



EVOLUTION®

NATÜRLICH KERNGESUND



Grapefruitkernextrakt

So klein der Kern - so groß der Wert

von Dr. Lydia Polwin-Plass



SO KLEIN DER KERN – SO GROSS DER WERT

von Dr. Lydia Polwin-Plass

Grapefruitkernextrakt wurde durch einen glücklichen Zufall entdeckt und gilt seither als universelles Kraftpaket. Studien belegen, Grapefruitkernextrakt wirkt unter anderem antimikrobiell, antiviral, antiallergen, antioxidativ und entzündungshemmend.

Grapefruitkernextrakt wird aus zermahlenden Kernen und häufig auch aus Schalen von Grapefruits gewonnen. Diese beinhalten eine Vielzahl an wertvollen Bioflavonoiden, Limonoiden und Glykosiden. Wissenschaftlichen Untersuchungen zufolge hemmen Flavonoide über dreißig Enzyme im menschlichen Körper. Sie aktivieren diverse Zelltypen des Immunsystems und zeigen unter anderem entzündungshemmende und antioxidative Wirkung. Zudem binden sie freie Radikale und schützen das wichtige Vitamin C vor Oxidation.

Das Bioflavonoid Naringin ist auch für den bitteren Geschmack der Grapefruit verantwortlich. Im Körper wird Naringin zum sogenannten Naringenin umgebaut. Naringenin wird eine wachstumshemmende Wirkung auf Bakterien, Pilze und Viren nachgesagt.

Studien zur medizinischen Wirksamkeit von Grapefruitkernextrakt und dessen Inhaltsstoffen gibt es leider noch nicht sehr viele. Doch einige wissenschaftliche Untersuchungen und zahlreiche Verbraucherberichte weisen darauf hin, dass das vitaminreiche Kraftpaket eine vielfältige medizinische Wirksamkeit aufweist.

Auch zahlreiche populärwissenschaftliche Bücher widmen sich bereits dieser Thematik. Die Aussagen über die Wirksamkeit sind sehr unterschiedlich, jedoch gilt nach einigen dieser Publikationen Grapefruitkernextrakt unter anderem als



nahezu universelles antimikrobiell wirksames Mittel und bei mehreren Infektionen als potente Alternative zu Antibiotika.

In Studien nachgewiesene Wirkungen von Flavonoiden

- antioxidativ
- antiviral
- antimikrobiell
- antiallergen
- entzündungshemmend
- wachstumshemmend

Wirkkräfte durch Zufall entdeckt

1980 bemerkte der Arzt, Physiker und Immunbiologe Dr. Jacob Harich bei der Gartenarbeit, dass die Grapefruitabfälle auf seinem Komposthaufen kaum verroteten. Offenbar waren sie resistent gegen Schimmelpilze, Bakterien und Parasiten. Bei genauerer Untersuchung der Grapefruitkerne zeigte sich, dass diese durch deren hohen Anteil an Bioflavonoiden über einen optimalen Schutzmechanismus verfügten, der sie vor der biologischen Zersetzung schützte wie ein

Konservierungsmittel. In weiterer Folge befasste sich der auf die Erforschung natürlicher Heilmittel spezialisierte Mediziner mit der spannenden Frage, ob diese Bioflavonoide auch dem Menschen nützlich sein könnten. Bald stellte sich heraus, dass Bioflavonoide entzündungshemmend und antioxidativ wirken und somit auch den Menschen vor Bakterien, Viren, Parasiten und Pilzen schützen können. Die wissenschaftliche Forschung des Pasteur-Instituts in Paris und anderer namhafter Institute untermauerte diese Erkenntnisse. Jahre später entwickelte Harich mithilfe eines Zirkulationsprozesses ein effektives Verfahren die Inhaltsstoffe als Substanz zu binden.

Die wertvollen Inhaltsstoffe der Grapefruit

- Vitamin C
- Vitamin A
- Vitamin B5
- Kalzium
- Eisen
- Limonoide
- Terpene
- Folsäure
- Bioflavonoide und Glykoside wie: Hesperidin, Naringin, Kämpferol, Rutin, Quercetin, Nobiletin, Neohesperidin, Isosakuranetin, Apigenin-rutinosid und viele mehr.

