

Für Sie notiert: Bemerkenswertes, Ratsames, Heilsames

Liebe Leserinnen und Leser,



zwei wichtige Informationen habe ich heute für Sie zusammengestellt:

1. Manche Grippeviren werden resistent gegen Grippemedikamente
2. Gingko als vielseitige Natur- und Heilpflanze

Grippemedikamente: Viren werden resistent gegen Tamiflu

Die Grippemittel Tamiflu und Relenza gelten als wichtige Mittel im Kampf gegen eine mögliche Pandemie - bisher. Jetzt warnen Forscher: Manche Viren werden resistent gegen die Medikamente.

Wie japanische Forscher in einer am Dienstag vorab veröffentlichten Studie im "Journal of the American Medical Association" berichten, zeigten Viren während eines Ausbruchs der Grippe vom Typ B im Winter 2004/2005 Anzeichen von Resistenz gegen die Wirkstoffe Oseltamivir und Zanamivir. Die Grippe vom Typ B grassiert den Angaben zufolge jedes Jahr und wird mit einer weltweit steigenden Zahl von Todesfällen in Verbindung gebracht. In Japan wird sie häufiger als in anderen Ländern mit Tamiflu und Relenza behandelt.

Für die Studie sammelten und analysierten die Wissenschaftler die Viren von mehreren hundert an dem Grippevirus Erkrankten. Eines von 74 erkrankten Kindern (1,4 Prozent), die Tamiflu erhalten hatten, sprach in verringertem Maße auf den Wirkstoff an. Bei 422 unbehandelten Patienten zeigten Grippeviren in sieben Fällen oder 1,7 Prozent der Fälle Resistenzen gegen Zanamivir, Oseltamivir oder beide Wirkstoffe. Die Erkenntnisse seien ein Beleg dafür, dass die Entwicklung der Virenstämme kontinuierlich überwacht und die Art der Vergabe antiviraler Medikamente genau überdacht werden müsse, schreiben die Autoren der Studie. Bei der Grippe vom Typ A sind die Resistenzen bestimmter Virenstämme schon länger bekannt.

Tamiflu wird vom Schweizer Pharmaunternehmen Roche hergestellt, Relenza von britischen GlaxoSmithKline. Beide Medikamente werden zur Grippe-Prävention und -Behandlung eingesetzt. Tamiflu gilt als Mittel der Wahl gegen eine mögliche Vogelgrippe-Epidemie. Viele Staaten halten aus Furcht vor einer Pandemie große Mengen des Mittels auf Vorrat. Kritisiert wurde Tamiflu auch wegen des Verdachtes, in Einzelfällen Wahnvorstellungen und Bewusstseinsstörungen hervorzurufen.

Resistenzen von H5N1, dem gefährlichen Vogelgrippe-Virus, gegen die Medikamente sind bereits bekannt: 2005 starben zwei vietnamesische Mädchen an einem H5N1-Virus, das widerstandsfähig war gegen herkömmliche Grippemittel. Im Dezember 2006 starben zwei Ägypter, ein 26-jähriger Mann und seine 16-jährige Nichte, kurz nachdem sie sich bei infiziertem Geflügel angesteckt hatten. Die Analyse der Viren in ihrem Körper ergab im Januar, dass die Erreger ebenfalls resistent waren gegen Tamiflu.

Ginkgo - Naturtalent mit Tradition

Der Ginkgobaum ist ca. 270 Millionen Jahre alt damit quasi ein lebendes Fossil. Er entwickelte sich im Erdzeitalter des Perm, als auch die Dinosaurier die Erde beherrschten. Seine ursprüngliche Heimat liegt in den Bergwäldern Chinas, Japans und Koreas. Er gilt als heiliger Baum und wurde oft als Tempelbaum in der Nähe von Klöstern gepflanzt. Die ältesten, noch lebenden Bäume sind etwa 4000 Jahre alt. Entwicklungsgeschichtlich gilt das Fossil als Nahtstelle zwischen Nadel- und Laubbaum.

Besonderheiten der Pflanze

Ginkgo ist eine zweihäusige Pflanze, was so viel heißt, dass es weibliche und männliche Bäume davon gibt. Nach 20 bis 30 Jahren bildet der Baum erste Büten, in deren Achseln sich kugelförmige, goldgelbe Samen von etwa 3 cm Größe entwickeln. Diese werden in Ostasien ähnlich wie Pistazien im Haushalt gebraucht. Als Arznei werden die getrockneten, entenfußähnlichen Blätter verwendet. Sie sind vier bis zehn Zentimeter lang und besitzen eine hell- bis tiefgrüne Farbe.

