

SONDERDRUCK

Vital-Nahrung / Nahrungsergänzung versus Freie Radikalen



OPC und freie Radikalen

Was ist OPC?

OPC ist die Abkürzung für Oligomere Pro Cyanidine einen farbloser Bitterstoff. Er gehört entfernt zu der Gruppe der Bioflavonoide. OPC ist so wichtig wie das Vitamin C und ist sein wichtigster Partner. Deshalb trifft man OPC auch in Pflanzen immer nur gemeinsam mit Vitamin C an. Durch die Verarbeitung und lange Lagerung unserer Lebensmittel, ist OPC aus unserem Essen fast vollständig verschwunden. Eine ausreichende Versorgung ist heute nur noch über den täglichen, allerdings in keinem Fall zu empfehlenden, Konsum von ca. 2 Liter Rotwein zu erreichen.

Wie kann OPC Ihrem Körper helfen gesund zu bleiben?

Die Liste der Krankheiten, bei denen OPC helfen kann, ist lang. Normalerweise ist eine so breite Anwendung eines einzigen Stoffes eher ein Hinweis darauf, dass dieser nicht besonders wirkungsvoll ist. Im Fall von OPC gibt es allerdings eine sehr plausible Erklärung dafür, dass es bei den unterschiedlichsten Erkrankungen erfolgreich eingesetzt wird. Diese Erkrankungen haben nämlich alle die gleiche Ursache: Einen übermäßigen Angriff der sog. „freien Radikale“ auf den Körper. Da diese freien Radikale überall aktiv sind, greifen sie alle Zellen an, insbesondere die Fettanteile der Zellmembranen. Diese Sauerstoffangriffe auf unsere Körperzellen lassen uns allmählich „ranzig“ werden: Unser Immunsystem kann die Angriffe nicht mehr abwehren und wir entwickeln Krankheiten an den unterschiedlichsten Stellen und in den unterschiedlichsten Formen.

OPC hat nachweislich sehr viele positive Wirkungen auf den menschlichen Körper. Hier ein kleiner Überblick:

- Stärkung des Immunsystems
- Verringerung des Risikos von Herz- Kreislauferkrankungen (wie Herzinfarkt oder Schlaganfall)
- Verbesserung der Blutzirkulation im gesamten Körper
- Verhinderung frühzeitiger Faltenbildung und Förderung der Glättung bereits faltiger Haut
- Verbesserung der Elastizität der Haut
- Linderung von Schuppenflechte
- Verbesserung der Sehkraft
- Förderung der Blutversorgung im Gehirn und Förderung des Gedächtnisses, der Konzentration und der Reaktionsfähigkeit
- Positive Wirkung auf die Gelenke
- Positive Wirkung auf die Schleimhäute
- Reduzierung des Risikos an Demenz, Alzheimer oder Parkinson zu erkranken
- Verringerung des Risikos von Arteriosklerose
- Schutz vor schädlichen UV-A Strahlen aus der Sonne die die Entstehung von Hautkrebs begünstigen können
- Verhinderung des Entstehens und Heilung von Allergien
- Verhinderung oder Heilung von leichten Depressionen
- Verminderung des Risikos an Grauem Star zu erkranken
- Entgiftung des Körpers. Ausschwemmung von Schwermetallen, etc.
- Reduzierung von Heuschnupfen Symptomen

Wie entstehen „freie Radikale“?

Umweltbelastungen und ungesunde Lebensweise führen zur Bildung dieser aggressiven Schadschubstanzen. Wirksamster natürlicher Schutzfaktor gegen diese Schädigungen ist OPC in unserer pflanzlichen Nahrung.

Wie wirkt OPC?

OPC besitzt eine ausgesprochene Bindegewebsaffinität. Als Antioxidant bzw. Schutzfaktor gegen diese freien Radikale wirkt OPC 20-fach stärker als Vitamin C und 50-fach stärker als Vitamin E.

Wie wird OPC hergestellt?