Grapefruitkernextrakt an vorderster Front gegen freie Radikale

Der Anteil an Vitaminen in Grapefruitkern- und schale ist höher als der im Fruchtfleisch. Vor allem die Vitamine E und C sind reich enthalten. Diese stärken effektiv unser Immunsystem und wirken zudem entgiftend.

Die wertvollen Inhaltsstoffe des Grapefruitkerns gelten als starkes Antioxidans und können helfen freie Radikale zu neutralisieren. Freie Radikale wirken sich negativ auf unsere Zellstruktur aus, beschleunigen den Alterungsprozess und sind Auslöser diverser Erkrankungen.

Pilzinfektionen nicht so harmlos wie man denkt

Pilzinfektionen sind äußerst unangenehm – manchmal jucken sie, sehen unappetitlich aus und können im schlimmsten Fall sogar in den Blutkreislauf gelangen und Organe schädigen.

Die sogenannten Candida-Infektionen treten als Darmpilz, Nagelpilz, Scheidenpilz und auch in Mund und Rachen auf. Der Hefepilz *Candida albicans* kann unter anderem Verdauungsprobleme, Heißhungerattacken, Leistungsrückgang und Müdigkeit verursachen.

Studien belegen – Grapefruitkernextrakt wirkt antimykotisch und kann bei der

Bekämpfung von über 100 verschiedenen Pilzarten unterstützen.

2001 konnte in einer polnischen Studie nachgewiesen werden, dass Grapefruitkernextrakt das Wachstum von Hefepilzen, wie z. B. *Candida albicans* hemmen kann. Und das nahezu nebenwirkungsfrei.

Leider verursachen neben Stress, ungesunder Ernährung und anderen Faktoren auch Antibiotika häufig Pilzinfektionen, da diese wahllos alle Bakterien im Körper bekämpfen – gute und schlechte gleichermaßen.

Sachverständige vermuten, dass der Darm durch Antibiotika für bis zu einem Jahr nachhaltig geschädigt werden kann. Bei Grapefruitkernextrakt ist dies nicht der Fall. Eine Studie zeigte, dass Grapefruitkernextrakt im Darm zwar *Escherichia coli* minderte, den nützlichen Bifidobakterien aber nicht schadet. Auch die Lactobazillen wurden kaum beeinträchtigt.

Laut dieser Studie kann Grapefruitkernextrakt das Darmmilieu sogar verbessern indem er pathogene Keime vernichtet und die nützliche Darmflora unterstützt. So kann das Immunsystem gestärkt und die Selbstheilungskräfte des Organismus angekurbelt werden.

Zum Thema Bakterien und Antibiotika gleich mehr.



Bioflavonoide können auch den Menschen vor Bakterien, Viren, Parasiten und Pilzen schützen.

Grapefruitkernextrakt als aktiver Gefäßschutz

Das in Grapefruitkernextrakt enthaltene Bioflavonoid Naringenin gilt als effektiver Schutz vor dem metabolischen Syndrom, dessen bekannteste Symptome Bluthochdruck, hoher Blutfettspiegel, Insulinresistenz und Übergewicht sind. Erhöhte Cholesterin- und Triglyceridwerte sowie die Funktion der Kapillaren können durch Grapefruitkernextrakt verbessert und der Abbau alter roter Blutkörperchen gefördert werden.

Das Bioflavonoid unterstützt den Körper dabei, Gefäßwände abzudichten, deren Elastizität aufrecht zu erhalten und Mikroablagerungen zu reduzieren.

Zudem wirkt es sich positiv auf den Hämatokrit-Wert im Blut aus, der unter anderem für eine Anämie verantwortlich

sein kann. Darüber hinaus kann Grapefruitkernextrakt zur Senkung von erhöhtem Blutdruck beitragen.

Das ebenfalls in Grapefruitkernextrakt enthaltene Hesperidin kann als Unterstützung bei Venenproblemen eingesetzt werden, da es zu einer Erhöhung des Venentonus und der Lymphdrainage beiträgt. Dies konnte in placebokontrollierten Vergleichsstudien bei Personen mit chronischer venöser Insuffizienz oder Hämorrhoiden nachgewiesen werden.



Bioflavonoide im Grapefruitkernextrakt unterstützen die körpereigene Abwehr und können die Behandlung von Lippenherpes effektiv unterstützen.

Grapefruitkernextrakt als starker Partner bei Hautproblemen

Hauptursache für Akne, Pickel und Pusteln ist meist eine Verstopfung der Poren durch vermehrte Talgproduktion. Durch das Eindringen von Bakterien in die verunreinigten Poren kann es zu Entzündungen kommen. Lang anhaltende schwere Akne kann zu ähnlich gravierender Narbenbildung führen wie Pocken. Studien zufolge wirkt Grapefruitkernextrakt, wie bereits erwähnt, antiseptisch und trägt somit zur Bekämpfung von Pickeln, Pusteln und Akne bei.

Auch Herpes ist eine Hauterkrankung. Die im Volksmund sogenannten Fieblasen werden durch Viren ausgelöst und können ziemlich schmerzhaft sein. Zudem stellen sie, in einer Gesellschaft in der das Äußere leider ziemlich überbewertet wird, für viele Menschen ein gravierendes ästhetisches Problem dar. Grapefruitkernextrakt kann die Behandlung von Herpes effektiv unterstützen. Auch hier ist vor allem die innere Anwendung mit hochwertigen Kapseln zielführend.

Blasenentzündung – ein weit verbreitetes Problem bei jungen Mädchen

Vor allem viele junge Mädchen leiden

unter häufigen oder gar chronischen Blasenentzündungen. Diese werden hauptsächlich durch Bakterien aus der Scheidenflora oder Darmflora ausgelöst. Zur Infektion kann es kommen, wenn sich die Bakterien über die Harnleiter in die Blase ausbreiten.

Im schlimmsten Fall und durch ungenügende Ausheilung können auch die Nieren angegriffen werden. Nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt, kann Grapefruitkernextrakt bei der Ausheilung unterstützen. Durch die bei Blasenentzündung meist verordnete Antibiotikaeinnahme kommt es oft zu einer Beeinträchtigung von Scheiden- und Darmflora – bei der Therapie mit Grapefruitkernextrakt bleiben diese intakt.

Grapefruitkernextrakt als Unterstützung in der Behandlung von Diabetes und erhöhtem Cholesterin

Einige afrikanische Länder setzen Grapefruitkernextrakt in ihrer traditionellen Medizin ein – unter anderem in der Behandlung von Diabetes.

Eine im Wissenschaftsmagazin „Plos One“ erschienene Studie israelischer Wissenschaftler an Tieren belegt, dass Naringin Cholesterin abbaut, damit den Fettabbau in der Leber anregt und die Empfindlichkeit der Zellen gegenüber



Insulin erhöht.

Yaakov Nahmias von der Universität Jerusalem verglich dafür die regulierende Wirkung von Naringin auf den Fett- und Zuckerstoffwechsel mit jener herkömmlicher Medikamente gegen Diabetes.

Das im Körper aus Naringin hergestellte Naringenin kann laut Studien bestimmte Proteine aktivieren und andere im Leberstoffwechsel blockieren. Dadurch können Fettsäuren und das „schlechte“ LDL-Cholesterin abgebaut werden. Die Wirkung soll sogar mit einer Fastenkur vergleichbar sein.

Weitere Studien zeigen, dass auch Hesperidin neben seiner entzündungshemmenden und schmerzstillenden Wirkung den Cholesterinspiegel und den Triglyceridspiegel im Blut senkt. Sollten sich die beeindruckenden Laborergebnisse auf den menschlichen Organismus übertragen lassen, könnte Grapefruitkernextrakt einen wertvollen Beitrag im Kampf gegen erhöhte Blutfettwerte, Diabetes und das metabolische Syndrom leisten.



Grapefruitkernextrakt als Waffe gegen Helicobacter und E. coli Bakterien

Bekanntlich gibt es nützliche und schädliche Magen- und Darmbakterien. Zu den unerwünschten gehören die Helicobacter pylori. Das Bakterium gilt als Verursacher von Gastritis, Zwölffingerdarm- und Magengeschwüren und zum Teil auch Magenkrebs. Auch bezüglich Helicobacter existieren interessante Erfahrungsberichte.

In einer polnischen Studie aus dem Jahr 2004, konnte Helicobacter pylori erfolgreich mit Grapefruitkernextrakt bekämpft werden. Eine weitere Studie aus Italien untermauerte die Ergebnisse, da im Versuch das Wachstum von Magenkeimen durch die Anwendung von verdünntem Grapefruitkernextrakt gehemmt werden konnte.

Wissenschaftler aus den USA und Korea erforschten die Wirkung von Grapefruit-

kernextrakt auf Escherichia coli Stämme. Auch hier konnte die antibakterielle Wirkung der Flavonoide nachgewiesen und die Erreger effektiv bekämpft werden.

Grapefruitkernextrakt bei Darmkrebs

Durch seinen hohen Gehalt an Antioxidantien, Sterinen, Tocopherolen, Limonoiden soll Grapefruitkernextrakt auch bei Darm-Krebs bereits Wirkung gezeigt haben. In einer Studie der Universität Colorado aus dem Jahr 2006 zeigte sich, dass Darmkrebszellen, die mit Grapefruitkernextrakt behandelt wurden, schneller absterben als ohne Grapefruitkernextrakt.

Wenn weitere Studien dies untermauern, könnte Grapefruitkernextrakt zu einem wichtigen Bestandteil in der Behandlung von Darmkrebs werden.

Wirkt Grapefruitkernextrakt als pflanzliches Antibiotikum?

Antibiotika sind aus der heutigen Medizin nicht mehr wegzudenken. Sogar entsetzliche Seuchen wie die Pest haben ihren Schrecken weitgehend verloren seit es Antibiotika gibt. Doch leider werden Antibiotika von manchen Ärzten zu häufig und oft auch gegen harmlose Erkäl-

tungen verschrieben. Zudem nehmen wir durch unseren Fleischkonsum aus der Massentierhaltung regelmäßig schädliche Dosen an Antibiotika zu uns. Dies macht uns zunehmend immun gegen deren Wirkung. Zudem können Antibiotika die Darmflora schädigen, wodurch die körpereigenen Abwehrkräfte beeinträchtigt werden. Die Suche nach Alternativen bleibt daher stets spannend.

Könnte eventuell Grapefruitkernextrakt aufgrund seiner antimikrobiellen Wirkung als pflanzliches Antibiotikum eingesetzt werden? Wenn ja, könnte es gegen zahlreiche Infektionserkrankungen und entzündliche Prozesse helfen.

Diese Frage führte zu einer Reihe unterschiedlicher Untersuchungen und darauf basierender widersprüchlicher Ergebnisse.

Eine Studie für eine Diplomarbeit an verschiedenen damals handelsüblichen Grapefruitkernextrakten führte im Jahr 1998 deren antimikrobielle Wirksamkeit auf die darin enthaltenen schädlichen Konservierungsmittel wie Benzetoniumchlorid zurück.

Spätere Studien widerlegten dies aber größtenteils wieder. Unter anderem dokumentierte eine im Journal of Alternative and Complementary Medicine publizierte Studie aus dem Jahr 2002, dass Grapefruitkernextrakt gegen eine

Vielzahl von Bakterien und Viren wirksam ist.

Dabei untersuchten die Forscher der University of Texas die antibakterielle Wirksamkeit gegen 67 verschiedene Bakteriengruppen – mit erstaunlichen Ergebnissen: die meisten Erreger wurden vernichtet und auch gegen Viren und Pilze zeigte Grapefruitkernextrakt beeindruckende Wirkung.

D. Alonso von der Universidad Autónoma Metropolitana in Mexico City konnte im Jahr 2010 nachweisen, dass Grapefruitkernextrakt das Wachstum von Bakterien für bis zu 48 Stunden unterdrücken kann.



Gut versorgt mit Grapefruitkernextrakt, dem „natürlichen Antibiotikum“



Grapefruitkernextrakt gegen antibiotikaresistente Bakterien

Im Krankenhaus liegen zu müssen ist traurig genug, sich im Krankenhaus auch noch zusätzliche gesundheitliche Probleme einzufangen ist umso schlimmer. Der Methicillin-resistente Staphylococcus aureus (MRSA) ist eine Staphylokokkenart, die gegen einige der wichtigsten Antibiotika resistent geworden ist. In Folge können Behandlungen oft nicht mehr anschlagen.

Für Menschen mit durch Krankheit oder Alter geschwächter Immunabwehr kann es dadurch zu folgenschweren Infektionen kommen. Jedes Jahr sterben 16 Millionen Patienten weltweit an MRSA-

Infektionen in Krankenhäusern. Umso erstrebenswerter ist es neben dem, bei vielen Naturheilkundlern beliebten Kolloidalen Silber, weitere wirksame Alternativen zu herkömmlichen Antibiotika zu finden.

Grapefruitkernextrakt hat eine komplexere Struktur als Antibiotika. Dies ist der Grund weswegen Resistenzen, welche Bakterien gegenüber Antibiotika entwickeln können, bei Grapefruitkernextrakt ausbleiben.

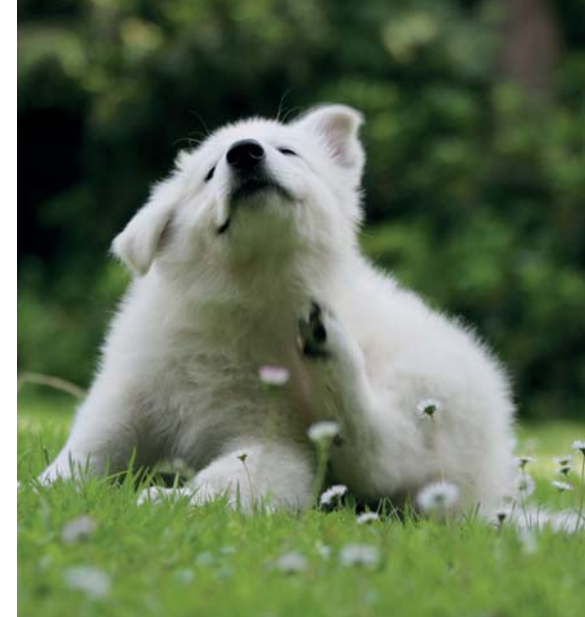
In einer Studie zum Thema MRSA behandelte das Team um V. Edwards-Jones, R. Buck, K. Dunn verschiedene Typen des Staphylococcus aureus mit dem Extrakt. Bereits nach 24 Stunden zeigten sich deutliche antibakterielle Effekte. Eine weitere Studie der Manchester Metropolitan University von 2004 fand heraus, dass Grapefruitkernextrakt in Kombination mit Geraniumöl gute antibakterielle Ergebnisse gegen MRSA erzielte.

Möglicherweise könnte im Kampf gegen die gefürchteten Krankenhauskeime und antibiotikaresistenten Bakterien zukünftig Grapefruitkernextrakt in vielen Fällen als Alternative zu Antibiotika oder zumindest therapieunterstützend eingesetzt werden. Weitere Studien werden dies zeigen.

Grapefruitkernextrakt im Kampf gegen lästige Parasiten

Wurmbefall beim Menschen ist nicht nur ekelregend, er kann durchaus auch gefährlich werden. Vor allem kleine Kinder sind häufig von Madenwurmbefall betroffen. Würmer, ganz allgemein, entziehen dem Körper wichtige Nährstoffe, Spul- und Bandwürmer können sich zudem auch in unseren Organen einnisten. Aus diesem Grund muss jede Art von Würmern unbedingt behandelt werden. Auf keinen Fall sollte eine Therapie mit Grapefruitkernextrakt ohne Absprache mit einem Arzt, Therapeuten oder Apotheker vorgenommen werden.

Auch bei den geliebten Freunden des Menschen, unseren Haustieren, kann Grapefruitkernextrakt zur Bekämpfung von Parasiten angewendet werden. Wünschenswert wäre auch der Einsatz von Grapefruitkernextrakt als Alternative zu Antibiotika in der Nutztierhaltung. So könnte die Gefahr der Resistenzenbildung beim Menschen drastisch reduziert werden.



Borreliose so gefürchtet wie ihre Erreger

Frühling und Sommer könnten so schön sein, wären da nicht diese gefürchteten Spinnentiere. Nicht jedes Gebiet ist gleich gefährlich, dennoch müssen Zeckenbisse immer sofort behandelt werden. Sie können neben FSME auch Borrelien übertragen.

Bei Borreliose ist eine Langzeitbehandlung mit Antibiotika der übliche Weg. Durch Antibiotika sollen jedoch Borrelien nur in ihrer Form verändert, aber nicht zerstört werden. Laut einer Studie aus dem Jahr 2007 zeigte Grapefruitkernextrakt vor allem gegen die motile und zystische Form von Borrelia burgdorferi Wirkung und könnte als Unterstützung anderer antimikrobieller Mittel nützlich sein.



Grapefruitkernextrakt ist eine rein pflanzliche Zubereitung und wird ohne Hilfsstoffe aus den Kernen und Zellwänden der Grapefruits gewonnen.

Nebenwirkungen, Verträglichkeit und Anwendung

In mehreren Studien konnte nachgewiesen werden, dass reiner Grapefruitkernextrakt bereits in einem Mischverhältnis von 1:1000 antibakterielle Wirkung zeigt und bis zu einer Konzentration von 1:512 weitgehend ohne Nebenwirkungen bleibt. Selbst bei hoher Dosierung gilt also reiner Grapefruitkernextrakt, ohne das schädliche Benzethoniumchlorid und ähnlichen chemischen Zusätzen, als unbedenklich. Die üblicherweise empfohlenen Dosen schaden laut Studien auch der Darmflora nicht.

Personen mit Allergien gegen Zitrusfrüchte allerdings sollten von der Einnahme von Grapefruitkernextrakt Abstand nehmen. Die Symptome einer Zitrusallergie sind vielfältig: Von Jucken und pelzigem Gefühl im Mund- und Rachenraum über Entzündungen der Mund- und Zungenschleimhaut, Schwellungen oder Pusteln an Zunge und Lippen bis hin zu Hautausschlägen oder im schlimmsten Falle einem anaphylaktischen Schock. Bei den geringsten Anzeichen solcher Symptome muss die Einnahme des Grapefruitkernextrakts sofort abgesetzt und ein Arzt konsultiert werden.

Am Anfang der Behandlung sollte Grapefruitkernextrakt nur in kleinen Dosen

eingenommen werden. Dazu sollte viel Wasser getrunken werden um die Ausleitung der absterbenden Bakterien, Pilze und der dabei entstehenden Toxine zu unterstützen. Wenn nämlich sehr viele Erreger auf einmal absterben, kann es zu einer sogenannten Heilkrise oder „Herxheimer Reaktion“ kommen. Diese wird durch die hohe Menge an freierwerden Toxinen ausgelöst. Entgiftungssymptome wie Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Schwindel, Benommenheit, Schlaflosigkeit, Müdigkeit oder Übelkeit können auftreten. Normalerweise lassen diese Erstverschlimmerungssymptome jedoch innerhalb einer Woche wieder nach.

Vorsicht ist geboten bei gleichzeitiger Einnahme mit Medikamenten, denn Grapefruitkernextrakt kann die Wirkung einiger Medikamente verstärken. Das im Magen in das Flavenoid Naringenin umgewandelte Naringin wirkt hemmend auf bestimmte Enzyme und beeinflusst so die Wirkung diverser Arzneimittel.

Vor allem die Wirkung von Herz-Kreislauf-Medikamenten kann durch den Bitterstoff verstärkt werden. Unter anderem kann Naringin auch die Wirkung der Antibabypille beeinflussen. Deshalb muss, wie bei den meisten Nahrungsergänzungsmitteln vor der Einnahme mit Medikamenten oder als Alternative zu

Arzneimitteln, unbedingt Rücksprache mit einem Arzt, Therapeuten oder Apotheker gehalten werden.

Grapefruitkernextrakt sollte zudem immer außerhalb der Reichweite von Kindern gelagert werden.

Darreichungsformen und Qualität

Grapefruitkernextrakt gibt es in diversen Darreichungsformen für die verschiedensten Anwendungsgebiete. Er wird in geschmacksneutralen Tabletten oder Kapseln angeboten und in Form von Tropfen.

Besonders komfortabel ist die Einnahme von Kapseln, da man diese im Gegensatz zu Tropfen nicht mit Wasser verdünnen muss. Auch die Dosierung ist bei Kapseln besonders einfach, da der Hersteller bereits auf der Verpackung angibt wie viele Kapseln wie oft einzunehmen sind und welche Menge an Wirkstoffen jede Kapsel beinhaltet. Kapseln sind zudem geschmacksneutral – Tropfen schmecken hingegen meist etwas bitter.

Grapefruitkernextrakt wird idealerweise durch schonende Verfahren, wie Kaltwasserauszug gewonnen. Natürlich sollte der Extrakt hochwertig und frei von Zusätzen sein. Auf chemische Extraktionsmittel und Konservierungsstoffe wie

etwa Benzethoniumchlorid, Triclosan und Methylparaben sollte bei der Herstellung kompromisslos verzichtet werden, da diese bereits 1998 von der AMK als gesundheitsschädlich eingestuft wurden. Viele Hersteller geben bei der Angabe der Inhaltsstoffe keine Informationen zur Konzentration der Bioflavonoide. Neben der garantierten Reinheit und Unverfälschtheit gilt jedoch als zweitwichtigstes Qualitätsmerkmal für Premium Produkte ein hoher Anteil an Bioflavonoiden von etwa 50 Prozent.

Bei hochwertigen Kapseln wird daher auf die ausschließliche Verwendung von Reinsubstanzen geachtet, die nur Wirkstoffe enthalten mit optimaler Bioverfügbarkeit und maximaler Verträglichkeit. Zudem sollte vom verantwortungsbewussten Hersteller nach Möglichkeit

auch auf eine rein pflanzliche Kapselhülle geachtet werden, ohne tierische Gelatine, damit das Produkt auch für Veganer, Vegetarier und Diabetiker geeignet ist.

Auch auf Bindemittel, Füll-, Farb-, Duft- und Überzugstoffe sollte verzichtet werden.

Hochwertigste Kapseln sind zudem frei von Gluten, Laktose, Weizen, Fructose, Soja, Milchbestandteilen, Ei, Hefe, Zucker und Süßstoffen und werden selbstverständlich ohne Gentechnik hergestellt. Beim Kauf sollte man also allem voran auf Premium Qualität und einen hohen Flavonoidgehalt achten.



Die Autorin Dr. Lydia Polwin-Plass promovierte an der Universität Wien in Publizistik. Sie arbeitet in Frankfurt als freie Journalistin, Texterin und Autorin. Besonders am Herzen liegen ihr die Themen Gesundheit und Naturheilkunde.

Die Angaben in der Broschüre sind von der Autorin sorgfältig recherchiert. Haftungsansprüche gegen die Autorin, für gesundheitliche, materielle oder ideelle Schäden, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung in dieser Broschüre dargebotenen Informationen bzw. durch die Nutzung fehlerhafter und unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind ausgeschlossen. Die in dieser Broschüre vorgestellten Möglichkeiten und Methoden können eine ärztliche Behandlung in keinem Fall ersetzen. Zudem übernimmt die Autorin auch keine Gewähr für die Angabe von Werten und Zahlen.

