

# Die wildwachsende Blaubeere (*Vaccinium myrtillus*):

Hochpotentes Mittel aus der Natur und Ihr Einsatz bei (chronischen) Entzündungen, Migräne, Tinnitus sowie neurodegenerativen Erkrankungen



Schon seit langem ist bekannt, dass vielen Krankheiten wie z.B. dem Metabolischen Syndrom, Migräne, Tinnitus, (neuro-) degenerativen und rheumatoiden Erkrankungen, Parodontitis und Augenerkrankungen (AMD) eine Ursache zugrunde liegt: **unterschwellige Entzündungen.** Mit der Natur als Vorbild können sowohl präventiv als auch im Heilprozess wildwachsende Blaubeeren unterstützen.

**A**kute Entzündungsreaktionen als Zeichen eines funktionierenden Körpersystems sind notwendig. Zytokine (Entzündungsstoffe) wie Interleukin 1 und TNF alpha werden aktiviert, um das Körpersystem zu regulieren. Werden jedoch zu viele Zytokine gebildet, ist der Körper nicht in der Lage, hier zu reagieren. Dies führt zu Gewebsschädigungen, die in chronischen Entzündungen bzw. Autoimmunerkrankungen münden können.

## Schnelle Bekämpfung der akuten Entzündung

Jeder Mensch ist individuell und damit in seiner Regulationsfähigkeit einzigartig. Sind genügend anti-entzündliche Stoffe vorhanden, kann der Körper schnell und

effektiv auf Entzündungsreize reagieren und das System regulieren. Der Durchschnittsdeutsche jedoch greift häufig zur klassischen Schmerztablette (NSAR), um kurzfristige Linderung zu erlangen, jedoch ohne die Entzündung wirklich auszuheilen. Der Weg in die chronische Entzündung ist vorprogrammiert.

## Diagnosefindung

Ausser den herkömmlichen Labormethoden nutze ich zusätzliche Diagnostiksysteme, dessen Vorläufer in der russischen Raumfahrt zu finden sind. Der DELTA-SCAN tastet mittels Kopfhörer das komplette Zellsystem des Menschen ab, vergleicht die erfassten Signale und wertet diese aus. Nicht nur Tendenzen zu Krankheiten, Belastungen mit

Mikroorganismen, sondern auch Entzündungsvorgänge können erkannt werden. Ebenso Belastungen aus unserer Umwelt, Vitalstoffmangel u.v.m. werden dargestellt. Die individuelle Dosierung von Präparaten und Medikamenten ist hiermit möglich, damit Patienten auf unnötige Wirkstoffe verzichten können. Oft ist weniger mehr. Auch mittels Haaren oder einem Blutstropfen kann diese Untersuchung durchgeführt

### Silent Inflammation

Leider wird oft übersehen, dass sich eine primäre Entzündung unbemerkt auf ein weiteres Organ ausbreiten kann (z.B. auf den Herzmuskel / Myokarditis). Eine Parodontitis kann so unter Umständen eine Endokarditis oder Arthritis begünstigen. Oft unterschätzt das auch eine erhöhte Menge an Bauchfett die Freisetzung von Entzündungsmediatoren wie TNF-alpha begünstigt.

### Multiple Sklerose, auch hier Entzündungen im Spiel

Untersuchungen bei MS Erkrankten signalisieren, dass auch hier chronische Entzündungen mit im Spiel sind. Die Zerstörung der Myelinscheiden führt zu Ausfallerscheinungen. Ursache für diese Zerstörung sind vermutlich chronische Entzündungen, die an den beschädigten Stellen entstehen (Quelle: Medizin-Aspekte, Ausgabe Januar 2018).

### Tinnitus, „Klingeln im Ohr“

Die Ursachen sind multifaktoriell und reichen von Stress über Wirbelsäulenprobleme, von Medikamentenunverträglichkeiten bis hin zu Stoffwechselstörungen. Die Grundursache liegt jedoch oft in Schädigungen des Ohres aufgrund von Entzündungen oder starker Lärmeinwirkung.

