

Vitalstoff Journal

Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

Wie man Herzkrankheiten wirklich vorbeugt und wie man sie heilt (5)

Wie man Herzkrankheiten wirklich vorbeugt und wie man sie heilt (5)

Heute bekommen Sie Teil 5 meiner Serie mit Ausschnitten aus dem Buch von Dr. Gottfried A. Lange: „How to really prevent and cure Heart Disease“.

Die bisher veröffentlichten Teile finden Sie im Archiv der Gesundheitsbriefe:

- .. **Wie man Herzkrankheiten wirklich vorbeugt und wie man sie heilt (1)**
- ! **Wie man Herzkrankheiten wirklich vorbeugt und wie man sie heilt (2)**
- ! **Wie man Herzkrankheiten wirklich vorbeugt und wie man sie heilt (3)**
- ! **Wie man Herzkrankheiten wirklich vorbeugt und wie man sie heilt (4)**

Auch in diesem Brief steht die Substanz Cholesterin im Mittelpunkt.

Cholesterin ist Baustoff für die Biosynthese der männlichen und weiblichen Sexualhormone.

Diese Hormone sind natürlich verantwortlich für die sexuellen Funktionen. Darüber hinaus kontrollieren sie die Ausbildung von Knochen und Muskeln – und sie regulieren den Schlaf.

Dr. Max Otto Brucker, ein renommierter Arzt und einer der führenden Forscher weltweit in der Ernährungsmedizin, schreibt in seinem Buch „Cholesterin – der lebensnotwendige Stoff“: *„Wenn die Allerweltspreze morgen verbreiten würde, dass es ohne ausreichende Cholesterinmenge im Körper keine Kapazität für Sex oder Zeugung geben würde, wäre das Cholesterinproblem sofort gelöst. Der gute Ruf der Butter wäre wiederhergestellt und die ganze Masche wäre vorbei. Die Notwendigkeit des Cholesterins für ein erfülltes Sexualleben kann nicht überbewertet werden.“* [36]

Die wesentlichen Funktionen der Sexualhormone beinhalten:

- Männliche Potenz
- Weibliche Fruchtbarkeit
- Den Aufbau von Muskelproteinen (Sexualhormone sind auch als Anabolika bekannt)
- Kontrolle der Einlagerung stabilisierender Proteine und von Calcium in die Knochen, was im Umkehrschluss Osteoporose verhindert
- Schlafregulation

Cholesterin ist ebenso Ausgangsstoff für die Biosynthese des Hormons Aldosteron, das den gesamten Mineralienstoffwechsel des Organismus reguliert. Außerdem ist es Baustoff für den Körper zur Herstellung von Gallensäuren, die Fettverdauung und Darmperistaltik regeln.

Nicht zuletzt wird Cholesterin zur Herstellung von Vitamin D benötigt, das seinerseits lebensnotwendig zum Aufbau und Erhalt stabiler Knochen und Gelenke ist. Ein genügend hoher Vitamin-D-Spiegel korrespondiert mit einem bis zu 50 Prozent geringeren Risiko, an verschiedenen Krebsarten zu erkranken, einschließlich Darm-, Brust- und Eierstockkrebs – gemäß den Aussagen der Krebsvorsorge-Spezialisten am Moore Krebszentrum der Universität San Diego (UCSD) in Kalifornien.

Cholesterin ist schlussendlich der wesentliche Baustein aller Billionen Körperzellen. Diese Zellen erfüllen die Funktionen unserer Organe und halten den Körper am Leben.

Cholesterin ist keine böse, gefährliche Substanz, sondern einer der lebenswichtigsten und wertvollsten Baustoffe unseres Körpers.

„Gutes“ Cholesterin und „böses“ Cholesterin ist ein Marketing-Mythos, der aufrecht erhalten wurde und Milliarden Dollar für Cholesterin senkende Medikamente eingespielt hat. In Wahrheit gibt es zwei verschiedene biochemische Transportmechanismen: LDL (Low Density Lipoprotein – Fettprotein von geringer Dichte) und HDL (High Density Lipoprotein – Lipoprotein hoher Dichte). Die beiden Komponenten haben unterschiedliche Funktionen. LDL transportiert Cholesterin aus der Leber in die Zellen des Körpers, HDL bringt Cholesterin in die Leber zurück. Der Mythos vom guten und schlechten Cholesterin stammt von der falschen Auffassung, dass sich Cholesterin in den Arterienwänden ablagert, weil LDL Cholesterin zu den Zellen bringt. Das es nicht stimmt und wie es wirklich arbeitet, wird später mit Einzelheiten erklärt werden.