OPC ist ein sehr gut wasserlöslicher Stoff, der aus Traubenkernen gewonnen wird. Die Traubenkerne werden zerkleinert und anschließend in Wasser erhitzt. Da sich alle wasserlöslichen Stoffe lösen und nicht nur OPC, wurde ein Extraktionsverfahren entwickelt, welches einen garantierten OPC Gehalt von 95% liefert. Dieser Reinheitsgrad ist entscheidend für die Wirksamkeit des OPC.

OPC erreicht seine höchste Konzentration im Blut nach ca. 45 Minuten, um dann innerhalb von 72 Stunden vollständig verbraucht zu werden.

Wie OPC das Leben verlängern kann

Wenn unser Körper alle freien Radikale, die wir nicht für die Aufrechterhaltung unserer Körperfunktionen brauchen, neutralisieren könnte, gäbe es nach Abschluss des Wachstumsprozesses keine biologische Alterung mehr (wir würden, natürlich nur theoretisch, ewig Leben). Da OPC am wirkungsvollsten vor freien Radikalen schützt, ist es einer der wichtigsten Vitalstoffe für ein langes und gesundes Leben und kann dieses sogar teilweise revitalisieren.

Hat OPC Nebenwirkungen?

OPC normalisiert die Fließeigenschaften des Blutes und aktiviert und verzehnfacht die Wirkung des im Körper vorkommenden Vitamin C. Eingelagerte Giftstoffe wie Schwermetalle (Kadmium, Blei, Quecksilber), Herbizide, Pestizide und andere synthetische = schädliche Stoffe im Organismus werden dadurch vermehrt ausgeleitet. Dies kann in seltenen Fällen zu einem vorübergehenden Unwohlsein führen und manche Anwender berichten von einem Gefühl als ob sie eine leichte Erkältung hätten. Diese Erscheinungen verschwinden gewöhnlich nach einigen Tagen (in ganz seltenen Fällen erst nach einer Woche). Danach kann man mit einer deutlich gesteigerten Vitalität rechnen. Sie sollten OPC nicht einnehmen wenn Sie gegen Weintrauben (oder Histamine) allergisch sind.

Hat OPC Wechselwirkungen?

Seit mehr als 40 Jahren wird OPC in Frankreich schon angewendet und bisher sind keine Wechselwirkungen bekannt geworden.

Wer sollte OPC regelmäßig einnehmen?

Da die o.g. freien Radikale in JEDEM Körper entstehen, wird die regelmäßige Einnahme jedem Erwachsenen empfohlen.

Kann ich neben OPC auch noch andere Nahrungsergänzungsmittel einnehmen?

Besonders zu empfehlen, ist die zusätzliche Einnahme von hochdosiertem Vitamin C, da OPC die Wirkung von Vitamin C deutlich verbessert und beide Stoffe sehr gut zusammenarbeiten. Grundsätzlich sind, laut Herstellerangaben, keine negativen Wechselwirkungen mit anderen Mitteln bekannt.

Wie Sie sehen, hat OPC ungezählte positive Eigenschaften auf den menschlichen Körper. Es ist zwar kaum zu glauben, dass ein einziges natürliches Mittel bei so vielen unterschiedlichen

Beschwerden/Krankheiten helfen kann, aber Millionen Anwender weltweit, die OPC schon seit Jahren einnehmen, konnten sich von der Wirkungsweise bereits überzeugen.

Sie sind noch nicht überzeugt? Dann lesen Sie hier, was man unter dem „französischen Paradox“ im Zusammenhang mit OPC versteht!

Obwohl Franzosen und andere Bewohner des Mittelmeergebiets im Durchschnitt ebenso viel Cholesterin im Blut haben wie zum Beispiel Deutsche oder Amerikaner, sterben 75 Prozent weniger von ihnen an Herz-Kreislauf-Erkrankungen!!! Diverse Studien, die diesem Phänomen auf den Grund gegangen sind stellten fest, dass der Grund hierfür der regelmäßige Konsum von Rotwein ist. In anderen Worten: Wer mäßig Rotwein trinkt, lebt im Durchschnitt länger als ein Abstinenzler. Das soll aber natürlich keine Aufforderung sein, regelmäßig Rotwein zu trinken, denn der darin enthaltene Alkohol hat bekanntlich auch viele negative Wirkungen. Die für die positive Wirkung von Rotwein verantwortlichen Inhaltsstoffe sind die Polyphenole - eine große Gruppe von Pflanzenstoffen, die bei den Trauben, vor allem in den Kernen, sitzen. Einige sind potente Antioxidantien, die gegen schädliche freie Radikale wirken. Andere stützen die so genannte Endothelfunktion und damit die Fähigkeit der Arterien, sich zu weiten und zusammenzuziehen. Aber diese heilsame Wirkung hat nur Rotwein, nicht Weißwein. Denn im Unterschied zum Weißwein wird beim Rotwein der Most zur Gärung nicht abgepresst, sondern die zerquetschte Frucht mitsamt der polyphenolreichen Schalen und Kerne - die so genannte Maische - direkt vergoren.

Sie müssen aber nicht jeden Tag ein Glas Rotwein trinken, um von der positiven Wirkung der Traubenkerne profitieren zu können. 1-2 OPC Kapseln täglich mit einem Glas Wasser eingenommen, haben den gleichen positiven Effekt und das ohne Nebenwirkungen!

OPC - das Super-Antioxidans für gesunde Blutgefäße

(Vereins-Newsletter - Ausgabe Nr. 13 II/01)

Eigene Arbeiten Naturheilkundliche Tumorinfos Naturheilkunde Tagesklinik AG

Vor rund 50 Jahren machte der Franzose Jacques Masquelier eine Zufallsentdeckung, die weitreichende Folgen für die Prophylaxe von Herz-Kreislauf-Erkrankungen haben sollte. Er entdeckte OPC, ein Super-Antioxidans, an dem er den Rest seines Lebens forschte. Zahlreiche Studien untermauern inzwischen das Lebenswerk des französischen Professors.

OPC (Oligomere Procyanidine) ist ein in vielen Pflanzen, vor allem aber in Traubenkernen und Pinienrinde vorkommendes Super-Antioxidans, das ca. zwanzig mal so effektiv wie Vitamin C und fünfzig mal so effektiv wie das Zellschutz-Vitamin E wirkt. OPC-reiche Ernährung ist der wohl wirkungsvollste bekannte Schutz für das Herz-Kreislauf-System. Es wird rasch ins Blut aufgenommen und bleibt bis zu 3 Tage als Radikalfänger wirksam. Es wirkt als wasser- und fettlösliches Anti-Oxidans und steigert die Wirkung von Vitamin C um das bis zu 10-fache. Es überwindet sogar die Blut-Hirnschranke, verbessert dort die Zirkulation und schützt vor freien Radikalen. OPC-reiche Ernährung sorgt für stabiles Kollagen und Elastin im Bindegewebe und in den Blutgefäßen, schützt die Gefäße und hilft schädliches Cholesterin aus dem Körper auszuschwemmen, lindert Rheumatismus, Ödeme, Krampfadern und Faltenbildung. Wer sein Herz-Kreislauf-System vor Arteriosklerose und vorzeitigen Altern schützen möchte, sollte vor allem auf die ausreichende Zufuhr der Vitamine E und C achten, die in ihrer Wirkung durch OPC deutlich verstärkt, aber nicht ersetzt werden können. Besonders wichtig ist auch genügend Vitamin B12, B6 und Folsäure. Ein Mangel an diesen Vitaminen führt zu erhöhten Homocystein-Werten - einem Hauptrisikofaktor für Arteriosklerose.