### Migräne und Entzündungen

Migräne wird erklärt als „neuro-angiologische Folgereaktion äußerer Reize“. Durch verstärkte Neuronenaktivität werden Botenstoffe zu schnell an cerebrale Blutgefäße abgegeben. Es kommt zur Entzündung, die Gefäßwände quellen auf und verlangsamen den Blutfluss. Diese

Mangel-durchblutung löst die Migräne aus. Durch Kurzschlüsse an den Nervenenden wird der Entzündungsprozess verstärkt. Die Gefäßwand wird beschädigt, Gefäßweiterung und Ödeme sind die Folge. Gleichzeitig werden proinflammatorische Neuropeptide freigesetzt und durch die starke Entzündung ist die Gefäßwand extrem schmerzempfindlich.

### Hilfe aus der Natur , auch für unser Gehirn

Um all diesen Ursachen entgegenzuwirken, sollte auf verschiedenen Ebenen angesetzt werden:

- der Entzündung und dem Ödem
- am Gefäßsystem mit der beschädigten Gefäßwand,
- an der Schmerzentstehung

Hier kommt eine traditionell bekannte Frucht zur Hilfe: die (wildwachsende) Blaubeere. Ihre besondere Wirkweise liegt in der Hemmung von proinflammatorischen Enzymen wie TNF-alpha und NF-kappa B. Durch diese entzündungshemmende Wirkweise dient sie u.a. als Schutz vor Arteriosklerose. Die enthaltenen sog. Anthocyane (Bioflavonoide) verbessern den Gehirnstoffwechsel und beeinflussen sogar die Gehirnleistung nachweisbar. Auch Menschen mit Depressionen profitieren von den Wirkstoffen.

Schon im Jahr 2005 wurde in der Zeitschrift „Neurobiology of Aging“ (Elsevier) eine Studie veröffentlicht mit dem Titel „The beneficial effects of fruit polyphenols on brain aging“. Hier werden die positiven Effekte der Polyphenole auf die Gehirnalterung dargestellt. Die Anthocyane helfen beim Abtransport biochemischer Abfallprodukte im Gehirn und regen die Neubildung von Gehirnzellen an. Bioflavonoide sind ausserdem am Redoxsystem beteiligt, das heisst sie wirken antientzündlich, antiviral, antiallergisch, anti-oxidativ, gefäßprotektiv und neuroprotektiv. Es liegen Untersuchungen vor, das ein spezielles Blaubeerkonzentrat im Hamstermodell nachweislich die Mikrozirkulation sowie die Permeabilität am durchblutungs-gestörten Magen verbessert. Auf der Liste der antioxidativ wirkenden Lebensmittel steht die (wildwachsende) Blaubeere ganz oben mit einem TAC Wert (Total Antioxidant Capacity Test) von 92,60; wobei das Maximum der Skala 100 beträgt. Antioxidantien haben eine herausragende bioaktive Wirkung als Radikalfänger. Freie Radikale entstehen heute nicht nur durch emotionale Belastungen, Stress, Ernährung, Krankheiten, sondern auch durch Umweltbelastungen. Es sind hochreaktive Sauerstoffverbindungen, die als Nebenprodukte des Stoffwechsels im Körper gebildet werden. Kommen diese im Übermaß vor, so spricht man von oxidativem Stress, der zu Zellschädigungen führen kann und den Alterungsprozess maßgeblich beeinflusst. Viele sog. Zivilisationskrankheiten werden z.Teil auf oxidativen Stress zurückgeführt.

### Entzündungen und Krebs

Besonders das antioxidative Flavonol Quercetin aus der wildwachsenden Blaubeere wirkt sowohl antiinflammatorisch



als auch direkt auf die Zellen der glatten Muskulatur. Als Wirksubstanz gegen die freien Radikale wird ebenfalls das Krebsrisiko gesenkt. Sogar das deutsche Ärzteblatt schreibt bereits im Jahr 2006 „Wie chronische Entzündungen zu Krebserkrankung führen“ (Jg 103, Heft 10; 10.03.2006).

### Augen-, Magen-Darm-, und Hauterkrankungen

Der Blaubeerfarbstoff wurde schon lange in der Volksmedizin zur Gesunderhaltung in der Augenheilkunde, speziell bei der Netzhaut verwendet. Durch den hohen Anteil an Pro Vitamin A kann das für die Sehkraft wichtige Vitamin A gebildet werden.



Im zweiten Weltkrieg wurde die positive Wirkung des blauen Farbstoffs (Anthocyanidine stabilisieren die Spannkraft der Augenmuskulatur) auf die Augen entdeckt (Optimierung des Nachtsehens). Bereits Hildegard von Bingen beschrieb dies bereits im Mittelalter. Schon in den 60er Jahren wurden placebo-kontrollierte Studien in Italien und Frankreich mit Freiwilligen zum Thema Sehfähigkeit erfolgreich durchgeführt.

In der Zahnheilkunde macht die Blaubeere durch den hohen Gehalt an Gerbstoffen als Entzündungshemmer bei Parodontitis von sich reden. Gerbstoffe unterstützen ebenfalls die Magen - Darmschleimhaut positiv (Unterstützung bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen). Auch bei Hauterkrankungen wie z.B. Neurodermitis, die genau wie Psoriasis zu den entzündlichen Hauterkrankungen zählen, können die wertvollen Inhaltsstoffe der Blaubeere zur Linderung und Vorbeugung dienen. Bei Tinnituspatienten konnte überraschenderweise in Versuchen gezeigt werden das bestimmte Blaubeerextrakte in Kombination mit bestimmten Antioxidantien und Mikronährstoffen sehr signifikante Behandlungserfolge erzielen; sprich sich die Beschwerden zumindest reduzieren. Schaut man in die Tierwelt so ist bekannt, das Tiere die im Wald massivem Stress ausgesetzt sind Heidelbeeren von den Sträuchern fressen. Auch die Vierbeiner profitieren von den antioxidativen und antientzündlichen Eigenschaften der Blaubeere. Warum wohl befinden sich die Wirkstoffe der Blaubeere in der Schale? Als Schutz vor Einwirkungen von aussen wie UV Strahlung und Starklicht. Auch hier wieder die Natur als Vorbild.

### Blaubeerkonzentrat mit hoher Wirksamkeit

Für den maximalen Nutzen werden die Wirkstoffe nach einem speziellen Auszugsverfahren aus einer bestimmten

Blaubeersorte (vaccinium myrtillus, europäische wildwachsende Blaubeere) extrahiert und durch den Zusatz von Vitaminen und Mineralstoffen optimiert. Jahrzehntelange Forschung und Entwicklung haben aus dem Fruchtwunder ein diätetisches Lebensmittel entstehen lassen was seit November 2017 wieder auf dem deutschen Markt erhältlich ist.

### Prävention

Zusammenfassend kann man sagen das die Blaubeere mit Ihren Wirksubstanzen sowohl präventiv als auch in akuten Situationen unterstützend eingesetzt werden kann. Ein gesunder Lebensstil gehört genauso wie eine gesun-

de Ernährung und Bewegung zum ganzheitlichen System Mensch. Nur so kann der Körper die Regulationsfähigkeit auf äußere Einflüsse aufrecht erhalten. Die unterstützende Wirkung eines weltweit einzigartig, patentierten diätetischen Lebensmittels frei von Nebenwirkungen und frei von Wechselwirkungen gibt Hoffnung NSAR zumindest zu reduzieren bzw. ganz zu eliminieren. Man beachte das bereits 1g des Konzentrates die Wirkstoffe von 1.5 kg wildwachsenden Blaubeeren enthalten.

Anwendungsbeobachtungen zeigen Mut machende Erfolge beim Einsatz bei Migräne, Kopfschmerzen (Micontran®), Tinnitus (Tinnisan®), Augenerkrankungen, (AMD), Parodontitis, neuro-degenerativen Erkrankungen (z.B. MS, Demenz) sowie (chronischen) Entzündungen (Oxibalance®). «

Fotos: azure - Fotolia (S. 77), pixabay



#### Autor

#### Jutta Suffner

Heilpraktikerin,  
Dipl.Ing.(bio-med) mit Naturheilpraxis  
noch in Traben-Trarbach, bald an der Ostsee  
Ursachenfindung: Diagnosesysteme  
wie DELTASCAN

Vorträgen zu den Themengebieten

- „(chron.) Entzündungen“
- Mikrozirkulation
- Prävention
- „gesundem Trinken“ in Firmen und Praxen.

Auf Anfrage führt Sie vor Ort zusätzlich Vitalstoffanalysen durch.  
Kontakt: Praxis CoMed-TT, Tel: 0171 5549 320, info@comed-tt.com  
www.comed-tt.com