

Die Rolle der Ernährung zur Vorbeugung und Heilung von Wunden und anderen chronischen Krankheiten

Von Dr. med Satya MD London, UK

Unter 1000 Menschen in diesem Land stirbt nur einer eines natürlichen Todes, der Rest unterwirft sich irrationalen und ungesunden Lebensverhaltensweisen wie z.B. schlechter Ernährung.

Die Weltgesundheitsorganisation bestätigt, dass heutzutage 1 von 2 Neugeborenen später an Krebs und Herzkrankheiten leiden wird.

Bis zu 70% dieser Krankheiten stehen zur Relation der Nahrung die wir heute zu uns nehmen. Die Art und Weise wie wir welche LEBENSMITTEL essen, ist 10 mal gefährlicher als Rauchen.

Wir sind überfüttert, aber somit unterernährt.

Die Pathologie von Krankheiten, einschließlich von Wunden kann mittlerweile auf 4 Risikofaktoren zurückgeführt werden: 1. Oxidativer Stress; 2. niedriges Immunsystem; 3. geschädigte DNA und 4. Reduktion der Muskelmasse.

Der Antioxidantienstatus zeigt wo das Gleichgewicht zwischen Freien Radikalen und Antioxidantien steht, an. In unserem Alterungsprozeß akkumulieren sich die Freien Radikale mehr und mehr in all unseren Organen unseres Körpers und wenn sie nicht durch Antioxidantien reduziert bzw. eliminiert werden, verursachen sie degenerative Krankheiten sowie Krebs und Herzkrankheiten. Die Akkumulierung Freier Radikale greifen auch die Haut und das Blutgefäßsystem an, was zu Wunden führen kann. Wir brauchen also ausreichend Antioxidantien im Körper um all diesem vorbeugen zu können. Mittlerweile wurden 7500 Antioxidantien in Obst und Gemüse identifiziert.

Die Qualität des Immunsystems im Körper hängt von der Frische und Reife roher Nahrungsmittel ab. DNA Schädigungen können von Antioxidantien verhindert werden. Und sollte es doch zur Schädigung der DNA kommen, dann setzt die Reparatur durch die sekundären Pflanzenstoffe (Phytochemikalien) und Enzyme ein. Auch diese sind in Obst und Gemüse enthalten. Ausreichende Versorgung sekundärer Pflanzenstoffe und Enzyme in unserem Körper sind hauptsächlich für die Qualität des Wundheilungsprozesses entscheidend. 8500 sekundäre Pflanzenstoffe und 20000 Enzyme werden in den verschiedensten Sorten Obst und Gemüse vorgefunden.

Die Forschungsdaten von Joanna Manson der medizinischen Fakultät von Harvard für die Welt Krebs Forschungsgesellschaft bestätigen, dass es 4500 Studien weltweit gibt. Diese Studien zeigen, dass wenn täglich 5 Portionen vollreifes, frisches und rohes Obst und 5 Portionen Gemüse desselbigen verzehrt werden, könnten Herzkrankheiten und Krebs sowie andere Krankheiten wie Wunden um ca. 50% reduziert werden. Aus diesem Grunde empfehlen Organisationen wie die WHO (Weltgesundheitsorganisation) und DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung), dass wir täglich 5 Portionen Obst und Gemüse, vollreif, roh und frisch verzehren sollten.

Es geht nicht nur darum Äpfel und Orangen zu essen, sondern die ganze Regenbogenfarbenpalette von unterschiedlichen Sorten Obst und Gemüse.

Leider wird Obst und Gemüse in höchster Qualität immer seltener vorgefunden. Es wird chemisch (Pestizide, Herbizide usw.) behandelt, genmanipuliert, bestrahlt und unreif gepflückt. So ist die Qualität unseres heutigen Obst und Gemüses um durchschnittlich 50% gesunken.

Die Welt Krebsforschungsgesellschaft bestätigen, dass wir **Äpfel, Orangen, Ananas, Pfirsiche, Preiselbeeren, Papaya, Datteln, Pflaumen, Karotten, Petersilie, Rote Beete, Brokkoli, Grünkohl, Weißkohl, Spinat, Gerste und Hafer** jeden Tag so Natur belassen, roh, vollreif und frisch essen sollten, um den maximalsten Vorteil zu erhalten. 95% der Europäer tun dies jedoch leider nicht, weil es nicht praktisch, nicht ökonomisch und unbequem ist.

Es gibt also eine Diskrepanz zwischen dem was wir essen und essen sollten. Diese Aussage stützt sich mittlerweile auf wissenschaftlichen Beweisen.

Heilberufe haben in den letzten 20 Jahren verschiedene Formen von Vitaminen, Kräutern, Mineralien und Antioxidantien als Nahrungsergänzungen verwendet, um damit diese Ernährungslücke zu schließen. Jedoch weisen die Ergebnisse von Studien der letzten 5 Jahre über Einzelsupplementierung daraufhin, dass diese sogar schädlich sein können. Der Körper braucht das

ganze Nahrungsmittel, die Tausende von Antioxidantien, sekundären Pflanzenstoffen, Enzymen und Ballaststoffe enthalten und nicht ein oder zwei Vitamine.

Neure Forschungen versuchen einen Weg zu finden diese verschiedenen 17 Sorten Obst und Gemüse, die empfohlen werden, Roh, Vollreif und Frisch zugänglich zu machen.

Diese Sorten werden kontrolliert von ausgesuchten Bauern ohne Pestizide angebaut. Diese Sorten werden dann vollreif geerntet und mit einem neuentwickelten Verfahren wird ihnen dann schonend Wasser, Abfälle, Salz und Zucker entzogen. Das Ergebnis ist ein Pulver, welches mit unterschiedlichen Studien untersucht wurde. Die Ergebnisse der Studien zeigen was dieses Substrat beinhaltet, der Effekt auf den Antioxidantienstatus im Körper, sowie auf das Immunsystem und DNA Schädigung und deren Reparatur und die Einwirkung auf Muskelmasse.

Die Ergebnisse sind sehr ermutigend und zeigen, dass alle 4 Risikofaktoren, wie oben beschrieben, damit signifikant gesenkt werden können. Dies könnte ein Beitrag zur Vorbeugung und Heilung vieler Krankheiten und Wundheilung sein.

Dieses Pulver – Substrat findet bereits bei vielen Heilberufen Anwendung. Ca. 5000 Heilberufe in den USA und Europa.

Ein professionelles Gesundheitsvorsorgeprogramm wurde für Heilberufe bereits entwickelt, dessen Ziel es ist, damit VORBEUGUNG als zusätzliches Werkzeug in der Praxis anzubieten, den Patientenstamm zu vergrößern sowie als auch der Praxis einen finanziellen Vorteil zukommen zu lassen.

Für weitere Informationen über Studien und Bezug wenden Sie sich bitte an:

Dr. Satya, London, UK
Internist und Ernährungsexperte
Email: satyadr@hotmail.com
Fon & Fax 00442072321452

Dipl.-Psych. Viney Lugani, Berlin, Deutschland
Gesundheitspsychologe
Email: BIG-T@gesundheits-coach.de
Fon & Fax +49 (0) 30 – 30 10 51 81
Handy +49(0)177 – 313 0 313