

Für viele gesundheitliche Probleme sind zwei Bedrohungen im Körper verantwortlich: Entzündungen und hochaggressive Schadstoffe aus der Umwelt sowie aus dem körpereigenen Stoffwechselgeschehen, Freie Radikale genannt. US-Wissenschaftler betonen in letzter Zeit vehement: Der Anfang allen Übels, was das Krank- und Altwerden betrifft, sind Entzündungen.



Professor Hademar Bankhofer

So hilft Ihnen Mangostan

Die Natur kann uns Waffen im Körper zur Verfügung stellen, mit denen wir gegen solche Entzündungen ankämpfen können. Das sind die sogenannten Anti-Oxidantien. Dazu gehören Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Bioaktivstoffe, und da wieder ganz speziell die Xanthone. Sie sind am wirksamsten, wenn sie in der Natur in einer harmonischen Kombination vorhanden sind. Und da gibt es eine Frucht, die in dieser Hinsicht eine Spitzenposition einnimmt: Das ist die Mangostan-Frucht.

Berichte aus China bezeichnen die Mangostan-Frucht als bestes Naturmittel gegen Entzündungen der Mundschleimhaut, der Atemwege, von Hals, Nasen und

stan-Frucht ist weltweit die reichste Quelle für Xanthone. Und was können diese Xanthone?

Sie wirken gegen Viren, Bakterien, Pilze, Mikroben und können daher das Risiko für Geschwüre, Tumore, Allergien und Leberschäden senken. Besonders interessant sind die entzündungshemmenden Eigenschaften der Mangostan-Frucht, weil man damit rheumatischen Erkrankungen, Gelenkschmerzen lindern kann. Eine der wichtigsten Eigenschaften in der heutigen Zeit ist zweifelsohne die Stärkung der Immunkraft. Die beste Form, die heilenden Kräfte der Mangostan-Frucht einzusetzen, ist die flüssige Form. Man nennt daher den Saft aus der Mangostan-Frucht

lichen Antioxidantien. Sie agieren im menschlichen Organismus – und zwar in jeder einzelnen Körperzelle – als Anti-Aging-Kraftpakete, die den Körper jung und vital erhalten und damit die

Mangostan ist immer Bio

Interessant ist, dass der Mangostan-Baum und seine Früchte ohne Schädlingsbekämpfungsmittel auskommen. Er ist also durch und durch Bio. Das beweist auch, dass die Pflanze über einen starken Abwehrmechanismus verfügt. Die Früchte sind reich an starken bioaktiven Substanzen, mit denen sie erfolgreich und zuverlässig Krankheitserreger und Schädlinge bekämpfen kann.

natürlichen Abwehrkräfte und Selbstheilungskräfte stärken und stimulieren.

Durch einen Zufall haben Forscher entdeckt, dass sich die Wir-

der Frucht ohne Zucker, ohne andere Süßungsmittel oder Konservierungsmittel eingesetzt wird. Da man die Früchte nicht immer bei uns bekommt, ist die einzige Möglichkeit der Mangostan-Saft. Wenn man internationale Berichte liest, wogegen die Mangostan-Frucht eingesetzt wird, drängt sich die Frage auf: Die Mangostan gegen Allergien, gegen rheumatische Erkrankungen, gegen Gelenkprobleme, gegen frühzeitige Arteriosklerose, gegen Atemwegsprobleme, Katarrhe, Darmprobleme – kann denn die Frucht gegen alle Krankheiten eingesetzt werden? Genau das ist der Punkt: Die Mangostan setzt dort an, wo im Körper Entzündungen entstehen.

Die jüngsten Forschungen in der

Rachen sowie der Blase. Die Mangostan-Frucht wird in Asien aber auch bei Durchfall und Darm-Problemen eingesetzt.

Im karibischen Raum bereitet man aus der Mangostan-Frucht einen Tee gegen Müdigkeit, gegen Unwohlsein und als Stärkungsmittel zu. Auf den Philippinen senkt man damit zu hohes Fieber. Gegen Bauchschmerzen schneidet man die reifen Früchte in Stücke und legt sie direkt auf die schmerzenden Stellen, trinkt aber gleichzeitig auch den Tee.

