

Prävention und Hilfe gegen Krebs, Alzheimer, Diabetes, Entzündungen, Darmerkrankungen & Co!

In Indien wird es fast täglich gegessen. Und es wirkt - davon zeugen über 11'000 Studien, die in der National Library of Medicine des National Institutes of Health aufgeführt sind. Je nach Krebsart bis zu 10x weniger Krebs, 4x weniger Alzheimer, ... beeindruckende Zahlen. Es handelt sich um Kurkuma (curcuma longa), dem indischen Safran oder Gelbwurz.

Hier nur ein kurzer Ausschnitt aus der Fülle an Studien und Erkenntnissen rund um Kurkuma. Natürlich muss weiter geforscht werden. Trotzdem ist die Beweislage so eindeutig, dass Kurkuma ab sofort bei allen Gesundheitsbewussten regelmässig und grosszügig in der Küche eingesetzt werden sollte. Besonders bei der älteren Generation.

Studien über Alzheimer, Demenz

70 bis 79 Jährige Inder haben **nur 22% so oft Alzheimer** wie Gleichaltrige in den USA.3} **Kurkuma fördert den Abbau von amyloider Plaque** in den von Alzheimer betroffenen Gehirnregionen. 4}

Die aussergewöhnliche geringe Verbreitung von Alzheimer kann auf den Verzehr von Kurkuma in den Currys zurückzuführen sein.

... Currygerichte werden häufig mit Kokosmilch zubereitet, sodass die Studienergebnisse auf die Kokosnuss, auf Kurkuma oder beides zurückzuführen sein könnten. 5}

Kokosöl ist bekannt als Hilfe bei / gegen Alzheimer. 5}

Schutz für Gehirnzellen

Wissenschaftler in Kalifornien entdeckten, dass Wirkstoffe in **Kurkuma die Gedächtnisleistung deutlich verbessern und die Gehirnzellen schützen kann.** 2}

Erhöht Brainpower

Kurkuma erhöhte die mentale Leistungsfähigkeit laut einer Studie mit 1010 Senioren in Asien. Die Einnahme von **Kurkuma in Currygerichten verbesserte die Gehirnleistung signifikant.** Die Ergebnisse wurden mit dem Mini-Mental-State-Examination (MMSE) gemessen. 1}

Krebs

In Indien erkranken pro Jahr und je 100'000 Einwohner 1 Promille an Krebs. In der Schweiz erkranken pro Jahr 3-4 Promille von 100'000 Menschen an Krebs.

Kurkuma besitzt zahlreiche krebshemmende Eigenschaften. 6}

Das vielseitige Kurkuma 2}

wird neben obigen Vorteilen auch empfohlen ...

- bei Schuppenflechte
- zur **Reduktion von Blähungen**
- als Lebertonikum
- **um mehr Fett zu verbrennen**
- zur **Hemmung von Entzündungen** (Arthritis)
- zur Regulation des Blutzuckerspiegels
- bei Diabetes
- bei Magen-Darm-Problemen

Quellenverzeichnis

1} Tze-Pin Ng , Peak-Chiang Chiam , Theresa Lee , Hong-Choon Chua , Leslie Lim and Ee-Heok Kua; Curry Consumption and Cognitive Function in the Elderly. American Journal of Epidemiology 2006;164:898-906

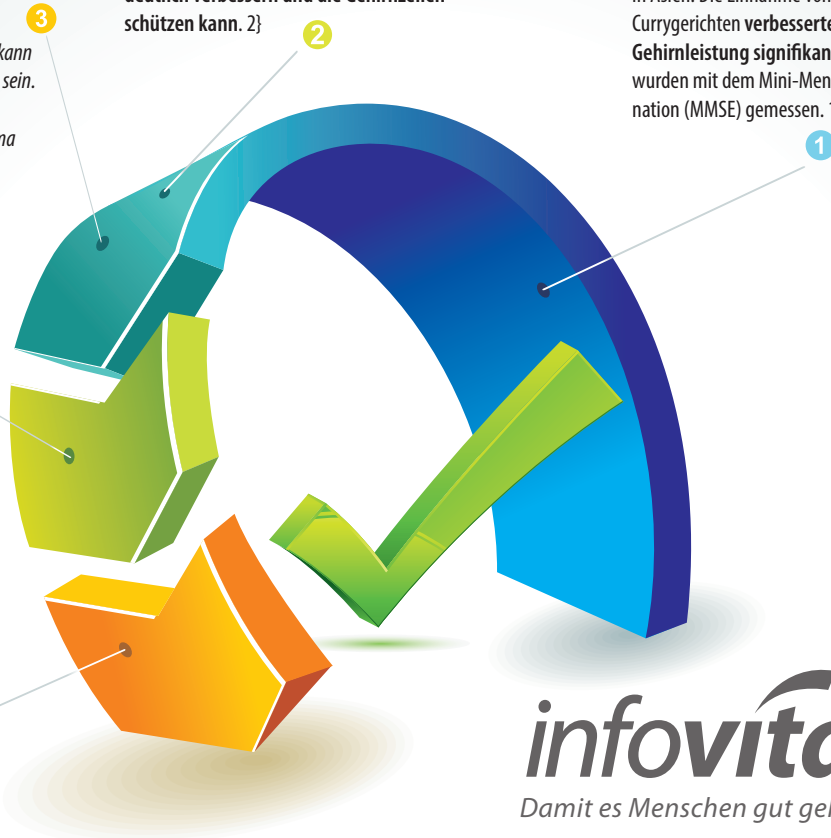
2} Oberbeil Klaus, Kurkuma - die heilende Kraft der Zauberknolle. Heyne Verlag, 2. Auflage 2012

3} Shrikant Mishra and Kalpana Palanivelu: The effect of curcumin (turmeric) on Alzheimer's disease. An overview. www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2781139/#CIT10

4} Zhang L, Fiala M, Cashman J, Sayre J, Espinosa A, Mahanian M, et al.; Curcuminoids enhance amyloid-beta uptake by macrophages of Alzheimer's disease patients. J Alzheimers Dis. 2006;10:1-7.

5} Fife, B: Stopp Alzheimer; Systemed-Verlag, 1. Auflage 2012; Seite 192

6} Béliveau R.; Gingras D.: Krebszellen mögen keine Himbeeren, Kösel-Verlag, 2. Auflage 2007, S.204



infovita
Damit es Menschen gut geht.

Die Bücher 2} und 6} erhalten Sie bei www.vitapower.ch im Onlineshop