

Wichtiges Polyphenol: Curcuma

Über [Curcuma, der javanischen Gelbwurz](#), sind in den medizinischen Datenbanken über 4000 Studien veröffentlicht.

Curcuma

- aktiviert in hohem Maße die mitochondriale Zellatmung.
- stimuliert in hohem Maße das Immunsystem.
- reduziert Entzündungsprozesse, löst innere Entzündungsherde auf. Es wirkt deshalb antientzündlich und antioxidativ.
- verbessert die äußere Wundheilung.
- wirkt gegen pathologische Mikroben.
- hat antivirale und antimykotische Wirkung.
- stoppt den vermehrten Zellteilungszyklus.



Foto: Pixabay

100% reines Bio-Curcuma bei [Cellavita](#)

Die neue, atemberaubende Erkenntnis der Wissenschaft ist die, dass das primäre Wirkprinzip von Curcuma *physikalisch* ist. Curcuma nimmt das gesamte Lichtspektrum auf und gibt Lichtquanten im blauen Bereich von 427 Nanometer Länge ab.

Dieses physikalische Wirkprinzip der *Zuführung von Lichtfrequenzen* in die Körperzellen hebt den Energiepegel (ATP-Energie). Dadurch können Mitochondrien und Zellmembranen wieder arbeiten. Das messbare elektrische Zellpotential steigt wieder auf die notwendigen 70 bis 80 Millivolt (ideal 100 –120 Millivolt). (Die neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse sind die, dass jede Körperzelle ein Lichtspeicher besitzt, welcher Licht (Photonen) speichert und wieder abgibt. Diese Photonen steuern die Stoffwechselprozesse).

Bei Energiearmut geben die Zellen wesentlich mehr Photonen ab als sie aufnehmen, – dadurch läuft der Lichtspeicher allmählich leer.

Die aktuelle Forschung, (Prof. Dr. Fritz-Albert Popp, Dr. H. Kremer) beweist, dass Curcuma die übermäßige Photonenabstrahlung einer Zelle beendet. Die Prozesse des Lichtverlustes werden sogar umgedreht (der Lichtspeicher füllt sich wieder), so dass das Energiedefizit behoben wird.

Ein weiterer interessanter Aspekt ist der, dass Curcuma das Entstehen von neuem Fettgewebe verhindert. Mäuse wurden mit fettreicher Nahrung (22 Prozent) und zusätzlicher Curcuma - Supplementierung gefüttert. Sie zeigten geringere Gewichtszunahmen als die Kontrollgruppe ohne Curcuma - Fütterung und ebenso einen geringeren Blutzucker-, Cholesterin- und Triglyzeridspiegel.

Leider ist bereits gebildetes Fettgewebe nicht reversibel, – aber die Vermeidung einer Gewichtszunahme ist sicher ein bedenkenswerter Aspekt.

Gewarnt sein vor Curcuma aus dem Gewürzregal in einer Dosierung, welche über das Würzen hinausgeht! Nichtmedizinische Qualität kann bestrahlt, chemisch behandelt und mit Zusätzen versehen sein.

Quelle: Ejaz, A., Wu, D., Kwan, P.W., Meydani, M. 2009. The inhibitory effect of curcumin on angiogenesis and obesity in 3T3-L1 adipocytes and mice. Journal of Nutrition. 139: 919-925

Anhang:

Die Sirtuine

(eine essentielle Enzymgruppe innerhalb der Sekundären Pflanzenstoffe)

Eine bestimmte Art von Enzymen, die *Sirtuine*, sind „Stummschalter“ jener Zellprogramme, welche den Zelltod bzw. die Zellteilung herbeiführen. Dies führt zu einer signifikant erhöhten Herz-Kreislauf-Ausdauerleistung!

Sirtuine

- sind unsere „Langlebigkeits-Enzyme“ der SIR-Klasse („Silent Information Regulator“)
- setzen die mitochondriale Energieproduktion in Gang (Wichtig dabei ist eine hohe Sauerstoff-Versorgung. Dann ist eine optimale Steuerung der Zell- und Stoffwechsellleistungen aller Organe gegeben)
- blockieren den vorzeitigen Abbau der Zellen (Stichworte: Erhöhung der Langlebigkeit, Zellschutz, optimale Zellabwehrleistung, Genreparatur)

Fazit:

Die Sirtuine als Bestandteil der Polyphenole garantieren höchste Leistung des biologischen Systems auf der grundlegendsten, der zellulären und mitochondrialen Ebene, indem sie generell die Leistungsfähigkeit des Organismus stabilisieren.