So ist die Mangostan-Frucht in den letzten Jahren auf Grund ihrer hohen Konzentrationen an Xanthonen, einer besonders leistungsstarken Gruppe von Polyphenol-Schutz-Substanzen, ins Interesse vieler Wissenschaftler gerückt. Man weiß: Die Mango-

ein flüssiges Breitband-Antioxi-

Mangostan kann sehr viel

In der Volksheilkunde von Thailand, Malaysia, Indien, Vietnam, China und den Philippinen werden die Heilkräfte der Mangostan-Frucht für die Gesundheit seit Generationen genutzt. Und zwar bei Wunden, bei Malaria, Tuberkulose und anderen Infektionen. Ebenso weiß man in Asien seit langer Zeit, dass in der Mangostan-Frucht entzündungs- und schmerzhemmende Eigenschaften stecken, die seit langer Zeit in Asien vor allem gegen Hauterkrankungen genützt werden.

dans aus der Natur, das uns vor Freien Radikalen schützt, die uns frühzeitig alt und krank machen. Biologen und medizinische Wissenschaftler sind der Meinung: Die Xanthone in der Mangostan-Frucht sind die derzeit interessantesten und wichtigsten natür-

kung der Mangostan-Frucht im menschlichen Körper um ein Vielfaches verstärkt, wenn man sie mit anderen Naturkräften kombiniert. In der Praxis bedeutet das: Eine hochpotente Kombination der Mangostan ergibt sich mit dem Granatapfel, mit der Acerola-Kirsche, mit dem Lycopen aus der Tomate, aus den Traubenkernen, die ja die sogenannten OPC-Stoffe liefern, sowie mit vitaminreichen Fruchtsäften.

Das Wichtigste aber ist, dass die Mangostan-Frucht und der Mangostan-Tee oder der Saft aus

USA zeigen, dass bei fast allen Erkrankungen zuerst eine Entzündung entsteht: im Magen, im Darm, in den Gelenken, in den Atemwegen, aber auch in den Wänden der Blutgefäße, wenn sich eine frühzeitige Arteriosklerose bildet. Und genau dort – an dieser Schwachstelle – lagern sich dann die Plaques für die Verkalkung ab. Nach all dem ist zu erwarten, dass in den nächsten Jahren Naturarzneien auf Basis der Mangostan entstehen und gegen das breite Feld der Entzündungen eingesetzt werden.

Lesen Sie nächste Woche

Nicht nur als Tee oder in der Milch – so gesund sind
Holunderblüten – eine zarte weiße Naturarznei.

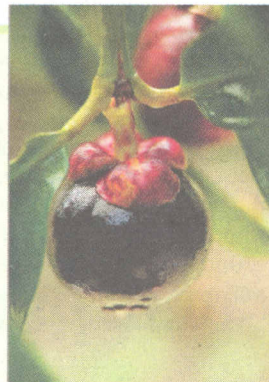
Sprechstunde

Fortsetzung von Seite 51

Ingrid G., 39, Ludwigsburg
Ich habe neulich Mangostan-Saft entdeckt. Woher stammt diese Frucht?

Sie stammt ursprünglich aus Asien, ist aber in den letzten 150 Jahren auch in Afrika, der Karibik, in Australien und Südamerika verbreitet worden. Die

Mangostan-Frucht hat eine glatte, dunkle Rinde und hüllt eine schneeweiße Frucht ein. Sie wächst an einem immergrünen Laubbaum, der weit über 100 Jahre alt werden kann und der keine Temperaturen unter 4 Grad Celsius und über 38 Grad verträgt. Die erste große Ernte kann erst nach 20 Jahren vorgenommen werden. Ein Mangostan-Baum kann bis zu 5000 Früchte tragen.



Marianne O., 55, Leipzig
Wie viel Mangostan-Saft sollte man trinken?

Die empfohlene Dosierung beträgt 30 bis 90 ml am Tag. Die ideale Durchschnittsdosierung ist zweimal täglich à 30 ml – während der Mahlzeit aufzunehmen.