Da Kollagen auch der Hauptbestandteil der Haut ist, und straffes Kollagen die Ursache für schöne, straffe, faltenfreie Haut ist, beugt OPC auch der Faltenbildung effektiv vor. Vor allem im Sommer ist es auch ein sehr guter Schutz gegen freie Radikale, die bei Sonnenbränden massiv freigesetzt werden und die Entstehung von Hautkrebs begünstigen.

In dem Buch „Gesund länger leben durch OPC“ wird ein erstaunlich weites Wirkspektrum von OPC im präventiven, lindernden & kurativen Bereich aufgeführt. Diese Wirkung wird allerdings meiste durch höhere Dosen von täglich 100 - 400 mg erreicht:

Gefäße

Beine: Venenproblemen, Krampfadern, offenen Beinen, schweren Beinen, schmerzenden Beinen, Stau in den Beinen und Kribbeln in den Beinen.

Blutkreislauf: Regulierung und Stärkung von Herz-Kreislauf-System und peripherer Durchblutung, Vorbeugung von Schlaganfall, Herzinfarkt und Arteriosklerose, Vorbeugung/Verlangsamung/Behandlung von Lymphstau, Hämorrhiden, Thrombose, Wetterfühligkeit und Ödemen.

Allergien: Heuschnupfen (Pollen, Gräser, Bäume), Pilzsporenallergie, Hausstaubmilbenallergie, Schimmelpilzallergie, Lebensmittelallergie, Tierhaarallergie, Bekleidungsallergie, Sonnenallergie, Insektenallergie (Milderung bei Bienen, Wespen), Kontaktallergie, Allergie gegen Nickel und Silberschmuck.

Augen: Grauer Star, Makula-Degeneration, altersbedingte Sehschwäche, Lichtempfindlichkeit, Nachtblindheit, Bindehautentzündung, trockene Augen, Grüner Star

Rheumatischer Formenkreis, Arthritis, Gicht

Haut/Kollagen: Vorzeitige Hautfaltenbildung, Gewebefalten in Organen, Verbrennungen, Sonnenbrand, Akne, Ekzeme, Neurodermitis, Psoriasis, Cellulitis, Dehnungsstreifen (Schwangerschaft), Regulierung und Stärkung von Hautelastizität, Elastizität von Fuß- und Fingernägeln, Wundheilung (Beschleunigung), trockener Haut, Narbenbildung, Kollagen-Reparatur.

Freie Radikale: Antioxidierender Wirkung innen und außen, Steigerung der Ausdauerleistungen (Amateur- und Spitzensport) .

Vorzeitige Alterung: Alzheimer, Parkinson, MS, Senilität, Stärkung der Gedächtnisleistung.

Atemwege: Rhinitis (Schnupfen), Bronchitis, Asthma.

Verletzungen (nach Verletzungen und Operationen): Entgiftung und schnellere Heilung von: Brüchen, Zerrungen, Sehnen, Muskelverletzungen, Wunden.

Diabetes: Stärkung von schwachem Gewebe Vitalisierung bei Müdigkeit .

Blutfette: DL-Cholesterin (Senkung), HDL-Cholesterin (Steigerung), Triglyzeride (Senkung).

Stimmung: Depression, Winterverstimmung, PMS (prämenstruelles Syndrom).

CFS (Chronisches Müdigkeitssyndrom): Vitalisierung und Stärkung bei Müdigkeit.

Konzentration: Hyperaktivität, Lernschwierigkeiten, Konzentrationsschwäche, verlangsamte Reaktionsfähigkeit.

Vitamin-Verstärker: Verstärkt Wirkung von Vitaminen (A,C & E), Mineralstoffen und Spurenelementen.

Frauenleiden: Reguliert Dauer und Regelmäßigkeit der Periode, Menstruationsbeschwerden, klimakterielle Beschwerden.

Immunsystem: Stärkung der Immunabwehr, während der Schwangerschaft, auch Stärkung der Resistenz des Babys.

Osteoporose: Festigung des Kollagengitters, verbesserte Kalziumsynthese.

Ödeme: Venenödemen, Lymphödemen (aufgrund von Hyperpermeabilität der Gefäßwände).

