel zu verfügen, das den Körper heilt und unseren Geist wieder freimachen kann, um neuen Abenteuern und neuen Herausforderungen zu begegnen? Ja, das wäre wirklich wunderbar. Folglich ergäbe sich daraus unser Ziel wie von selbst: Gesund und gestärkt, frei von riskanten Eingriffen und bereit, mit sich selbst in Harmonie und Gesundheit zu leben, das sollte unser Ziel sein.

Das erfreuliche ist nun, dass es den Weg dorthin gibt und zwar hier und jetzt. Wir müssen lediglich wissen, was die Ursache vieler Krankheiten ist, die uns tagtäglich plagen und dann einen Wirkstoff finden, mit dem wir dagegen vorgehen können. Idealerweise findet man einen solchen Wirkstoff in der Natur.

Dankenswerterweise sind wir gar nicht so weit von der Erfüllung unseres Traumes entfernt, denn für viele Krankheiten gibt es einen solchen Wirkstoff und zwar, entweder zur Vorbeugung oder zur Heilung. Beides ist möglich. Und wie das genau zusammenhängt, das wollen wir auf den folgenden Seiten untersuchen und erfahren.

Machen Sie diesen Test jetzt:

Ehe wir weitermachen, möchte ich Sie bitten, sich fünf Minuten Zeit zu nehmen, fünf Minuten, die Ihr Leben verändern können. Machen Sie einmal folgenden Test und beantworten Sie dabei für sich folgende Fragen:

- Sind Sie öfters müde?
- Haben oder hatten Sie Sodbrennen?
- Fühlen Sie sich manchmal gereizt?
- Leiden Sie unter Gelenkschmerzen?
- Fühlen Sie sich oft unwohl oder überfordert?
- Sind Sie öfter lustlos, müde, erschöpft, leistungsschwach?
- Leiden Sie unter Schwellungen?
- Leiden Sie unter Blähungen?
- Haben Sie manchmal das Gefühl, als ob Ihnen alles zu viel wird?
- Kennen Sie Angstzustände in ihrem Leben?
- Haben Sie Stimmungsschwankungen?
- Leiden Sie unter Heißhunger?
- Fühlen Sie sich übergewichtig?
- Fühlen Sie manchmal Schmerzen in den Händen?
- Haben Sie nach dem Aufstehen Gelenk- oder Gliederschmerzen?
- Leiden Sie an Rheuma, Arthrose oder Arthritis?

Und noch speziell für Frauen:

- Leiden Sie unter Schmerzen vor Ihrer monatlichen Regel (PMS - prämenstruelles Syndrom)?
- Leiden Sie unter Unterleibsschmerzen?

Auflösung

Wenn Sie mehr als einmal mit **JA** geantwortet haben, dann sollten Sie unbedingt weiterlesen. Denn in dieser Liste haben wir es mit Hinweisen zu tun, die auf Symptome bestimmter Krankheiten hinweisen können.

Wenn Sie also weiter lesen, dann erfahren Sie, wie man den Heilungsprozess wirkungsvoll unterstützen kann.

Es gibt zwei Hauptursachen vieler Krankheiten, die wir jetzt behandeln wollen:

Entzündungskrankheiten Übersäuerung

Möglicherweise können Sie sich jetzt noch nicht allzu viel darunter vorstellen, aber bald werden Sie genau unterscheiden können, dass dies Hinweise für Ursachen von vielen Krankheiten sind und gleichzeitig ein Fingerzeig dafür wie wir sie heilen können!

Dieses Wissen ist deshalb wichtig, weil man nur dann genau erkennen kann, was man dagegen tun kann. Wie sich Entzündungskrankheiten wirkungsvoll von „innen“ her bekämpfen lassen, das wollen wir nun diagnostizieren.

Dabei werden Sie erfahren, warum Übersäuerung als Ursache vieler Krankheiten gilt und dass jede Krankheit - vor allem chronische Leiden - mit einer Störung des Säure-Basen Gleichgewichtes einhergeht. Anders gesagt: Ein Kalzium- und Mineralmangel ist die Ursache vieler chronischer Krankheiten.

Wie Sie dies vermeiden und vor allem wie Sie Ihre eigene Gesundheit schützen, das zeigen wir Ihnen auf den folgenden Seiten!

Erinnern Sie sich, Sodbrennen kann ein Hinweis sein, denn:

Übersäuerung ist die Zivilisationskrankheit Nr.1!

In den letzten Jahren war der „saure Regen“ immer wieder ein Thema, das die Medien beherrschte. Wer aber spricht davon, dass die gleichen Schadstoffe, die unsere Wälder zugrunde richten, auch eifrig dabei sind, unsere eigene Gesundheit zu zerstören?

Der saure Regen sorgt immer wieder für Schlagzeilen, aber – wir vergessen das zu schnell – der „saure Mensch“ wird es in Zukunft tun. Denn die gleichen Schadstoffe, die unsere Wälder zugrunde richten, sind auch eifrig dabei, unsere Gesundheit zu zerstören. Mehr als 90 Prozent der Bevölkerung in Europa zählen zur Kategorie „saurer Mensch“.

Übersäuerung (Acidosis) ist ein Volksübel geworden, das verharmlost wird. Doch Übersäuerung macht auf Dauer krank.

Wie kommt das?

Es ist eine Tatsache, dass rund 80% unserer Ernährung aus „Säurebildnern“ bestehen, aus Nahrungsmitteln wie Fleisch, Weißmehlprodukten, Süßigkeiten und Kaffee, die sauer verstoffwechselt sind. Nur etwa 20% (wenn überhaupt) sind Basenbildner wie Obst, Gemüse, Kräuter und stilles Mineralwasser.

Wissenschaftler haben entdeckt, dass Körperflüssigkeiten von gesunden Menschen alkalisch (tiefer pH-Wert) sind, während die Körperflüssigkeiten von kranken Menschen sauer (hoher pH-Wert) sind. Im Prinzip wäre dies gar nicht so schlimm, denn damit unsere Zellen nicht von diesen Säuren verätzt und zerstört werden, bemüht sich der Körper, den pH-Wert des Blutes konstant zwischen 7,3 und 7,4 zu halten. Aber irgendwann wird dies unserem Körper zu viel.

Wird ein bestimmter Säurewert im Körper überschritten, ist der Betroffene „übersäuert“. Ein solcher Mensch fühlt sich unwohl, überfordert, lustlos, müde, erschöpft, leistungsschwach. Das kann die Ursache vieler chronischer Beschwerden und Leiden sein.

Um zu überleben, ist der Körper - um fast jeden Preis - gezwungen, die überschüssige Säuren an körpereigene Mineralien zu binden. Das heißt er neutralisiert sie und lagert sie als Schlacke im Körper ab.

Was kann man nun dagegen tun? Durch Zufuhr an Mineralien kann dieser Mangelzustand ausgeglichen werden. Doch leider genügt die heutige durch die Nahrung aufgenommene Menge an Mineralien nicht mehr, um unsere Gesundheit zu schützen. Mineralien müssen deshalb zusätzlich eingenommen werden.

Der Nobel-Preisträger Linus Pauline sagt: „Jede Krankheit ist direkt mit einem Mineralmangel verbunden.“ Deshalb sollten Zweidrittel unserer Ernährung Mineralien sein.

Jedes Mineral übernimmt entscheidende Funktionen in unserem Körper. Bei einer Übersäuerung versuchen sowohl die Pflanzen als auch der Mensch, Basenbildner wie z. B. Kalzium von irgendwoher zu bekommen. Und – das ist das wirklich besorgniserregende - wenn sie dies nicht in der Nahrung finden, dann werden die Mineralien aus dem eigenen Organismus geraubt! Die Folge davon ist: Mineralienmangel.

Man wird krank!

Forscher entdeckten, dass über 200 degenerative Krankheiten direkt mit Kalzium Mangel in Verbindung stehen, Krankheiten wie Diabetes, Arthritis, Herzkrankheiten, Gallen- und Nierensteine, Krebs und viele mehr. Krebs, so sagen die Säureforscher, ist nichts anderes als das Endstadium einer über Jahrzehnte hinweg wirkenden Säurekatastrophe im eigenen Organismus.

Der Mensch – eine wandelnde Mülldeponie?

Bindegewebe, Blutkreislauf, Lungen und Nieren sind unermüdlich dabei, den Körper von schädlichen Säureabfall zu befreien.

Das Bindegewebe ist so wichtig wie unser Blut. Von seiner Beschaffenheit und regulativer Fähigkeit hängen alle Organe des ganzen Organismus ab. Es bildet den eigentlichen Nährboden, das Milieu, für die Zellen. Wie die Pflanze von der Bodenbeschaffenheit, ist die menschliche Zelle von der Beschaffenheit des Bindegewebes abhängig. Wenn wir uns bewegen und genügend Mineralien zuführen, kann unser Bindegewebe die eingelagerten Abfallstoffe immer wieder loswerden. Oft aber sind sie überfordert. Dann kommt es im Organismus zur Säurekatastrophe, deren harmloseste Anzeichen noch das Sodbrennen ist.

Was passiert wenn die körpereigene Säuredeponie voll ist?

Das Bindegewebe („Vomiere“) ist bildlich gesprochen zu einer großen Zwischenmülldeponie in unserem Körper verkommen. Wenn die Nieren mit dem Ausscheiden von Säureabfall überfordert sind, werden die gefährlichen Abfallprodukte im Bindegewebe zwischengelagert.

Das bedeutet, dass die Gifte aber dort landen, wo sie nicht hingehören: beispielsweise im Bereich von Gelenken. Die Säurespezialisten unter den Ärzten sprechen davon, dass Rheuma und die Polyarthrit nur eine Folge der übermäßigen Ablagerungen von Säuren und sonstigen biologischen Giften im Körper sind mit ernsthaften Folgen:

Eine andauernde Übersäuerung des Organismus bedeutet Krankheit auf der ganzen Linie. Oder drastisch gesagt: Säure bewirkt auf unterschiedlichen Wegen allmählich die komplette Zerstörung unserer Gesundheit.

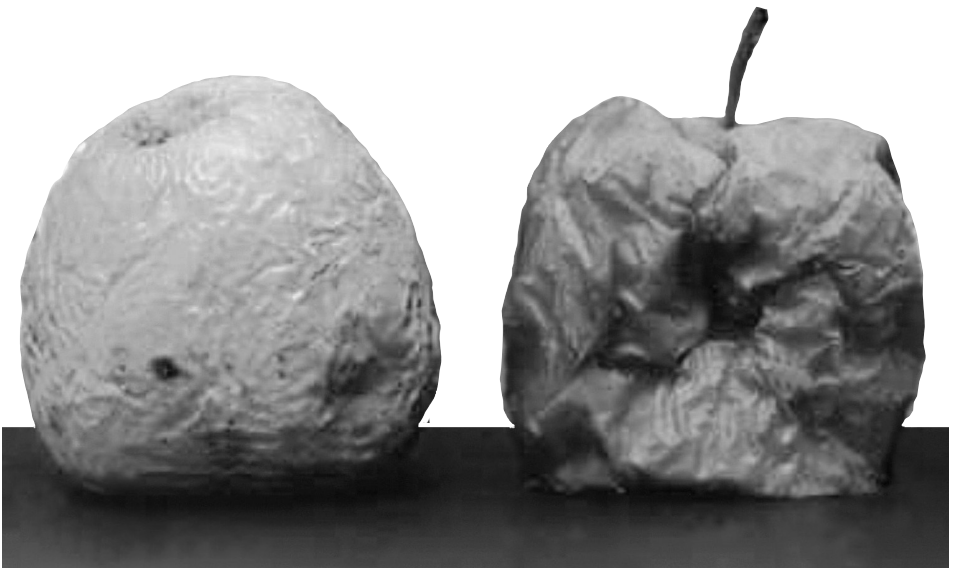
Machen wir einen einfachen Test:

Nehmen wir einen Apfel, der mit ionisiertem Korallen-Wasser besprüht wird und daneben einen, der nicht damit besprüht wird. (Korallen-Wasser ist mit Mineralien aus Korallen angereichert und enthält viel Kalzium.)

Nach drei Monaten sieht man einen deutlichen Unterschied: Der Apfel, der mit Korallen-Wasser besprüht wurde ist nicht gealtert und gesund, während der andere abgestorben und verwelkt ist.

Was bedeutet das?

Das bedeutet, dass das Altern des Organismus weitgehend vom Zustand des Bindegewebes abhängig ist. Ein übersäuertes Bindegewebe führt zur schnellen Alterung der Zellen und Organsysteme. Wenn aber der Körper – in unserem Falle der Apfel – mit Korallen-Wasser besprüht wird, schützt dieses Wasser den Apfel und gibt ihm gleichzeitig das notwendige Kalzium. Dieser Prozess ist auch auf den Menschen übertragbar. Daraus können wir lernen.



Der linke Apfel wurde nur mit ionisiertem Korallen Wasser besprüht, der rechte Apfel wurde nicht besprüht und anschliessend wurden beide Äpfel drei Monate lang aufbewahrt

Eine einfache Formel: Mehr Kalzium bedeutet mehr Sicherheit vor Übersäuerung und damit ein Mehr an Gesundheit

Heute ist bewiesen, dass jede Krankheit - vor allem chronische Leiden - mit einer Störung des Säure-Basen Gleichgewichtes einhergeht.

Kalzium und Krebs

Auf einen direkten Zusammenhang zwischen Kalziummangel und Krankheiten wurde hingewiesen. Könnte ein ähnlicher Zusammenhang zwischen Kalziummangel und Krebs bestehen?

Die Krebserreger (Karzogene) sind freie Radikale, die extrem reaktionsfreudig sind. Sie gelangen in unseren Körper durch Nahrungsmittel z.B. ungesättigte Fettsäuren, Nahrungszusatzstoffe wie Nitrate oder durch das Einatmen von Benzol und Teer des Zigarettenrauches.

Der Körper hat verschiedene Verteidigungs-Mechanismen um sich gegen die Offensive von Karzinogenen in der Zelle zu schützen. In einer gesunden Zellflüssigkeit, die mit Kalzium gepuffert ist und einen pH-Wert von 7,4 bis 6,6 aufweist können sich diese mutierten Rezeptoren nicht bilden.

In einer gesunden, leicht alkalischen, mit Kalzium gepufferten Zellumgebung, sind die Bedingungen für das Wachstum von Krebs nicht vorhanden. Eine entscheidende Rolle bei der Krebsbehandlung kann in Zukunft also der Kalzium-Faktor spielen.

