

Was ist so besonders an Noni?

aus dem Englischen von

Rod Hinks

Dip.Ac., B.Ac., Dip.Hom., Dip.H.M.

frei übersetzt von

Manfred Geschka



A
SPECTRUM
HEALTH
SERIES
TITLE

WAS IST SO BESONDERS AN NONI?

aus dem Englischen von

Rod Hinks

Dip.Ac., B.Ac., Dip.Hom., Dip.H.M.

frei übersetzt von

Manfred Geschka

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und der Verbreitung sowie der Übersetzung sind vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages bzw. des Autors reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 1999
Spectrum Marketing
P.O. Box 264
Toorak Vic 3142
Australien

© 2000
Manfred Geschka
Enzianweg 1
D - 93073 Neutraubling
Germany

Die Information in diesem Buch ist rein für Aufklärungszwecke gedacht und wird nicht als Mittel zur Diagnose oder Behandlung einer Krankheit empfohlen. Alle Angelegenheiten, die physische und geistige Gesundheit betreffen, sollten von einem praktischen Arzt, der über die Behandlung des jeweils vorliegenden gesundheitlichen Zustands Bescheid weiß, begleitet werden. Weder der Verlag noch der Autor vertreten direkt oder indirekt medizinische Beratung, noch verschreiben sie irgendwelche Heilmittel oder übernehmen Verantwortung irgendeiner Art für Menschen, die sich für Selbstmedikation entscheiden. Druck: Wüst Druck & Verlag, Erzgebirgstraße 3, 93073 Neutraubling. Eine Haftung des Autors, Übersetzers bzw. Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Inhalt

Einleitung	4
Was ist Noni?	6
Die Rolle von Heilkräutern bei der Therapie	8
Was ist so besonders an Noni?	10
Proxeronin und Xeronin	12
Spezifische Anwendungsmöglichkeiten von Noni	14
Schmerz und Arthritis	15
Blutdruck	15
Diabetes	16
Verdauung	16
Lunge, Asthma und Nasennebenhöhlen	17
Nierenfunktion	18
Krebs	18
Herzkrankheiten	19
Depression, Stimmungsschwankungen und Wohlbefinden	20
Schlaf und konzentrierter Wachzustand	21
Energie	21
Anwendung in der Tiermedizin	21
Wie viel Noni sollten Sie nehmen?	23
Schlussfolgerung	24
Zum Autor	26
Bibliographie	26

Noni

(Morinda Citrifolia)

Einleitung

Der therapeutische Wert der Morindapflanze (Noni) und vor allem des Safts der Früchte (Noni-Saft) gewinnt in aller Welt rapide an Beachtung unter Therapeuten, und unter Ärzten und Wissenschaftlern gleichermaßen.

Daß Morinda Citrifolia plötzlich so im Brennpunkt des Interesses steht, mag zwar nur eine sehr neue Erscheinung sein - tatsächlich wurden die Pflanze und ihr Saft schon jahrhundertlang von den Wissenden - den Heilern Südostasiens, Polynesiens und Nordaustraliens - angebaut und angewandt. Als eine Quelle therapeutischer Wirkstoffe ist die Morindapflanze eine wahre Apotheke: Samen, Wurzel, Rinde, Blätter, Blüten und die Frucht werden in der therapeutischen Tradition der Eingeborenen alle für ein jeweils ganz bestimmtes Gebrechen benutzt.

Wodurch kam also diese plötzliche Aufmerksamkeit für Morinda im Westen zustande? In erster Linie gibt es eine schnell wachsende Sammlung von Berichten als Beleg, dass Noni-Saft die schnelle, sichere und wirksame Befreiung von vielen Beschwerden bewirken kann. Es gibt zahlreiche Aussagen von Patienten und Ärzten, die die Linderung und Heilung von einer großen Zahl verschiedener Beschwerden nach einer angemessenen Behandlungsdauer mit dem Saft beobachten.

Zweitens ist da noch die Tatsache, dass in den Industrieländern heute pflanzliche Medizin die Form der Medizin mit den höchsten Wachstumsraten ist, und deshalb jede neue Heilpflanze, die aufkommt, mit großem Interesse betrachtet wird.

Pflanzliche Heilmittel, die so lange als unwissenschaftlich abgetan wurden, werden nun zurück ins Zentrum der Aufmerksamkeit gebracht; gefordert von einer Öffentlichkeit, die Zugang zu einer Therapie braucht, bei der man sich keine Gedanken über verheerende Nebenwirkungen machen muss. Mehr noch: Man braucht Heilung auf eine ganzheitliche Art, mit Heilmitteln, die von Natur aus verträglich sind mit den Stoffwechselprozessen des menschlichen Körpers.

In der medizinischen Forschung gibt es jetzt eine Aufbruchstimmung, weil man erkannt hat, dass Heilpflanzen so viel wirksamer sind, als die Wissenschaft ihnen bisher eingeräumt hat. Während das Zeitalter der Entdeckungen klassischer synthetischer Arzneien noch lange nicht am Ende angelangt ist, hat das neue Zeitalter der Wiederentdeckungen pflanzlicher Heilmittel während der vergangenen Jahre im Stillen Überzeugung aufgebaut - und jetzt untermauern wissenschaftliche Untersuchungen den Wert von alten Traditionen: Sie bietet der Öffentlichkeit, was diese benötigt.

Auf diesem wiedererstarteten Gebiet der Untersuchung beherrscht inzwischen eine verblüffend neue Heilpflanze die Schlagzeilen: Ihr botanischer Name ist *Morinda Citrifolia*, aber gewöhnlich wird sie mit ihrem normalen hawaiianischen Namen Noni bezeichnet, oder man bezieht sich auf sie als Tahitianischer Noni-Saft. Jetzt erhebt die Forschung die für Noni beanspruchten Wirkungen aus dem Reich der Folklore in das Reich der Wissenschaft.

Diese Broschüre umreißt kurz die Geschichte von Noni und seiner Anwendung, und stellt sie in den Rahmen eines der größten Wunder der Pflanzenmedizin der Erde.

Was ist Noni?