Entzündungen: Positive Wirkung bei allen Erkrankungen, die auf „-is“ und „-itis“ enden, wie Arthritis (Gelenkentzündung), Gastritis (Magenschleimhautentzündung), Hepatitis (Leberentzündung), Meningitis (Hirnhautentzündung), Parodontitis (Zahnfleischentzündung), Sinusitis (Stirnhöhlenentzündung).

Warum entfaltet OPC eine so vielfältige Wirkungen im gesamten Organismus? - Als eines der wirkungsvollsten Antioxidantien schützt es die Zelle und vor allem das Kollagen vor freien Radikalen!

Freie Radikale - hauptverantwortlich für den Alterungsprozeß

Freie Radikale gelten als die Hauptverantwortlichen für den Alterungsprozeß. Sie sind an der Entstehung chronischer Krankheiten wie Arteriosklerose, Rheuma, Diabetes, Allergien, Parkinson, Immunschwäche oder Bluthochdruck beteiligt. Freien Radikale sind Moleküle, die entweder ein Elektron zuviel oder eines zu wenig haben. Um ihr fehlendes oder überzähliges Elektron auszugleichen, versuchen sie ständig auf radikale Weise anderen Molekülen Elektronen zu entreißen. Dabei kommt es zu einer Kettenreaktion, wo immer mehr Moleküle beschädigt oder zerstört werden. Oft handelt

es sich bei den freien Radikalen um Sauerstoffradikale, die Oxidationsvorgänge auslösen und so Enzyme und Fette in der Zellmembran zerstören. Die oxidierten Lipide in der Membran sind mit ranzigem Fett zu vergleichen.

Die freien Radikale entstehen vor allem durch Zigarettenrauch, Gifte, Schwermetalle, Röntgenstrahlen, die UV-Strahlen der Sonne, Nitrit- und/ oder Nitratrückstände in Nahrungsmitteln und in den Körperzellen, in denen Sauerstoff unvollständig verbrannt wird. Auch die körpereigenen Abwehr arbeitete bei der Bekämpfung von Krankheitserregern mit freien Sauerstoffradikalen. Ein saures Milieu begünstigt die Entstehung von freien Radikalen.

Der Körper hält die freien Radikale mit Enzymen in Schach. Diese sind allerdings einer Überzahl an Radikalen gegenüber machtlos. Daher braucht der Körper Hilfe von außen in Form von Antioxidantien, Mittel, die den Oxidationsprozessen entgegenwirken. Zu ihnen gehören vor allem Enzyme, die Vitamine C, E und Beta-Carotin, Selen und - allen voran: OPC.

Die besondere Stellung von OPC unter den Antioxidantien

- OPC wird zügig vom Körper aufgenommen und überall im Körper verteilt. Es macht überall freie Radikale besonders schnell unschädlich.
- OPC ist ein sowohl fettlösliches als auch wasserlösliches Antioxidans und kann daher viele verschiedene Arten von freien Radikalen neutralisieren.
- 8-mal stärker als Vitamin C neutralisiert OPC freie Radikale im Körper, verstärkt die Wirkung von Vitamin C und hält es bis zu zehnmal so lange aktiv.
- OPC ist auch 40-mal wirkungsvoller als Vitamin E, da es mehr (verschiedene) freie Radikale bekämpft.
- Diese Vielseitigkeit macht OPC zum stärksten, natürlich vorkommenden „Radikalfänger“.
- OPC schützt besonders wirkungsvoll das Bindegewebe.

Warum ist der Schutz des Bindegewebes so wichtig?

- Nach dem Wasser sind Proteine der Hauptbestandteil unseres Körpers. Kollagen ist das vorherrschendste Körperprotein. Zusammen mit Elastin ist es der Hauptbestandteil des Bindegewebes und der Blutgefäße.
- OPC bindet sich an Proteine, wie Kollagen und Elastin und kann bereits innerhalb von 24 Stunden die Widerstandsfähigkeit der Blut- und Lymphgefäße verdoppeln und verhindert so Herz- und Kreislauferkrankungen.

Warum aber schützt OPC vor allem Kollagen so effektiv vor Schäden?

Wenn wir die Seitenteile einer Leiter mit den Kollagenfasern vergleichen, ist OPC mit der Sprosse vergleichbar, das sich zwischen die Seitenteile der Leiter einpassen läßt. OPC verfügt zufällig über die ideale molekulare Größe, um Kollagen als „Quersprosse“ zu stabilisieren und reparieren - eine Wirkung, die experimentell einfach nachweisbar ist.

Kollagen und Elastin sind auch die Hauptbestandteile unserer Blutgefäße. Zur Bildung von stabilem Kollagen ist Vitamin C unbedingt erforderlich. Eine unzureichende Zufuhr und ein Übermaß an freien Radikalen führt zu instabilem Kollagen, das wiederum „brüchige“ Gefäße zur Folge hat. Es bilden sich feine Risse in den Blut- und Lymphgefäßen, die von Fett- und Kalkablagerungen notdürftig gestopft werden. Die Mischung aus oxidierten Fetten und Kalk wird von Bakterien besiedelt, wie Chlamydien. Abwehrzellen (Makrophagen) versuchen dann, Fett und Bakterien unschädlich zu machen, vergrößern dabei aber nur noch mehr den Schaden, da sie selbst große Menge freie Radikale produzieren. Diesen Prozess nennt man Arteriosklerose ein, an dessen Folgen (Herzinfarkt, Bluthochdruck, Schlaganfall etc.) jeder zweite Mensch stirbt.

Wenn wir den Körper mit den wesentlichen zwei Nährstoffen OPC und Vitamin C versorgen, werden die ganzen feinen Risse in den Gefäßen repariert bzw. sie entstehen erst gar nicht. Auch werden die freien Radikale, die von den Makrophagen produziert werden, neutralisiert. Zudem hilft OPC den Cholesterinspiegel im Blut regulieren, denn unter dem Einfluß von OPC und Vitamin C lagert

sich weniger Cholesterin an der Innenwand der Blutgefäße ab, und es wird mehr überflüssiges Cholesterin ausgeschieden. Wer noch zusätzlich ausreichend Vitamin B12, B6 und Folsäure zum Homocystein-Abbau (ein weiterer Hauptrisikofaktor der Arteriosklerose) zu sich nimmt, beugt auf optimale Weise Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor.

Dosierung

Zur Nahrungsergänzung 50 mg / Tag. Eine häufige Empfehlung als „Therapieergänzungsmittel“ lautet 2 mg / kg Körpergewicht. Auch eine hohe Dosierung ist untoxisch. Bei einer Langzeitaufnahme von 35.000 mg pro Tag über 6 Monate hinweg wurden keinerlei negative Auswirkungen auf den Organismus festgestellt. Bei empfindlichem Magen sollte man OPC während oder nach der Mahlzeit einnehmen. **Es kann gelegentlich zu Beginn zu einer vermehrten Ausleitung von Giftstoffen kommen, was ein anfängliches Unwohlgefühl bewirken kann.**

OPC ist nicht gleich OPC

Professor Jacques Masquelier, der Entdecker von OPC, hat 52 Jahre lang der Erforschung von OPC gewidmet und zusammen mit einem renommierten Labor ein optimiertes patentiertes Verfahren der OPC-Extraktion entwickelt. Dabei wird OPC ohne Verwendung von toxischen Lösungsmitteln aus Traubenkernen und Pinienrinde extrahiert. Das nach diesem Verfahren hergestellte OPC hat eine anderen Extrakten überlegene Wirksamkeit und Bio-Verfügbarkeit, die wiederholt nachgewiesen wurde. Viele der auf dem Markt befindlichen Traubenkernextrakten haben nur einen sehr geringen Gehalt an OPC (5% - 20%).