

OPC: Das Superantioxidans gegen das Altern

Seit die Menschheit existiert, strebt sie nach einem langen, gesunden Leben, sucht sie permanent nach einem Jungbrunnen, denn ein Alter mit diversen Leiden und Gebrechen, wie wir es rings um uns beobachten, gehört definitiv nicht zu unserem Wunschtraum.

Es rückt daher die Frage in den Vordergrund: Wie können wir mit natürlichen, unschädlichen, jedoch wirksamen Mitteln Alterungs- und Degenerationsproblemen entgegenzutreten? Es sieht so aus, als hätte die Natur tatsächlich Mittel dafür bereitgestellt



Eine gesunde, abwechslungsreiche Ernährung sollte die Grundlage dafür bilden, reicht bei den heutigen Belastungen jedoch nicht mehr aus. Daher erforschen Wissenschaftler zunehmend, wie Pflanzen sich vor Belastungen – Stress – schützen, um dieses Wissen für die Menschen zu nutzen. Pflanzenschutzstoffe nennt man auch sekundäre Pflanzenstoffe, weil sie nicht wie die primären Stoffe Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate als Baustoffe und zur Energiegewinnung dienen. Dennoch sind sie nicht weniger bedeutend.

In den letzten Jahrzehnten ist auf diesem vorher unbekanntem Terrain viel Pionierarbeit geleistet worden. Seit etwa 50 Jahren forscht der berühmte französische Wissenschaftler,

Professor Jack Masquelier an einem der potentesten sekundären Pflanzenstoffe, dem sogenannten *OPC* (Oligomeres Pro(antho)cyanidin).

Was ist OPC ?

OPC – oligomere Procyanidine (im englischsprachigen Raum spricht man von oligomeren Proanthocyanidinen) – ist eine Gruppe der vielseitigsten und höchst wirksamen sekundären Pflanzenstoffe. Sie gehören zu den Polyphenolen und sind Flavanole. Flavanole untergliedern sich in Katechine (Monomer = Single), OPC (ein Oligomer aus 2 – 4 Katechinen) und Tannine (Polymere aus vier und mehr Katechinen).

Flavanole und Flavonoide sind beides Polyphenole, jedoch mit unterschiedlichen Eigenschaften:

- OPC ist farblos, 100-prozentig bioverfügbar, stark antioxidativ und schützt das Kollagen. Seine Vorstufe ist das rote Farbpigment Anthocyan.
- Flavonoide sind gelb und antioxidativ, sie sind weniger gut bioverfügbar

Entdeckt wurde OPC vom französischen Pharmakologen Professor Dr. Jack Masquelier. Er hat OPC zu seinem Lebenswerk gemacht und entwickelte ein Verfahren, diese Substanz zu isolieren und zu konzentrieren, was er sich später patentieren ließ. 1979 benannte Professor Masquelier die OPC-Stoffgruppe als „Pycnogenole“.

OPC ist in vielen Pflanzen enthalten, insbesondere in Rinden, Schalen, Kernen, Blättern – Teile, die wir weniger oder nicht essen. In höherer Konzentration befindet es sich im Rotwein, der ja mitsamt Kernen und Schalen gekeltert wird.

Funktion in den Pflanzen: Schutz der Zellen vor freien Radikalen.

Wann kann OPC angewendet werden?

Die Naturheilerin Dr.med. Petra Wenzel schreibt in ihrem sehr lesenswerten Buch: „Die Vitalstoff-Entscheidung“, Maya Media 2008, zu den Anwendungen von OPC auf Seite 72 - 73:

- **Allgemein:** Verletzungen wie Brüche, Sehnenzerrungen, Muskelverletzungen und Wunden; Erschöpfung, Müdigkeit, Abgeschlagenheit
- **Entzündungen:** Gelenkentzündung (Arthritis), Magenschleimhautentzündung (Gastritis), Leberentzündung (Hepatitis), Hirnhautentzündung (Meningitis), Zahnfleischentzündung (Parodontitis), Stirnhöhlenentzündung (Sinusitis), Entzündungen der Bronchien (Bronchitis) u.a.
- Karies
- **Augen:** Grauer Star, Makuladegeneration, Retinopathie (Netzhauterkrankung), altersbedingte Sehschwäche, Nachtblindheit
- **Bewegungsapparat:** Arthritis, Rheuma, Gicht, Osteoporose (Festigung des Kollagens)
- **Frauenleiden:** Dauer und Rhythmus der Periode, prämenstruelles Syndrom
- **Haut und Bindegewebe (Kollagenschutz):** Vorbeugung von Faltenbildung (Lifting ohne Laser), Verbrennung und Sonnenbrand, Elastizität von Haut, Fuß- und Fingernägeln, Hauttrockenheit, Narbenbildung, beschleunigte Wundheilung, Akne, Ekzeme, Neurodermitis, Schuppenflechte, Cellulitis, Dehnungsstreifen (Schwangerschaft, Kortisontherapie)
- **Herz-Kreislauf-System:** Blutfettsenkung, Vorbeugung und Besserung von Arteriosklerose, Herzinfarkt, Schlaganfall; Durchblutung der Herzkranzgefäße; Venenprobleme (Besenreiser, Krampfadern, Hämorrhoiden, Schmerzen, Schwellungen); arterielle Durchblutungsstörungen (Kälte, Kribbeln, Schmerzen, „Schaufensterkrankheit“); Wasseransammlungen im Gewebe; offene Beine; Lymphstau
- **Immunsystem:** Allergien, Heuschnupfen, Asthma, Unterstützung der Immunfunktionen, Infektanfälligkeit, stärkstes Antioxidans (Schutz vor Schäden durch Umweltgifte, vor Krebs, Nieren-, Lungen- und Lebererkrankungen)
- **Nervensystem:** Lern- und Konzentrationsfähigkeit, Gedächtnisfunktion, Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom/Hyperaktivität, Alzheimersche und Parkinsonsche Erkrankung, Senilität.

Soweit der Überblick aus dem Buch von Frau Dr. Wenzel zu den Anwendungsgebieten des OPC. Nun möchten Sie sicher mehr über diesen Stoff erfahren und warum er so vielseitig wirken kann.

Wie wirkt OPC ?

Es gibt zwei Hauptwirkungen beim Menschen:

- **Sehr starkes Antioxidans,** das freie Radikale neutralisiert und damit unschädlich macht. Dadurch, dass die Zellen und Zellstrukturen sowie Erbanlagen vor oxidativer Zerstörung bewahrt werden, kann das Entstehen von Krankheiten verhindert und bereits bestehende radikal-bedingte Krankheiten können zum Stillstand gebracht oder gar rückgängig gemacht werden. Eine oxidative Schädigung von Zellfetten und anderen Strukturen in größerem Ausmaß ist beim Menschen der Beginn chronischer Krankheiten wie beispielsweise Arteriosklerose oder Störungen des Immunsystems. OPC ist als Antioxidans zwanzigmal stärker als Vitamin C und vierzig- bis fünfzigmal stärker als Vitamin E. Beide Vitamine werden durch OPC regeneriert.
- **Gefäßschutz durch Kollagenstärkung:** OPC verhindert eine zu große Durchlässigkeit der Gefäßwände (Permeabilität) und wird daher von einigen Fachleuten auch als Vitamin P bezeichnet. Damit wird Venenproblemen, Ödemen, Lymphstau, offenen Beinen und Durchblutungsstörungen vorgebeugt. Durch Stärkung des Kollagens strafft es die Haut und beugt Zellulitis vor.