Kalzium und Herzkrankheiten

Herzkrankheiten sind die häufigsten Todesursachen in Europa und USA. Jeder

zweite Mensch stirbt in diesen Regionen an Herzkrankheiten, jeder dritte bereits an Krebs. Voraussetzung für diesen häufig tödlich verlaufenden Eintritt der lokalen Säurekatastrophe am Herzmuskel ist eine jahrelange Übersäuerung des Körpers. Der wichtigste Aspekt der Herzkrankheiten ist nicht die biochemische Funktion des Herzmuskels, sondern die Zusammensetzung der Flüssigkeit die durch den Muskel fließt, das Blut!

Neue Forschungen zeigen, dass die Fähigkeit des Herzmuskels sich zusammenzuziehen und zu lösen, von genügend Kalziumionisation abhängig ist. Durch Ablagerungen (Plaque) in den Arterien, verdicken und verhärten die Arterienwände (Arteriosklerose). Diese Ablagerungen werden verschiedenen Ursachen zugewiesen, mangelnde Bewegung und falsche Ernährung hat sich als wichtigste Ursache erwiesen.

Wird durch dieses übersäuerte Milieu die Muskulaturschicht in den Arterien zerstört, startet der Körper eine Verteidigungsstrategie. Er versucht die zerstörten Muskulaturschichten mit Ablagerungen abzudecken und die entstandenen „Löcher“ zu stopfen. Ohne diese Maßnahme besteht die Gefahr, dass die Arterien reißen könnten und dies zum sofortigen Tod führen würde.

Wären aber genügend Kalziumionen vorhanden gewesen, um den kritischen pH-Wert von 7,4 halten zu können, wäre der Zellerfall durch übersäuerte Körperflüssigkeiten gar nicht aufgetreten. Der Körper müsste diese Reparaturmaßnahme, die Ablagerungen auf den Arterienwände gar nicht erst starten.

Kalzium und Osteoporose

Dass bei Frauen dabei Hormonmangel eine Rolle spielt, ist unbestritten. Da in den Wechseljahren die Produktion des weiblichen Hormons Östrogen nachlässt, geraten die knochenregulierenden Hormone im Körper ins Ungleichgewicht:

Das sogenannte Parathormon, das den Kalziumgehalt im Blut immer auf einem bestimmten Spiegel hält und zu diesem Zweck u.a. auch den Abbau von Knochen steuert, gewinnt an Übermacht.

Das ist besonders schlimm, wenn insgesamt zu wenig Kalzium mit der Nahrung zugeführt wird oder wenn durch die chronische Übersäuerung des Körpers das Kalzium in erster Linie zum Ausgleich der Säurezustände herhalten muss.

Sie erinnern sich: Der Körper braucht Kalzium und falls er das Kalzium nicht aus der Nahrung erhält, raubt er es sich sozusagen aus dem eigenen Bestand. Um also den lebenswichtigen Blut pH-Wert von 7,4 zu halten, holt sich der Körper das nötige Kalzium aus den Knochen. Die Folge davon: Krankhafte Knochenentkalkung (Osteoporose) durch Mineralstoffmangel lässt die Knochen immer brüchiger werden. Brüchige Knochen haben aber mehr mit Kalziumdefizit als mit dem Altern zu tun!

Kalzium und Arthrose, Rheumakrankheiten

Hätten Sie gedacht, dass Tennisarm oder Schleimbeutelentzündungen eigentliche Anzeichen einer beginnenden Säurekatastrophe im Körper sind?

Die Übersäuerung der Körpers ist mit Sicherheit eine der Ursachen für den Knorpeltod. Chronischer Kalziummangel und dadurch entstehende Säure verändert nämlich die Gelenkschmiere (Synovia), die gleichzeitig als Nährlösung für den Knorpel dient. Der Knorpel wird unzureichend ernährt und nutzt sich rasch ab. Bilder von derartigen Arthrosegelenken zeigen eine Oberfläche, die aussieht, als hätte Säure Löcher hineingefressen.

Grund für die Schmerzen des Rheumatikers sind die überschüssigen Säuren, die Gelenke, Sehnen, Muskeln, Schleimbeutel und Nerven belasten und dadurch Schmerzreiz auslösen. Der übersäuerte Organismus lagert seinen Säureabfall an Sehnen, Muskeln, Nervenbahnen, Gelenken und im Bindegewebe ab, sobald das eigentliche Säuredepot, das Bindegewebe, voll mit Abfallstoffen ist.

Kalzium und Verdauungsbeschwerden

Kalziummangel und Übersäuerung haben auch auf das Verdauungsgeschehen einen Einfluss. Wenn die körpereigenen Basenstoffe die von Leber, Gallenblase und Bauchspeicheldrüse nicht mehr ausreichen um den sauren Speisebrei im Magen zu neutralisieren, gelangen unzureichend verdaute Speisen in die tieferen Darmabschnitte. Das veränderte Bakterienklima lähmt die Darmtätigkeit. Es kommt zur Mangelversorgung des Menschen mit Nähr- und Mineralstoffen.

Kalzium und Müdigkeit, Antriebsschwäche und Konzentrationsstörungen

Eine kalziumarme, saure Stoffwechsellage bewirkt rasche Ermüdung, Antriebslosigkeit und Schlafprobleme. Der übersäuerte Organismus aktiviert den Sympathikus des vegetativen Nervensystems und es werden vermehrt Stresshormone ausgeschüttet. Durch den andauernden Säurereiz erschöpft sich jedoch der Körper. Sind genügend Kalziumionen vorhanden werden Spannkraft, Ausdauer, Fröhlichkeit und ein gesundes Schlafbedürfnis gefördert.

Kalzium und Rücken- und Bandscheibenbeschwerden

Muskeln werden unter Säurebelastung hart, sie verkrampfen. Dabei können sie auch Nerven einklemmen, die mit Schmerzen reagieren. Beim Bandscheibenvorfall tritt die nicht mehr richtige elastische Bandscheibe zwischen den Wirbeln des Rückgrats teilweise aus und wird von Kanten der Wirbelkörper in die Zange genommen. Dabei können Nerven, die die Bandscheiben versorgen, eingeklemmt werden. Die mangelnde Elastizität der überwiegend aus Kollagen bestehenden Bandscheibe hat oft auch durch Säure bedingte Alterung des Kollagengewebes zu tun. Die Schutzhüllen der Nerven besteht aus Bindegewebe – das gleichzeitig auch als Säurespeicher dient. Die Säure reizt den Nerv und führt so zu Schmerzreaktionen.

Was sind Entzündungskrankheiten?

Zuerst wollen wir uns einen kleinen Überblick über Entzündungskrankheiten verschaffen und dann erklären, warum ausgerechnet solche Krankheiten zu den Entzündungskrankheiten gezählt werden und wie Sie wirkungsvoll etwas dagegen tun können.

Folgende Entzündungskrankheiten sind für uns hier wichtig:

- **Herzinfarkt**
- **Diabetes**
- **Rheuma**
- **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**
- **Arthritis**
- **die Crohn'sche Krankheit**
- **Schlaganfall**
- **Krebs**
- **Alzheimer Krankheit**

Wir lernen jetzt eine andere Sichtweise auf solche Krankheiten kennen. Der positive Aspekt ist, dass wir damit die eine Hälfte des Problems schon gelöst haben, nämlich die Ursache der Krankheiten zu erfassen. Dadurch haben wir sehr gute Aussichten, auch die andere Seite zu erkennen, neue und greifbare Heilungschance zu finden.

Über Entzündungskrankheiten und deren Ursachen:

Stellen Sie sich vor Sie gehen in einem Wald spazieren und sehen am Wegrand aufsteigenden Rauch und dann ein paar glimmende Zweige. Sie wissen, dass es seit einigen Tagen nicht mehr geregnet hat und deshalb schlussfolgern Sie, dass aus diesem leichten Glimmen ein Brandherd oder noch schlimmer, ein Waldbrand entstehen könnte.

Was werden Sie also tun? Ganz einfach: Sie werden das kleine Feuer austreten, um Schlimmeres zu verhüten.

Unser Körper brennt

Übertragen wir dieses Beispiel auf unseren Körper. Wenn wir uns geschnitten haben, werden wir die Wunde reinigen und desinfizieren um Schlimmeres zu verhindern. Denn wir wissen, falls wir das nicht tun, könnte es zu einer schmerzhaften Entzündung oder gar einer ernsthaften Blutvergiftung kommen. Es ist also logisch und folgerichtig so zu handeln.

Was aber tun wir, wenn wir die Entzündung zwar spüren, aber nicht sehen? Wir können sie schmerzhaft wahrnehmen aber sind nicht in der Lage, genau zu bestimmen, wo etwas wehtut. Oder anders gesagt: wir leiden an chronischen Schmerzen und wissen einfach nicht, dass es sich hier um eine Entzündung handelt.

Eines aber wissen wir: Wenn wir nun nichts dagegen unternehmen, dann wird diese „innere“ Entzündung sich weiter und weiter ausbreiten. Es tobt ein Schwelbrand in unserem Körper und wir wissen es nicht. Neuere medizinische Untersuchungen sprechen sogar von „Entzündungsstress“!

Entzündungen – innen und außen

Hätten Sie gewusst, dass es Entzündungen nicht nur äußerlich in Form von entzündeten oder eiternden Hautpartien gibt, sondern es auch im Körperinneren Entzündungen gibt?

Was wir erst seit kurzer Zeit wissen, ist, dass bei Herzinfarkt, Insulinresistenz, Schlaganfall, Diabetes mellitus, Alzheimererkrankung und Krebs Entzündungsprozesse im Körper ablaufen. Folglich müssten wir sie wie eine Entzündung behandeln. In der Tat verfährt genau so unser Körper.

Er wehrt sich gegen diese Entzündung, doch der Prozess des Wehrens, einmal begonnen, hört er einfach nicht mehr auf. Der Körper stoppt den Prozess, den er selbst begonnen hat, nicht mehr. Der Entzündungsherd wird größer und größer.

Unsere täglichen Entzündungskrankheiten: Herzinfarkt und Schlaganfall

Herzinfarkt und Schlaganfall können deshalb nicht durch „Adern-“ oder „Arterienverkalkung“ alleine erklärt werden. Ebenso wenig ist nur Cholesterin für die Verstopfung der Gefäße verantwortlich. Herzinfarkt und Schlaganfall sind nicht durch fettbedingte Gefäßverstopfung alleine erklärbar. So haben neueste Untersuchungen ergeben, dass die ersten Veränderungen in den Blutleitungsbahnen bereits in jungen Jahren, nämlich ab dem 15. Lebensjahr, beginnen.

Risikofaktoren

Zu den Risikofaktoren, die einen Gefäßverschluss und damit den gefürchteten Herzinfarkt begünstigen können, zählen folgende Möglichkeiten:

- **familiäre Veranlagung**
- **Übergewicht**
- **das Rauchen**
- **Mangel an Bewegung**
- **das Alter**
- **erhöhte Blutfettwerte
(Cholesterin, Triglyzeride)**
- **ein bestehender Bluthochdruck**
- **Diabetes mellitus**
- **Stress**
- **das Geschlecht,**
- **Arteriosklerose**

Dies sind nicht die alleinigen Ursachen für Herz- und Kreislauftodesfälle. Unbestritten ist aber, dass die hier angeführten Gründe von Nachteil für unser Gefäßsystem sind, hier aber müssen wir umdenken lernen und unsere bisherigen Erkenntnisse erweitern.

Klassische Risikofaktoren sind kein Grund

Wir wissen, dass die Hälfte aller Herzinfarkte bei Menschen mit normalem Cholesterinspiegel auftritt. Bei zwei Drittel aller Herzinfarkte und Schlaganfälle

sind die zu versorgenden Gefäße nicht oder nur wenig verengt. Dagegen gibt es Menschen, die sich trotz erhöhtem Cholesterinspiegel bester Gesundheit erfreuen. Dazu kommt, dass eine Bypass-Operation, die eine Behinderung des Blutdurchflusses in unseren Blutleitungsbahnen verhindert, einen späteren Herzinfarkt nicht unbedingt oder notwendigerweise abwenden kann. Herztod kommt auch bei Menschen vor, deren Blutfettwerte oder Blutdruck im Normbereich liegen und die weder Übergewicht haben noch Raucher sind.

Die „klassischen“ Risikofaktoren können also kein ausreichender oder hinreichender Grund mehr sein. Wie wir bereits vermuten, spielt die Entzündungsreaktion hierbei aber eine wesentliche Rolle. Um das besser zu verstehen müssen wir mehr über Cholesterin wissen. Gerade bei Entzündungskrankheiten wird immer wieder auf Cholesterin Bezug genommen. Deshalb wollen wir uns erst einem bemerkenswerten Missverständnis zuwenden, das den Cholesterinspiegel betrifft!

Cholesterin

Cholesterin ist grundsätzlich gesehen nichts, was es zu fürchten oder zu bekämpfen gilt.

Cholesterin ist lebensnotwendig

Cholesterin hat wichtige Aufgaben im Körper zu erfüllen. So verleiht es unseren Zellhüllen Stabilität und Elastizität und ist Ausgangsstoff für eine Reihe von Hormonen. Cholesterin brauchen wir für die Herstellung von Vitamin D sowie als Grundstoff für unser Gehirn und die Nervenzellen. Die für den Fettstoffwechsel notwendigen Gallensäuren werden ebenfalls aus Cholesterin hergestellt. Die Natur versorgt uns mit genügend Cholesterin. Über die Nahrung werden täglich ca. 0,5 g Cholesterin aufgenommen. Wir produzieren es zusätzlich selbst, und zwar werden vor allem in der Leber und im Dünndarm etwa 1g/Tag davon hergestellt.

Körper im Gleichgewicht: Frühstücksei und Butter

Ein interessantes Phänomen ist: wenn wir auf Fett im Essen verzichten, steigt die körpereigene Produktion von Cholesterin an; wenn wir aber wahre Fettbom-

ben zu uns nehmen, wird die Herstellung in den körpereigenen Cholesterinfabriken gedrosselt. Der Körper ist immer bemüht, ein Gleichgewicht zu wahren. Das mag uns nicht immer einsichtig sein, aber die Folgen bekommen wir unweigerlich zu spüren. Wer aufs morgendliche Frühstücksei und die Butter aufs Brot verzichtet, schafft nur eine Senkung seines Cholesterinspiegels um 3 %. Neben dem Cholesterin sind auch noch die Triglyzeride (Neutralfette) im Blut vorhanden, die mit der Nahrung aufgenommen werden oder aus „überschüssigen“ Kohlenhydraten im Körper entstehen und dem Körper als Energiespeicher dienen.