Noni ist ein immergrüner Busch oder kleiner Baum aus der Familie der Rubiaceae, der bis zu 5 m hoch und etwa genauso breit werden kann. Er trägt dunkelgrünes glänzendes Laub und weiße Blüten mit einer verdickten, kartoffelartigen, grünen bis cremefarbenen Frucht, die bis zu 9 cm lang werden kann. Die fleischige Frucht fällt im Reifezustand durch ihren starken, ranzig-käseartigen Geruch auf.

Die Pflanze ist in der ganzen asiatisch-pazifischen Region, einschließlich Hawaii und Polynesischer Inseln und südlich bis in die Regionen des nördlichen Australien, weit verbreitet. Ihre Verbreitung entlang der Küsten und auf Inseln verdankt sie einer Art Schwimmblase an den Samen, die es diesen erlaubt, sich von den Ozeanströmungen weitertragen zu lassen. Die Pflanze wurde außerdem von Händlern und Seeleuten der Region, die sie wegen ihrer medizinischen Eigenschaften mitnahmen, verbreitet.

Die nördlichen Stämme der australischen Ureinwohner haben für *Morinda Citrifolia* Namen wie Burukpili, Guninyj und Menymi. Sie verwenden verschiedene Teile der Pflanze zur Behandlung von Beschwerden wie Ruhr, Fieberkrankheiten, Schmerzen, Störungen im Genital- und Harnwegsbereich und giftigen Stichen tropischer Fische. Vor allem aber wird die Frucht gegessen um Husten, Halsentzündung, einfache Erkältung und Asthma zu behandeln. Zu diesem Zweck werden ausschließlich die reif vom Baum gefallen Früchte gesammelt.

Traditionelle Heiler anderer Kulturen haben die Pflanze auch noch auf verschiedene andere Arten benutzt. Ganz besonders wurde und wird sie verwendet als

- entzündungshemmendes Heilmittel für Krankheitszustände, bei denen Hitze, Rötung und Schwellung auftreten
- Mittel zur Bekämpfung von Infektionen, bei uns diagnostiziert als Folgen bakterieller oder viröser Infektionen
- abführendes Mittel, wenn flüssige oder schleimige Verstopfung die Belastung des Patienten noch verstärken könnte
- Schmerzmittel, um generell Schmerz zu lindern
- Mittel gegen Katarrh, wenn die Schleimhäute von Nase, Hals oder des Verdauungstraktes gereizt werden und Flüssigkeit abgeben

Morinda Citrifolia hat weiterhin noch eine Geschichte in der Anwendung

- als Verdauungshilfe, um die effektive Verdauung zu unterstützen
- um Menstruationskrämpfe zu lindern
- als Abführmittel, um normale Verdauung zu fördern
- als blutdrucksenkendes Mittel
- zur Blutreinigung und als Tonikum, welches das Wohlbefinden stärkt.

Die Rolle von Heilpflanzen bei der Therapie

„Er lässt das Gras für das Vieh wachsen und die Kräuter für die Versorgung der Menschen.“ (Psalm 104:14)

Alles tierische Leben auf der Erde hat sich entwickelt aus einer Nahrungskette, die Pflanzen zur Grundlage hat. Menschen essen - wie andere tierische Lebewesen auch - Pflanzen und andere Tiere, um Körperzellen zu ernähren und zu ersetzen, und um Lebensenergie aufzubauen. Diese Evolution innerhalb lebender Systeme (anderer Pflanzen und Tieren) bedeutet, dass menschliche Wesen biologisch kompatibel mit Pflanzen sind, weil sie aus derselben Quelle stammen.

Alle nährenden Inhaltsstoffe, die nötig sind, um Leben in seiner gesündesten Form aufzubauen und zu erhalten, sind in anderer lebender Materie enthalten. Das Leben leitet sich ab und wird auch aufrechterhalten durch chemische Reaktionen - und das Leben ist so geplant, dass es gesund abläuft.

Krankheit hat als Ursache eine Störung der Balance des Körperstoffwechsels. Wenn ein Ungleichgewicht entsteht, tritt ein Mangel an lebensspendenden Stoffen auf, der aus anderen lebenden Quellen, v.a. Pflanzen, ergänzt werden sollte. Kräuter sind ganz besonders reich an Stoffen, die diesen Bedarf decken. Heilkräuter und Kräuter haben medizinisch besondere Eigenschaften, weil sie größere Mengen an chemisch wichtigen Stoffen enthalten als Gemüse und Früchte, unsere normalen Nahrungsquellen.

Heilkräuter enthalten wirksame Inhaltsstoffe, chemische Substanzen mit Namen wie: Alkaloide, Anthrachinone, Threonin, Valin usw. Obwohl sie - außer bei Pflanzenkundlern und Biochemikern - möglicherweise vollkommen unbekannt sind, sind diese Substanzen entscheidend für das Leben, und so es gibt es noch viel über sie zu lesen; auch wie sie sich in unser Lebensbild einpassen. Sie werden oft Nähr-Wirk-Stoffe genannt, um ihre Rolle bei der Ernährung zu verdeutlichen. Über 140 davon wurden bis jetzt in Noni identifiziert.

In der Tat wurde eine Menge Zeit und Geld der medizinischen Forschung den Heilkräutern gewidmet; indem man versuchte, ihre Wirksubstanzen zu ermitteln, so dass große Pharma-Unternehmen Wege finden können, um künstliche Versionen von

diesen Wirkstoffen herzustellen und zu vermarkten. Aspirin, eine künstliche Version der Substanz, die natürlich in der Heilpflanze Echte Weidenrinde (*Filipendula ulmaria*) vorkommt, ist dabei das berühmteste Beispiel, das Ihnen einfallen würde.

Von Zeit zu Zeit lohnt es sich die Zeit zu nehmen und daran zu denken, dass Krankheiten im menschlichen Körper nicht wegen eines Mangels an synthetischen Arzneimitteln auftreten. Kopfweh tritt nicht infolge eines Aspirin-, und Magengeschwüre nicht wegen eines Zantac-Mangels in unserem Körper auf. Asthma rührt nicht von Unterversorgung mit Ventolin her. Es ist sehr schwer, eine Pflanze zu finden, die Becotide-Inhalationsgeräte produziert, aber was das angeht: Gesunde Leute leiden weder an Asthma noch an Magengeschwüren oder Kopfweh. Was den Leuten fehlt, ist eine Ernährung mit den richtigen Nähr-Wirk-Stoffen, so dass der Stoffwechsel richtig versorgt ist und der Körper die Balance selbst erhält. Dann ist Gesundheit nur die natürliche Folge.

Nach allen Berichten zu urteilen, wird Noni-Saft langsam zu einem der vielversprechendsten Heilpflanzen im Garten der Natur. Berichte als Belege stehen schon jetzt zahlreich zur Verfügung. Die Erfolgsgeschichte wird nun auch von der Wissenschaft bestätigt. Tatsächlich ist es die Wissenschaft, die Noni auf der Wertschätzungsskala höhergestuft hat, indem sie entdeckte, dass es die Quelle des konzentriertesten Vorkommens von Proxeronin im Pflanzenreich ist; und dass Noni deshalb die Xeronin-Produktion im menschlichen Körper sehr wirksam fördern kann.

Der direkte Bezug zu Proxeronin und Xeronin ist eine der einzigartigen Tatsachen, die Noni zu etwas so Besonderem machen.

Was ist so besonders an Noni?

Es gibt so viele nützliche Kräuter der Natur, und Hunderte davon wurden von Heilern von der entfernten Vergangenheit an bis zum heutigen Tag angewandt. Von frühester Vergangenheit bis zum heutigen Tag halfen Kräuter den Menschen schon lange bevor die verschiedenen Disziplinen der Naturwissenschaften und die Chemie zur Entwicklung von synthetischen Arzneien führten.

Wir brauchen keine Wissenschaft, um zu wissen, dass Heilpflanzen tatsächlich wirken, aber trotzdem ist es eine Rückversicherung, wenn sie dann auch wirklich stichhaltige, wissenschaftliche Gründe für die Heilwirkung einer Pflanze entdeckt.

Im Hinblick auf Noni hat die wissenschaftliche Forschung kürzlich eine - nur für Noni geltende und für das menschliche Leben ganz entscheidende, unglaublich aufregende - Tatsache zweifelsfrei bestätigt: Man fand heraus, dass Noni große Mengen Proxeronin enthält: ein Nähr-Wirk-Stoff, den der menschliche Körper in Xeronin verwandelt, das unverzichtbar bei der Aufrechterhaltung der lebenserhaltenden Stoffwechselprozesse ist.

Das Besondere an Noni ist, dass es so viel Proxeronin enthält: 800 mal mehr als die Ananas, die als nächstinteressantester Mitbewerber dafür bekannt ist. 1950 begann Dr. Ralph Heinicke mit der Forschung am Pineapple Institute, dem Ananas-Forschungszentrum in Hawaii. Diese Arbeiten zu den chemischen Eigenschaften der Ananas führten zur Entdeckung von zwei sehr wichtigen Nähr-Wirk-Stoffen: Bromelain und Proxeronin.

Bromelain wurde eingehend auf seine möglichen Anwendungen hin untersucht, während Proxeronin jahrelang übergangen wurde, weil man zur damaligen Zeit keinen ins Auge springenden Nutzen erkennen konnte. Bromelain wird jetzt sowohl in der Lebensmittel- als auch der Pharmaindustrie als ein Enzym zum Aufschließen von Proteinen verwendet. Es hilft Patienten mit schwacher Bauchspeicheldrüsenfunktion, und es unterstützt auch die körpereigene Reaktion bei Entzündungen und Schwellungen.

In der Broschüre *Nature's Amazing Healer Noni* (Noni, der erstaunliche Heiler aus der Natur) von Dr. Neil Solomon M.D., Ph.D., wird berichtet, dass der erste kommerzielle Gebrauch, der für Bromelain geplant war, ein schnellwirkendes Mittel

zur Linderung schwerer Menstruationskrämpfe war. Aber die Ausgaben, die mit der Reinigung und der kommerziell lohnenden Produktion von Bromelain verbunden gewesen wären, brachten die Firma von diesem Projekt ab.

Später, als Double-Blind-Tests (Tests, bei denen sowohl Versuchsleiter als auch Versuchsteilnehmer darüber im Unklaren sind, ob sie ein Placebo oder wirkstoffhaltige Medikamente verabreicht bekommen) mit gereinigtem Bromelain durchgeführt wurden, zeigte sich wenig oder gar kein Heilerfolg. Man wusste damals nicht, dass das Proxeronin, das entfernt worden war, offensichtlich der tatsächliche Wirkstoff war.

In der Tat fand die daraufhin folgende Forschung, die sich nun auf das Proxeronin konzentrierte, heraus, dass es viel nützlicher als das Bromelain war; und man sollte nicht vergessen, dass Bromelain immerhin als eine der wichtigsten biologischen Entdeckungen der vergangenen 50 Jahre anerkannt ist.

Proxeronin und Xeronin

Proxeronin und Xeronin sind zwei sehr neue Entdeckungen in der Welt der Biochemie. Der menschliche Körper benötigt beide, um am Leben zu bleiben und den Zustand Gesundheit herzustellen und zu erhalten.

Xeronin blieb in den menschlichen Stoffwechselketten unentdeckt, ganz einfach, weil der Körper pro Zeitabschnitt nur ganz kleine Mengen davon produzierte, und sie sofort wieder verbrauchte, so dass nichts davon frei im Körper flottierte; so konnte auch nichts davon für Studienzwecke isoliert werden. Dem Beharrungsvermögen von Dr. Ralph Heinicke, der seine Forschung über das Proxeronin in Noni weiterführte, ist diese Entdeckung in Bezug auf den menschlichen Stoffwechsel zu verdanken.