OPC wird innerhalb weniger Minuten über Mund- oder Magenschleimhaut ins Blut aufgenommen und über den ganzen Körper verteilt, es ist 100-prozentig biologisch verfügbar und erreicht seine höchste Konzentration innerhalb von 45 Minuten. Die Widerstandsfähigkeit der Blutgefäße hat sich bereits 24 Stunden nach der Einnahme verdoppelt, weil sich OPC an die Proteine Kollagen und Elastin anheftet und diese schützt. Innerhalb von 72 Stunden wird OPC im Organismus vollständig verbraucht.

Weil OPC sehr klein ist, kann es wie Vitamin C die Blut-Hirn- und Rückenmark-Schranke überschreiten und auch in diesen sensiblen Bereichen seine Wirkung entfalten.

Bevor wir uns anschauen, was für ein Stoff das ist, möchte ich zur Einstimmung über seine Möglichkeiten ein paar Anwenderberichte voranstellen.

Müdigkeit und Kopfschmerzen:

„Ich arbeite täglich acht Stunden als Sekretärin und besuche noch zusätzlich einen Abendkurs. Deshalb fühle ich mich immer müde. Wenn es bei der Arbeit hektisch zugeht, bekomme ich Kopfschmerzen. Da ich OPC als starkes Antioxidans kannte, habe ich angefangen, meine Nahrung mit zu ergänzen – mit sechs Tabletten zu je 20 mg pro Tag. Nach zwei Wochen spürte ich in mir

mehr Energie. Außerdem wurde nach einem Monat meine Haut fester und glatter. Ich nehme jetzt seit anderthalb Jahren OPC und bekomme überhaupt **keine** Kopfschmerzen mehr, auch wenn ich noch immer häufig Überstunden mache.“

Asthma, Abwehrschwäche, Verstopfung:

„Als mein Sohn zweieinhalb Jahre alt war, wurde bei ihm Asthma festgestellt. Er bekam die Windpocken und keuchte und hustete, was sich im Laufe der Zeit immer mehr verschlimmerte. Innerhalb eines Jahres musste er viermal ins Krankenhaus ... 1995 machte meine Kusine mich mit OPC bekannt ... Nachdem mein Sohn eine Schachtel (täglich zwei Tabletten zu 20 mg) aufgebraucht hatte, konnte ich feststellen, dass er nicht mehr so oft keuchte ... Nach einem Jahr musste er nicht mehr ins Krankenhaus gebracht werden. Früher bekam er häufig Fieber, aber das verschwand ebenso wie die regelmäßigen Erkältungen und Grippe. Sein Immunsystem hat sich enorm verbessert. Er reagiert nicht mehr so empfindlich auf Staub, wogegen er allergisch ist. Außerdem habe ich festgestellt, dass er eine regelmäßige Verdauung hat, seit er OPC nimmt, während er vorher zu Verstopfung neigte. Ich möchte jedem Asthmatiker OPC empfehlen. Es ist ein Lebensretter!“

Ein Beispiel: Hüft- und Gehbeschwerden nach Unfall:

Hier möchte ich den Bericht eines englischen Arztes einfügen, um die Wirkungen von OPC für sich sprechen zu lassen:

„Seit langem suche ich nach einer Möglichkeit, Patienten erfolgreich zu behandeln, ohne sie gleichzeitig mit vielen verschiedenen Tabletten zu belasten und ich glaube, dass ich endlich die Antwort gefunden habe: Masqueliers OPC. Meine Frau hatte zwei sehr schlimme Unfälle, bei denen ihre Hüfte und der Rücken so stark beschädigt wurden, dass man ihr mitteilte, ohne eine große Rückenoperation würde sie innerhalb von zwei Monaten im Rollstuhl landen.“

Wir behandelten sie mit OPC-Tabletten, Homöopathie, Akupunktur und der Bowen-Therapie, und nach vier Jahren arbeitete sie immer noch ganztags – und zwar eindeutig ohne Rollstuhl -, aber sie hinkte und schwang ihre Hüfte beim Laufen ziemlich schlimm.