Ein folgenschweres Ungleichgewicht

Es gibt Naturvölker wie die Massai, deren Fettverzehr etwa doppelt so hoch ist wie der unsrige. Im Vergleich zu uns treten aber weit weniger Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf. Auch bei den Europäern gibt es Risikogruppen und solche, bei denen Herz-Kreislauf-Erkrankungen nicht so häufig sind. Bei den Franzosen oder Spaniern ist der Fettverzehr nicht niedriger als bei den Deutschen und trotzdem ist ihre Herzinfarkt- und Schlaganfallsrate geringer. Daraus können wir schließen, dass die Menge an zugeführtem Fett für das Herz-Kreislauf-Risiko nicht entscheidend ist. Entscheidend ist aber die Art und Qualität der Fette. Kurzum: Fett ist nicht gleich Fett.

Fettsenker wirken entzündungshemmend

An der renommierten Harvard-Universität in Boston wurde eine interessante Untersuchung mit etwa 80 000 Frauen durchgeführt, wobei herausgefunden wurde, dass cholesterinsenkende Medikamente eher selten dazu beitragen, Herzinfarkt und Schlaganfall zu vermindern.

Erst die Einführung neuerer Wirkstoffe – beispielsweise Fettsenker im Körper wie Statine - ließen das Risiko merklich sinken. Die Cholesterinsenker scheinen dabei die Gefäßwand zu stabilisieren. Damit würden sie einer drohenden oder bereits bestehenden Entzündung entgegenwirken. Das besondere dabei ist, dass diese neuen Medikamente alle eine Eigenschaft gemeinsam haben: Sie wirken entzündungshemmend.

Vorsichtig formuliert bedeutet das: Möglicherweise liegt der eigentliche gefäßschützende Effekt nicht nur in der Verminderung des Cholesterinspiegels, son-

dern auch in der Eindämmung des Brandherdes im Körper und damit der Entzündung. Dies gilt gleichermaßen für Herzinfarkt wie Schlaganfall.

Aggressive Freie Radikale unterhalten die „Brandherde“

Beim Cholesterin unterscheidet man zwischen „gutem“ und „schlechtem“ Cholesterin. Das eine, HDL-Cholesterin, ist nützlich und sammelt sozusagen das im Blut vorhandene Cholesterin ein, um es zur Leber zu transportieren. Das andere, das LDL-Cholesterin, ist an der Plaquebildung, also Bildung von Ablagerungen an der Gefäßwand beteiligt. Die Leberzellen sind dafür verantwortlich, dieses Cholesterin zu erkennen und zu eliminieren. Wenn das LDL aber oxidiert wurde, kann es nicht mehr von den Leberzellen erkannt werden.

Woher kommt das oxidierte Cholesterin?

Möglicherweise haben Sie schon etwas von „Freien Radikalen“ gelesen oder gehört. Diese sind der Grund für das Oxidieren und deshalb werden wir sie jetzt näher kennen lernen.

Freie Radikale

Freie Radikale entstehen ganz natürlich bei sauerstoffabhängigen Stoffwechselprozessen in jeder einzelnen Zelle. Es handelt sich - vereinfacht gesagt - um unvollständige Moleküle, die immer auf der Suche nach einem Reaktionspartner sind um ihm das fehlende Teilchen, ein Elektron, zu entreißen. Dabei werden andere Moleküle geschädigt. Der Körper ist nur zum Teil fähig, diese Freien Radikale abzufangen, bevor sie Schaden anrichten können. Diese Reaktion nennt man Oxidation.

Oxidation - eine chemische Reaktion im Körper

Im Falle der Freien Radikale entsteht eine Kettenreaktion von Oxidationsprozessen. Der Körper hat eigene Radikalfänger, die einen Großteil der Radikale abfangen kann. Die Freien Radikale die nicht abgefangen werden, führen zur Zerstörung von Zellbestandteilen. Die oxidative Kettenreaktion lässt Entzündungen

entstehen und die Zellen altern. Sie kann auch Veränderungen in der Zelle hervorrufen, die die Entstehung von Krebserkrankungen begünstigt.

Freie Radikale rufen Schäden an den Zellen hervor

Freie Radikale können, wenn ihnen nichts entgegen gesetzt wird, große Schäden an den Zellen hervorrufen. Das wird auch als oxidativer Stress bezeichnet.

Er ist für eine lange Liste von chronischen Gesundheitsproblemen verantwortlich.

Oxidativer Stress

Freie Radikale entstehen im Körper durch Überlastung der Verbrennungsprozesse. Freie, also ungebundene Radikale, versetzen biologisches Gewebe in oxidativen Stress – der Verbrennungsprozess läuft unbehindert weiter – und können es so zerstören. Freie Radikale werden für den Alterungsprozess verantwortlich gemacht. Die Beteiligung von Freien Radikalen an zahlreichen Erkrankungen wie

- **Herzinfarkt**
- **grauer Star**
- **Parkinson**
- **Krebs**
- **Alzheimer**
- **Rheuma, usw.**

ist mittlerweile so gut wie sicher. Der oxidative Stress kann verstärkt werden durch erschwerte Stoffwechselbedingungen unter

- **Alkoholeinfluss**
- **Diabetes mellitus**
- **Entzündungen**
- **Infekten**
- **bestimmten Medikamenten**
- **Ozon**
- **UV-Strahlen**
- **Rauchen**
- **Röntgenstrahlen**
- **Stress**
- **Übergewicht**

Entzündungen in den Blutgefäßen

Lange war man der Meinung, dass die Gefäßinnenwände durch einen mechanischen Reiz geschädigt werden. Unter dem Einfluss von Blutfetten, lagern sich cholesterinhaltige Rückstände an der Innenschicht der arteriellen Blutgefäße ab, was schlussendlich zum Infarkt führen kann. Solche sogenannte „Plaques“ verkleben sozusagen die Gefäße. Man nahm nun an, dass diese Plaques immer größer werden und die Blutbahn weiter verstopfen. Die Folge davon ist eine Verstopfung der Arterien, so dass kein Blutfluss mehr stattfindet. Herzinfarkt oder Schlaganfall sind dann möglich.

Herzinfarkt und Schlaganfall

Herzinfarkt oder Schlaganfall, die auf gefäßverändernde Atherosklerose beruhen, sind, so die neuesten Erkenntnisse, eher auf einen entzündlichen Prozess zurückzuführen. Es sind chronisch verlaufende Entzündungsreaktionen, die in unseren Gefäßen eine Veränderung bewirken, vergleichbar mit einer Entzündung auf der Haut, die sich zu einer Brandwunde steigern kann.

Entzündungsfeuer in unserem Körperinneren

Der genaue Prozess ist noch nicht rückhaltlos erforscht, aber es verdichten sich die konkreten Hinweise, das in unserem Körperinneren wahre Entzündungsfeuer brodeln, die jahrelang die Blutbahnen belasten und sich weiter ausbreiten können.

Um es mit anderen Worten zu sagen:

Es ist wahrscheinlicher, dass eine Entzündung in den Blutbahnen und den entsprechenden Organen die wahre Ursache von Herzinfarkt oder Schlaganfall ist, als die herkömmliche Theorie der Arterienverstopfung.

Fettvernichtung fördert die Entzündung

„Oxidierter“ Fette sind für unseren Körper ein Alarmzeichen. Schwimmen solche Fette wie beispielsweise oxidiertes LDL-Cholesterin im Blut, kann die Leber sie nicht erkennen und eliminieren. Da sie aber wie ein Fremdkörper dem Immunsystem auffallen, werden Makrophagen, die sogenannten „Fresszellen“, angelockt. Sie wollen das Fremdmaterial - also auch die „oxidierten“ Fette - vernichten. Damit möglichst viele „Fresszellen“ in den entsprechenden Gefäßbereichen zur Verfügung stehen, senden die Zellen der Gefäßauskleidenden Innenwand Signale ab, die wiederum die Fresszellen anlocken.

Entzündungsfördernde Wirkung

Gleichzeitig passiert folgendes: die Zellen fahnen kleine Anheftungsteile aus, welche die gefräßigen Immunzellen aus dem Blut fischen.

Die versammelten Abwehrzellen, zusammen mit den oxidierten Fettkandidaten, können in die Gefäßwand eindringen. Dann können die Fresszellen die Immunzellen vernichten. Dazu blähen sie sich auf, man spricht dabei von „Schaumzellen“, und bilden Wölbungen, eben jene Plaques und zwar in und nicht auf der Gefäßwand. Auf diese Weise werden unsere Gefäße gefährlich verändert. Denn während die Vernichtung der Immunzellen abläuft, sendet die Zelle gleichzeitig entzündungsfördernde Stoffe aus. Diese schwächen die dünne, zerbrechliche Haut der Plaques.

Wenn diese Haut aufbricht, so kann Blut aus dem vorbeifließenden Strom in das Plaqueinnere gelangen. Mit fatalen Folgen: denn innerhalb von Sekunden gerinnt das Blut und es bildet sich ein Pfropf. Er blockiert den Blutstrom und bringt damit das unversorgte Gewebe zum Absterben. Die Folge davon: Der Infarkt.

Oxidierter Fette

Je mehr oxidierte Fette vorhanden sind, umso stärker werden entzündungsfördernde Stoffe abgesondert. Das kann sich über mehrere Jahrzehnte entwickeln. Deshalb sind in der Regel eher ältere Menschen vom Herztod bedroht als jüngere.

Wie man Entzündungskrankheiten im Körperinnern vorbeugen kann

Um Entzündungskrankheiten im Körperinnern wirkungsvoll vorzubeugen, zu verhindern oder gar zu stoppen bedarf man bestimmter Stoffe, die entzündungshemmend wirken. Im Grunde könnte unser Körper, vorausgesetzt er wäre gesund und nicht durch falsche oder unzureichende Ernährung, Umwelteinflüsse oder mangelnde Bewegung geschwächt und damit krank gemacht worden, dies aus sich heraus leisten. Einfach, indem er die notwendigen Stoffe aus der Nahrung herauszieht und intern weiter verarbeitet. Leider ist dem nicht so. Deshalb hat man in den letzten Jahren verstärkt darauf geachtet, welche Fette man zu sich nahm und ist der Empfehlung gefolgt, hauptsächlich pflanzlichen Öle wie z. B. Sonnenblumen-, Distel- und Maiskeimöl und die daraus hergestellten Margarinesorten zu verwenden.

Omega-6- und Omega-3-Fettsäuren

Durch den verstärkten Gebrauch ist uns aber entgangen, dass in den Ölen sehr viel Omega-6-Fettsäuren vorhanden sind. Insgesamt gibt es zwar weniger „schlechte“ Fette, aber bei den „guten“, mehrfach ungesättigten Vertretern besteht ein Ungleichgewicht zwischen Omega-6- und Omega-3 Fettsäuren.

Wir benötigen aber Omega-3-Fettsäuren um den Entzündungsprozess im Körperinnern zu steuern, worauf wir noch zurückkommen werden. Hier genügt es erst einmal festzustellen, dass ein solches Missverhältnis sich nachteilig für unsere Blutgefäße auswirkt, denn die Gefahr für eine Verengung der Gefäße und eine vermehrte Verklumpung des Blutes steigt. Damit nimmt das Risiko für Herzrhythmusstörungen zu. Dagegen kann man nur folgendes tun: die Versorgung mit den Omega-3-Fettsäuren sicher zu stellen.

Wie erhält man Omega-3-Fettsäuren?

Indem wie beispielsweise mehr Fisch essen. Diese enthalten Omega-3-Fett-

säuren, deren Namen folgendermaßen lauten: EPA (= Eicosapentaensäure) und DHA (Docosahexaensäure). Fisch wirkt also gesundheitsfördernd, aber leider sind nicht alle Fische reich an Omega-3-Fettsäuren.

Kaltwasserfische und Omega-3-Fettsäuren

Kaltwasserfische wie Makrele, Lachs, Hering, Thunfisch und Sardinen, die sich von Plankton ernähren, enthalten viel EPA und DHA. Je kälter das Wasser, in dem die Tiere leben, desto höher ist der Anteil an Omega-3-Fettsäuren. Sie halten die Zellhüllen der Fische „flüssig“ und sorgen dafür, dass die Fische im eiskalten Wasser wie beispielsweise in der Antarktis beweglich bleiben und überleben können. (Forellen und Karpfen dagegen haben einen wesentlich geringeren Anteil an Omega-3-Fettsäuren.)

Die speziellen Omega-3-Fettsäuren im Krill

Ganz besonders wirkungsvolle Omega-3-Fettsäuren finden wir im Krill. Sie sind extrem effektiv, da sie an Phospholipide gebunden sind, eine chemische Struktur, die ihre Bioverfügbarkeit erhöht (d. h. sie können im Körper besser absorbiert und verwendet werden). Im Gegensatz zu herkömmlichen Fischölen, bei denen Omega-3 an Triglyceride gebunden sind.

Sie werden in den folgenden Kapiteln noch viel über diese besonders wertvollen Krill-Omega-3-Fettsäuren erfahren.

Fisch auf den Tisch

Der Fischkonsum ist aber nicht so weit verbreitet, dass man mit solchen Dosierungen rechnen kann. Im Gegenteil. 16% der Bevölkerung isst überhaupt keinen Fisch. (Warum eigentlich?) Die anderen verzehren durchschnittlich eine halbe Portion Fisch pro Woche, statt der empfohlenen zwei Portionen.

Kurzum: Wir nehmen deutlich viel zu wenig Omega-3-Fettsäuren zu uns! Wir sind mit einem Wort: unterversorgt.

Fischölkapseln – ein Segen?

Also, wenn der Fisch schon nicht auf den Teller kommt, dann wenigstens die Omega-3-Fettsäuren! Das wäre zumindest eine Alternative. Mittlerweile hat man solch eine Alternative geschaffen und zwar in Form von Fischölkapseln. Der Vorteil ist, dass durch die hohe Konzentration Omega-3-Fettsäuren effizienter zu nutzen sind.

Der Vollständigkeit halber muss erwähnt werden, dass auch pflanzliche Öle wie z. B. Lein-, Raps- oder Walnussöl Omega-3-Fettsäuren enthalten. Diese sind aber kurzkettig und müssen, um die unten beschriebenen positiven Wirkungen auf die Gefäße zu entfalten, in langkettige Vertreter umgewandelt werden. Der Umwandlungsgrad ist aber minimal (etwa 5-10 % maximal) und es bedarf viel von diesen Ölen, um die gleiche Wirkung zu erreichen wie mit fertigen, langkettigen Fettsäuren.

Von den Ureinwohnern lernen und gesund bleiben

Schweifen wir ein wenig über unseren blauen Planeten und verweilen einen Moment bei den Ureinwohnern Grönlands, den Inuit oder Eskimos wie man früher zu sagen pflegte. Sie leiden selten unter Bluthochdruck oder erhöhten Blutfettwerten, kaum an Herzinfarkt, entzündlichen Gelenk- und Hauterkrankungen. Man hat dies auf den vermehrten Fischkonsum dieses Volkes zurückgeführt. Aber eine solche Erklärung reicht nicht aus.

Die uns vorliegenden Untersuchungen weisen darauf hin, dass die „fischigen“ Fette eine ganze Reihe an gefäßschützenden Wirkungen besitzen. Damit sind sie überaus einzigartig und etwas ganz Besonderes. Sie haben einen günstigen Einfluss auf den Fettstoffwechsel und senken die vor allem bei Diabetikern häufig erhöhten Triglyzeridwerte. Und auch das „böse“ Cholesterin wird herabgesetzt, bei gleichzeitiger Anhebung des „guten“ Cholesterins.

Solche Fettsäuren tragen zur Normalisierung eines erhöhten Blutdrucks bei und fördern die Durchblutung. Sie machen die roten Blutkörperchen dehnbar, so-

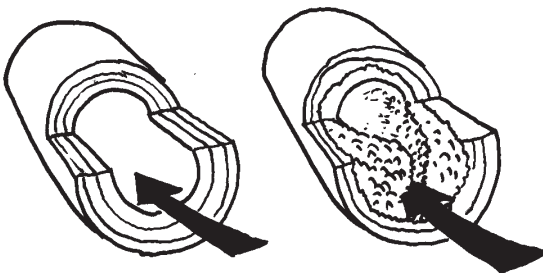
dass diese sich verformen und in den engen Gefäßen besser durchkommen. Das Blut bleibt flüssig und der mitgeführte Sauerstoff und die darin enthaltenen Nährstoffe gelangen problemlos in die kleinsten Gefäße. Weiter wirken diese Fettsäuren der Verklumpung der Blutplättchen entgegen, die Voraussetzung für einen ungehinderten Blutfluss.

Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA normalisieren einen aus dem Takt geratenen Herzrhythmus und wirken einem plötzlich auftretenden Herzstillstand entgegen. Schließlich wirken sie entzündungshemmend und bringen so in Gefäßen, Gelenken, dem Magen-Darm-Trakt, der Haut oder sonstigen entzündeten Bereichen des Körpers diesen negativen Prozess zum Stillstand.

Omega-3-Fettsäuren schützen

Kurzum: Omega-3-Fettsäuren (EPA, DHA aus Fisch oder Fischölen) ist ein natürlicher Stoff (Biostoff) mit vielfältiger schützender Wirkung und positiv wirksam bei:

- Bluthochdruck – fördert die Durchblutung
- Entzündungen – fördert die Fließeigenschaften des Blutes
- Herzrhythmusstörungen – fördert das „gute“ (HDL-) Cholesterin;
– fördert die Bildung von Triglyzeriden und wirkt gegen die Verklumpung des



Gesunde Arterie (links) und fortschreitende Verengung der Arterie durch Fett- und Cholesterinablagerungen (rechts)

Schutz vor Herzinfarkt und Schlaganfall

Neben den Inuit (der heute gebräuchliche Name für Eskimos) sterben auch die Japaner wesentlich seltener an Herzinfarkt im Vergleich zu den Menschen in den westlichen Nationen. So ist auf der Insel Okinawa der Fischkonsum etwa doppelt so hoch wie auf dem japanischen Festland und das Risiko eines Herzinfarktes dementsprechend seltener.

Viel zu viel Fisch – aber!

Wer Omega-3-Fettsäuren regelmäßig zu sich nimmt, so das Ergebnis einer im Jahr 2004 publizierten Studie, setzt sich weniger dem Schlaganfallrisiko aus. Das Risiko sinkt bereits bei einem Fischverzehr von 2- bis 4-mal/Woche, und zwar um etwa 20 %. Beim Verzehr von Kaltwasserfisch (mindestens 5-mal in der Woche) wird die Gefahr eines Schlaganfall um bis zu 30 Prozent verringert.

Leider ist ein so hoher Fischverzehr kaum realistisch, zumal es sich hier ja nicht um eine Woche oder einen Monat handelt, sondern ein ganzes Leben! Es wäre also empfehlenswerter, auf eine andere Form auszuweichen und zwar auf die bekannte Verabreichung in Kapselform.

Omega-3-Fettsäuren in Kapselform

Die Einnahme von Omega-3-Fettsäuren in Kapselform stellt eine echte Alternative dar, die noch viel zu wenig genutzt wird. Jedenfalls gibt es für die beiden Hauptübel unserer Zeit - Entzündung und Übersäuerung - eine nächste Generation an diesen Kapseln Antarkis Krill.

Antarktis-Krill – die neue Omega-3-Generation

Studien mit Antarktis Krill haben gezeigt, dass es nicht nur in der Lage ist die

Fischölkapseln abzulösen, sondern dass auch die Wirkung bei Vergleichsuntersuchungen signifikant besser ist. Das heisst, Antarktis Krill-Omega-3 weist 48 Mal mehr aktive Antioxidantien auf als normales Omega-3-Fischöl. Die Verträglichkeit und die therapeutischen Einsatzmöglichkeiten sind größer, weil Antarktis Krill sowohl Entzündungen wie Übersäuerungen angeht, dadurch, dass neben Krill das bewährte Omega-3 und Kalzium in einer einzigartigen Kombination zum Einsatz kommt. Zudem sind Antarktis Krill Kapseln viel angenehmer einzunehmen. Es gibt dabei keine unangenehme Nebenwirkungen wie „Aufstoßen“.

Krill-Omega-3 ist an Phospholipide (Lezithinbestandteile) gebunden, die auch Bestandteile der menschlichen Zellmembrane sind. Deshalb kann es besser vom Körper aufgenommen werden als Triglyceride aus Fischöl. Es ist leicht verdaulich und besonders gut für den Körper verwertbar, leichter als pflanzliche Omega-3 Spendern wie Leinöl, Hanföl, Rapsöl oder Walnussöl, deren Wert für die Gesundheit unbestritten ist. Sie brauchen aber Gallensäuren um verwertet werden zu können und können deshalb nur zu einem kleinen Prozentsatz in die eigentlich wertvollen Wirkstoffe umgewandelt werden.

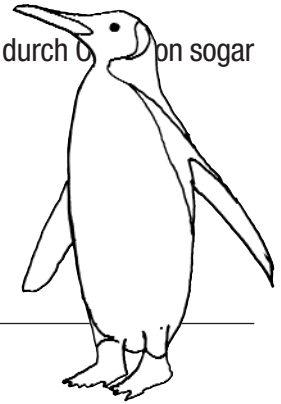
Viele Menschen haben auch eine geschwächte Fettverdauung, so dass Antarkis-Krill die wohl derzeit sicherste und verträglichste Möglichkeit der Omega-3 Versorgung ist. Die erleichterte Aufnahme und die signifikant besseren Eigenschaften von Omega-3 sind wahrscheinlich auch die Gründe für das bessere Abschneiden bei sämtlichen Vergleichsstudien mit Fischöl.

Antarkis-Krill hat eine einmalige Kombination von Antioxidantien aus Astaxanthin und Vitamin A, E und seltenen Flavonoiden. Dadurch wird ein erstaunlich hoher antioxidativer Wert von 378 umole/g. erreicht. Das ist etwa das 300-fache von Vitamin A und E und fast das 50-fache von Fischöl. Es macht Antarkis-Krill besonders stabil und schützt vor dem „ranzig werden“, ein weiterer Vorteil gegen-

über dem Fischöl, Leinöl und anderen Omega-3 Quellen, die durch Öl von sogar gesundheitsschädlich werden können.

TEIL 2

Pinguine haben kein Cholesterinproblem



Heilung, die aus der Kälte kommt – Perfekte Rezeptur der Natur: Antarktis Krill

Aus den klarsten und kältesten Gewässern der Antarktis wird ein Öl von solcher enormer Kraft geborgen, dass es auch Ihr Leben verändern kann. Durch Krill werden Sie gesünder, widerstandsfähiger und auch langwierige Krankheiten haben bessere Heilungschancen.

**Wissen Sie, warum Pinguine kein Cholesterinproblem haben?
Ganz einfach: weil sie sich von Krill ernähren!**

Dr. Grillo untersuchte seit 1995 auf der Forschungsstation Artiga auf dem Eiskontinent wie sich Krill auf den tierischen Organismus auswirkt. Er fand heraus, dass sich bei Pinguinen, egal welchen Alters, keine Ablagerungen in den Blutgefäßen bilden, wie sie für Arteriosklerose typisch sind. Er schloss daraus, dass ihre Ernährung, die hauptsächlich aus Krill besteht, dafür verantwortlich sein könnte.

Der Pinguin aus der Antarktis gibt uns die Lösung zur Bekämpfung der Arte-

riosklerose – die auch als die größte Plage unserer Zeit bezeichnet wird.

Was ist Krill?

Krill ist ein norwegisches Wort und heißt übersetzt Walnahrung. Krill besteht aus Kleinkrebsen, die riesige Schwärme bilden. Krill bildet die Grundlage für das Ökosystem der Antarktis und ist die Hauptnahrung von Walen, Robben, Eisfischen, Tintenfischen, Pinguinen und Albatrossen. Von den 85 bekannten Arten ist die verbreitetste die *Euphausia superba*, die auch „Antarktischer Krill“ genannt wird. Es gibt einen unermesslich großen Vorrat an Krill, der schätzungsweise so groß ist, dass man es mit einem Gebiet zu tun hat, das viereinhalb Mal so groß ist wie Australien.

Die Krillvorkommen im antarktischen Meer belaufen sich auf sechs Milliarden Tonnen, wobei der Mensch schätzungsweise jährlich zwischen 50 und 150 Millionen Tonnen des Krustentierchens konsumieren könnte. Seine rasche Vermehrung und das fast völlige Fehlen von natürlichen Gegnern sichern die Erhaltung der Krillbestände in einem Ausmaß, das seine Nutzung für den Verbrauch durch den Menschen während vieler Jahre ermöglicht. Die Ergebnisse von Laboruntersuchungen weisen darauf hin, dass Krill zudem wirksam ist bei der Vorbeugung und Bekämpfung von Erkrankungen, die durch Ablagerungen in den Blutgefäßen entstehen.

Zwar ist Krillfleisch seit Beginn der neunziger Jahre im Supermarkt erhältlich, seine Verwendung ist jedoch weit weniger verbreitet als man annehmen würde, trotz seiner positiven Eigenschaften. Dasselbe gilt auch für seine Nutzung.

Krill gibt es reichlich

Krill kann also durch sein reichliches Vorkommen und weil er die stärkste bekannte Kombination von Antioxidanten-Nährstoffen enthält, eines der wichtigsten Nahrungsmittel der Zukunft sein. Insbesondere dann, wenn die verschiedenen Studien, die derzeit in der ganzen Welt durchgeführt werden, die unglaublichen therapeutischen und Nährwerteigenschaften des Krillöls mehr und mehr erhärten werden.

Am Anfang steht Krill

Krill steht am Anfang der Nahrungskette. Sie ernähren sich von Pflanzenplankton und sind deshalb nicht mit Schwermetallen oder Pestiziden belastet wie die meisten Fische.

Krill wird für die Verarbeitung zum Öl nur in ganz kleinen Mengen gefischt, so dass keine Gefahr für die Umwelt und ein mögliches Ungleichgewicht in der Nahrungskette besteht.

Krill ernähren sich von Algen (Kieselalgen) und Plankton (Phytoplankton). All das wird in den kleinen Körpern gespeichert und durch Fang und Verarbeitung dieser Tierchen wird ein nährstoffreiches Öl gewonnen.

Es enthält:

- **zellschützende Anti-Oxidantien**
- **entzündungshemmende Krill-Omega-3-Säuren**
- **das Gehirn unterstützende Phospholipide**

Wir haben diesem Öl einen Namen gegeben:

Antarktis Krill

Antarktis Krill enthält beträchtliche Mengen von drei leistungsstarken Nährstoffen:

- **Krill-Omega-3 Fettsäuren** • **Phospholipide** • **potente Antioxidantien**

Nach Ansicht von Experten sind es gerade diese Bestandteile, die Antarktis Krill dafür geeignet macht, viele, auch aussichtslos scheinende Gesundheitsprobleme zu lösen. Jede Komponente leistet dabei ihren eigenen wertvollen Beitrag und zusammen steigern sie die Fähigkeit, beispielsweise Krämpfe und Gereiztheit in Verbindung mit PMS bis zu erhöhten Cholesterinwerten und Gelenkschmerzen (Arthrose) wirkungsvoll anzugehen.

Kurz gesagt: Die Inhaltsstoffe von Krill liefern uns Menschen alles, was wir so drin-

gend brauchen, um das stressige Leben, das wir heutzutage oft führen, bewältigen zu können.

Anti-Oxidantien

Anti-Oxidantien helfen die Reaktion der Freien Radikale zu regulieren bzw. zu stoppen. Antioxidantien sind ein wichtiger Bestandteil der menschlichen Muttermilch. Sie helfen den Organismus des Babys bei der Infektionsabwehr zu unterstützen. Sie sind in so gesunden Lebensmitteln wie Knoblauch, Ingwer, Leinsamen, Vollreis, Rosmarin oder Basilikum enthalten.

Krill und Antioxidantien

Analysen haben gezeigt, dass Krill einen beeindruckenden Cocktail von leistungsstarken Antioxidantien enthält. Das bedeutet nicht nur einen merklichen Gesundheitsvorteil, sondern macht auch das Öl selbst äußerst stabil. (Solche Antioxidantien verhindern beispielsweise den „fischigen“ Nachgeschmack, der bei anderen Omega-3 Ölen bemerkbar ist.) Auch sind Antioxidantien (wie Astaxanthin) die Stars unter den Anti-aging-Wirkstoffen, d. h. sie hemmen nachweislich den Alterungsprozess. Mit anderen Worten: der Alterungsprozess kann mit ausreichend Antarktiskrill verlangsamt werden!

