

Kolostrum

Die konzentrierte Kraft der Muttermilch. Auch für Erwachsene ist Kolostrum der Schlüssel für eine bessere Gesundheit und optimales Wohlbefinden. Die einzigartigen Inhaltsstoffe der Erstmilch wirken wie ein Jungbrunnen für den gesamten Körper.

Grundlagen

Kolostrum ist ein Sekret, das von der Brustdrüse junger Mütter innerhalb der ersten 24 bis 48 Stunden nach der Geburt produziert wird. Diese Erstmilch unterscheidet sich von der reifen Muttermilch in Zusammensetzung sowie Farbe und ist für die Neugeborenen von besonderem Wert.

Durch das Kolostrum bekommt das Baby alle wichtigen Nährstoffe, die es in seinen ersten Lebenstagen so dringend benötigt.

Tatsächlich stellt Kolostrum eine perfekt ausbalancierte Kombination von Immunstoffen und Wachstumsfaktoren dar. Dabei verbinden sich die Inhaltsstoffe zu einem Wirkgemisch, das in seiner Gesamtheit wertvoller ist als die bloße Summe seiner Einzelbestandteile.

In Kolostrum vereinigen sich Stoffe, die den Körper vor Infektionen schützen und das Immunsystem regulieren wie auch unterstützen. Darüber hinaus enthält Kolostrum zahlreiche Nährstoffe, Aminosäuren, Vitamine, Mineralien sowie Spurenelemente.

Von höchstem Wert sind die im Kolostrum enthaltenen Immunglobuline (Antikörper). Von diesen Antikörpern gibt es unterschiedliche Typen, die jeweils besondere Aufgaben im Rahmen der körpereigenen Abwehr besitzen. Alles in allem neutralisieren Immunglobuline Giftstoffe, und sie bekämpfen Bakterien wie auch Viren.

Darüber hinaus enthält Kolostrum auch die Stoffe Laktoferrin und Lysozym, die antivirale, antibakterielle sowie entzündungshemmende Effekte besitzen.

Wirkungen

In der Praxis hat sich die Einnahme von Kolostrum bei den vielfältigsten Beschwerden bewährt. Alles in allem steigert es die Gesundheit und fördert das Wohlbefinden. Auch Sportler nehmen Kolostrum häufig täglich zu sich. Es fördert bei ihnen den Muskelaufbau und hilft dabei, individuelle

Leistungen zu steigern. Gerade Sportler berichten des öfteren über die erstaunlichen Effekte von Kolostrum, da sie sich nach Beendigung der Zufuhr dieses Milchproduktes einfach nicht mehr so gut fühlen wie in der Zeit, während sie Kolostrum regelmäßig zu sich genommen haben.

Im Speziellen hilft die Einnahme von Kolostrum vor allem bei Erkrankungen, die das körpereigene Abwehrsystem schwächen – sprich Erkältungen, Infektionen etc. Besonders günstige Effekte wurden auch bei Personen beobachtet, die an Burn-Out bzw. chronischer Müdigkeit leiden. Bei ihnen kann Kolostrum wahre Wunder wirken. Die Liste von Einsatzmöglichkeiten für Kolostrum ist recht lang. Jedenfalls sollten noch Allergien, Verletzungen und Autoimmunerkrankungen (z. B. Rheuma) erwähnt werden, wo eine regelmäßige Kolostrum-Einnahme vielen Patienten geholfen hat. Auch zum Abnehmen eignet sich Kolostrum, da der Gehalt an Wachstumsfaktoren den Fettabbau ankurbelt.

Indikationen

Die günstigen Auswirkungen von Kolostrum auf Gesundheit und Wohlbefinden haben sich bei täglicher Einnahme durch vielfältige Erfahrungsberichte von Patienten wie auch Ärzten bestätigt. Die genauen Wirkungsmechanismen erklären sich zum Teil aus den diversen Inhaltsstoffen von Kolostrum, deren Kombination zu diesen günstigen Gesamteigenschaften führen dürfte.

Steigerung des Wohlbefindens: Zu den offensichtlichsten Wirkungen von Kolostrum zählen die Verbesserung der Gesundheit und die Steigerung des Wohlbefindens bei täglich zusätzlicher Einnahme zur gewohnten Ernährung.

Stärkung des Immunsystems: Neben diesen globalen Effekten steigert Kolostrum aber vor allem die Aktivität des Immunsystems. Darüber hinaus wirkt es antibakteriell und

hilft dabei, Infektionen mit Viren oder Pilzerregern zu überwinden. Insgesamt sind in Kolostrum mehr als 37 verschiedene, für den Organismus vorteilhafte Immunfaktoren enthalten. Diese Stoffe helfen dem Körper, Krankheiten zu heilen, oder auch den gesunden Organismus soweit zu stärken, dass es erst gar nicht zu einer Infektion kommt.

Hilfe bei Autoimmunstörungen: Auf der anderen Seite liegt bei zahlreichen Erkrankungen eine Überaktivität des körpereigenen Immunsystems vor. Diese Störungen werden als Autoimmunerkrankungen bezeichnet und führen dazu, dass das

Kolostrum

- ▶ zerstört Krankheitserreger
- ▶ stärkt die Abwehrkräfte
- ▶ beschleunigt den Heilungsprozess
- ▶ hilft beim Fettabbau
- ▶ steigert Vitalität
- ▶ optimiert die Leistungsfähigkeit

Auf einen Blick

Kolostrum

Immunsystem gesundes Gewebe attackiert. Ergebnis solcher Prozesse sind Entzündungen, Gelenkschwellungen, Muskel- und Nervenschmerzen. Eine der häufigsten Immunstörungen ist die rheumatische Arthritis, aber auch andere Erkrankungen wie Allergien, Asthma, Diabetes oder Multiple Sklerose zählen zu diesen Störungen. Die Besonderheit von Kolostrum liegt nun in der Tatsache, dass durch eine regelmäßige Einnahme diese krankhafte Überaktivität des Immunsystems positiv beeinflusst werden kann.

Zusammensetzung

Eine Kapsel enthält 480 mg reines pharmazeutisches Kolostrum in mikrokristalliner Zellulose.

Dosierung

Wie viel Kolostrum täglich eingenommen werden soll, ist individuell äußerst unterschiedlich. Jedenfalls gibt es hier bloß eine Regel: «Nehmen Sie soviel zu sich, wie Ihnen gut tut!» Das heißt, dass jeder seine eigene Dosierung selbst herausfinden sollte. Im allgemeinen hat sich aber gezeigt, dass zwischen ½ und 14 Kapseln pro Tag gewählt werden kann. Das hängt natürlich auch davon ab, ob etwa eine akute Erkrankung vorliegt, oder ob Kolostrum einfach nur prophylaktisch im Rahmen einer gesunden und ausgewogenen Ernährung eingenommen wird. Als Richtlinie können die folgenden Empfehlungen herangezogen werden:

- ▶ **Gesundheitsprophylaxe**
2 mal täglich 1 bis 2 Kapseln
- ▶ **chronische Müdigkeit, Burn-Out**
2 mal täglich 1 bis 3 Kapseln
- ▶ **Allergien** (z. B. Heuschnupfen)
2 mal täglich 2 bis 3 Kapseln
- ▶ **Arthritis, Rheuma, Fibromyalgie**
2 mal täglich 4 bis 7 Kapseln
- ▶ **Menstruationsbeschwerden**
2 mal täglich 2 bis 5 Kapseln
- ▶ **Erkältungen, Bronchitis**
Initial 2 mal täglich 1 bis 2 Kapseln
Dosis-Steigerung um 1 bis 3 Kapseln
2 mal täglich

Nebenwirkungen, Kontraindikationen

Bei Einhaltung der Dosierungsrichtlinien sind weder Nebenwirkungen zu erwarten noch gibt es Kontraindikationen für Kolostrum. Eine zu hohe Dosierung kann anfangs zu abdominellem Unbehagen oder sogar Durchfall führen. Dies ist aber nicht als Nebenwirkung zu werten! Vielmehr kommt es durch die Einnahme von Kolostrum zu einer Entschlackung, und solche abdominalen Beschwerden sind lediglich das Zeichen eines beginnenden Entgiftungsprozesses – sie zeigen also, dass Kolostrum wirkt.






Hinweise

Bei der Einnahme von Kolostrum-Kapseln sind zwei Dinge zu beachten. Zum einen sollte die Kapsel mit ein paar Schluck Wasser eingenommen werden, damit das Kolostrum den Magen schneller passieren kann und rascher in den Darm gelangt, wo es anschließend verdaut wird. Der zweite beachtenswerte Punkt ist, dass Kolostrum-Kapseln idealerweise ½ Stunde vor einer Mahlzeit oder frühestens 2 Stunden danach eingenommen werden sollten. Das steigert erfahrungsgemäß die Wirksamkeit des Präparates.

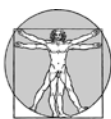
Generell wird von einer Selbstmedikation abgeraten und empfohlen, vor der Einnahme einen Spezialisten zu konsultieren. Schwangere und stillende Frauen sowie Personen, die in ständiger ärztlicher Behandlung stehen, sollten auf alle Fälle vor Beginn einer Behandlung einen Arzt konsultieren.

Kolostrum-Produktgruppen

Kolostrum ist in folgenden Produktgruppen zu finden (www.vitabasix.com):

-  **Immunsystem, Zellschutz & Antioxidantien**
-  **Frauengesundheit**
-  **Power & Energy**
-  **Schmerzen & Entzündungen**
-  **Stoffwechsel & Gewicht**

Hersteller:



VitaBasix[®]

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | info@vitabasix.com
Tel.: 00800-1570 1570 | Fax: 00800-1570 1590

Wichtige Hinweise:

Unsere Produkte werden nach GMP (Good Manufacturing Practice) Standard hergestellt. Qualität, Reinheit und Konzentration werden laufend von unabhängigen Testlabors nach FDA (Food and Drug Administration) Richtlinien überprüft.

Unsere Produkte sollen als Präventivmaßnahmen bzw. zur Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens verstanden werden. Bei der Verwendung zur Behandlung von Krankheiten empfehlen wir unbedingt die vorherige Konsultation Ihres Arztes.

Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Stand Februar 2008