Nach vier Monaten OPC-Einnahme war das Hüftschwingen völlig verschwunden und auch wenn sie immer noch leicht hinkt ist sie mittlerweile fast schmerzfrei. Wir warten nun darauf, dass auch das Hinken im Laufe der Zeit verschwindet.

Während unserer vielen Praxisjahre haben wir von vielen „Wunder“-Mitteln gehört und sie auch ausprobiert, aber diesmal glauben wir zum ersten Mal, wirklich eines gefunden zu haben. Wir haben eine lange Liste mit den unterschiedlichsten Indikationen gelesen, bei denen OPC Patienten geholfen hat, und es war uns völlig klar, dass ein starkes Gefäßsystem und ein so effektiver Fänger von freien Radikalen für die Gesundheit eines jeden einzelnen Körperteils wohltuend sein muss. Und doch wurden wir noch angenehm überrascht: wir stellten fest, dass die durch die Kugel des Hüftgelenks verursachten Probleme enorm vermindert wurden, obwohl die Röntgenaufnahme zeigte, dass große Knochenstücke aus der Hüfte herausgebrochen waren. ...“

Warum sollte man die Nahrung mit OPC ergänzen?

Unser Körper kann weder Vitamin C noch OPC selbst herstellen. OPC gibt es zwar in der Natur, aber dort in vielen Teilen, die wir nicht unbedingt essen, wie Rinde, Schale, Blätter, Holz, Kerne... Obst aus dem Handel, das unreif geerntet wird, enthält kaum noch OPC. Wer also keinen eigenen Obstgarten besitzt oder regelmäßig Rotwein trinkt, ist auf Nahrungs-Ergänzung angewiesen, weil OPC

- ein sehr starkes Antioxidans ist, das freie Radikale neutralisiert und die Zellen schützt
- den Blutcholesterin-Spiegel reguliert
- die Blutzirkulation im Körper verstärkt, was u.a. positiv auf Bindegewebe, Gelenke, Schleimhäute, Sehkraft ... wirkt
- die Blutgefäße und damit das gesamte Herz-Kreislauf-System stärkt
- die Alterung verlangsamt, weil es Kollagen schützt und damit der Faltenbildung entgegenwirkt
- Stress besser erträglich macht und das Gedächtnis stärkt
- Allergischen Reaktionen vorbeugt
- Für schnellere Heilung von Verletzungen und arthritischen Entzündungen sorgt ...

Wie haben sich Inhalte der Lebensmittel im Laufe der Zeit verändert?

Vergleich der Ergebnisse von älteren Studie aus dem Jahre 1985, 1996 und 2002 mit entsprechenden Vitalstoff-Verlust-Werten:

Mineralien und Vitamine in mg je 100g Lebensmittel	untersuchte Inhaltsstoffe	Ergebnis 1985	Ergebnis 1996	Ergebnis 2002	Verlust 1985-1996	Verlust 1985-2002
Brokkolie	Calzium	103	33	28	-68 %	-73 %
	Folsäure	47	23	18	-52 %	-62 %
	Magnesium	24	18	11	-25 %	-55 %
Bohnen	Calzium	56	34	22	-38 %	-51 %
	Folsäure	39	34	30	-12 %	-23 %
	Magnesium	26	22	18	-15 %	-31 %
	Vitamin B6	140	55	32	-61 %	-77 %
Kartoffeln	Calzium	14	4	3	-70 %	-78 %
	Magnesium	27	18	14	-33 %	-48 %
Möhren	Calzium	37	31	28	-17 %	-24 %
	Magnesium	21	9	6	-57 %	-75 %
Spinat	Magnesium	62	19	15	-68 %	-76 %
	Vitamin C	51	21	18	-58 %	-65 %
Apfel	Vitamin C	5	1	2	-80 %	-60 %
Banane	Calzium	8	7	7	-12 %	-12 %
	Folsäure	23	3	5	-84 %	-79 %
	Magnesium	31	27	24	-13 %	-23 %
	Vitamin B6	330	22	18	-92 %	-95 %
	Kalium	420	327	-*	-24 %	-
Erdbeeren	Calzium	21	18	12	-14 %	-43 %
	Vitamin C	60	13	8	-67 %	-87 %

Quellen: 1996/2002 Lebensmittellabor Karlsruhe/Sanatorium Oberthal

Allergien, Gelenkprobleme, Müdigkeit:



Kleinkind bekam, verschont blieb.

„Unsere ganze Familie nimmt seit drei Jahren regelmäßig OPC. Bei meiner Frau Christiane (38) verschwanden eine Reihe von allergischen Reaktionen wie Heuschnupfen, Nasenrinnen, tränende Augen, Niesen und ständige Müdigkeit. Besonders Letztere verschwand wie von Zauberhand. Christiane verfügte plötzlich über Energien, die früher undenkbar waren. Auch nach der Geburt unserer Tochter war alles in Ordnung. Weder hatte Christiane Zahnfleischbluten noch Haar- oder Zahnausfall, wie wir es von anderen Frauen gehört hatten. Sie bekam auch keine Schwangerschaftstreifen, und unsere Tochter besaß so gute Abwehrkräfte, dass sie von einer Grippe, die laut unserer Kinderärztin jedes

Mein Vater Wilhelm (69) hatte Gelenkprobleme und war in seiner Bewegung stark eingeschränkt. Auch war er ständig müde und kraftlos ... Nach der regelmäßigen Einnahme von zuerst acht, später dann nur noch vier Kapseln OPC täglich verschwanden sämtliche Beschwerden. Seine Vitalität und blühende Ausstrahlung fällt seither vielen auf, die ihn kennen.

Auch ich selber kann eine markante Verbesserung meines Zustandes vermelden: Mein rechtes Schultergelenk war in seiner Funktion sehr eingeschränkt. Ich konnte den Arm nur unter Schmerzen nach oben strecken, und die Knie knackten hörbar. Nach regelmäßiger OPC-Einnahme verschwanden diese Symptome ...“

Dosierung

Dosierung zur Gesunderhaltung: 1 – 2 mg pro Kilogramm Körpergewicht täglich - Höhere Dosierung bei akuten Krankheiten, in Stressphasen, beruflicher Anspannung, sportlicher Belastung, vor Operationen, nach Verletzungen, bei starker Sonnenlicht- und/oder Allergeneinwirkung.

Therapeutische Dosierungen von 400 mg und mehr wurden in Studien bei folgenden Beschwerden verabreicht: Krampfadern, Sportverletzungen, Ödeme, Netzhauterkrankungen, Prämenstruellem Syndrom und vielem mehr ...

Beste Einnahmezeit: Eine halbe Stunde vor oder nach einer Mahlzeit. Zumindest sollte man gleichzeitige Aufnahme von Milchprodukten vermeiden, wenn man die volle Wirksamkeit erreichen möchte. Wer einen empfindlichen Magen hat, nimmt es besser mit einer Mahlzeit.

Überdosierung: Bislang wurden keine Nebenwirkungen beobachtet Selbst bei Langzeiteinnahme von täglich 35 000 mg konnte keinerlei negative Wirkung auf den Körper festgestellt werden.

In Frankreich bildet OPC seit 1950 die Grundlage für drei gefäßschützende Medikamente, die von Ärzten verschrieben werden. Es ist dort auch heute noch – 60 Jahre nach seiner Entdeckung - der am häufigsten verschriebene Wirkstoff gegen Gefäßschwäche.

Die Entdeckung des OPC – ein segensreicher Zufall

Jack Masquelier fertigte seine Doktorarbeit über das rote Pigment in der Erdnuss an. Er sollte erforschen, ob das rote Häutchen, das die Erdnuss unter der Schale umschließt, giftige Stoffe enthält – die Erdnussrückstände von der Produktion des Erdnussöls nutzte man damals nach dem Zweiten Weltkrieg als Viehfutter. Masquelier fand heraus, dass die rote Erdnusshaut keine giftigen Stoffe enthält. Gleichzeitig entdeckte er darin eine farblose Substanz mit starker Schutzwirkung für die Blutgefäße – das OPC.

Erste Anwendung für Ödeme: Die schwangere Frau von Masqueliers Doktorvater litt an Ödemen (Ansammlungen von Gewebsflüssigkeit zwischen den Zellen wegen erhöhter Durchlässigkeit der Lymph- und Blutgefäße). Sie wurde zur ersten Versuchsperson, die OPC aus der Erdnusshaut ausprobierte. Bereits nach 48 Stunden war sie ihre Ödeme los. Das gab Anstoß zu intensiver weiterer Erforschung, und Masquelier machte das OPC zu seinem Lebenswerk, er wurde quasi zum OPC-Papst.

Das Rotweinparadoxon – das französische Paradox

1979 veröffentlichte der britische Wissenschaftler St. Leger in der angesehenen Wissenschafts-Zeitschrift Lancet einen Artikel über den Zusammenhang zwischen Weinkonsum und Sterblichkeitsrate in den Industrieländern. Am besten schnitten dabei die Länder mit dem höchsten Rotweinkonsum ab – Italien und an erster Stelle Frankreich, obwohl sich die Franzosen fettreich ernähren und starke Raucher sind.

Für große Aufregung sorgte auch der französische Epidemiologe Professor Serge Renaud, als er 1991 im amerikanischen Fernsehen darstellte, dass die Franzosen durch ihren hohen Rotweingenuss (65 Liter jährlich) ein um ein Drittel geringeres Risiko als die Amerikaner haben, an Herzinfarkt zu sterben, trotz fettreicheren Essens, wenig Sport und höherem Rauchkonsum.

1995 führte die große Kopenhagen-Studie zu folgendem Ergebnis: In umfangreichen Untersuchungsreihen kam heraus, dass regelmäßiger aber mäßiger Weingenuss am besten vor Herztod und anderen tödlichen Krankheiten schützt. Weintrinker haben ein 60 Prozent geringeres Risiko an Infarkt oder Schlaganfall zu sterben.

Das französische Paradox wurde von der Zehnjahres-Studie „Monica“ der Weltgesundheitsorganisation (WHO) bestätigt: Länder mit hohem Weinkonsum wie Frankreich, Italien, Spanien und die Schweiz hatten die geringste Sterblichkeitsrate bei koronaren Herzerkrankungen (KHK)

Eine große Anzahl von Untersuchungen ergab übereinstimmend, dass Sterblichkeit und Herzinfarkttrisiko bei Menschen mit moderatem Weinkonsum (0,2 – 0,4 l Rotwein täglich) um bis zu 40 Prozent niedriger ist als bei Menschen, die das nicht tun. Viele Untersuchungen bestätigen die wesentlich stärkere Schutzwirkung des Rotweins (er wird ja mitsamt Schalen und Kernen gekeltert) gegenüber dem Weißwein. Man hat herausgefunden, dass bei regelmäßigem aber mäßigem Rotweintrinken das Blut langfristig weniger des Pfropfen bildenden Faserstoffs Fibrinogen enthält und dass bereits gebildete Pfropfen wieder aufgelöst werden. Er wirkt zudem gefäßentspannend und gefäßweiternd, was den Blutdruck senkt.

Unterdessen hat man mehr als 1000 Inhaltsstoffe im Rotwein identifiziert und Professor Masquelier gelang die Entdeckung des Stoffes, der für die Gesundheitswirkungen verantwortlich ist: OPC.

Alle Studien kommen zum Ergebnis, dass maßvoller, regelmäßiger Rotweingenuss als Antioxidans wirkt, die Verdauung anregt, antibakteriell wirkt und Nierensteine sowie Entzündungen verhindert. Daneben schützt er Herz und Kreislauf, wirkt also lebensverlängernd.