Eine bemerkenswerte Eigenschaft von Astaxanthin in Antarktiskrill ist, dass es vollständig esterifiziert ist, d. h. chemisch an EPA- und DHA-Moleküle, die Anschlussprodukte des Zellstoffwechsels des Krill, gebunden ist. Dies bedeutet, dass der menschliche Körper es komplett umsetzen und so alle Vorteile der beträchtlichen antioxidativen Eigenschaften nutzen kann. Astaxanthin durchdringt auch die Blut-Gehirn-Barriere, was sowohl Schutz als auch Stimulation für das Gehirn bedeutet.

Neuartiges Flavonoid

Antarktiskrill enthält auch ein völlig neues Flavonoid (Wissenschaftler nennen dieses „Sampalis“, eine Substanz, die sich normalerweise in Pflanzen findet, die starke antioxidative Fähigkeiten haben.)

Als Antarktiskrill auf sein antioxidatives Potential mit Hilfe von Standard-ORAC (Sauerstoffradikal Absorptionsfähigkeit) gemessen wurde, waren die Ergebnisse atemberaubend. Auf der ORAC-Skala gilt, je größer der Wert, desto stärker die

antioxidative Wirkung.

Im direkten Vergleich mit anderen bekannten Antioxidantien, die in Form von Ölen vorliegen, zeigte Antarktis Krill (wie schon erwähnt) einen erstaunlich hohen Wert von 378. Dieser liegt 300 mal höher als bei Vitamin A oder Vitamin E und 48 mal höher als bei der antioxidativen Leistung von Standard-Omega-3 Fischölen.

Heute ist es selbstverständlich geworden, die Wichtigkeit von Omega-3 Säuren für die menschliche Gesundheit zu betonen. Sie sind Hauptbestandteile der Zellmembranen und lebenswichtig für die Entwicklung des zentralen Nervensystems. Sie spielen auch eine zentrale Rolle bei der Regulierung der Blutgerinnung, des Blutdrucks und eben von Entzündungen. Ernährungsexperten sagen uns, dass unsere Ernährung aber viel zu viel Omega-6 Säuren liefert (10 bis 20 mal mehr), die sich in Getreide-, Gemüseölen, Geflügel und Eiern findet. Dadurch entsteht ein Ungleichgewicht, das dringend ausgeglichen werden muss, sonst haben wir eine „Fettsäure-Schiefelage“ in unserem Körper.

Wir brauchen also beides: Omega-3 und Omega-6 Säuren. Sie spielen eine wichtige Rolle im Entzündungsprozess, der zentral für die Immunreaktionen des Körpers ist. Es besteht aber ein Ungleichgewicht zwischen Omega-3 und Omega-6 Säuren, also ein Zuviel an Omega-6 Säuren.

Antarktis Krill kann das Ungleichgewicht zwischen Omega-6 und Omega-3 Fettsäuren beheben, denn Krill ist sehr reich an den Krill-Omega-3 Fettsäuren.

Kommen wir zu dem dritten Begriff: Phospholipide

Jede Zelle im Körper benötigt Phospholipide, die Hauptbestandteil der Zellmembranen sind. Sie werden auch als „Zellpfortner“ bezeichnet und bilden eine mikroskopische Barriere, die es der Zelle ermöglicht, Giftstoffe (Toxine) herauszufiltern, die zu Erkrankungen führen könnten.

Die roten Blutkörperchen bestehen zu 45 Prozent aus Phospholipiden. Auch in unserem Gehirn sind Phospholipide reichlich vorhanden. Sie fördern den Stoffwechsel der Zellen und sorgen dafür, dass benötigte Stoffe in die Zelle hinein und verbrauchte Stoffe wieder hinausgelangen. Phospholipide sind außerdem ein Nährstoff für die Haut.

Was der Anteil an Phospholipiden in Antarktis Krill nun so besonders macht, ist, dass diese den bereits im menschlichen Gehirn vorhandenen Phospholipiden stark ähneln. Das Gehirn ist das Organ mit den phospholipidreichsten Zellmembranen im ganzen Körper und sie ähneln stark den im Krill vorhandenen Phospholipiden.

Was wäre wenn...

Was würde also passieren, wenn man alle drei an sich schon überaus wirkungsvollen und unersetzlichen Stoffe für den menschlichen Organismus zusammennähme und ein Produkt daraus machen würde? Müsste dies dann nicht um so wirksamer sein, vor allem zur Unterstützung der Heilung, Vorbeugung bei Krankheiten und Beschleunigung des Regenerationsprozesses? Wäre solch ein Produkt nicht auch durch und durch natürlich und enthielte sozusagen das Beste von allem?

Die antioxidative Kraft von Antarktis-Krill nützt also dem Körper auf vielfache Weise. Die Antioxidantien werden mit den Omega 3 Fettsäuren in die fettlösliche Zellmembrane jeder einzelnen neu gebildeten Zelle eingebaut und schützen so vor Angriffen von freien Radikalen und damit vor dem vorzeitigem Zelltod, der zu Funktionsverlust oder auch zur Schädigung der Erbinformation im Zellkern bis hin zur Entartung der Zelle führen kann. Der antioxidative Schutz der Zellmembrane durch Antarktis-Krill erhöht deren Stabilität, so dass bei hoher Belastung durch freie Radikale – hohe Sonneneinstrahlung, Rauchen, Stress, Pille, chronische Erkrankungen – ein zusätzliche Sicherheit oder Ausgleich möglich ist.

Das in Antarktis-Krill enthaltene Astaxanthin ist ein starkes Antioxidans. Es wirkt den chronischen Entzündungen im ganzen Körper (Darm, Gelenke usw.) entgegen. Im Gegensatz zu vielen anderen Antioxidantien gelangt es auch in unser Gehirn und ins Auge, so dass die therapeutischen Anwendungen noch zusätzlich vergrößert werden. Astaxanthin schützt also vor Schädigungen durch freie Radikale im Bereich der Augen (Makuladegeneration, Grauer Star), der Hautzellen (UV-Strahlung), des Zentralnervensystem und der Gefäße sowie jeder einzelnen Zelle. Der Alterungsprozess wird verzögert, wir sehen jünger aus und Astaxanthin ist bewiesenermaßen wirksam bei Karpaltunnelsyndrom oder Herz-, Kreislauferkrankungen. Der Schutz der Magenschleimhaut und die Verbesserung der Fruchtbarkeit (auf Dosierung achten: 1 Kapsel enthält $\frac{3}{4}$ mg Astaxanthin, Wirkungseintritt laut Studien ab 1 mg) ist ebenfalls signifikant gegeben. Antarktis-Krill ist damit in seiner doppelten Wirk-



Frau Gerda K. (48), aus P.

„Die schwere Osteoporose bessert sich und die Schmerzen sind auch weg.“

„Ich habe schwere Osteoporose und Osteoarthritis. Auch bekam ich so Knötchen an den Fingern, den Füßen und im Kreuz. Nur ein paar Monate nachdem ich anfang, Antarktis-Krill-Kombination mit Korallen-Kalzium zu nehmen, verschwanden sie.

Ich hatte auch viele Schmerzen und die sind auch weg. Und meine Osteoporose, die ziemlich schwer ist, bessert sich weiter. Also mit Antarktis-Krill und ein bisschen Bewegung geht's mir großartig.“

(Ref. 984)



Frau Hilde L., in R. (68)

„Das Ende meiner Rücken- und Kopfschmerzen“

„Seit meiner Kindheit hatte ich peinigende Kopfschmerzen mit einem unerträglichen Brennen im Nacken und Rücken. Vor allem nachts oder beim Aufwachen kamen die Schmerzen aus dem Hinterkopf und strahlten in den Rücken. Die Ärzte haben die Ursache nicht gefunden und konnten daher auch nicht helfen.

Am 7. Januar 2004 begann für mich ein neues Leben. Ich wachte auf – und spürte keine Schmerzen. Was war passiert? Es konnte nur das Antarktis-Krill mit Korallen-Kalzium gewesen sein, das ich seit fünf Tagen eingenommen hatte. In meiner Apotheke wurde mir das Antarktis Krill (mit Korallen-Kalzium) empfohlen, aber ich hätte nie gedacht, dass es tatsäch-



*lich so gut und so schnell wirkt.“
(Ref.7304)*

Frau Maria H., in S. (63)

„Endlich frei von Gelenk-Schmerzen“

„Jedesmal, wenn ich in der Kirche zum Gebet niederkniete und mich danach wieder aufrichtete, waren die Schmerzen in den Gelenken furchtbar. Schließlich konnte ich mich nicht mehr hinknien. Sie können sich

nicht vorstellen, was das für mich bedeutet hat !

Der Apotheker bestärkte mich, unbedingt das bewährte und 100 Prozent bioverträgliche Antarktische Krill mit Korallen-Kalzium zu testen. Und dann ist es tatsächlich passiert: Nach genau 10 Tagen haben die Schmerzen in den Gelenken nachgelassen. Ich habe mich plötzlich um 10 Jahre jünger gefühlt.

Ich war ein neuer Mensch. Ich hatte wieder bessere Laune, konnte wieder lachen, war einfach glücklich. Und das Schönste an der ganzen Sache war, ich konnte wieder normal in meinem geliebten Garten und an der frischen Luft arbeiten.“

(Ref.5661)

TEIL 3

Antarktis Krill im Einsatz

Gesund durch Antarktis Krill

Denken Sie bitte einen Moment über die folgende Aussage nach:

Antarktis Krill unterstützt den Heilungsprozess und beeinflusst den Gesundungsprozess positiv bei:

- **Prämenstruellem Syndrom**
- **Hohem Cholesterinspiegel**
- **Gelenkschmerzen**
- **Herzinfarkt**
- **Rheuma**
- **Diabetes**

Um nur einige wenige zu nennen – wir werden gleich weitere Krankheiten aufzählen. Und Antarktis Krill wirkt sich positiv aus auf: Haare, Haut, Augen, Konzentration und Allergien und ist hilfreich für all diejenigen, die ihre Energie steigern möchten.

Warum ist das so?

Wieso wirkt Antarktis-Krill auf diese Weise? Wiederholen wir kurz: Wir wissen, dass ein Mangel an Omega-3 Fettsäuren sogar noch vor Ballaststoffmangel das Ernährungsproblem Nummer 1 ist. Damit ist es Mitursache für die Entstehung und Ausbreitung unserer „Zivilisationserkrankungen“. Eine Zufuhr von Omega-3 Fettsäuren würde dieses Ungleichgewicht beheben. Das wurde mittlerweile auch erkannt, ebenso, dass Omega-3 Fettsäuren in Fischöl zu finden sind. Fischöle wurden zu den beliebtesten und meist verkauften Nahrungsergänzungsmitteln weltweit. Was auch damit zu tun hat, dass sie vorbeugend wirken und vielfältige

therapeutische Wirkungen haben. Die Forschung hat sich weiter entwickelt. Es gibt eine „nächste Generation“ an Omega-3 Fettsäuren, die Fischöle ablöst und zwar mit dem Namen: Antarktisch Krill.

Antarktisch Krill übertrifft unsere Erwartungen

Antarktisch Krill übertrifft alle Erwartungen. Wenn man von den bisherigen Erfahrungen mit Fischölen ausgeht, so ist seine Wirkung besser und die therapeutischen Einsatzmöglichkeiten noch größer. Wir wissen, dass Antarktisch Krill beträchtliche Mengen von drei leistungsstarken Nährstoffen enthält:

- **Omega-3 Fettsäuren,**
- **Phospholipiden und**
- **potenten Antioxidantien.**

Gerade durch das Zusammenspiel der Omega-3-Fettsäuren, der Phospholipide und der potenten Antioxidantien wird Antarktisch Krill – auch nach Meinung von Experten – ein überaus nützliches Mittel um auch aussichtslos scheinende Gesundheitsprobleme zu therapieren. Jede Komponente leistet bereits ihren eigenen wertvollen Beitrag, doch durch die Kombination in Antarktisch Krill sind sie umso stärker!

Diese einzigartige Kombination der Inhaltsstoffe in Antarktisch Krill liefert uns alles, was wir so dringend benötigen, um das oft stressige Leben der heutigen Zeit zu meistern.

Bestandteile von Antarktisch Krill

Jedes Gramm Antarktisch Krill enthält mindestens:

• Phospholipid-Omega-3 Komplex	400 mg
• Omega-3 Fettsäuren, insgesamt	300 mg
• EPA (Eicosapentaensäure)	150 mg
• DHA (Docosahexansäure)	90 mg
• Omega-6 Fettsäuren, insgesamt	20 mg
• Omega 9 (Ölsäure)	70 mg
• Esterifiziertes Astaxanthin	1.5 mg
• Vitamin A	100 IE
• Vitamin E	0.5 IE

PERSÖNLICHE ERFAHRUNGSBERICHTE



Herr Jean R, in O.

„Mein Arzt staunte über meinen Cholesterinspiegel!“

„Ich kann Ihnen gar nicht beschreiben, wie sehr ich Antarktis-Krill liebe. Die Kur hat meine Haare weicher und gesünder gemacht. Meine Haut ist weich und die Leute sagen mir häufig, wie „strahlend“ mein Gesicht wirkt. Früher habe ich sehr schnell einen Sonnenbrand bekommen und wurde auch nie braun.

Jetzt kann ich stundenlang OHNE Sonnenschutz nach draussen gehen und bekomme trotzdem keinen Sonnenbrand – es ist erstaunlich! Ich habe auch meinen Cholesterin-Spiegel überprüfen lassen und mein Arzt war erstaunt. Er hat noch nie so gute Werte gesehen! Ich habe ja nun schon seit vielen Jahren mit Naturheilkunde zu tun, aber dies ist eines der bedeutendsten Produkte, die ich je benutzt und weiter empfohlen habe.“

(Ref.12360)



Frau Ursula A. aus B., Therapeutin

Antarktis-Krill gibt eine gute Energie ab und ich bin begeistert!“

„Ich bin selbständige Therapeutin und habe das Antarktis-Krill (mit Korallen-Kalzium) seit 2007 ausprobiert und auch mein Mann nimmt es. Ich finde das Produkt sehr gut. Bei meinen Patienten teste ich es mit Hilfe der Bioresonanz aus und bei den meisten Patienten kommt dieses Produkt sehr gut an und die Patienten nehmen es von sich aus gern. Es hilft wirklich bei chronischen Entzündungen und Antarktis-Krill ist auch erfolgreich bei Arthrose, vor allem bei Patienten mit chronischer Übersäuerung hilft es mit, die Symptome zu lindern. Antarktis-Krill gibt eine gute Energie ab und ich bin



b e g e i s t e r t !

