

ARONIA

- Die Aronia Melanocarpa stammt ursprünglich aus dem Norden der USA, wurde in den 1970er Jahren zur Heilpflanze ernannt
- Während der Aroniasaft reichlich Gerbsäuren enthält, ist der Aroniabeerentrester (Pressrückstand) aus Fruchtfleisch, Schalen und Kernen bekömmlicher und wesentlich reicher an Antioxidantien
- Der Trester enthält antioxidative Polyphenole, vor allem OPC, Anthocyane und Proanthocyanidine
- Enthält 6mal so viel OPC wie Cranberries, 60mal so viel wie Holunderbeeren
- Enthält 3mal so viele Anthocyane wie wilde Heidelbeeren, 12mal so viele wie rote Weintrauben
- Enthält wertvolle ungesättigte Fettsäuren und etwa auch das in der Krebsbegleitung viel diskutierte Vitamin B17
- Der vermahlene Trester wird meist als Tee und alternativ auch als Kapseln angeboten

WIRKUNGEN

Gefäße:

- Entzündungshemmend und antioxidativ – gegen Gefäßschäden
- Verbessert die Weite der Gefäße - bei Rauchern, Stress, erhöhtem Homocystein, erhöhten Blutfetten
- Verbessert die Durchlässigkeit der Kapillargefäße für gute Nährstoff- und Sauerstoffversorgung
- Senkt Gesamt- und LDL-Cholesterin, verhindert seine Oxidation und damit das Anlegen an den Gefäßwänden
- Macht das Blut fließfähiger
- Senkt Bluthochdruck
- Entspannende, durchblutungsfördernde Wirkung auf die Herzkranzgefäße

Diabetes:

- Senkt langfristig den Blutzuckerspiegel
- Schützt als Radikalfänger vor Gefäßschäden bei Diabetes

Entgiftung, Leber:

- Sanft entgiftend durch Pektine, lösliche Ballaststoffe, die auch im Apfel enthalten sind
- Pektine binden Schwermetalle und radioaktive Stoffe – vor und nach Röntgenuntersuchungen, Fernflügen, Bestrahlungen
- Schützt die Leber gegen freie Radikale, die bei ihrer Entgiftungsarbeit entstehen, wichtig bei Medikamenteneinnahme oder Alkoholkonsum

Allergien:

- Hemmt Histamin, lindernd bei Allergien

Krebs:

- Krebshemmend, anti-angiogenetische Wirkung, d.h. die Bildung von Kapillaren zum Blutgefäß wird gehemmt und damit das Krebswachstum

Immunsystem:

- Fördert das Immunsystem gegen Bakterien und Viren, in Russland bei Kinderkrankheiten eingesetzt
- Bei allen Entzündungen wie Blasenentzündung, Magenschleimhautentzündung, Gelenkentzündung usw.

Augen:

- Schutz vor altersbedingten Augenerkrankungen wie Makuladegeneration
- Verbessert die Anpassung des Auges an Dunkelheit
- Bei Uveitis (Entzündung der mittleren Augenhaut)

Nerven:

- Schützt die Nervenzellen vor entzündlichen Prozessen, die Alzheimer und Parkinson auslösen
- Fördert die geistige Leistungsfähigkeit wie Konzentration und Gedächtnis

Magen:

- Reduziert Verletzungen der Magenschleimhaut, beugt Magengeschwüren vor

Darm:

- Hemmt Entzündungen im Darm – bei Unverträglichkeiten auf Nahrungsmittel, Allergien oder Autoimmunerkrankungen

Bindegewebe:

- Strafft Kollagen und Elastin-Fasern des Bindegewebes
- Mindert die Einlagerung von Schlackenstoffen (Cellulite)

Haut:

- Glättet das Hautbild auf natürliche Weise
- Fördert die Durchblutung und Hauterneuerung, die mit zunehmendem Alter abnehmen und für Falten durch Oxidationsprozesse, weniger Wasserbindungsvermögen, Spannkraft und Geschmeidigkeit verantwortlich sind

Sport:

- Schützt im Sport vor verstärkt auftretender Oxidation, die Sehnen und Knorpeln belasten und die Leistungsfähigkeit der Muskulatur herabsetzt

ZU BEACHTEN

- Aronia Tee nur mit 70 bis 80 Grad Celsius heißem Wasser aufgießen
- Leicht blutverdünnend
- Schwangerschaft/Stillzeit: Erlaubt (im Gegensatz zum Saft)