Dr. Lydia Polwin-Plass, www.text-und-journalismus.de, Dr.Lydia@Polwin-Plass.com

Quellen Broschüre Grapefruitkernextrakt

Grapefruitkernextrakt – Das natürliche Antibiotikum, Stand 3.4.2018, <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/grapefruitkernextrakt.html>
 Grapefruitkernextrakt – Wirkung, Anwendungsgebiete und Studien, Stand 5.6.2018, <https://www.grapefruitkernextrakt-ratgeber.info/>
 Grapefruitkernextrakt – Fakten & Studien zum Superfood, Stand 5.6.2018, <https://vitalinstitut.net/grapefruitkernextrakt/>
 Grapefruitkernextrakt, Wikipedia-Eintrag, Stand 2.11.2017, <https://de.wikipedia.org/wiki/Grapefruitkernextrakt>
 Grapefruitkernextrakt, ein universelles Anti-Mykotikum, Stand 5.6.2018, <https://www.naturepower.de/vitalstoff-journal/naehrstoffe-von-a-z/glossar-g/grapefruitkernextrakt/>
 Grapefruitkernextrakt – Das Superfood gegen Parasiten, Pilze und Bakterien, Stand 5.6.2018, <https://www.hashimoto-info.de/naturheilkunde/grapefruitkernextrakt.html>
 Grapefruitkernextrakt – superfood.info, der unabhängige Ratgeber rund um das natürliche Antibiotikum, Stand 5.6.2018, <http://grapefruitkernextrakt-superfood.info/studien-ueber-grapefruitkernextrakt>
 Pflanzenstoff wirkt wie Medikament, Stand 26.8.2010, https://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/diabetes/news/grapefruit-pflanzenstoff-wirkt-wie-medikament_aid_545409.html
 Flavonoide, Wikipediaeintrag, Stand 5. Juni 2018 <https://de.wikipedia.org/wiki/Flavonoide>
 Hesperidin, Wikipediaeintrag, Stand 10. Mai 2018, <https://de.wikipedia.org/wiki/Hesperidin>
 Die wundersame Natur des Grapefruitkernextraktes, Ausgabe 06/1999, https://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=pharm4_06_1999

Alle positiven Eigenschaften von Grapefruitkernextrakt auf einen Blick

- wirkt antimykotisch
- wirkt antiviral
- wirkt antibakteriell
- wirkt entgiftend
- wirkt antimikrobiell
- schützt vor bakteriellen Entzündungen
- wird bei Magen-Darmerkrankungen angewendet und wirkt magenschützend
- könnte nach weiteren Studien sogar für Darmkrebs-Patienten interessant werden
- gilt als wirksam gegen Atemwegsinfekte, Bronchitis und Asthma
- hat sich im Kampf gegen Warzen, Schwielen und Hühneraugen bewährt
- kann gegen Zahnfleischentzündung und Aphten helfen
- gilt als wirksam gegen Vaginalinfektionen
- wirkt unterstützend in der Behandlung von Herpes
- zeigt Wirkung gegen Pilzinfektionen wie Nagel-, Haut- und Fußpilz
- gilt als gutes Konservierungsmittel
- wirkt unterstützend bei Abgeschlagenheit oder chronischer Müdigkeit
- regt das Immunsystem an
- unterstützt die Behandlung von Herz-Kreislauf-Beschwerden
- gilt als entzündungshemmend
- wirkt unterstützend im Kampf gegen Parasiten bei Mensch und Tier
- unterstützt bei der Ausheilung von Erkältungen und grippalen Infekten
- gilt als Unterstützung bei Allergien und Heuschnupfen
- kann bei Hautproblemen wie Akne, Neurodermitis, Ekzemen und Schuppenflechte eingesetzt werden
- unterstützt die Wundbehandlung
- wird zur Trinkwasseraufbereitung eingesetzt

Grapefruit- kernextrakt *forte 500*

DAS NATÜRLICHE ANTIBIOTIKUM



50%
Bio-
flavonoide

Vegan

Laktosefrei

Fructosefrei

Glutenfrei

Grapefruitkernextrakt forte 500

mit 250 mg Bioflavonoiden je Kapsel, Inhalt 60 Vegi Caps

Zusammensetzung: Grapefruitkernextrakt 500 mg (davon Bioflavonoide 250 mg),

Premium Qualität: Vegan, frei von Fructose, Laktose und Gluten, ohne Zuckerzusatz, ohne Farb- und Duftstoffe, ohne chemische Konservierung, Pflanzliche Kapselhülle

www.evolution-international.com