(Ref.20174)

Frau Helene M, aus F.

„Mein Leben hat sich verbessert und ich weiss das zu schätzen.“

„An dieser Stelle möchte ich kurz beschreiben, wie es mir erging, nachdem ich Antarktis-Krill eingenommen hatte. Während meiner Menopause nahm ich ein Naturprodukt ein, um die Symptome abzumildern. Dieses Produkt wirkte sehr gut gegen Hitzewallungen.

Wenn ich jedoch am Morgen vergessen hatte, es einzunehmen, hatte ich den ganzen Tag über Hitzewallungen. Seit ich damit angefangen habe, Antarktis-Krill einzunehmen:

- habe ich keine Hitzewallungen mehr,*
- habe ich bessere Laune,*
- habe ich viel mehr Energie,*
- ist meine Haut gesünder und meine Nägel sind härter,*
- muss ich am Nachmittag kein Schläfchen mehr halten, das früher teilweise zwei Stunden gedauert hat.*

Mein Leben hat sich verbessert und ich weiss das zu schätzen. Ich bin mit diesem Produkt wirklich zufrieden. Ich nehme jeden Morgen zwei Kapseln Antarktis-Krill.“

(Ref.11034)

Krankheiten bei denen Antarktisch Krill heilend wirkt

Prämenstruelles Syndrom oder PMS

Jeden Monat leiden nach Schätzungen von Experten 85-97 % der Frauen bis Mitte 50 unter verschiedenen Graden von Schmerzen, Unwohlsein und emotionaler Aufregung, die in direktem Zusammenhang mit dem Menstruationszyklus stehen.

85 % der Frauen haben ein Problem mit PMS. Er ist Hauptgrund und Ursache Nummer 1 für verlorene Arbeitstage und Beziehungsstress bei Paaren. Die Beschwerden variieren von Frau zu Frau und von Monat zu Monat. Im Allgemeinen sind die PMS-Symptome jedoch weitreichend und unangenehm – von einem gereizten Gefühl, über das Verschlucken einer ganzen Schachtel Pralinen bis hin zu einer breiten Palette von physischen Problemen (Brustspannungen, Unterleibsschmerzen, Krämpfen, Wassereinlagerungen, Blähungen, Gewichtszunahme, Gelenk- und Muskelschmerzen, Müdigkeit und Kopfschmerzen).

Antarktisch Krill

- **verringert Unterleibsschmerzen und Uteruskrämpfe**
- **hilft bei Übelkeit, Blähungen und Müdigkeit**
- **mildert Kopfschmerzen sowie Gelenk- und Körperschmerzen**
- **verringert PMS-bezogene Brustspannungen**
- **verbessert launische Stimmungsschwankungen und Heißhunger**
- **hilft bei der Vermeidung von menstruationsbezogenen Angstzuständen, Depressionen und Stress.**

Zu hohes Cholesterin

Einige herkömmliche Cholesterinsenker (Statine) stehen im Ruf, krebserregend zu wirken und zu Herzinsuffizienz zu führen (durch Blockade der körpereigenen Coenzym Q 10 Produktion). Darum ist es wichtig, nach Alternativen zu suchen. Aus den bereits ausführlich genannten Gründen (cholesterinsenkend, triglyceridsenkend) sind Omega-3 Fettsäuren aus Krill besonders wirksam und stellen eine echte Alternative dar. Sie schützen außerdem vor Oxidation des Cholesterin und dadurch vor Gefäßschäden. (Zusätzlich empfohlen: Palmöl-Vitalkapseln, Curcuma).

Gefäßerkrankungen / Arteriosklerose / Schlaganfall / Herzinfarkt:

Antarktische Krill gehört in der Primärprophylaxe und in der Sekundärprophylaxe zu den besten Möglichkeiten für den Gefäß- und den Herzschutz. Es senkt zahlreiche Risikofaktoren. So kommt es zu einer Hemmung der Thrombozytenaggregation und Senkung des Triglyceridspiegels im Serum, auch bei Frauen nach der Menopause, bei coronarem Venenbypass sinkt das Restenose-Risiko (Risiko einer erneuten Verengung von Blutgefäßen). (Zusätzlich empfohlen: Palmöl-Vitalkapseln, Grapefruitkernextrakt).

Ganz wesentlich bei Gefäßerkrankungen bzw. für deren Prophylaxe ist die Versorgung mit Antioxidantien. Sie verhindern das Oxidieren von Cholesterin und setzen hier direkt beim Problem an. Nicht das Cholesterin selbst, sondern das oxidierte Cholesterin stellt ja die Gefahr für die Gefäße dar.

Das Astaxanthin aus dem Antarktischen Krill ist hier hervorragend geeignet, da es hocheffektiv und zudem gehirngängig ist. Weiterhin ist die entzündungshemmende Wirkung von Astaxanthin hervorzuheben. Gefäßerkrankungen sind ja eigentlich Entzündungen. Studien zum C-reaktiven Protein (Entzündungsparameter) zeigen dabei die entzündungshemmende Wirkung von Krill.

Diabetes

Bei Diabetes ist Gefäßschutz durch Antarktische Krill ganz besonders ratsam. Einerseits aufgrund der begleitend starken Bildung von freien Radikalen und andererseits wegen der entzündungshemmenden Eigenschaften. Die Entwicklung einer Insulinresistenz, wie sie bei hohen Dosen (ab 3 g) Fischöl auftritt, ist bei Antarktische Krill nicht zu befürchten.

Herzrhythmusstörungen

Antarktis Krill verbessert die Herzratenvariabilität, wirkt damit auch stabilisierend auf die Rhythmen und das vegetative Nervensystem.

Herzschonende Eigenschaften des Antarktis Krills

Eine weitere wissenschaftliche Studie bestätigt die herzschonenden Eigenschaften von Antarktis Krill. Die Wissenschaftler verabreichten einer Gruppe von 120 Patienten, die an Hyperlipidämie und kardiovaskulären Problemen litten, über einen Zeitraum von einem Monat hinweg täglich 1 Gramm dieser Substanz. Sie wollten seine Wirkungen auf die Werte des Cholesterins insgesamt und der Triglyceride testen.

Die Resultate einer von uns durchgeführten Untersuchung zeigten, dass dieses Öl für die Behandlung von Hyperlipidämie bemerkenswert wirksam ist, da es die Werte von Glukose, Cholesterin insgesamt, ‚schlechtem‘ Cholesterin und Triglyceriden deutlich senkt, während es die Werte des ‚guten‘ Cholesterins anhebt. Weiterhin wurde in diesem Sinne festgestellt, dass es sehr viel wirksamer ist als Fischöl und dass sich eine Erhaltungsdosis von einem halben Gramm täglich als sehr wirksam erweist, um die Blutwerte von Glukose und Lipiden innerhalb gesunder Parameter zu halten.

Die folgenden Zahlen belegen dies:

Nach 3 Monaten lag das Gesamtcholesterin um 13 %, das ‚schlechte‘ Cholesterin um 32 % und die Triglyceride um 11 % niedriger, während das so genannte ‚gute‘ Cholesterin um 44 % anstieg.

Außerdem war in allen Fällen zu beobachten, dass sich die physische Funktion der Patienten verbesserte, die Schmerzen und das Ermüdungsgefühl zurückgegangen sind und allgemein eine Verbesserung ihrer Lebensqualität und ihrer physischen, emotionalen und psychischen Gesundheit eingetreten ist.

Neurodermitis / atopisches Ekzem

Auch hier ist die entzündungshemmende Wirkung von Krill ausschlaggebend und kann therapiefördernd eingesetzt werden. (Zusätzlich empfohlen: Unbedingt

auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten und einen störungsfreien Schlafplatz achten. Zusätzliche Einnahme von Laktobazillen zur Unterstützung der Darmfunktion, bei Pilzbelastungen auch Grapefruitkernextrakt.)

Allergien

Studienteilnehmer berichteten vom Rückgang saisonal bedingter Allergiesymptome als positive Nebenwirkung bei der Einnahme von Antarktis Krill, was wohl auf die Gegenspielerfunktion zu entzündungs- und allergiefördernden Arachidonsäure aus der Nahrung (tierisches Fett, Omega-6) zurückzuführen ist. (Zusätzlich empfohlen: MSM, Laktobazillen, Vulkanmineral).

Colitis Ulcerosa / Morbus Crohn

Die entzündungshemmende Wirkung des Antarktis Krills kann noch zusätzlich unterstützt werden durch MSM, Laktobazillen zur Wiederherstellung der Darmflora und zur Stärkung des Immunsystems, bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Laktobazillen produzieren Verdauungsenzyme wie Proteasen, Lipasen, Laktase. Silizium bringt hervorragende Resultate beim Rückgang der Entzündungen.

Migräne

Bei der Einnahme von Krill wird der Rückgang von Häufigkeit und Intensität von Migräneattacken berichtet. (Zusätzlich empfohlen: Bei Spannungskopfschmerz bewährt sich MSM durch die entspannende Wirkung auf die Muskulatur. Bei Kopfschmerzen mit Beteiligung der Leber kann eine Entlastung durch die Kombination Curcuma und Vulkanmineral herbeigeführt werden).

Krebs / Metastasenbildung

Bedeutend für die Krebsprophylaxe ist die Senkung gleich zweier Risikofaktoren durch Antarktis Krill: Freie Radikale und Arachidonsäure. Antarktis Krill hat einen stark antioxidativen Effekt, der die Zellmembranen vor Angriffen freier Radikaler schützt und damit möglicher Schädigung des Zellkerns bis hin zur Krebsentstehung vorbeugt.

Antarktis Krill ist ein weiterer entzündungshemmender Gegenspieler zur ent-

zündungsförderlichen Ernährung mit tierischem Fett und Omega 6 Fettsäuren. Man nimmt an, dass etwa 1/3 aller Krebserkrankungen mit Entzündungen in Verbindung stehen.

Populationen mit hohem Omega-3 Fettanteil in der Nahrung zeigen unter anderem auch niedrigere Krebsraten. Tierexperimentell fand sich ein Hemmeffekt auf die Entstehung von Haut-, Brust-, Bauchspeicheldrüsen-, Darm und Prostatakrebs. Außerdem werden Wachstum und Metastasierung von Brust- und Darmkrebs unterdrückt.

Zur Darmkrebsprophylaxe ist anzumerken, dass die als präneoplastischer Tumormarker geltende Zellproliferation der Darmschleimhaut positiv beeinflusst wird. Der tumorhemmende Effekt geht, wie man bei Studien mit Fischöl feststellte, vor allem vom EPA aus, während die Wirkung von DHA auf dessen Fähigkeit zur Induktion von Apoptosen zu beruhen scheint. (Zusätzlich empfohlen: Curcuma, Silizium, Laktobazillen.)

Psoriasis

Psoriasis kommt bei den Inuit aufgrund der großen Menge Omega-3 Fettsäuren in der Ernährung kaum vor. In der psoriatischen Haut ist die Arachidonsäure um das etwa 20 fache erhöht und ist damit Ausgangssubstanz für die bekannten Entzündungsprozesse der Haut oder auch der Gelenke. Mit Fischöl kommt es zu einer leichten bis mäßigen Besserung der Psoriasis, einem Rückgang der Schuppung, der Hautrötung und der Hautdicke. Auch der Rückgang von Gelenkschmerzen wurde beobachtet. Studien mit Antarktis Krill stehen noch aus, eine noch bessere Wirkung als bei Fischöl ist aber zu erwarten.

Multiple Sklerose

Multiple Sklerose ist zu den Entzündungskrankheiten zu rechnen. Antarktis Krill kann zur Reduktion der Entzündungsfaktoren als Begleitmaßnahme empfohlen werden. Deshalb kann die Einnahme von Antarktis Krill hier positive Auswirkungen haben.

Parkinson

Dopaminmangel im Gehirn soll eine zentrale Rolle bei der Parkinsonerkrankung spielen. Antarktische Krill kann den Dopaminspiegel verbessern, was dann auch Auswirkungen auf die Parkinsonerkrankung haben dürfte.

Anstrengungs-Asthma

Hier kommt es zu einer deutlichen Verbesserung durch Omega-3 Fettsäuren, die in Krill enthalten sind.

Sehvermögen und kognitive Fähigkeiten bei Babys

Besonders wichtig ist die ausreichende Einnahme von Omega-3 Fettsäuren aus Antarktische Krill durch die Mutter während der Schwangerschaft und in der Stillzeit. So können die kognitiven Fähigkeiten und das Sehvermögen des Babys verbessert werden.

Makuladegeneration

Makuladegeneration ist die Folge von Lichtschäden im Auge durch Unterversorgung mit schützenden Pigmenten. Je mehr Pigmente vorhanden sind, desto größer ist der Schutz vor Zerstörung im Sehzentrum. Auf natürliche Weise erhält der Körper diesen Schutz durch luteinreiche grüne Blattgemüse, die jedoch oft nicht häufig genug gegessen werden. Astaxanthin wirkt in gleicher Weise wie das Lutein aus den grünen Gemüsen. Man weiß, dass es genauso in der Makula anreichert und, wie Forscher der Universität Illinois in Tierversuchen an Ratten feststellten, das Auge schützt. Außerdem konnten sie zeigen, dass Astaxanthin im Gegensatz zu Zeaxanthin keine kristallinen Ablagerungen im Auge verursacht. Antarktische Krill kann hierbei eine die Gesundheit bzw. Heilung unterstützende Wirkung haben.

Grauer Star

Grauer Star ist auf die Vernetzung der Proteinfasern der Augenlinse zurückzuführen. Diese Vernetzung wird durch hohen Blutzucker (Diabetes!) und durch freie Radikale verursacht. Astaxanthin ist in der Lage, seine antioxidative Wirkung im

Auge zu entfalten und somit Grauen Star positiv zu beeinflussen. Astaxanthin ist Bestandteil von Antarktiskrill.

Depression / Aggression

Neben einem Nachlassen der kognitiven Funktionen hängen auch Impulsivhandlungen und höherer Schweregrad von Depressionen eng mit niedrigen Konzentrationen von Omega-3 Fettsäuren in der Nahrung zusammen. Unter anderem sind Dopamin und Serotonin, das für das subjektive Wohlfühl verantwortlich ist, von der Fettsäurezusammensetzung abhängig. Krillöl kann hier begleitend erfolgreich sein.

