



Knoblauch

Für eine natürliche Ergänzung der Nahrung

- mit einem besonders hohen Gehalt an schwefelaktiven Verbindungen

Knoblauch (*Allium sativum*), im Volksmund auch Knofel, Magenwurz oder Stinkerzwiebel genannt, gehört zur Familie der Lauchgewächse (*Alliaceae*).

Knoblauch wird seit Jahrtausenden als Würzmittel für Speisen verwendet, ist aber auch für seine heilenden Kräfte bekannt.

Die Knoblauchzwiebel enthält neben Speicherkohlenhydraten vor allem schwefelhaltige Verbindungen wie zum Beispiel das Alliin und andere Vorstufen von -Wirkstoffen. Erst im Körper oder durch Verletzung der Zellen kommen spezifische Enzyme in Kontakt mit diesen Vorstufenmolekülen und es werden die eigentlichen Wirkstoffe des Knoblauchs, wie das medizinisch wirksame Allicin, Thiosulfinate und andere Folgeprodukte, gebildet.

Die Inhaltsstoffe des Knoblauchs, insbesondere Allicin, wirken antimikrobiell und sind in der Lage, zahlreiche Bakterien und Pilze abzutöten. Schwefelaktive Verbindungen spielen auch eine sehr wichtige Rolle im Stoffwechsel, denn erst durch Schwefel werden viele Enzymsysteme aktiviert.

Weitere therapeutisch relevante Wirkungen des Knoblauchs: Hemmung der Thrombozytenaggregation, Förderung der Auflösung zusammengelagerter Thrombozyten und damit Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes; Senkung überhöhter Blutfettwerte bzw. Blutcholesterinwerte und damit Vorbeugung gegen arteriosklerotische Veränderungen der Blutgefäße.

Des Weiteren: Blutdrucksenkung durch direkten vasodilatatorischen Effekt (nur Knoblauchpulverpräparate, nicht Ölpräparate); Positiver Einfluss bei koronaren Herz-erkrankungen und Reinfarktgefährdung.

Durch den keimhemmenden Effekt im Darm ergibt sich ein breites Anwendungsgebiet bei infektiösen Darmerkrankungen (vor allem Amöbenruhr und Bazillenruhr, auch Wurmbefall).

Wissenschaftlich belegt sind die Indikationen für Knoblauch als Adjuvans bei -einer Erhöhung der Blutfettwerte und zur Vorbeugung bei altersbedingten Gefässveränderungen.

Israelischen Forschern ist es gelungen, Krebstumore in Mäusen durch hochpräzise so genannte „Knoblauchbomben“ zu zerstören. Dabei wurde der Wirkstoff Allicin in einem Zwei-Phasen-System direkt an den Tumorzellen aktiviert.

Erfahrungsmedizinisch sind seine Funktionen bei der Unterstützung gegen Bluthochdruck sowie der Anregung der Funktionen im Gastrointestinaltrakt.

In der Antike verwendete man Knoblauch zur Steigerung von Libido und Potenz. In den orientalischen Ländern ist Knoblauch heute noch als Aphrodisiakum beliebt. Leonhart Fuchs (1501 – 1566), Rektor der Universität Tübingen und einer der bedeutendsten humanistischen Mediziner des 16. Jahrhunderts, schreibt in seinem Kräuterbuch: „Knoblauch macht Neygung zum Schlaff und Lust zu den ehelichen Wercken“. Und bei Petrus Andreas Matthioli (1501 – 1577, italienischer Arzt, Forscher, Leibarzt von Kaisern und Verfasser des erfolgreichsten Kräuterbuchs seiner Zeit) heisst es: „Wer die ehelichen Wercke nicht schaffen kann, der esse Knoblauch“.



Knoblauch

Seit einigen Jahren wird Knoblauch auch zur Entgiftung, insbesondere von Schwermetallen, eingesetzt. Die schwefelhaltigen Komponenten, unter anderem die Sulfhydryl-Gruppen, binden Metalle wie Quecksilber, Cadmium und Blei und machen sie wasserlöslich. Dadurch wird die Exkretion über die Nieren und den Urin ermöglicht.

Weiterhin konnte gezeigt werden, dass Knoblauch die weissen und roten Blutkörperchen vor einer Schädigung durch im Blut befindliche Metalle schützt (z.B. Metall bei der Ausleitung [auf ihrem Weg nach aussen]).

Von Therapeuten wird Knoblauch in Kombination mit der Mikroalge Chlorella im Rahmen der Amalgam-Sanierung und zur Ausleitung von anderen Schadstoffen -empfohlen.

Der von uns verwendete Knoblauch ist ein spezieller Knoblauch, der so genannte „Rosa Knoblauch“ oder „Ail Rose de Lautrec“, der in der Gegend um Lautrec (Südfrankreich) angebaut wird. Dieser Knoblauch wird schon seit dem Mittelalter kultiviert und ist seit dieser Zeit bekannt für seine milde Note in der Küche. -Trotzdem gilt er als besonders wirkstoffreich im Hinblick auf seine therapeutische Anwendung.

Unser Knoblauch wird direkt nach der Ernte schonend gefriergetrocknet und in Fischgelatine-Kapseln portioniert.

Verzehrempfehlung:

Therapeuten empfehlen in der Regel die Einnahme von 1-3 Kapseln Knoblauch nach jeder Mahlzeit.

Als Nahrungsergänzung empfehlen wir 2-4 Kapseln (à 280mg Knoblauch) pro Tag zu den Mahlzeiten.