



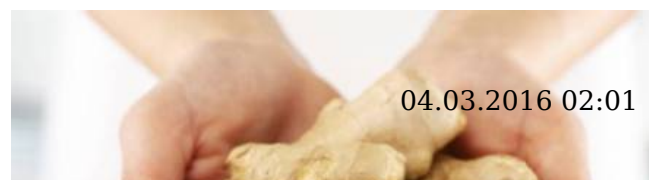
Die Heilkraft des Ingwer – Wie er Krebszellen besiegt und Schmerz

Veröffentlicht von: Alpenschau am: 29. November 2015 in: Bewusster leben, Gesunde Ernährung, Gesundheit, Natürlich gesund, Wiss



In der chinesischen Kräuterheilkunde gilt Ingwer, zusammen mit Ginseng und Süßholz, als einer der drei größten Heilkräuter der Welt. Menschen täglich zum Würzen ihrer Getränke und Speisen. Eine neue Forschungsarbeit aus Indien bestätigt jetzt erst, dass Ingwer Krebsstammzellen.

In einer wissenschaftlichen Studie von Forschern des Rajiv-Gandhi-Centre-For-Biotechnology in Kerala/Indien wurde ein Inhaltsstoff im Ingwer, der als 6-Shogaol bekannt ist, mit herkömmlichen Krebsmedikamenten, die in der Chemotherapie eingesetzt werden, verglichen. Das Ergebnis: 6-Shogaol ist das „Zentrum“ des fortschreitenden Brustkrebses: Die Brustkrebs-Stammzellen.





Manchmal auch als "Mutterzellen" bezeichnet, sind Krebsstammzellen die „zentrale Leitstelle“ bei einer Vielzahl von Tumoren. "Mutterzellen" sind für die Erzeugung der verschiedenen "Tochter-Zelltypen" verantwortlich, die die Tumorkolonien ausmachen. Der Zell-Bestand eines Tumors ausmachen, erscheinen sie fast wie 'unsterblich'.

Das heißt, diese Krebsstammzellen sind in der Lage, sich selbst zu erneuern; sie sind zu einer kontinuierlichen Erneuerung fähig. Sie sind resistent gegenüber konventioneller Chemotherapie und in der Lage sich abzuspalten und neue Tumorkolonien zu bilden. Die Krebsstammzellen sind verantwortlich dafür zu gewährleisten, dass der Körper den Krebs überwinden kann.

Die Forscher fanden heraus, dass einer der scharf-stechenden Inhaltsstoffe des Ingwers, der als 6-Shogaol bekannt ist, bei der Bekämpfung von Krebs-Stammzellen beobachtet. Dieser Bestandteil wird erzeugt, wenn die Wurzel entweder getrocknet oder in Öl extrahiert wird. Ingwer, der im alltäglichen Gebrauch sehr üblich sind. Aber es gibt eine sehr spezifische Eigenschaft von 6-Shogaol, die Krebszellen abtötet.



Die Forscher stellten fest, dass die krebszerstörenden Effekte bei Konzentrationen auftreten, die nicht toxisch sind. Der spezielle Inhaltsstoff des Ingwers nur Krebszellen abtötet, gesunde Zellen aber unbeschadet lässt. Diese Fähigkeit macht Ingwer zu einem vielversprechenden Kandidaten für Krebsbehandlungen, die nicht diese Art von selektiver Zytotoxizität haben, was bedeutet, dass diese dem Patienten weniger schaden.

Im Fall des Brustkrebs beeinflusst 6-Shogaol den Zellzyklus signifikant und führt zu einem erhöhten Absterberate. durch die Induktion einer Autophagie (Selbstabbaus). Es hemmt auch die Bildung von Brustkrebs Sphäroiden (Klumpen). 6-Shogaol.

Die Studie hat auch aufgezeigt, dass das Krebsmedikament Taxol nicht den gleichen Wirksamkeitsgrad hat, wie 6-Shogaol. Selbst, als die Konzentration von Taxol erhöht wurde, konnte festgestellt werden, dass 6-Shogaol vielfach besser war. Tumoren stoppte, und ein noch viel besserer Effekt, die gesunden Körperzellen blieben dabei am Leben.