Bewegungs-/ Sprachstörungen

Die verbesserte Versorgung des Gehirns unter Antarktiskrill-Einnahme führt zu immer wieder feststellbaren Verbesserungen der Motorik und des Sprechvermögens. Besonders auffällig: sogar bei Chorea Huntington (Veitstanz), einer Erbkrankheit, bei der Gehirnzellen untergehen, wurden Verbesserungen der Bewegungsfähigkeit, der Sprache und der Gemütslage (Depression, Aggression) beobachtet.

Kinder und Depressionen

Immer häufiger leiden Kinder an Depressionen. In einer wissenschaftlichen Studie wurden 20 Kinder ausgewertet, die an einer Depression litten. Ein Teil der Kinder bekam die üblichen Placebos, der andere Teil Omega-3-Fettsäuren.

Die Kinder, die Omega-3-Fettsäuren erhielten, wiesen nach ein paar Wochen erhebliche Verbesserungen auf, nicht aber die Vergleichs-Gruppe. Krill enthält die wertvollen Krill-Omega-3 Fettsäuren und bietet daher eine ideale Möglichkeit, mit einer ärztlichen Betreuung zusammenzuarbeiten.

- **Umwelteinflüssen wie Luftschadstoffe und Pestizide.**

PERSÖNLICHE ERFAHRUNGSBERICHTE



Frau Ruth G., aus L., Therapeutin

Man sollte Krill und Korallen-Kalzium über eine längere Zeit einnehmen...

„Ich empfehle Krill mit Korallen-Kalzium auf Grund meiner persönlichen Erfahrung und die meiner Kunden sehr. Die Rückmeldungen ihrerseits sind unterschiedlich. Die meisten Kunden, die chronisch krank sind, sollten diese Produkte für längere Zeit zu sich nehmen, damit sie "greifen" und die Produkte wirken können. Vor allem empfehle ich es Menschen, die von oben bis unten voller Schmerzen sind, um den Entzündungsprozessen entgegenzuwirken. Z.B. konnte ein Tennisarm, von einem chronisch erkrankten Kunden, erfolgreich behandelt werden. Man muss auch alle anderen Komponenten, die zur Gesundheit führen, mit einbeziehen, damit man nicht nur Symptome behandelt.

(Ref.14718)



Herr Rolf L. aus S. (68)

Erhöhte geistige Präsenz, körperliche Agilität und Ausdauer

„Besonders erwähnen möchte ich die Wirkung von Antarktis-Krill. Schon nach kurzer Zeit konnte ich eine spürbar erhöhte geistige und körperliche Agilität und Ausdauer feststellen. Auch von lästigen Erkältungskrankheiten blieb ich seither verschont. Ich bin 68-jährig und treibe regelmässig Sport. Als Schriftsteller schätze ich besonders die erhöhte geistige Präsenz. Ich bin dankbar, dass uns die Natur in Form von Antarktis-Krill einen solch potenten Gesundbrunnen zur Verfügung stellt.



Frau Amalia S, in G.

Chronische Polyarthritis

„Ich habe seit 38 Jahren Polyarthritis in den Händen und die sind mittlerweile deformiert. Ich bin im Jahr 2004 mit einem Prospekt auf Antarktis Krill mit Korallen-Kalzium aufmerksam geworden und dort stand, dass es unter anderem bei Übersäuerung hilft. Ich habe immer gewusst, dass meine Krankheit etwas mit dem Essen zu tun hat, also habe ich eine Kur bestellt und schon nach 5 Tagen tatsächlich eine Reaktion verspürt. Seither nehme ich Antarktis Krill mit Korallen-Kalzium regelmässig ein. Ich kann nicht genau sagen, was sie bei mir bewirken, aber ich weiss, dass sie gegen Entzündungen und Übersäuerung wirksam sind.

20 Jahre lang habe ich Cortison Tabletten genommen, zuletzt 1 mg, welche ich nun letztes Jahr absetzen konnte, weil die Schübe, seit der Einnahme von Antarktis-Krill mit Korallen-Kalzium, nach und nach weniger geworden sind, und seit einigen Monaten nun ganz ausbleiben.

Sicher, wenn ich mit 78 Jahren, im Garten viel mache oder im Haus putze, meine Hände also stark beanspruche, dann spüre ich meine Hände schon und ich habe auch nicht mehr die Kraft in ihnen wie früher, aber Schmerzen in dem Sinne habe keine mehr. Ich bin ein sehr zufriedener Mensch. Ich gehe oft im Wald spazieren, am liebsten am Morgen und arbeite nachmittags gern in meinem Garten. Ich bin sehr dankbar, dass ich meinen Haushalt noch selber erledigen kann.“



Frau Marie-France B. (43) aus K.

PMS: Besserung schon nach dem ersten Tag

„Seit vielen Jahren habe ich unter einem schweren Prämenstruellen Symptom gelitten und die Symptome waren oft so schlimm, dass ich meine täglichen Aktivitäten einschränken musste. Mein Arzt verschrieb mir ein Medikament, das mich bei diesen Problemen unterstützen sollte, aber dieses hatte so viele Nebenwirkungen, dass ich nicht mehr normal funktionieren konnte. Daher habe ich es nicht mehr eingenommen. An diesem Punkt habe ich entschieden, ein Produkt mit Namen Antarktis-Krill zu verwenden und hoffte, dass ein natürlicherer Ansatz wirken könnte. Ab dem ersten Tag hat Antarktis-Krill bei mir erstaunlich gut gewirkt. Sowohl meine körperlichen als auch meine emotionalen Symptome schienen sich zu fast 100 % zu bessern. Es hat ohne Zweifel eine wichtige Veränderung in meinem Leben hervorgerufen, und ich würde es jeder Frau, die unter PMS leidet, ohne zu Zögern wärmstens empfehlen.“

(Ref.2495)



Frau Yvonne S. (31), aus Z.

„Geschwulst, Knieprobleme, Periodeschmerzen... Antarktis-Krill hilft!“

„Mein Schwiegervater 63J hat mich im 2007 auf dieses Produkt aufmerksam gemacht. Er hat eine Geschwulst am Mittelfinger gehabt, der nach der Einnahme von Antarktis-Krill verschwunden ist und er sagte mir, dass er mehr Energie hat. Meine Mutter (62) hatte jahrelang den Fussrücken geschwollen gehabt und jetzt ist die Schwellung ganz zurückgegangen und ihre rheumatisch bedingten Knieprobleme sind fast weg. Ich selber 31Jahre alt, Mutter von zwei Kindern, nehme das Antarktis-Krill auch und habe seither keine Periodenschmerzen und Krämpfe mehr. Dieses Produkt hilft, man fühlt es.

(Ref.19560)



Herr Ernst R. (80), aus C.

„Meine gereizten Nerven gehören der Vergangenheit an und meine Frau kann wieder stricken“

„Meine Frau mit Jahrgang 33 und ich mit Jahrgang 28 durften vor ca. einem Jahr das Antarktis-Krill (mit Korallen-Kalzium) kennenlernen und nehmen es bis heute - jeden Tag – eine Kapsel zum Frühstück ein und das ohne Nebenwirkung. Meine Frau mit starker Arthrosebildung in beiden Händen und in den Fingern... sie kann heute wieder stricken.

Ich hatte gereizte Nerven. Das gehört zum Glück alles der Vergangenheit an, so dass wir im Alter eine harmonische Ehe führen können, ohne Spannungen.

(Ref.14113)



Frau Luise M. (46), aus H.

„Mein Allgemeinzustand hat sich um ein Vielfaches verbessert...“

„Seit bald einem Monat konsumiere ich die Antarktis-Krill-Kapseln und kann der Werbung entsprechend bereits erstaunlich ganzheitlich gute Erfolge feststellen.

Meine eingeschränkte Motorik mit grossen Schmerzen hat sich bereits nach kurzer Einnahmezeit um ein Vielfaches verringert. Konnte ich doch nur mit Mühe das rechte Bein belasten, hüpfte ich heute einbeinig darauf herum. Die Ellbogenschmerzen welche ich durch einen Sturz eingefangen habe, sind nur noch latent vorhanden. Auch mein Allgemeinzustand (mental, physisch und psychisch) hat sich durch die Einnahme von Antarktis-Krill um das mehrfache verbessert. Ich werde diese Therapie fortsetzen und kann das Produkt bis zum heutigen Tag auf das Beste weiterempfehlen.

(Ref.20174)

TEIL 4

Kann Antarktische Krill positiv gegen Krebserkrankungen eingesetzt werden?

Die Bedeutung von Krill-Omega-3 in Fällen von Krebs und anderen Krankheitsbildern

Wir wissen, dass die Bedeutung der Omega-3-Fettsäuren zur Vorbeugung erheblich ist. Insbesondere gilt dies für kardiovaskuläre Probleme und chronisch degenerative Krankheiten (insbesondere dem Verfall der Gelenke). Es wurde sogar nachgewiesen, dass niedrige Anteile von Omega-3-Fettsäuren in den Geweben mit einem höheren Auftreten von neurodegenerativen und Geisteskrankheiten in Verbindung stehen.

Eine an der Universität Pittsburgh (USA) durchgeführte Untersuchung kommt zu dem Schluss, dass zwei Omega-3-Fettsäuren, für die Vorbeugung und die Behandlung von Krebs wirksam sind. Es handelt sich dabei um: Docosahexaensäure (DHA) und Eicosapentaensäure (EPA).

Beide verhindern nicht nur die Vermehrung von Krebszellen, sondern führen auch zu deren Tod (Apothose oder Zelltod). Die regelmäßige Einnahme dieser Wirkstoffe reduziert den Wert an Betacatenin, ein Protein, das mit der Entwicklung diverser Tumore in Verbindung steht.

Die Forschergruppe des Cancer Research UK Paterson Institute der Universität Manchester im British Journal of Cancer konnte zeigen, dass sie auch in Fällen von Bauchspeicheldrüsenkrebs wirkungsvoll eingesetzt werden können.

Die drei Wissenschaftler: Bergström, Samuelsson und Vane erhielten bereits vor Jahren den Nobelpreis dafür, weil sie nachweisen konnten, dass ein Mangel an Omega-3-Fettsäuren verschiedene Krankheitsbilder auslösen kann. Seitdem wissen wir, dass zwei Gruppen von Eikosanoiden – die Prostaglandine und die Pro-

stacycline – sehr wichtige Funktionen in der Regulierung des Blutdrucks und der Nierenfunktion, in der Immunabwehr, bei der Zellteilung und zur Schmerzbekämpfung erfüllen und dass andere Eikosanoide, nämlich die Thromboxane, für die Aggregation von Blutplättchen verantwortlich sind und somit eine Schlüsselrolle in der Blutgerinnung spielen.

Krill enthält Omega-3-Fettsäuren

In einem der Artikel der Zeitschrift Nutrition and Cancer wurde von der Heilung eines Lungenkrebses im Anfangsstadium durch die Einnahme von täglich 15 Gramm Omega-3-Fettsäuren und Nahrungszusatzstoffen über 3 Jahre hinweg (bei gleichzeitiger Streichung von Nahrungsmitteln, die reich an Omega-6-Fettsäuren sind) berichtet. Diese Behandlung wurde von Ron Pardini, Professor der Biochemie an der Universität Reno (Nevada, USA), empfohlen. Er widmete sich der Erforschung der Omega-3-Fettsäuren und hat zumindest an Ratten nachgewiesen, dass die Omega-3-Fettsäuren das Wachstum von Krebszellen in der weiblichen Brust, im Eierstock, im Colon, in der Prostata und in der Bauchspeicheldrüse bedeutend hemmen.

Wir können feststellen, dass Omega-3-Fettsäuren bei der Vorbeugung und Behandlung vieler Krankheitsbilder nützlich sind. (Ein angemessenes Verhältnis mit Omega-6-Fettsäuren ist zu empfehlen.)

Aber wie kam man auf die Idee, dass ein Zusammenhang zwischen Omega-6-Fettsäuren und Krebs bestehen könnte?

Ein Blick zurück

Die amerikanischen Wissenschaftler Burr und Evans entdeckten 1923, dass Ratten, die keine ungesättigten Fettsäuren bekamen, erkrankten. Daraus folgerten sie, dass essentielle Fettsäuren von grundlegender Bedeutung für die Gesundheit sind. Evans nannte diese mehrfach ungesättigten Fettsäuren Vitamin F. Burr wies später nach, dass es zwei Fettsäuren gibt: die Omega-3 (hervorgehend aus Alpha-Linolensäure) und die Omega-6 (hervorgehend aus Linolsäure).

Es dauerte bis in die 70er-Jahre als endlich eine Beziehung zwischen Omega-3 Fettsäuren und Herz- und Gefäßkrankheiten festgestellt werden konnte. Ein dänischer Epidemiologe erkannte, dass die in Fisch vorhandenen Omega-3-Fettsäuren der Hauptgrund für das Ausbleiben von Herz- und Gefäßproblemen bei

den Inuit seien.

Seine Schlussfolgerung basierte auf der Beobachtung, dass die Inuit nicht an Herzinfarkten litten, aber Inuit, die ihre Heimat verließen und ihre Essgewohnheiten änderten, erlagen den gleichen Herz- und Gefäßproblemen wie alle anderen auch.

Wenn man weiß, dass die Inuit große Konsumenten von Omega-3-Fettsäuren sind, die sie über Fisch, Robben und Walfleisch zu sich nehmen, so ist dies ein logischer Schluss.

Spätere Studien bestätigten dies. Auf der Insel Kreta sind Nahrungsmittel außerordentlich reich an Omega-3-Fettsäuren. Man bringt dies mit der hohen Lebenserwartung ihrer Einwohner in Verbindung. Auch die Langlebigkeit der Japaner wurde schließlich ihrem hohen Konsum an Omega-3-Fettsäuren zugeschrieben.

Im Laufe der Jahre wurde die Hypothese über die Vorzüge von Omega-3 weiter ausgebaut und zwar nicht nur für Herzerkrankungen sondern auch auf chronische Krankheiten der Gelenke oder Krebs. Man stellte fest, dass bereits geringe Konzentrationen an Omega-3-Fettsäuren im Gewebe mit neurodegenerativen und Geisteskrankheiten in Verbindung stehen.

Unbestreitbar ist, dass Krebs in Gesellschaften, in denen große Mengen an Meerestieren konsumiert werden, weniger auftritt. Der logische Grund ist, dass diese langkettige mehrfach ungesättigte Omega-3-Fettsäuren enthalten.