Es ist die falsche Forderung, dass jeder Erwachsene mit einem Cholesterin-Spiegel über 200 mg/dl (Milligramm pro Deziliter) als krank

betrachtet werden sollte und daher eine medizinische Behandlung bräuchte, welche weiterhin das milliarden schwere Medikament und die Cholesterin senkende Industrie aufrecht erhalten würde. Wenn diese Forderung der Wahrheit entspräche, würde das praktisch die gesamte erwachsene Bevölkerung unseres Erdballs als krank und behandlungsbedürftig abstempeln. Und während dies eine beruhigende Nachricht für Investoren und Aktionäre der Pharmaindustrie wäre, würde es vollständig Bedürfnisse, Wohlergehen und Gesundheit der Verbraucher missachten.

Der durchschnittliche Cholesterin-Spiegel von Erwachsenen weltweit beträgt 250 mg/dl (bei 80 – 90 % der erwachsenen Bevölkerung). Werte über 350 mg/dl sind nicht unüblich. Sie sind tatsächlich noch normal, zeigen eine beträchtliche Vitalität an und sollten aktuell als positiv angesehen werden. [12]

Es ist nicht nur auffällig, dass Menschen mit hohem Cholesterin-Spiegel am längsten leben, dieses hohe Cholesterin schützt darüber hinaus vor Arteriosklerose und Infektionen.

Cholesterin-Spiegel zwischen 400 und 1 000 mg/dl und darüber deuten auf eine erbliche Hypercholesterinämie hin. Diese Krankheit wird durch einen Mangel an Rezeptoren für Cholesterin an der Oberfläche der Zellen verursacht. Als Folge geht die Aufnahme von Cholesterin in die Zellen ernsthaft zurück – und damit die Verteilung des lebensnotwendigen Baustoffs zur Abdichtung der Zellwände und der Mitochondrien (Energie-Produktionsstätten der Zellen). Diese Lage verursacht einen ständig steigenden Blutcholesterin-Spiegel (ähnlich wie eine Insulin-Resistenz der Zellen den Blutzucker-Spiegel steigen lässt). Über die Jahre führt das zu Cholesterin-Ablagerungen in allen Organen und möglicherweise in den Wänden der Blutgefäße. Dennoch haben diese Ablagerungen nichts mit Arteriosklerose, der gewöhnlichen menschlichen Adererkrankung, gemeinsam und zeigen tatsächlich eine andere Ausprägung. Der fortgesetzte Mangel an Cholesterin in allen Zellen führt zu vorzeitiger Erschöpfung der Zellteilung und in Konsequenz zu vielen krebsartigen Auswüchsen.

Die folgende Tabelle zeigt die durchschnittlichen und die oberen Cholesterin-Spiegel in der Bevölkerung der USA. Sie zeigt zudem auf, ab welchem Wert aufwärts, eine **nichtmedikamentöse** Behandlung einer möglichen Stoffwechselstörung angezeigt sein könnte:

- Alter: 10 – 19 durchschnittlicher Blutspiegel 175 mg/dl Obere Grenze 230 mg/dl Behandlung empfohlen ab ca. 300 mg/dl
- Alter: 25 – 29 durchschnittlicher Blutspiegel 198 mg/dl Obere Grenze 270 mg/dl Behandlung empfohlen ab ca. 350 mg/dl
- Alter: 40 – 49 durchschnittlicher Blutspiegel 250 mg/dl Obere Grenze 350 mg/dl Behandlung empfohlen ab ca. 400 mg/dl
- Alter: 65 – 85 durchschnittlicher Blutspiegel 198 mg/dl Obere Grenze 330 mg/dl Behandlung empfohlen ab ca. 400 mg/dl

Man sollte beim Messen der Cholesterin-Werte im Auge behalten, dass sie zu beträchtlichen Schwankungen neigen. Körperlicher und psychischer Stress lassen die Produktion in der Leber ansteigen, um den Körper mit allem zu versorgen, was er augenblicklich braucht und den ständig wechselnden Bedingungen zu genügen. Das ist nicht ungewöhnlich und sollte in Betracht gezogen werden, wenn man Cholesterinwerte messen will. Manch einer muss die Werte mehrfach ermitteln, bevor er ein klares Bild seines aktuellen Cholesterin-Spiegels erhält.

Wichtig zu wissen ist: Cholesterin ist eine der Schlüsselsubstanzen für alle Körperzellen und für viele lebenswichtige Hormone. Es ermöglicht optimale Zellstrukturen und -funktionen. Es reguliert und stabilisiert das physische Geschehen in allen Bereichen des Körpers. Es ist die Substanz, die Langlebigkeit garantiert, ebenso wie eine geordnete Zellteilung, die den Körper vor Krebsentartung schützt. [12]

Referenzen / Literatur:

12. Hartenbach W: Die Cholesterin-Lüge. Das Märchen vom bösen Cholesterin. München: Herbig 2003.
36. Bruker MO, Gutjahr I: Cholesterin - der lebensnotwendige Stoff. Lahnstein: Emu 2002.