Ein Ergebnis der Forschung von Dr. Heinicke und anderen lässt nun vermuten, dass die Leber normalerweise Proxeronin speichert und alle paar Stunden eine bestimmte Menge davon für verschiedene Zwecke abgibt. Es erreicht Zellen in verschiedenen Körperteilen, wo es gebraucht wird, und wird in Xeronin - das ist die eigentliche Substanz, die dann auch in die Zellprozesse eingreift - verwandelt.

Alle Körperzellen scheinen Xeronin zu brauchen, um richtig zu funktionieren, und wenn ihnen dieser Stoff genommen wird, könnten Fehlfunktionen auftreten. Ganz offensichtlich verursacht ein solcher Mangelzustand, wenn er nicht korrigiert wird, Krankheit. Weil dieser Prozess sich auf mikroskopisch-zellulärer Ebene abspielt, können infolgedessen so viele andere Prozesse stattfinden. Je nachdem, welchen Mangel die Zellen eines bestimmten Körperteils erleiden, kann eine ganze Kaskade von Folgen ausgelöst werden.

Ein Mangel bei Zellen des Verdauungstrakts könnte beispielsweise Störungen des Verdauungsprozesses auslösen; oder eine Schwäche der Lungenzellen könnte Atemstörungen verursachen usw. Beim zweiten Beispiel ist es möglich, dass die verursachten Lungenschwierigkeiten bei einer Person schließlich als Asthma, bei einer anderen Person aber als Bronchitis oder Lungenemphysem und so fort - je nach der jeweiligen körperlichen Verfassung und Anlage - in Erscheinung treten.

Tatsächlich ist der Prozess, in dem unser Körper das Xeronin herstellt, chemisch komplexer als die soeben gegebene Erklärung es beschrieben hat. Andere chemische

Faktoren kommen ins Spiel, aber es sieht so aus, als gäbe es einen normalerweise reichlichen Vorrat aller chemischen Stoffe, die gebraucht werden - mit Ausnahme des Proxeronins.

Proxeronin ist der eine Nährstoff, an dem unser Körper am leichtesten Mangel leidet; und weil Stress und Krankheit einen erhöhten Bedarf an Xeronin verursachen, sind die kargen Reserven unseres Proxeronins dann schnell aufgebraucht.

Was der Körper wirklich braucht, sind relativ große Mengen von Proxeronin, um daraus Xeronin herzustellen. Auf diese Art reguliert der Körper genau die Konzentration verschiedener Stoffe.

Das Wunderbare am Noni-Saft ist, dass er große Mengen (tatsächlich 800 mal größer als z.B. die Ananas) von Proxeronin zur Verfügung stellt, so dass der Körper genügend davon hat, um zu diesem Zeitpunkt die genau angemessene Menge herzustellen; wobei er mehr braucht, wenn er in schlechter Verfassung ist oder unter Bedingungen mit viel Stress arbeiten soll, wie es im modernen Leben leider oft der Fall ist.

Dass die Leber Proxeronin speichert, kann einer der Gründe dafür sein, dass die traditionelle chinesische Medizin die Leber den „Kaiser mit Verantwortung für die Verteidigung des Körpers“ nennt.

Spezifische Anwendungsmöglichkeiten von Noni

Noni hat das Potential, bei vielen Krankheiten die Gesundheit zu fördern, weil es die gesunden Funktionen des Körpers auf Zellebene unterstützt - das macht den Körper fit dafür, sich selbst zu helfen. Schließlich sind wir von Mutter Natur so entworfen, dass wir gesund sind.

Unser Zustand bewegt sich nur dann hin zum Kranksein, wenn eine oder mehrere Körperfunktionen geschwächt wurden. Ein bekanntes Beispiel dafür sind geschwächte Immunsystem-Zellen, die zulassen, dass sich eine Infektion entwickelt. Theoretisch sollten wir immer in optimalem Gesundheitszustand sein, solange nicht Lebensstil oder Ernährung dagegenarbeiten.

Wir haben etliche Krankheitsbilder, die fest durch Namen umrissen sind. Im Folgenden eine Liste von mehreren davon, die mit Noni behandelt worden sind, was offensichtlich zu günstigen Ergebnissen führte; aber dies ist bei weitem keine vollständige Liste. Die Nachweise, die für Noni sprechen stehen und entstanden aus der Erfahrung der Urbevölkerung, die Noni schon seit jeher einsetzen, wie auch aus den Berichten des heutigen Amerikas

Dr. Neil Solomon M. D. berichtet in seiner Broschüre *Tahitianischer Noni-Saft - Die tropische Frucht mit hundert und einer Anwendungsmöglichkeit*, in der Interviews von über 40 Ärzten und anderen in Gesundheitsberufen Tätigen stehen, die selbst Noni eingenommen haben und den mehr als 8000 Patienten, die es bei verschiedenen gesundheitlichen Einschränkungen verordnet bekamen.

Dr. Solomon beobachtete, dass Noni 78% von ihnen auf irgendeine Art geholfen hatte. Noni wird natürlich nicht bei allen Fällen von Krankheit helfen, weil dies kein Medikament kann. Aber Noni ist wirklich bekannt dafür, bei den meisten Krankheitsfällen zu helfen; und es ist eines der wenigen Heilmittel, von denen man annimmt, dass sie es können.

Dieser Ruf stützt sich auf jahrhundertelange Erfahrung einerseits und moderne Wissenschaft andererseits. Die Rolle von Proxeronin wurde in gewissem Umfang diskutiert, aber es ist nicht der einzige Grund für den Erfolg von Noni. Die Wissenschaft hat in der Tat über 140 Nähr-Wirk-Stoffe aus Noni isoliert, von denen alle eine bestimmte Rolle bei der Aufrechterhaltung der Gesundheit spielen. Eine Portion Noni-

Saft liefert dem Körper eine Menge Gutes in einer biologisch günstigen Form. Die folgenden Seiten helfen Ihnen, den weiten Bereich der beschriebenen körperlichen Verfassungen, bei denen Noni günstig wirkt, zu verstehen.

Schmerz und Arthritis

Noni ist aus gutem Grund bekannt als schmerzlinderndes und entzündungshemmendes Mittel, Arthritisschmerz eingeschlossen. Auf den Inseln ist „Schmerzmittel-Baum“ eine Bezeichnung für Noni. Es gibt mindestens zwei Gründe, warum Noni Schmerz lindern kann. Einer ist, dass es Scopoletin enthält, ein Stoff, von dem man weiß, dass er entzündungshemmende Eigenschaften hat.

Ein anderer Grund ist, dass gemäß den Lehren der Naturheilkunde Arthritis durch unvollständig abgebautes Nahrungsprotein, das in den Blutkreislauf eintritt und schließlich in Gelenken kristalline Einlagerungen bildet, verursacht sein oder verschärft werden kann. Noni kann in diesem Fall den besseren Abbau von Proteinen fördern.

In seiner Broschüre bringt Dr. Solomon den Bericht eines Dr. Bloss, der orthopädischer Chirurg ist und herausfand, dass Noni mehreren Patienten mit Problemen, wie chronischem Rückenschmerz und Osteoarthritis-Schmerzen des Knies hilft. Der Stoff Histamin wird von Zellen freigegeben, wenn sich im Körper eine Entzündung befindet. Scopoletin hemmt bekanntermaßen das Freiwerden (ist also ein Antihistaminikum) und reduziert so Entzündungsherde.

Es ist auch der Erwähnung wert, dass Noni das Magengewebe - im Gegensatz zu einigen verschriebenen Schmerzkillern - nicht angreift.

Blutdruck

Die Ursache von Bluthochdruck (krankhafter Bluthochdruck) ist in den meisten Fällen unbekannt. Er kann gut durch ein komplexes Geflecht von Zuständen innerhalb des Körpers verursacht sein. Noni kann hier in manchen Fällen schon einfach dadurch helfen, dass es die Zellfunktion unterstützt.

Andererseits hat Scopoletin in der Tat nachgewiesen blutdrucksenkende Eigenschaften, und dies ist vielleicht schon in sich eine Erklärung für die über Noni berich-

Noni

teten Erfolge auf diesem Gebiet. Scopoletin hat die nachgewiesene Fähigkeit, verengte Blutgefäße zu erweitern, so den Druck auf die Gefäßwand und den Druck, den das Herz zum Durchpumpen des Bluts erzeugen muss, zu verringern.

Aber genau so wichtig ist es, dass Noni den Blutdruck auch nicht unter das normale Niveau senkt und niederen Blutdruck (Hypotonie) verursacht. Es hat den Anschein, dass Nonis weitere pflanzliche Nähr-Wirk-Stoffe in Verbindung mit dem Scopoletin darauf hinwirken, den Blutdruck in Richtung normal zu verändern.

Diabetes

Diabetes gewinnt in der westlichen Welt und jeder Kultur, die den jetzigen westlichen Essgewohnheiten ausgesetzt ist, zunehmend an Bedeutung. Diabetes ist in erster Linie eine Störung der Bauchspeicheldrüse, die ihre Fähigkeit, die richtige Menge des Hormons Insulin zur Regelung des Blutzuckerspiegels abzugeben, betrifft.

Das medizinische Handbuch von Merck (*Merck Manual*) stellt fest: „Dieses Syndrom hat keine bestimmte Entstehungsursache (Ätiologie), Entstehungsgeschichte, unveränderliche Gruppe typisch zusammen auftretender medizinischer Untersuchungsergebnisse, bestimmte darauf abgestimmte Labortests oder eine endgültige und heilende (im Gegensatz zu symptomatischer) Therapie...“. In anderen Worten:

Wie so viele andere Krankheiten rührt Diabetes möglicherweise von unspezifischen Verdauungs- und Stoffwechselstörungen her. Noni könnte dafür gesundheitsfördernd sein, wegen seiner Fähigkeit, Verdauungs- und Stoffwechselfunktionen zu unterstützen, oder auch aus einem anderen, bis jetzt noch unentdeckten Grund. Auf jeden Fall gibt es eine lange Geschichte seiner Anwendung mit positiven Ergebnissen bei solchen Krankheiten.

Verdauung

Essen und Flüssigkeiten werden dem Magen zugeführt, in die Bestandteile zerlegt und durch den Verdauungstrakt bewegt. Die Nährstoffe werden herausgezogen und aufgenommen, Abfallstoffe ausgeschieden. Wenn dieser Prozess funktioniert wie von Mutter Natur vorgesehen, wird ein Mensch gesund und voller Lebensenergie

sein. Die Nahrungsverwertung ist die Quelle unserer Lebenskraft und unseres körperlichen Wohlbefindens.

Der Verdauungstrakt ist bei Stress jeder Art sehr anfällig für Störungen. Die Nahrungsverwertung kann sich verschlechtern, wenn man müde ist, aufgeregt, oder krank - auf welche Art auch immer. Das ist eine ganz unglückliche Kombination: Denn die Lebenskraft, die man braucht, um Stress, Aufregung oder Krankheit zu überstehen, soll aus der Nahrungsverwertung kommen.

Noni wurde von Alters her bei den Eingeborenen der Inseln eingesetzt, um bessere Nahrungsverwertung zu erreichen. Bekanntermaßen hat Noni in seinem natürlichen Zustand einen unangenehmen Geschmack; das ist der Grund, warum kommerziell vertriebener Noni-Saft andere Beerensäfte enthält, um ihn genießbar zu machen. Einige der Stoffe in Noni, die ihm seinen natürlichen Geschmack geben, sind sehr bitter und bittere Kräuter sind für die stimulierende Wirkung auf den Verdauungsprozess bekannt.

In einem gut dokumentierten wissenschaftlichen Experiment wurde gezeigt, dass sowohl Xeronin als auch Proxeronin „die Beweglichkeit des Magens, die die schiebenden und zusammenziehenden Bewegungen zur Weiterbeförderung von verdaubarer Materie veranlasst, erhöhen: eine ganz hervorragende Möglichkeit, träge Verdauung zu behandeln.

Noni-Saft enthält auch Stoffe, Anthrachinone genannt, die den Dickdarm nach ungefähr 8 - 12 Stunden nach Verabreichung sanft anregen. Dies ist bei Fällen von Verstopfung zuträglich. Naturheilkunde-Ärzte glauben mit guten Gründen, nämlich der Erfahrung, die sie über Jahre gesammelt haben: Viele Beschwerden chronischer Natur kommen daher oder werden zumindest dadurch verschärft, dass giftige Materie zu lange im Darm verweilt und dadurch etwas davon zurück in den Blutkreislauf gelangen kann.

Lunge, Asthma und Nasennebenhöhlen

Es gibt viele Gründe, warum Noni bei der Behandlung von Atmungsschwierigkeiten nützlich sein kann. Zum ersten hat es entzündungs- und histaminhemmenden Grundcharakter, wie schon oben angesprochen. Bei einer Infektion der

Noni

Atemwege treten Schleimabsonderung und Schwellungen auf, was die Atmung behindert. Nonis histaminhemmende Wirkung reduziert dieses Problem.

In der traditionellen chinesischen Medizin heißt es, dass schlechte Verdauungsfunktion Schleim verursacht, und die Lungen ihn speichern. Noni fördert die Verdauung. Die traditionelle chinesische Medizin besagt auch, dass Dickdarm und Lunge sich gegenseitig beeinflussen, sodass der Zustand des Darms (einschließlich Verstopfung) und Atembeschwerden miteinander in Verbindung gebracht werden können.

Noni vermindert Verstopfung und kräftigt den Darm. Die Nasennebenhöhlen sind das obere Ende des Atemsystems. Nasenschleim und Nebenhöhlenvereiterung stehen mit der Kraft der Lunge und dem Zustand des Verdauungssystems in Verbindung. Noni kann helfen.

Die australischen Aborigines essen eine ganze reife Frucht, um Asthma, Husten, einfache Erkältung und ähnliche Symptome zu behandeln. Nach der Erfahrung der Aborigines genügt eine Frucht zur Behandlung.

Nierenfunktion

Die Nieren filtern den zirkulierenden Blutstrom, halten ihn „rein“ und balancieren seine chemische Zusammensetzung aus, während Harnstoff, andere Stoffe und Flüssigkeit, die ausgeschieden werden sollen, entfernt werden. Die Qualität der Stoffe im Blut ist hauptsächlich von Verdauung und Aufnahme ins Blut abhängig.

Wie bereits gesagt, kann Noni hier helfen: Noni hemmt Entzündungen und kann bestehende Infektionen minimieren. Dadurch werden die Nieren geschützt. Noni kann dazu beitragen, den Blutdruck zu senken, was ebenfalls die Belastung der Nieren bei der Filterung des Bluts mindern kann.

Krebs

Krebs ist nichts anderes als eine Zelle, die sich abnormal vermehrt. Die Proxeronin-Xeronin-Funktion, gefördert durch Noni, arbeitet auf Zellniveau und fördert das gesunde, normale Funktionieren in vielerlei Hinsicht und kann in Fällen von Krebs gut

von Nutzen sein. In anderen Worten: Es ist allgemein bekannt, dass die abnormale Zellfunktion zugunsten der normalen Zellfunktion zurückzudrängen ist.

Um einen anderen Gedankengang zu verfolgen: Es wurden Forschungspapiere auf verschiedenen Jahresversammlungen der Amerikanischen Krebsforschungs-Vereinigung (American Association for Cancer Research) über die Anti-Krebs-Wirksamkeit von Noni vorgestellt. Diese Papiere berichteten über Experimente, die mit Mäusen, denen absichtlich Krebszellen implantiert worden waren, gemacht wurden.

Diejenigen Mäuse, die dann mit Noni-Saft gefüttert wurden, lebten durchschnittlich 119 % länger als die, die Noni nicht bekamen. In der Tat lebten einige Mäuse mit einer Lebensdauer von über 50 Tagen sehr viel länger, verglichen mit 9 bis 12 Tagen für die Mäuse, die keinen Noni-Saft bekamen.

In diesen Fällen schlussfolgerten die Forscher, dass Noni dazu beitrug, die T-Zellen im Immunsystem drastisch zu stärken und die Kapazität des Immunsystems, mit abnormalen Zellen fertig zu werden und sie zu zerstören, erhöhte.

Weiter von Interesse ist die japanische Forschung über die Eigenschaften von Damacanthal, einer Komponente, die in Noni vorhanden ist.

Über diese Komponente fand man heraus, dass sie die Fähigkeit besitzt, die Entwicklung bestimmter Zellen, die Vorläuferzellen für einige Typen bösartiger Zellen darstellen, zu hemmen. Also kann Noni helfen, Krebs durch die Normalisierung von Zellen und die Unterstützung der Zerstörung abnormer Zellen zu verhindern.

Herzkrankheiten

Dr. Solomon berichtet, dass von 1 058 Menschen, die Noni gegen Herzkrankheiten einnahmen, 80 % eine Linderung der Symptome erfuhren. Es wird keine wissenschaftliche Spekulation angeboten, um diese Ergebnisse zu erklären, aber die bloße Macht der angegebenen Zahlen verdeutlicht, dass Noni in vielen Fällen von Herzbeschwerden gesundheitsfördernd ist.

Es kann nochmals betont werden, dass Heilpflanzen komplexe Ganzheiten sind, mit subtiler aber wirkungsvoller Heilkraft, die gute Geweberegeneration und Organ-Gesundheit fördern. Vor über zweitausend Jahren nannten chinesische Ärzte das Herz

das Kaiser-Organ und folgerten, dass auch der Kaiser gesund und zufrieden ist, wenn der Rest des Körpers gesund ist.

So könnte Nonis erstaunliche Art, dem Körper auf unzählige Arten zu helfen, leicht das Herz unterstützen. Schließlich ist da auch noch die Scopoletin-Konzentration in Noni, die den Blutdruck senkt, und dem Herzen so helfen kann.

Depression, Stimmungsschwankungen und Wohlbefinden

Die Forschung von Dr. Heinicke und anderen hat stark nahegelegt, dass in der Kette chemischer Prozesse, die bis hinauf zur Erzeugung von Xeronin führt, Serotonin ist. Serotonin ist in großen Mengen im menschlichen Körper, und es ist berühmt für seine Rolle als Gehirn-Botenzstoff (ein Nerven-Botenzstoff oder Neurotransmitter, d.h. ein Stoff, der Signale zwischen Gehirnzellen überträgt, der die Stimmung einer Person beeinflusst).

Es ist nachgewiesen, dass bei Stimmungszuständen wie Depression oft die Nichtverfügbarkeit oder schlechte Nutzbarmachung von Serotonin an den entsprechenden Rezeptorstellen im Gehirn beteiligt ist. Das bekannte Antidepressivum Prozac z.B. wird benutzt, um Depressionen mittels drastischer Erhöhung der für das Gehirn zur Verfügung stehenden Serotoninmengen zu behandeln.

Niedergeschlagene Menschen, die Noni-Saft einnehmen, berichten oft, dass sie sich viel besser fühlen. Tatsächlich fühlen sich Leute, die Noni-Saft nehmen, normalerweise besser - ob sie nun an einer Depression litten oder nicht. Ein Gefühl des Wohlbefindens ist tatsächlich unser natürlicher Zustand und wird ziemlich wahrscheinlich wiedereintreten, weil Noni allgemein auf den Körper und seine Chemie auf der Mikroebene der Zelle auf den gesunden Normalzustand hinwirkt.

Die Forscher spekulieren jetzt, dass der nachgewiesene Erfolg von Noni bei der Behandlung von Depressionen daher rührt, dass es den Serotonin-Haushalt stark beeinflusst. Man sollte aber zur Kenntnis nehmen, dass nicht alle Depressionen rein serotoninbedingt sind.

Schlaf und konzentrierter Wachzustand

Bei Dr. Solomons statistischem Unterlagenmaterial berichtete die Mehrzahl der Noni einnehmenden Patienten eine Verbesserung bei den Zuständen dieser geistigen Funktionen. Natürlich spiegeln sie beide die chemische Gesamtbalance und Harmonie wider. Ohne guten Grund schlaflos zu sein ist ein Zeichen dafür, dass geistige Prozesse, Funktionen der Neurotransmitter, versagen, wenn es darum geht, den richtigen Zustand, der den Schlaf ermöglicht, einzurichten.

Auf ähnliche Art ist der Wachzustand zumindest z. T. ein Maß für richtige „Chemie“ im Gehirn. Wie bereits diskutiert, gibt es breitgefächerte Belege dafür, dass Noni eine großartige, sanft eingreifende Heilpflanze ist, die, wie uns zugesichert wird, ausgeglichenes und angemessenes biologisches Funktionieren fördert.

Energie

Nach Dr. Solomons Aussage berichteten 91% der 7 931 Patienten, sich energiegeladener zu fühlen. Hier geht es nicht um die Art von kurzlebiger Energie, die man aus Kaffeetrinken oder dem Essen von Zuckern bezieht, sondern den Naturzustand, wenn man die Gesundheit zurückerlangt. Unser natürlicher, gesunder Zustand ist, dass wir konzentriert wach und voller Lebensenergie sind. Müdigkeit ist ein Zeichen einer Stoffwechsel-Fehlfunktion, schlechter Verdauung, mangelhafter Organfunktion, Überbelastung mit Giften oder Depression. Noni hilft allen diesen Zuständen ab.

Anwendung in der Tiermedizin

Haustiere sind genauso gefährdet, eine Krankheit zu bekommen wie ihre Besitzer. Wenn man vom speziellen Platz, den sie im Herzen ihres Besitzers einnehmen, ausgeht, ist es wichtig, dass gute medizinische Versorgung gewährleistet ist, wenn sie nötig ist.

Viele Tierbesitzer haben Naturheilkundeverfahren ausprobiert und fanden zu ihrer Freude heraus, dass dies normalerweise gut funktioniert. Es hat den Anschein, dass Tiere im Normalfall sehr schnell auf Heilpflanzen, Homöopathie, und ähnliches ansprechen. Die Naturheilkundler nehmen an, dass das daher kommt, dass Tiere mehr als Menschen ihre sensiblen Verbindungen zu den subtilen Naturkräften aufrechterhalten.

In seinem Buch *Der erstaunliche Heiler aus der Natur Noni (Nature's Amazing Healer Noni, S. 34)* widmet Dr. Neil Solomon einen Abschnitt der Behandlung von Tieren und seinem Interview mit Dr. Tran, einem Tierarzt, der über 2 000 Tiere mit allen möglichen Beschwerden mit Noni behandelte.

Das Zitat von Dr. Tran fasst Nonis Potential geschickt zusammen: „Ich bin zu dem Ergebnis gekommen, dass Noni die wunderbarste Substanz ist, die ein Doktor bei seinem Schaffen verwenden kann. In allen meinen 35 Jahren als praktizierender Arzt traditioneller und ganzheitlicher Tiermedizin habe ich kein anderes so vielseitiges Produkt wie Noni gesehen. Wenn ich auf eine entfernte Insel verbannt würde, und dürfte nur einen Gesundheitsartikel mitnehmen, wäre es ganz bestimmt Noni.“

Wie viel Noni sollten Sie nehmen?

Die beste Art, Noni-Saft einzunehmen, ist 30 - 60 ml auf einmal, ein- oder mehrmals am Tag, je nach Ihrem Gesundheitszustand. Die größere Dosis sollte schnellere Hilfe bei Krankheit erreichen, die niedrigere Dosis ist gut zur Stärkung des Wohlbefindens und der Abwehrkraft.

Der Saft sollte auf nüchternen Magen genommen werden und es sollte noch 1/2 Stunde Zeit vor dem nächsten Essen sein. Der Grund dafür ist, dass der Saft sich durch den Magen und in den Verdauungstrakt weiterbewegen kann, ohne von Verdauungssäften angegriffen zu werden, die das Proxeronin abbauen könnten.