Ginkgo als Reparatteur und Radikalfänger

Schon vor 4800 Jahren wurde der Ginkgo als Heilpflanze bei Husten und Asthma erwähnt. Am meisten verbreitet war die Verwendung der Nüsse. Heutzutage setzt man Ginkgoextrakte vor allem bei beeinträchtigten Hirnleistungen wie Konzentrationsstörungen, Alzheimer und Gedächtnismangel ein. Nicht nur Schulkinder haben Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren, sondern auch stark beanspruchte Manager weisen Gedächtnisdefizite auf.

Normalerweise setzen freie Sauerstoffradikale das Zellensterben in Gang, die durch normale Stoffwechselprozesse, durch das Rauchen, Umweltverschmutzungen, Stress und durch Sonnenstrahlen entstehen. Außerdem schränken so genannte Mitochondrien, Energielieferanten der Zelle, die Nervenzellfunktionen ein oder zerstören sie sogar. Ein Spezialextrakt aus Ginkgo biloba hilft unterschiedlichen Studien zufolge, die Hirnleistungsstörungen und das Absterben der Hirnzellen aufzuhalten. Insbesondere stärken die Wirkstoffe Ginkgolide und Bilobalide aus dem Ginkgoblatt die Zellmembran vor den zerstörerischen Substanzen und Radikalen. Bilobalide sind sogar in der Lage, die geschädigte Hirnzellenfunktion wieder herzustellen. Dadurch verbessern sich das Gedächtnis und das Lernvermögen, und die Menschen können sich besser konzentrieren.

Unter dem Einfluss von Ginkgopräparaten kann das Blut wieder besser fließen. Die Zähigkeit des Blutes wird gesenkt und Nahrungsfette lagern sich nicht mehr so leicht an den Gefäßwänden ab.

Ist eine Blutbahn so verengt, dass eine ausreichende Blutzirkulation nicht mehr gewährleistet ist, sucht sich das Blut mit Hilfe der Ginkgowirkstoffe neue Bahnen. Das gilt bei der Erkrankung von Demenzerkrankungen und bei Durchblutungsstörungen in den Beinen. Auch die feinen Gefäße des Innenohrs werden wieder gut durchblutet. Daher setzen Mediziner die Ginkgo-Extrakte auch bei Ohrensausen, Schwindelgefühl und Tinnitus ein.

Weiterhin wurde in einer Studie mit Golfern eine stimmungsaufhellende Wirkung beobachtet, und die Geschicklichkeit der Probanden verbesserte sich erheblich durch die Einnahme von täglich 240 mg Ginkgo biloba.

Man sollte darauf achten, dass die Ginkgopräparate stets hoch dosiert sind, das heißt, die Tabletten sollte etwa 120 mg Wirkstoff enthalten. In Tees wird die Wirkung von Ginkgo durch die geringe Menge der Inhaltsstoffe bezweifelt. Die Einnahme von Ginkgo ist nahezu nebenwirkungsfrei. In ganz seltenen Fällen wurden leichte Magen-Darm-Beschwerden oder allergische Hautreaktionen beobachtet. In Kosmetika kommen die wertvollen Extrakte in Haarwaschmitteln und Hautpflegeprodukten vor.

Es empfiehlt sich jedoch, nicht nur auf die heilsamen Kräfte des Ginkgos zu vertrauen, sondern das Gehirn regelmäßig zu trainieren. Das Gedächtnistraining kann schon in der Schule beginnen: Mit der richtigen Technik lässt sich viel erreichen. Für das Einprägen von Informationen ist eine bildliche Vorstellungskraft wichtig. Die Hirnzellen kommen beispielsweise in Trapp, wenn man ohne Einkaufszettel einkaufen geht und sich stattdessen die benötigten Lebensmittel in einer Bilderkette merkt. Außerdem eignen sich die Geburtsdaten von Freunden und Verwandten bzw. deren Telefonnummern für das Gehirnjogging. Auch Kreuzworträtsel oder Kartenspiele regen die grauen Zellen an.

Durch Farbe und Form der Karten wird die rechte Gehirnhälfte aktiviert, und die Zahl spricht die linke Hirnhälfte an. Experten empfehlen darüber hinaus, auch einmal ungewohnte Dinge zu tun und beispielsweise als Rechtshändler mit der linken Hand zu schreiben. Körperliche und geistige Aktivität garantieren eine geistige Wendigkeit bis ins hohe Alter.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln