

MSM - Entgiftung des Körpers bei chronischen Leiden (Teil 1)

Liebe Leserinnen und Leser,



In den letzten Monaten haben wir Ihnen einige besondere Wirkstoffe vorgestellt. Alle diese ausführlichen Beschreibungen stammen aus der Feder von Frau Regina Garloff. Sie können alle diese Beschreibungen auf unseren Internetseiten nachlesen:

Vitamin C – Die Wahrheit über das wichtigste aller Vitamine

OPC – Das Superantioxidans gegen das Altern

Astaxanthin - Multitalent für Wohlbefinden und Leistung

Die Heilkraft von Vitamin D - Neue Studienergebnisse

Heute beginne ich damit, Ihnen eine weitere Beschreibung eines außergewöhnlichen Wirkstoffs zu schicken: MSM. Auch diese Beschreibung stammt wieder von Frau Garloff. Sie dürfen also wieder neugierig sein, was Frau Garloff aus der umfangreichen Literatur und aus Forschungsergebnissen für uns zusammengestellt hat.

MSM - Organischer Schwefel - Entgiftung des Körpers bei chronischen Leiden

Schwefel gehört neben Kalzium, Kalium, Magnesium, Natrium und Phosphor zu den Mengenelementen im Körper, die als Baustoffe dienen. Er ist nach Kalzium und Phosphor der dritthäufigste Mineralstoff; der menschliche Organismus enthält etwa 140 - 150 Gramm Schwefel, was allerdings recht wenig bekannt ist. Schwefel ist eigenartigerweise der am wenigsten erforschte Nährstoff. Man findet auch nur wenig Literatur zu diesem für den menschlichen Körper wichtigen Nährstoff. Das allein war Grund genug, um Ihnen die wichtigsten Informationen zu diesem Stoff zusammenzustellen.

Er ist Baustoff des Gerüsteiweißes Kollagen, einem wichtigen Bestandteil des Bindegewebes, und konzentriert sich besonders in Knorpeln, Haaren, Nägeln und im Immunsystem. Bei Schwefelmangel kann es zu akuten und chronischen Erkrankungen kommen.

Organischer Schwefel ist ein wichtiges Grundelement im menschlichen Stoffwechsel und zeichnet

für vielerlei Funktionen verantwortlich:

- Er ist wesentlich am Aufbau des Kollagens beteiligt, dem Gerüstprotein für Festigkeit und Struktur von Bindegewebe, Knochen, Knorpeln und Sehnen. – Ohne Kollagen wären wir ein formloser Zellhaufen.
- Die Bildung von Keratin ist abhängig von Schwefel – Nägel bestehen zu 98 Prozent aus Keratin, auch Haare weisen einen hohen Anteil dieser Substanz auf. Gesunde, feste Nägel, elastische und faltenfreie Haut, sowie dickes, glänzendes Haar sind Folge eines gut funktionierenden Schwefelstoffwechsels.
- Für den Proteinstoffwechsel hat Schwefel ebenfalls einen hohen Stellenwert. Viele Enzyme und Hormone (wie z.B. Insulin) werden direkt mit Hilfe dieser Substanz hergestellt. Die schwefelhaltigen Aminosäuren Cystein, Taurin und Methionin, selbst starke Antioxidantien, unterstützen die Leber bei ihren Entgiftungsaufgaben. Schwefel ist ebenso Bestandteil des wichtigsten vom Körper selbst gebildeten Antioxidans, dem Glutathion, das freie Radikale unschädlich macht.
- Schwefelbrücken legen die räumliche Struktur aller Enzyme und Eiweiße fest. Ohne diese Schwefelbrücken entwickeln genannte Substanzen einen räumlich abweichenden Aufbau, so dass der Körper sie nicht mehr verwerten kann.
- Organischer Schwefel verbessert die Durchlässigkeit der Zellmembranen. Dadurch verbessert sich die Nährstoffaufnahme in die Zellen und zudem der Abtransport von Schlacken aus den Zellen. Damit verstärkt organischer Schwefel die Wirkung von Vitaminen, Mineralien und anderen Nährstoffen.
- Organischer Schwefel ist beteiligt an der Energieproduktion in den Zellen, bei der Blutzucker zu Energie umgewandelt wird. Er verstärkt die Fähigkeit des Körpers zur Insulinherstellung.
- Organischer Schwefel ist innerhalb des Immunsystems an der Regelung des Prostaglandin-Stoffwechsels und der Bildung von Antikörpern und Immunkomplexen wie IgM beteiligt; er wirkt bei der Abwehr von Infektionen mit.
- Organischer Schwefel wird zur Regeneration der Knorpel benötigt. Eine 1995 veröffentlichte Studie fand heraus, dass die Schwefelkonzentration in einem durch Arthrose angegriffenen Knorpel nur ein Drittel der Konzentration eines gesunden Körpers beträgt.
- Vitamin C sowie die Vitamine des B-Komplexes Biotin, Pantothensäure und Thiamin (B1) werden über eine Reaktion mit Schwefel aktiviert.
- Schwefelverbindungen aus Senfölen (Knoblauch, Zwiebeln, Bärlauch, Rettich, Meerrettich, Porree, Kohl, Senf) wirken antibiotisch.
- Als Bestandteil von Gallensäuren ist organischer Schwefel an Fettaufnahme und Fettverdauung beteiligt und unterstützt die Leber bei der Synthese von Cholin (verhindert Fettleber).
- Es wirkt mit den B-Vitaminen und Vitamin C zusammen auf den Körperstoffwechsel.
- Organischer Schwefel hilft, das für eine gesunde Gehirnfunktion notwendige Sauerstoff-Gleichgewicht zu erhalten, er erhöht die Durchblutung und sorgt so auch für bessere Konzentration

