

Histamin und Vitamin C

Zitat:

Histamin ist hauptverantwortlich für Juckreize, Anschwellen der Schleimhäute und all die unangenehmen Begleiterscheinungen allergischer Reaktionen.

Warum hilft säurefreies, hochdosiertes Vitamin C bei Allergien?

Eine der vielen positiven Wirkungen des Vitamin C besteht darin, dass es sich mit den Histaminen verbindet und sie in eine andere Substanz umwandelt, die sich dann in normale Stoffwechselprodukte auflöst.

Bei der Umwandlung von Histamin wird sehr viel Vitamin C verbraucht. Dies ist auch der Grund, warum viele Allergiker mit der Zeit an Asthma erkranken. Denn es steht ihrem Körper nicht ausreichend Vitamin C zur Verfügung, um das Bindegewebe zu erhalten und aufzubauen. In Folge werden die Bindegewebe der Bronchien geschädigt. Und dies kann Asthma hervorrufen.

Wie viel Vitamin C ist nötig?

3 - 6 Gramm täglich eingenommen und Sie sind von Allergien befreit (bei Erwachsenen)