

# Ende Winter sind Schutzstoffe besonders wichtig



Die Winterzeit überfordert meist unsere Abwehrkräfte. Mit natürlichen Schutzstoffen aus Traubenkernextrakt und Hagebuttenpulver können wir unseren Körper wieder stärken.

Die kalte Jahreszeit hat unser Immunsystem gefordert. Die Natur bietet zwei Pflanzen, welche die Abwehrkräfte auf natürliche Weise stärken: Traubenkernextrakt und Hagebuttenpulver.

## Traubenkernextrakt – eine reiche Quelle an OPC

Prof. Jacques Masquelier entdeckte als junger Doktorand eine neue Gruppe sekundärer Pflanzenstoffe: die oligomeren Proanthocyanidine, kurz OPC. Der Wissenschaftler hatte eine zündende Idee: «Pflanzen ergreifen die Vorsichtsmaßnahme, sich mit OPC zu umgeben, wenn sie sich gegen Oxidation schützen müssen. Warum sollten wir Menschen nicht das Gleiche tun?»

Oxidativer Stress entsteht im Körper, wenn freie Radikale überhandnehmen. Sie entstehen bei körperlichem und seelischem Stress, unter Einwirkung von UV-Licht, beim Rauchen usw. Gegen Radikale verfügt der Körper zwar über Schutzsysteme, die aus Enzymen bestehen. «Doch mit zunehmendem Alter lässt unsere Fähigkeit nach, Eiweiße neu zu bilden», so Masquelier.

OPC ist ein äusserst starker Radikalfänger und wirkt rund 20-mal stärker zellschützend als Vitamin C und 50-mal stärker als Vitamin E. Studien weisen auf eine Vielfalt von weiteren Wirkungen hin: OPC soll unter anderem ent-

zündungshemmend und antibakteriell wirken, die Haut vor UV-Schäden schützen, die Wundheilung fördern und das Immunsystem stärken.

Traubenkernextrakt enthält durchschnittlich zwei bis drei Prozent OPC; mit einem speziellen Extraktionsverfahren lässt sich der Gehalt an OPC im Endprodukt auf 95 Prozent anheben.

## Hagebutten: vielfältige Wirkungen

Die Hagebutte gehört zu den stark basisch wirkenden Nahrungsmitteln, was auch erklärt, warum ein Pulver aus der Hagebutte bei Sodbrennen rasch Linderung bringt. Die Gerbstoffe der Hagebutte schützen die Magenschleimhaut vor schädigenden Stoffen wie z. B. Alkohol oder scharfen Gewürzen.

Im Hagebuttenmilieu des Darms vermehren sich die probiotischen Bifidus- und Lactobacillus-Bakterien. Das erlaubt

die Aussage, dass die tägliche Zufuhr von Hagebuttenpulver das Immunsystem stärkt und vor Erkältungskrankheiten schützt. Hierzu tragen die in der Hagebutte enthaltenen Radikalfänger (Vitamin C, Polyphenole) bei. Denn die körpereigenen Radikalfänger reichen nicht aus, um alle im Stoffwechsel gebildeten krankmachenden Radikale abzufangen. Deshalb müssen mit der Nahrung Radikalfänger zugeführt werden.

Hagebutten können noch einen weiteren Trumpf ausspielen: ihren hohen Gehalt an Pflanzenfasern. Diese quellen nach der Einnahme auf, was erklärt, dass Hagebuttenpulver bei Verstopfung abführend wirkt. Da die Pflanzenfasern zudem Cholesterin und Zucker binden, wirkt sich dies bei Patienten mit Zuckerkrankheit und Fettstoffwechselstörungen positiv aus. Zudem eignet sich Hagebuttenpulver auch hervorragend zum Abnehmen und Gewichthalten – nicht nur wegen der Quellwirkung der Pflanzenfasern, sondern auch wegen des in Hagebuttensamen enthaltenen Gewichtsstoppers Tilirosid. #

## PROFITIEREN SIE!

Beachten Sie auch die Angebote auf Seite 46 dieses Vista-Magazins.

Bei Fragen rufen Sie uns an:  
**044 762 24 02**