Was ist MSM (Methyl-Sulfonyl-Methan)

MSM ist eine von der Natur produzierte Schwefelverbindung, die Bestandteil von Pflanzen, Wirbeltieren und Menschen ist und einen hohen Anteil am Kreislauf des Schwefels in der Natur hat.

Meine erste Begegnung mit MSM war der Rat, es doch einmal gegen meinen Heuschnupfen zu versuchen. Und tatsächlich, nach ein paar Tagen hatte er schon erheblich nachgelassen, um nach etwa einer Woche



Das

verschwunden zu sein. Seither fange ich jedes Frühjahr, etwa 4 Wochen bevor meine übliche Heuschnupfenzeit beginnt, mit der Einnahme von MSM an. Als Ergebnis vermeide ich eine ständig laufende Nase, die für Heuschnupfen typischen tränenden Augen und Kopfweh.

Strukturmodell
von MSM
(Methyl-Sulfonyl-I

Offizielle Verlautbarungen der Behörden zu MSM besagen, dass man MSM nicht benötigt, weil Schwefel in der Nahrung ausreichend vorhanden sei. Eigentlich hätte ich dann ja, wenn ich den behördlichen Empfehlungen gefolgt wäre, von der zusätzlichen Einnahme von MSM gegen meinen Heuschnupfen nicht profitieren können, oder? Im weiteren Verlauf meiner Zusammenstellung werden Sie weitere kleine „Wunder“ über MSM erfahren.

Schwefelkreislauf: Der Schwefel im Wasser der Ozeane wird von Algen gebunden und sie bilden damit DMS (Dimethyl-Sulfid). Die abgestorbenen Algen geben diesen Stoff gasförmig an der Meeresoberfläche ab. Hier reagiert er mit Hilfe von Sauerstoff (O₂) und UV-Bestrahlung zu MSM und DMSO (Di-Methyl-Sulfoxid), die in Wolken gebunden werden und abregnen, um in den Kreislauf der Natur zurückzukehren. Pflanzen nehmen die Verbindungen DMS, DMSO und MSM aus dem Boden auf und konzentrieren sie bis auf das Hundertfache. Über Pflanzennahrung gelangen diese Schwefelverbindungen in den Organismus von Tier und Mensch.

MSM ist eine der häufig vorkommenden organischen Schwefelverbindungen. Wir nehmen es mit roher, frischer, vitalstoffreicher Nahrung regelmäßig auf. Es ist in kleinen Mengen in den meisten grünen Pflanzen, in Algen, verschiedenen Früchten und Gemüsen, ebenso in rohem Fleisch und Fisch vorhanden. Jede Form von Weiterverarbeitung der Nahrungsmittel und auch deren Transport und Lagerung führt ähnlich wie bei den Vitaminen zu einem Verlust an organischem Schwefel. Die flüchtige Verbindung löst sich buchstäblich in Luft auf, insbesondere beim Erhitzen oder Trocknen von Lebensmitteln. Daher wird bei unseren durch „Fast-Food“ geprägten Essgewohnheiten eine Nahrungsergänzung mit MSM immer wichtiger. Dazu ein Zitat von Frau Dr. med. Petra Wenzel aus ihrem Buch „Die Vitalstoff-Entscheidung“ (siehe Literaturverzeichnis): „Meiner Meinung nach gehört MSM in jede Hausapotheke“.

MSM als Nahrungsergänzung vermag die mit zunehmendem Alter häufiger auftretenden Mangelerscheinungen zu beheben, die sich auf die Funktion von Organen und Geweben, wie auch jeder einzelnen Zelle des Körpers erstrecken kann. Es verstärkt nicht nur die Wirkung vieler Vitamine und Mineralien, wie Selen und Magnesium, Vitamin C und aller B-Vitamine, es verbessert auch deren Aufnahme in die Zellen.

MSM ist das Transportmolekül für elementaren Schwefel und eine vom Körper verwertbare Quelle dafür, die Aminosäuren Methionin, Taurin und Cystein zu verstoffwechseln. Zahlreiche Proteine und Enzyme sowie das Hormon Insulin bauen Schwefel in ihr Molekülgerüst ein.

In höheren Konzentrationen wirkt MSM als pharmazeutisch aktiver Stoff. Es scheint wie ein Vitamin die Immunität zu verbessern.

Laborversuche und Tests mit Patienten lassen vermuten, dass MSM eine große Anzahl von Problemen mit Parasiten, Bakterien und Pilzen Magen-Darm-Trakt und im Urogenital-Trakt beseitigen hilft.

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

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln