

Maulbeerblätter gegen Diabetes

Maulbeerblätter gegen Arteriosklerose



Japanische Forscher haben in den Blättern des weissen Maulbeerbaumes (lateinische Bezeichnung Morbus alba) mehrere Substanzen gefunden, die für die menschliche Gesundheit von grossem Nutzen sein können.

Maulbeerblätter-Extrakt enthält Antioxidantien und andere bioaktive Substanzen, die die Oxidation von LDL-Cholesterin verhindern. Maulbeerblätter-Extrakt kann die Bildung von arteriosklerotischer Plaque verhindern oder verlangsamen.

Maulbeerblätter enthalten beispielsweise den Wirkstoff Isoquercitrin, den der Körper gemäss der Erkenntnis der japanischen Wissenschaftler in das bekannte und effektive Quercetin umwandeln kann. Obwohl Quercetin nicht direkt in Maulbeerblättern gefunden werden kann, sind diese doch eine gute indirekte Quelle dafür.

Quercetin findet sich reichlich in Kamillen und auch Kapern.

Tiefere Blutzuckerwerte?

Eine andere Gruppe japanischer Forscher entdeckte, dass Maulbeerblätter Wirkstoffe enthalten, die die enzymatische Aufspaltung von Disacchariden (insbesondere Saccharose) im Darm hemmen. So könnten Maulbeerblätter einen Beitrag für einen geringeren Anstieg des Blutzuckerspiegels nach einer Kohlenhydratmahlzeit leisten. Dass dies jedoch zum Tragen kommt müsste man relativ grosse Mengen zu sich nehmen. Aber auch ein entferntes Ziel erreicht man nur durch zahlreiche kleinere Schritte. Das trinken von Maulbeerblätterttee oder das einnehmen von Blättern (z.B. in Smoothies oder gemahlen als Pulver in Wasser gelöst) kann so ein Schritt sein.

Maulbeerblätter gegen Diabetes?

Maulbeerblätter werden seit langem im Asien zur Vorbeugung und Behandlung von Diabetes eingesetzt.

Nun haben Forschungen in Indien gezeigt, dass Maulbeerblätter tatsächlich Wirkstoffe enthalten, die den Blutzucker, das Cholesterin und die Blutfettwerte regulieren helfen.

Sie untersuchten die Auswirkungen von Maulbeerblättern auf den Blutzuckerspiegel, die Blutfettwerte (Cholesterin und Triglyceride) und auf die Lipidperoxidation (oxidative Degeneration von Fetten) in den Zellmembranen der roten Blutkörperchen.



Die Probanden waren 24 Männer mit leichtem Diabetes im Alter von 40 bis 60 Jahren. Die Männer wurden randomisiert in zwei Gruppen aufgeteilt. Die eine Gruppe erhielt dreimal täglich (während vier Wochen) zwei Kapseln Maulbeerblätter (insgesamt 3000 mg). Die zweite Gruppe erhielt eine Standardtherapie für Diabetiker mit Glibenclamid, einem oralen Diabetikum (Medikament).

Vielleicht könnte man trockene Maulbeerblätter mahlen und als Pulver mit kaltem Wasser einnehmen oder in einen Smoothie mixen.

Die Oxidation gilt als eine der Hauptursachen für zahlreiche degenerative Krankheiten wie Diabetes, Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, grauer Star und andere.

Diabetiker z.B. haben niedrige Antioxidantien-Spiegel als Nicht-Diabetiker.

Man vermutet nun, dass Antioxidantien generell wichtig sind zur Prävention und Therapie von Diabetes. Neben Maulbeerblätter liefert auch Grüntee top Antioxidation.

Natur besser als Diabetes-Medi?

Die Gruppe mit den Maulbeerblättern hatte deutlich bessere Nüchternzuckerwerte als die Gruppe, die medikamentös behandelt wurde.

Zudem senkten die Maulbeerblätter signifikant das Gesamtcholesterin, das LDL-Cholesterin und die Triglyceride, während es das gute HDL-Cholesterin erhöhte.

Das verschreibungspflichtige Medikament Glibenclamid konnte nur die Triglyceride senken und hatte weniger Wirkung in Bezug auf die anderen gemessenen Parameter.

Es ist genial wie Pflanzen aus der Schöpfung pharmakologisch wirken und die Nebenwirkungen erst noch positiv sind.

Rohkost und Diabetes – ein „must try“



Es gibt Ärzte, die behandeln Diabetiker mit Rohkost äusserst erfolgreich: 80 bis 90% der Patienten können nach der Ernährungsumstellung ohne künstliches Insulin auskommen!

Wünschen Sie eine Ernährungsberatung?

Gesundheitsberatung, Sprechstunde mit oder ohne Küchenpaxis. Profitieren Sie von praxisbezogenem Wissen, ärztlichen Videos und Unterlagen, die Sie bei einer Schulung von uns erhalten.

Infovita - Institut für Gesundheitsförderung
Sprechstunde / Ernährungsberatung

Referenzen

- Doi K, Kojima T, Makino M, Kimura Y, Fujimoto Y. Studies on the constituents of the leaves of Morus alba L. Chem Pharm Bull 2001;49(2):151-3.
- Doi K, Kojima T, Fujimoto Y. Mulberry leaf extract inhibits the oxidative modification of rabbit and human low-density lipoprotein. Biol Pharm Bull 2000;23(9):1066-71.
- Miyahara C, Miyazawa M, Satoh S, Sakai A, Mizusaki S. Inhibitory effects of mulberry leaf extract on postprandial hyperglycemia in normal rats. J Nutr Sci Vitaminol 2004;50:161-4.
- Andallu B, Suryakantham V, Srikanthi BL, Reddy GK. Effect of mulberry (Morus indica L.) therapy on plasma and erythrocyte membrane lipids in patients with type 2 diabetes. Clin Chim Acta 2001;314:47-53.
- Vijayan K, Srivastava PP, Awasthi AK. Analysis of phylogenetic relationship among five mulberry (Morus) species using molecular markers. Genome 2004;47:439-48.

Artikel und Resumé merheitlich basierend auf www.life-enhancement.com; „Mulberry helps control Blood Sugar and More“

Impressum „Anzeige Forschungen zu Maulbeerblättern“

Redaktion & Gestaltung: Infovita GmbH, Postfach, CH-3360 Herzogenbuchsee

Rechtliches: Das vorliegende Heft ersetzt weder die ärztliche Diagnose noch dessen Therapieanweisungen. Die Ratschläge, Empfehlungen und Rezepte wurden durch die Autoren und Infovita GmbH sorgfältig erarbeitet. In keinem Fall haftet Infovita GmbH oder mit ihr verbundene Gesellschaften oder deren Inhaber / Angestellte für Personen-, Sach- und Vermögensschäden oder Verluste irgendwelcher Art. Eingeschlossen sind direkte, indirekte oder Folgeschäden. Sofern in diesem Magazin eingetragene Warenzeichen oder Handelsnamen verwendet werden, auch wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sind, gelten die entsprechenden Schutzbestimmungen.

Bildnachweise: Ph. Schmidt; Laos