Da Gesundung und Reparation sich auf Zellniveau ereignen, sollten Sie geduldig sein und dem Körper Zeit zur Verbesserung des Gesundheitszustands einräumen, der erst als ein Ergebnis des Selbstheilungsprozesses eintritt. Diese Art der Schadensbehebung kann sich nur so schnell abspielen, wie es die Natur erlaubt.

Obwohl viele Leute von einer fast unmittelbaren Besserung berichten, ist es aber ganz genauso normal, dass sich die Verbesserung zunehmend und erst über einen Zeitraum von etwa 6 Monaten aufbaut.

Schlussfolgerung

Der Austausch zwischen entwickelnder Wissenschaft und Wirtschaft hat über die letzten beiden Jahrhunderte hinweg zu einem Gesundheitssystem geführt, das sich ausschließlich auf wissenschaftliche Nachweise stützt. Alle wissenschaftliche Forschung ging darauf aus, synthetische Arzneimittel zu entwickeln (meist ursprünglich davon inspiriert, zu verstehen, was genau in den Heilpflanzen es war, das tatsächlich wirkte), weil damals hier das große Geld zu verdienen war.

Man kann eine schon existierende Heilpflanze nicht patentieren, aber man kann ein synthetisches Mittel patentieren und Markenrechte davon ableiten. Synthetische Mittel bestehen normalerweise aus einem aktiven Inhaltsstoff, weil die wissenschaftliche Forschung gerne jeweils eine Substanz isoliert und untersucht. Es ist viel einfacher, das zu tun, als zu versuchen, die Wirkungsweise von zwei oder mehr Substanzen gleichzeitig zu untersuchen.

Ein Wissenschaftler kann in Hinblick auf einen einzelnen Inhaltsstoff nie sicher sein, was passiert, wenn mehr als der eine Wirkstoff der, solange er alleine vorhanden ist, auf eine bestimmte Weise reagiert; oder wie er wirkt, wenn er zu anderen Wirkstoffen hinzukommt. Es ist einfach zu ungewiss, und Wissenschaftler suchen diesen Versuchsaufbau zu vermeiden.

Jedoch der Stoffwechsel des menschlichen Körpers ist extrem komplex. Leben und Gesundheit hängen von dem Wirkungsgeflecht hunderter Stoffe, der Verdauung, Stoffaufnahme, Einbau der Stoffe in Kreisläufe, Atmung, Wachstum, Entwicklung, Denkprozesse usw. steuern, ab. Heilpflanzen sind oft sehr komplexe chemische Gesamtheiten - sie sind für eine wissenschaftliche Analyse, die auf irgendeine Art und Weise ihr gesundheitsförderndes Potential offenbaren soll, nicht geeignet.

Ganz ähnlich liegt es jenseits der Fähigkeiten der Wissenschaft, alle Prozesse, die in einer Person fehlgelaufen sind und schließlich zu der jetzt beobachtbaren Krankheit geführt haben, zu ermitteln; genauso wie es der Wissenschaft unmöglich ist, all die möglichen gesundheitsfördernden Wirkungen vorauszusagen, die von dem komplexen Wirkstoffgesamt einer Heilpflanze ausgehen können.

Noni ist eine Heilpflanze mit einem ziemlich hohen Komplexitätsgrad, mit Dutzenden chemischer Bestandteile. Sie sind alle für unsere Gesundheit nützlich, aber

zusätzlich enthält Noni ein auffallendes Merkmal: das Vorhandensein sehr großer Mengen an Proxeronin. Es ist offensichtlich, dass Noni die Forscher in nächster Zeit eine ganze Weile beschäftigen wird, wenn sie seine charakteristischen Eigenschaften erforschen.

Aber es ist kein großer Nutzen davon zu erwarten, wenn die großen Pharmaunternehmen die wirksamen Bestandteile von Noni für den kommerziellen Vertrieb isolieren, reinigen und künstlich nachbauen. Wenn dies geschieht, können wir davon ausgehen, dass die Kosten des Produkts steigen, während der mit dem Produkt behandelte Teil der Allgemeinheit ohne die natürlichen therapeutischen Eigenschaften der Heilpflanze leer ausgeht, ohne je zu erkennen, was sie verpasst hat.

Wie die Dinge heute stehen, haben wir Glück, dass Noni-Saft in genießbarer Form als sanfte Gesundheitsförderung und regulierendes Mittel bei ernsteren und erheblich schwächenden Zuständen erhältlich ist. Man sagt, dass es nichts Neues unter der Sonne gibt, und vielleicht wird dies von diesem uralten Heilmittel ganz gut illustriert, das für viele unserer modernen Krankheiten existiert.

Zum Autor

Rod Hinks ist seit 1977 als ständig praktizierender Naturtherapeut tätig. Er verfügt über Qualifikationen in Akupunktur, Homöopathie und Mineraltherapie.

Rod Hinks lehrt seit 1978 ständig an verschiedenen Colleges in Melbourne Naturheilverfahren und lehrt gegenwärtig am Melbourn College für Naturmedizin - einem der größten Colleges für Naturmedizin der Welt - chinesische Medizinteorie und Diättherapie.

Bibliographie

Nature's Amazing Healer Noni. Neil Solomon, M.D., Ph.D. Woodland Publishing 1998

Tahitian Noni Juice. Neil Solomon, M.D., Ph.D. Woodland Publishing 1998

Noni (Morinda citrifolia) Prize Herb of the South Pacific. Rita Elkins, M.H. Woodland Publishing 1998

Noni: Polynesia's Natural Pharmacy. Pride Publishing 1997

Merck Manual 14. Aufl. Merck Sharp & Dohme Research Laboratories S.1037

Encyclopaedia of natural Medicine. Murray & Pizzorno. Optima 1993 S.54

The Brain Encyclopedia. Carol Turkington. S.225

Traditional Bush Medicine, Aboriginal Communities of the Northern Territory of Australia. Greenhouse Publications, 1988

Bezugsquellen

Nonisaft ist in Naturkostläden, Reformhäusern und Apotheken erhältlich. Wer Nonisaft haben möchte, kann diesen auch bei Versandgeschäften direkt bestellen.

ISBN 3-00-005731-5

Euro 3.90