So essen japanische Frauen viel Fisch und haben sehr selten Krebs. Männer, die häufig Fisch essen, haben ein geringeres Risiko an Prostatakrebs zu erkranken. Gleiches lässt sich über Magen- und Darmkrebs sagen. Wenn Fisch zentrales Nahrungsmittel ist, kommen diese Erkrankungen seltener vor. Wenn Omega-3 der Ernährung hinzugefügt wird, hilft es, den Spiegel bestimmter Hormone, die üblicherweise bei Krebspatienten in höheren Konzentrationen vorhanden sind, zu reduzieren. Auch eine Chemotherapie ist wirksamer, wenn sich ein guter Anteil von Omega-3 bei der Nahrung befindet. Die Eigenschaften von Omega-3-Fettsäuren lassen sich durch medizinische Tests belegen und sind mittlerweile bekannt. Aber all dies scheint erst der Anfang zu sein.

Leberkrebs

An der Universität Pittsburgh wurde eine Studie am Jahrestagung der American Association for Cancer Research in Washington vorgestellt mit dem Ergebnis, dass Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA eine wirksame Therapie nicht nur zur Verhütung, sondern auch zur Behandlung von Leberkrebs darstellen können.

Dr. Tong Wu, Mitglied der Abteilung Transplantationspathologie der Schule für Medizin an der Universität Pittsburgh, schreibt dazu folgendes: „Seit einiger Zeit weiß man, dass Omega-3-Fettsäuren bestimmte Krebszellen hemmen können. Daher wollten wir herausfinden, ob diese Substanzen auch Leberkrebszellen hemmen können und falls ja, ermitteln, welcher Mechanismus diese Hemmung auslöst.“

Die Forscher konzentrierten sich zunächst darauf, den Effekt und Mechanismus von mehrfach ungesättigten Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren auf menschliche hepatozelluläre Karzinome zu beobachten. Diese sind für 80 bis 90 Prozent aller Typen von Leberkrebs verantwortlich, die normalerweise drei bis sechs Monate nach ihrer Diagnose zum Tod führen. Hierzu behandelten sie die Krebszellen – zwischen 12 und 48 Stunden – mit Docosahexaensäure (DHA) und Eicosapentaensäure (EPA) der Serie Omega-3 sowie mit Arachidonsäure (AA) der Serie Omega-6.

Bald stellten sie fest, dass sowohl DHA als auch EPA das Zellwachstum hemmen – je nach Höhe der Dosis mehr oder weniger effektiv –, während mit Arachidonsäure kein erwähnenswerter Erfolg zu erzielen ist. Ein Effekt, der nach dem Urteil der Forscher vermutlich die Apoptose oder den programmierten Zelltod der Krebszellen provoziert.

Weiterhin fanden die Forscher heraus, dass die Behandlung mit DHA die Teilung eines Enzyms des Zellkerns, das als Poly-(ADP-Ribose-) Polymerase oder PARP bekannt ist, und somit die Reparatur des DNA-Schadens, die Apoptose und die Regulierung der immunen Reaktion induziert. Außerdem wurden durch die Behandlung mit DHA und EPA indirekt die Spiegel eines anderen Proteins verringert, das als Betacatenin bekannt ist und in massiver Form bei der Entwicklung verschiedener Tumore beteiligt ist.

Dr. Wu erklärt hierzu: „Betacatenin ist dafür bekannt, dass es das Zellwachstum fördert und es ist auch in das Wachstum der Tumorzellen verwickelt. Durch unsere Erkenntnis, dass die Omega-3-Fettsäuren die Betacateninwerte verringern können, gibt es einen klaren Beweis, dass diese Verbindungen die Fähigkeit haben, an mehreren Wegpunkten der Progression des Tumors reziprok handelnd einzugreifen.“

Die Forscher behandelten Cholangiokarzinom-Tumorzellen für 12 bis 48 Stunden mit Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren. Das Cholangiokarzinom ist eine besonders aggressive Form des Leberkrebses. Dieser wiederum ist ein sehr seltener

Tumor, der in den Gallengängen entsteht und meist tödlich ist.

Die Behandlung mit den Fettsäuren DHA und EPA bewirkte eine Wachstumshemmung der Krebszellen, während die Behandlung mit Arachidonsäure der Omega-6-Serie ohne Wirkung blieb. Auch in diesem Fall löste die Behandlung mit DHA eine Art Teilung der PARP in den Zellen des Cholangiokarzinoms aus. Und die Behandlung mit DHA und EPA verringerte den Betacateninspiegel in den Zellen signifikant.

Als Ergebnis kann angenommen werden, dass Omega-3-Fettsäuren eine wirksame Therapie in der Behandlung von Leberkrebs sein können. Sie können auch gegen nichtalkoholische Steatohepatitis schützen, ein Leiden, das durch einen erhöhten Fettgehalt in der Leber hervorgerufen wird und im schlimmsten Fall zu einer Zirrhose oder Leberkrebs führen kann. Antarktis-Krill kann hierbei eine ideale Hilfe bieten, um gesundend zu wirken.

Prostatakrebs

Ein britisches Forscherteam des angesehenen Cancer Research UK Paterson Institute der Universität Manchester veröffentlichte im British Journal of Cancer eine Studie, in der es zu dem Schluss kam, dass eine an Omega-3-Fettsäuren reiche Ernährung verhindern kann, dass ein nicht so gefährlicher Prostatakrebs sich zu einem sehr viel aggressiveren Krebs entwickelt.

Ausgangspunkt war die Feststellung, dass Prostatakrebs dann wirklich gefährlich wird, wenn die Krebszellen in anderes Gewebe abseits der Prostata wie zum Beispiel das Knochenmark eindringen. Omega-3 können dies verhindern.

Die Wissenschaftler erforschten die Wirkungen von Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren auf Prostatakrebszellen und kamen zu dem Schluss, dass Omega-6 die Entstehung der Krebszellen in das Knochenmark fördern, während die Omega-3 dies verhindern.

Fassen wir zusammen:

Omega-3-Fettsäuren können in der Vorbeugung und Behandlung von Krebs, insbesondere der Leber, der Bauchspeicheldrüse, der Lunge und der Prostata nützlich sein.

Omega-3-Fettsäuren machen das Blut flüssiger, während Omega-6 die Bildung von Gerinnseln fördern. Gerade bei Herzproblemen und Durchblutungsstörungen ist es offensichtlich, dass das Blut flüssiger ist. Beides, in einer geeigneten Dosis eingenommen, so dass sie sich in einem angemessenen Verhältnis zueinander im Organismus befindet, ist notwendig.

Zur Zeit aber nehmen wir mehr Omega-6 zu uns, so dass, um das Gleichgewicht wieder herzustellen, mehr Omega-3-Fettsäuren zuführen müssen.

Omega-3-Fettsäuren spielen bei Entzündungsprozessen, der Regulierung des Blutflusses, der Steuerung des Ionen transports und der Modulierung der synaptischen Transmission eine grundlegende Rolle. Sie üben eine krebshemmende Aktivität aus.

Omega-3 ist in der Verhütung und Behandlung von Leberkrebs und Bauchspeicheldrüsenkrebs nützlich.

Welchen Schluss ziehen wir daraus:

Wenn Omega-3-Fettsäuren verstärkt mit der Nahrung aufgenommen werden, kann sich dies auf die oben genannten Krankheiten positiv auswirken oder auch im Zuge der Vorbeugung wirksam sein.

Omega-3-Fettsäuren sind fester Bestandteil von Antarktis Krill. Die Einnahme von Antarktis-Krill kann demnach positiv und nachhaltig auf die Erhaltung der Gesundheit einwirken und auch bei Krebserkrankungen können erstaunliche Erfolge erzielt werden.

Antarktis-Krill hilft

Bei diesen Krankheiten kann Antarktis-Krill entweder unterstützend, aber auch therapierend auf den Krankheitsverlauf einwirken und die Gesundheit und den Heilungsprozess nachhaltig fördern.

- **Rheuma / Arthritis**
- **Hypercholesterinämie / Hyperlipoproteinämie**
- **Gefäßerkrankungen / Arteriosklerose / Schlaganfall / Herzinfarkt**
- **Diabetes**

- **Herzrhythmusstörungen**
- **Herzschonende Eigenschaften des Krill**
- **Neurodermitis / atopisches Ekzem**
- **Allergien**
- **Colitis Ulcerosa / Morbus Crohn**
- **Migräne**
- **PMS oder Prämenstruelles Syndrom**
- **Krebs / Metastasenbildung**
- **Psoriasis**
- **Multiple Sklerose**
- **Parkinson**
- **Anstrengungs-Asthma**
- **Sehvermögen und kognitive Fähigkeiten bei Babys**
- **Makuladegeneration**
- **Grauer Star**
- **Depression / Aggression**
- **Bewegungs-/ Sprachstörungen**
- **Kinder und Depressionen**

Wenn Omega-3-Fettsäuren verstärkt mit der Nahrung aufgenommen werden, kann sich dies auf die oben genannten Krankheiten positiv auswirken oder auch im Zuge der Vorbeugung wirksam sein.

Omega-3-Fettsäuren sind fester Bestandteil von Antarktiskrill. Die Einnahme kann demnach positiv und nachhaltig auf die Erhaltung der Gesundheit einwirken.

Verschiedene klinische Studien haben nachgewiesen, dass Antarktiskrill...

- **ein potenter Entzündungshemmer ist;**
- **eine Fähigkeit als Antioxidant hat, die 300-mal so hoch ist wie die von Vitamin A und E und 48-mal so hoch wie bei aus Fischölen**

gewonnenem Omega-3;

- **Entzündungen, Schmerzen und Gelenkstarre in Fällen von Arthritis, Osteoarthritis und anderen Gelenkleiden mindert;**
- **bei der Verhütung und Behandlung von kardiovaskulären Pathologien hilft indem es die Entzündung reduziert und die Lipidwerte im Blut innerhalb gesunder Grenzen hält;**
- **die Glukosewerte, die „schlechten“ Cholesterinwerte und Triglyceridwerte reduziert und die „guten“ Cholesterinwerte ansteigen lässt;**
- **die mit dem prämenstrualen Syndrom verbundenen physischen und emotionalen Symptome lindert;**
- **zu einer besserer Funktion der verschiedenen Organe und Gewebe beiträgt;**
- **gegen die durch freie Radikale verursachten Schäden vorbeugt;**
- **die Gesundheit allgemein sowie das Energiegefühl und Wohlbefinden im Besonderen verbessert.**

Ein Gramm Krillöl enthält 300 mg Omega-3-Fettsäuren, wovon 150 mg EPA – sehr wichtig für die Funktion des Immunsystems – und 90 mg DHA – entscheidend für eine angemessene Aktivität des Gehirns – sind. Weiterhin enthält es Fettsäuren der Typen Omega-6 und Omega-9.

Antarktis Krill normalisiert und verbessert die kardiovaskuläre Funktion, den Glukosewert im Blut, die Erzeugung von Energie, die Leberfunktion und die sportliche Leistungsfähigkeit und lindert außerdem die mit dem prämenstrualen Syndrom verbundenen Beschwerden sowie Schmerzen und Steifigkeit im Fall von Gelenkleiden.

Antarktis Krill ist Natur

Antarktis Krill wird aus der Natur gewonnen. Wir haben es also mit einem natürlichen Erzeugnis zu tun, das nicht nur überaus wirksam ist, sondern auch alles bietet, was der Mensch braucht um das stressige Leben, das wir alle führen, bewältigen zu können. Unser Gehirn benötigt gewisse Substanzen (verschiedene

Arten von Phospholipiden), um Stress abzubauen oder zu verarbeiten. Diese Substanzen sind in Antarktis Krill enthalten.

Allein durch seinen hohen Gehalt an Omega-3 Fettsäuren wirkt Antarktis Krill vorbeugend und heilend zugleich.

Die natürlichen Antioxidantien in Antarktis Krill bewirken, dass der Alterungsprozess langsamer abläuft. Man bleibt länger jung und dadurch deutlich vitaler und agiler.

Der Effekt, dass Antarktis Krill entzündungshemmend wirkt, bedeutet ja auch, dass man beispielsweise einem Herzinfarkt durch Antarktis Krill vorbeugend begegnen kann. Inuit und Pinguine haben keinen Herzinfarkt, eben weil sie täglich große Mengen an Krill zu sich nehmen, ein Nährstoff, den es bei uns als Antarktis Krill in Kapselform gibt.

Speziell für Frauen, die unter PMS (prämenstruelles Syndrome) leiden, erfahren durch Antarktis Krill eine deutliche Verbesserung. Es reguliert den Hormonhaushalt und zwar auf natürliche Art und Weise!

Antarktis Krill ist variabel einsetzbar und hilft bzw. beugt vor bei Rheuma, hohem Cholesterin ... kurz: bei allen Entzündungskrankheiten und Gelenkschmerzen... kann aber auch gegen Krebserkrankungen erfolgreich sein. Ein nicht uninteressanter Nebeneffekt: bei Einnahme von Antarktis Krill hat man mehr Energie zur Verfügung. Man fühlt sich vitaler und lebendiger.

Auch gibt Antarktis Krill einen gewissen Sonnenschutz und beugt deshalb der Hautkrebserkrankung Melanom vor.

**Antarktis Krill ist ein Produkt direkt aus der Natur.
Durch die richtige Zusammensetzung und
Dosierung in den Antarktis Krill-Kapseln wird Natur
direkt an den Menschen weitergegeben.
Was gibt es besseres?**

VON ÄRZTEN EMPFOHLEN

Wenn wir den Traum träumen wollen, für immer gesund und niemals krank zu sein, so liegt die Vermutung nahe, dass wir dafür eine Mischung aus einer ganz bestimmten Zauberformel, Glück und einen sehr guten Arzt brauchen. Um dieses Ziel zu erreichen wäre dazu noch ein robuster Körper, dem Krankheit nichts anhaben kann, hilfreich.

Träumen wir einmal ein wenig vor uns hin und fragen uns, ob es nicht wunderbar wäre, über ein natürliches Mittel zu verfügen, das den Körper heilt und unseren Geist wieder freimachen kann?
Ja, das wäre wirklich wunderbar.

Dankenswerterweise sind wir gar nicht so weit von der Erfüllung unseres Traumes entfernt, denn für viele Krankheiten gibt es einen solchen Wirkstoff und zwar, entweder zur Vorbeugung oder zur Heilung. Beides ist möglich. Und wie das genau zusammenhängt, das wollen wir in diesem Buch untersuchen und erfahren.

**Aus den kalten Gewässern der Antarktis
kommt ein wirkungsvoller Entzündungs-
hemmer der Natur,
für ein Leben ohne Schmerzen!**