Die bisher veröffentlichten Studien haben gezeigt, dass Ingwer entzündungshemmende und schmerzstillende Eigenschaften hat. Wie bei Krebszellen, die durch Chemotherapie abgetötet werden, so können auch Entzündungen durch die Einnahme von Ingwer reduziert werden. Die Einnahme von Ingwer kann auch bei Arthritis und anderen entzündlichen Erkrankungen eingesetzt werden. Die Einnahme von Ingwer kann auch bei Arthritis und anderen entzündlichen Erkrankungen eingesetzt werden.

Obwohl es seit Jahrhunderten ein beliebtes Mittel der chinesischen Medizinpraxis ist, war Ingwer aber noch in einigen Untersuchungen hat sich jedoch gezeigt, dass Ingwer, ähnlich wie nicht steroidale Antirheumatika, entzündungshemmend wirkt. In einer Studie, in der vier bis 36 Wochen täglich Ingwer Dosen (30 bis 500 mg) eingenommen wurden, konnte eine Reduktion der Schmerzen erreicht werden.

Wissenschaftler von der University of Georgia untersuchten die Wirksamkeit von Ingwer bei einer mehrwöchigen Muskelschmerzen. Die Schmerzen sollten nach der Ausübung von 18 belastenden Muskelübungen eintreten. Für die Studie wurden 74 Studenten in drei Gruppen eingeteilt: eine Gruppe erhielt Ingwer-Ergänzungsmitteln, an 11 aufeinanderfolgenden Tagen getestet. 74 Studenten wurden in drei Gruppen eingeteilt: eine Gruppe erhielt ein Placebo. Die Autoren nahmen an, dass die Schmerz-Bewertungen nach dem Training in der Ingwergruppe im Vergleich zur Placebo-Gruppe um 25 Prozent absenkte.

Die Auswertungen der Reaktionen der Probanden zeigten, dass sowohl roh als auch wärmebehandelter Ingwer bei Muskelschmerzen um 25 und um 23 Prozent absenkte. Es zeigte sich auch, dass die Wärmebehandlung von Ingwer der Schmerzen um 23 Prozent absenkte.

Während der Wintermonate ist es fantastisch, mit Ingwer Gemüsesuppen mit Karotten oder Bataten zu kochen. Ingwer ist ein hervorragendes Mittel, um Übelkeit oder Erbrechen zu lindern.

Karotten-Ingwer-Süppchen

- 2 Esslöffel Traubenkernöl oder Olivenöl
- 1 gehackte Zwiebel
- 5 große Karotten, geschrubbt und in Bissengröße geschnitten
- Zum Abschmecken Saft vom geraspelten Ingwer
- Einige Prisen Meersalz zum Abschmecken
- Genug Gemüsebrühe oder gefiltertes Wasser, um das Gemüse zu bedecken

Erhitzen Sie Öl in einem großen Suppentopf. Fügen Sie Zwiebel und eine Prise Meersalz hinzu. Sautieren Sie die Zwiebeln zusammen mit etwas mehr Salz dazu. Circa eine Minute lang weiter sautieren. Fügen Sie genug Brühe oder Wasser hinzu, um das Gemüse zu bedecken. Drehen Sie nun die Hitze auf mittel runter und setzen Sie den Deckel auf den Topf. Für 20 bis 25 Minuten köcheln lassen.

Den Topf von der Hitze nehmen und ein wenig abkühlen lassen. Pürieren Sie die Zutaten im Mixer bis sie geschmeidig sind. Mit einem Zweiglein Küchenkraut garniert ist das Süppchen fertig zum Servieren.

04.03.2016 02:01

Ayurvedisches Ingwer-Chutney

Das ayurvedische Ingwer-Chutney ist zweifelsohne eines der köstlichsten Chutney-Rezepte der ayurvedische besonders gut aber zu Dosas. Dosas sind dünne indische Fladen (Pfannkuchen) aus z. B. Reis- und Bohnenmehl, die eingeweichte Datteln zur Hand hat – in fünf Minuten zubereitet.

- 1 Tasse Datteln (entsteint und für 4 bis 8 Stunden in Wasser eingeweicht)
- 2 Esslöffel frisch geriebenen Ingwer
- ½ Teelöffel Meer- oder Steinsalz
- 2 Teelöffel frisch gepresster Zitronensaft

Das Wasser der eingeweichten Datteln abgiessen. Die Datteln hacken und mit allen anderen Zutaten im Mixer mi

Gegrillte Aubergine und Zucchini mit Ingwer

Die Aubergine kann die Verdauung unterstützen und soll krebshemmend wirken. Sie besteht zum grössten Teil

- 2 Auberginen
- 2 kleine Zucchini
- Öl für den Rost
- 1 Stück Ingwer (etwa 2 cm)
- 6 EL Erdnussöl
- 4 EL Tamari

Backofengrill vorheizen. Auberginen und Zucchini putzen und längs in dünne Scheiben schneiden. Scheiben v einritzen. Backofenrost mit Öl einpinseln. Auberginen- und Zucchinis Scheiben nebeneinander auf den Rost legen und

In der Zwischenzeit Ingwer schälen und hacken. Mit Tamari und dem Erdnussöl verrühren. Auberginen und Zu herausnehmen. Gemüsescheiben mit restlicher Marinade beträufeln und sofort servieren, damit sie knusprig bleibe

Ingwer als Heilmittel – Ingwer ist eine besondere Heilwurzel, die im Westen noch wenig genutzt wird. Hier erhalten Heilkräfte: Anwendungsmöglichkeiten zur Gesundheitsvorsorge und Behandlung von Krankheiten, dazu eine kleine (und viel Wissenswertes zur Verwendung als Heilmittel. Mit zahlreichen praktischen Anwendungsmöglichkeiten und g Desserts, Backwaren und Getränken. hier weiter

Bio Ingwer Tabletten – Ingwer ist das getrocknete, geschälte, fleischige und nährstoffreiche Rhizom (ähnlich der Wu angebaut wird. Wegen des brennenden scharfen Geschmacks ist es für Europäer schwer, Ingwer in größeren Mengen der Ingwer z.B. auch ganz praktisch auf Reisen eingenommen werden. >>>hier erhältlich

Tangerinen-Ingwer-Öl – Jahrhundertlang war die Körperpflege basisch. Ob Römer, Griechen, Perser, Assyrer oder , aus den Holz- oder Pflanzenaschen. Basische Körperpflege bedeutete eine bessere Reinigung, eine bessere Erneueru >>>die ideale basische Körperpflege gibt es hier

Natürliches Antibiotikum – Am besten ist es, wenn man keine Antibiotika braucht. Natürliche Antibiotika aber kön helfen, also dafür sorgen, dass man erst gar nicht krank wird. Viele Lebensmittel wirken antibiotisch, wie z. B. Knobla ihnen mischt. Das Ergebnis ist eines der machtvollsten aller natürlichen Antibiotika. >>>hier geht es zum Rezept

Natürliche Antibiotika – Durch den häufigen Einsatz von Antibiotika haben viele Keime Resistenzen gegen diese ge die Antibiotika nicht mehr wirken. Doch die Natur besitzt ihre eigenen, nebenwirkungsfreien Antibiotika. Viele Pflanz antibiotisch und werden darum als natürliche Antibiotika bezeichnet. >>>die besten natürlichen Antibiotika finden Si

Vital Magnesium-Öl 1000 ml – Dieses Magnesium-Öl stammt aus den Magnesiumchlorid-Ablagerungen des ehema Nordengland über Deutschland bis nach Russland. Es ist vor etwa 250 Millionen Jahren ausgetrocknet und die darin , Schichten – abgelagert. hier weiter

Wie Kokosöl die Gesundheit fördert und Sie schöner macht – Mit natürlichem Kokosöl schenkt uns die Natur das wir in industriell verarbeiteten Lebensmitteln und Fertiggerichten finden, wirkt das naturbelassene Öl wahre Wunder

Uralte Tradition – Die Kunst des Fermentierens – Das Wie und Warum dieser uralten Tradition erfahren Sie beim >

Die Zitronensaft-Kur: Entschlackt, entgiftet und heilt – Die Grundursache von Krankheiten ist kein Geheimnis me ein Mangel an Spiritualität bewirken Vergiftungszustände und Fehlfunktionen unseres Körpers. Der einfachste Weg z beheben. Entgiftungsdiäten wie die Zitronensaft-Kur, auch Master Cleanse Diät genannt, sind in Mode. >>>hier mehr

Wundermittel Natron-das Hausmittel unserer Großmütter – Natron kennt eigentlich jeder. Nämlich als Backtrieb Natron auch ein wertvolles Hilfsmittel im Haushalt oder sogar ein wirksames Heilmittel und Schönheitsmittel sein ka

Übersäuerung, Krank ohne Grund? Durch einseitige Ernährung und eine Lebensweise, in der Stress, Alkohol Fast F kleine Rolle spielen, wird unser Körper stark in Mitleidenschaft gezogen.Wie Übersäuerung messbar wird und wie ma

Gesundes Gleichgewicht durch basische Ernährung – Basische Ernährung versorgt den Menschen mit basischen I Körper benötigt, um in sein gesundes Gleichgewicht zu gelangen. so dass in allen Körperbereichen wieder der richtig

Sie sind nicht krank, Sie sind vergiftet! Eine Aussage, die vermutlich bei mehr als 80 Prozent aller Patienten zutrifft zunehmende Vergiftung durch Umwelt, Industrie und denaturierte Nahrung ist kein klassisches, kein akzeptiertes Kr ignoret. hier weiter

Mühe-lose Heilung – Lassen Sie Ihren Körper die Arbeit übernehmen. Von Geburt an haben Sie Anspruch auf eine blühende Gesundheit. Ingwer, Weleda Krebszellen b... <http://alpen-schaut.com/2015/12/29/gesund-heilen...>
nur nicht selbst im Weg stehen. Der Schlüssel für ein langes und gesundes Leben liegt in unserer DNA. Wir müssen d

Kurkuma-Kapseln in Bio-Qualität – Mit der Anwendung von Kurkuma-Kapseln werden Sie in Kürze die kraftvollen €
Curcuma nicht mehr missen wollen. hier weiter

Vitamin D3 ist das im Menschen wirksame Vitamin D. Mit nur einem Tropfen nehmen Sie 1000 IE bestes, natürliches

Gesund mit Apfelessig – Apfelessig ist seit Jahrhunderten ein Geheimtipp der Volksmedizin. Er belebt den Stoffwech
gesundheitlichen Problemen heilend und lindernd. hier weiter

Sole Zahncreme ohne Fluorid – Medizinischer Schutz vor Karies und Zahnstein. Die Weleda Sole-Zahncreme mit ein
durch die Neutralisation schädlicher Säuren vor und hemmt somit auch die Neubildung von Zahnstein. Der einzigart

Dream Body – Der schnellste Weg Ihren Traumkörper zubekommen ist NICHT sich im Fitnessstudio zu quälen... und

Russische Heilgeheimnisse – Ob Form-Feld-Technologie zur Harmonisierung der Strahlung von elektronischen Gerä
basische Wasserfilter oder Jungbrunnen-Tee aus Fernost; bei den russischen Heilgeheimnissen finden Sie Produkte, c
dienen. >>> **hier entlang...**

Warum die Selbstliebe die Grundlage aller Erfolge ist? Wie Du Dich selbst lieben lernst und Selbstvertrauen aufba

Think Big Evolution ist eine Einladung an dich, größer und freier darüber zu denken, was du kannst, wer du bist, wa
handeln... hier weiter

