

## Bemerkenswertes, Ratsames und Heilsames

---

Liebe Leserinnen und Leser,



heute habe ich Ihnen einige einzelne Meldungen und Hinweise zusammengestellt. Vielleicht ist etwas Heilsames für Sie dabei.

### Schüßler-Salze bei Wechseljahrsbeschwerden

---

Es kann sich anfühlen, als ob eine Feuersäule in Sekundenschnelle vom Bauch in unseren Kopf schießt. Und dann werden wir feuerrot und möchten uns am liebsten die Kleider vom Körper reißen — meistens kündigen sich die Wechseljahre mit solchen Hitzewallungen an. Oft folgen Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen. Zunächst scheint uns diese Hormonumstellung aus der Bahn zu werfen. Doch mit den entsprechenden Schüßler-Salzen kommen wir schnell wieder ins Lot. Auch lästige Begleiterscheinungen wie eine trockene Schleimhaut der Scheide lassen sich mit täglich dreimal zwei Tabletten Nr. 8 Natrium chloratum behandeln. Bei Hitzewallungen und Schlafstörungen helfen im Wechsel Nr. 5 Kalium phosphoricum, Nr. 11 Silicea und Nr. 12 Calcium sulfuricum.

### Mahonie hilft bei Schuppenflechte

---

Eine Schuppenflechte lässt sich bislang nur schwer behandeln, denn die übermäßige Verhornung der Haut variiert stark. Zudem können die bisher zur Verfügung stehenden Medikamente unerwünschte Nebenwirkungen hervorrufen. US-Forscher haben jetzt entdeckt, dass eine natürliche Zubereitung aus der Mahonie (*Mahonia aquifolium*) ein effektives Mittel gegen leichte bis mittelschwere Psoriasis-Formen darstellt.

Bei der Mahonie handelt es sich um einen ursprünglich aus Nordamerika stammende und zu den Berberitzengewächsen zählenden Strauch, der in der Volksheilkunde nicht nur bei entzündlichen Hauterkrankungen, sondern auch bei Bronchitis, Gastritis und Verdauungsstörungen eingesetzt wird. Die Mediziner vom Dermatologischen und Kosmetischen Zentrum in Rochester (New York) hatten für ihre placebo-kontrollierte, doppelblinde Studie eine Hautcreme mit *Mahonia aquifolium* sowie ein Scheinmedikament an 200 Patienten getestet. Von den 171 Teilnehmern wiesen diejenigen in der Pflanzengruppe im Vergleich zum Placebo deutliche Verbesserungen auf, was die Anzeichen und Symptome der Schuppenflechte betraf. Vermutlich hemmen die Inhaltsstoffe, wie z. B. das Alkaloid Berberin die Zellteilung und Entzündung. Die Creme wurde auch unter

zweimal täglicher Anwendung gut vertragen ohne dass auffällige Nebenwirkungen auftraten.

Hautpflegemittel und Medikamente mit Mahonien-Extrakt sind u. a. in Form eines homöopathischen Fertigpräparates erhältlich, das auch für Kinder geeignet ist. Wichtig zu wissen: Wie bei allen pflanzlichen Mitteln kann es einige Zeit dauern, bis die Wirkung eintritt. Zu Beginn können vorübergehend leichte Hautrötungen und Brennen auftreten. In seltenen Fällen kann es zu allergischen Reaktionen kommen.

## **Fettleibigkeit erhöht Krebsrisiko bei Frauen deutlich**

---

Rund 6000 Frauen mittleren oder höheren Alters erkranken allein in Großbritannien jährlich an Krebs, weil sie übergewichtig oder fettleibig sind. Zu diesem Ergebnis ist eine Studie der University of Oxford gekommen. Untersucht wurden 45 000 Erkrankungen bei über einer Million Frauen über einen Zeitraum von sieben Jahren. Das bedeutet, dass es sich um rund 5 % der Krankheitsfälle handelt. Die im „British Medical Journal“ veröffentlichte Studie macht das Übergewicht für 50 % aller Krebserkrankungen der Gebärmutter verantwortlich. Die leitende Wissenschaftlerin Gillian Reeves geht davon aus, dass in Großbritannien Übergewicht oder Fettleibigkeit für rund 6000 der 120 000 Krebserkrankungen dieser Altersgruppe verantwortlich sind. „Unsere Studie zeigt auch, dass Übergewicht das Risiko bei verschiedenen Krebsarten unterschiedlich beeinflusst. Zwei Drittel der zusätzlichen Erkrankungen betreffen die Brust oder die Gebärmutter.“

Der Zusammenhang zwischen Gewicht und Krebsrisiko wurde zusätzlich direkt vom Alter der Frauen beeinflusst. Übergewicht erhöht das Brustkrebsrisiko nur nach der Menopause. Das Darmkrebs-Risiko ist jedoch nur vorher höher.

## **Das gigantische Geschäft mit den Rückenschmerzen**

---

Operationen an der Wirbelsäule, bei denen ein künstlicher Bandscheibenersatz eingesetzt wird, haben sich zu einem gigantischen Geschäft entwickelt, berichtet der Günzburger Neurochirurg Prof. Dr. Hans-Peter Richter im „Deutschen Ärzteblatt“: „2005 betrug der weltweite Umsatz mit Wirbelsäulenimplantaten 4,5 Milliarden US-Dollar, mit einer von der Industrie geschätzten jährlichen Wachstumsrate von 14 bis 18 %. Wenn mit solchen Operationen viel Geld verdient werden kann, werden sie auch häufig durchgeführt“. Dabei sei die Effektivität derartiger Eingriffe wissenschaftlich noch gar nicht belegt, konstatiert der Bonner Orthopäde Dr. Sascha Gravius, ebenfalls im „Deutschen Ärzteblatt“: „Bisher existieren noch keine fundierten wissenschaftlichen Daten, die belegen, dass der Erhalt des physiologischen Bewegungsumfanges nach Implantation eines Bandscheibenersatzes auch langfristig zu einer verminderten Belastung führt“.

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**

**Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

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](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluellstrasse 13 | CH - 6072 Sachseln