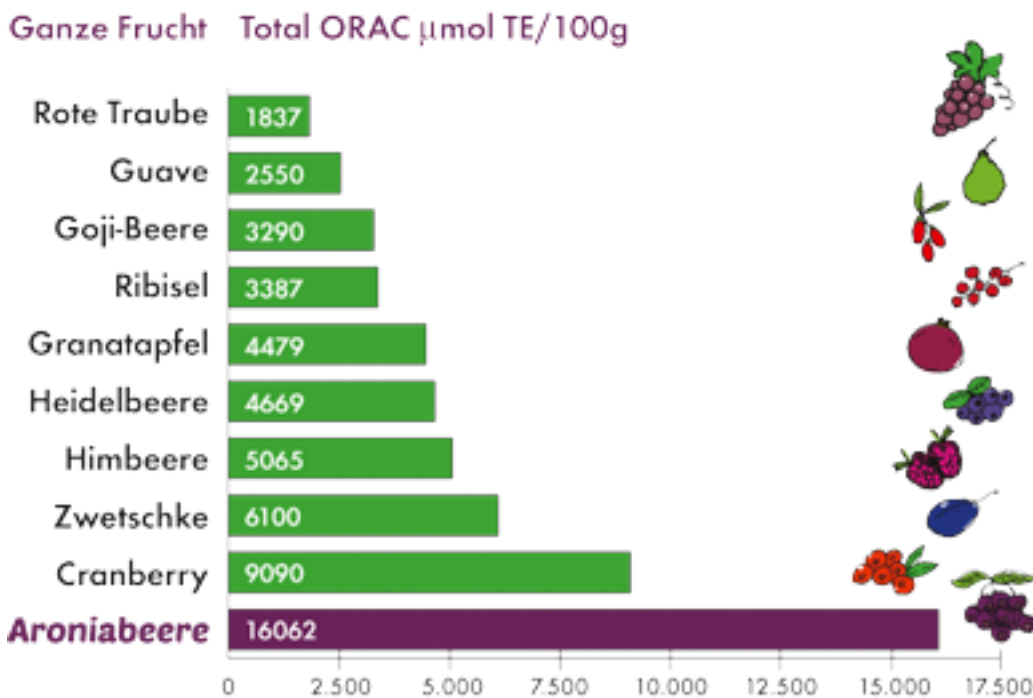
Rotwein ist eine gute Quelle für OPC.

Wie kann man sich OPC ohne Rotwein zuführen?

OPC finden wir besonders in den faserigen und holzigen Teilen von Obst und Gemüse, in Schalen von Kernen und Nüssen und in Rinden und Blättern von Bäumen und Büschen.

OPC-Gehalt in mg pro 100 Gramm essbarer Teile, reif geerntet:

ORAC-Werte diverser Obstarten (ganze Früchte)



Quelle: U.S. Department of Agriculture, Database for the Oxygen Radical Absorbance Capacity (ORAC) of Selected Foods, 2010

Wenn man heute Früchte oder Gemüse kauft, sind diese meist unreif geerntet wegen des leichteren Transportes. Sie haben nur noch sehr wenig OPC. Insbesondere Tafelwein enthält zudem kaum noch Kerne, die man über die Jahre weggezüchtet hat, weil der Verbraucher süßes und kernloses Obst bevorzugt.

Gewinnung von OPC

In den 1940er Jahren verwendete Professor Masquelier die rote Erdnusshaut. Als die Erzeugerländer die Erdnüsse ohne Schale auslieferten, musste er eine neue Quelle aufsuchen, und so produzierte er es seit 1950 aus der Pinienrinde seiner Heimat Bordeaux. Später fand er heraus, dass auch Traubenkerne reich an OPC sind und verwendete sie ebenfalls. 1955 gelang ihm der Nachweis, dass OPC in Rotwein enthalten ist.

Weitere Pflanzen, die Flavanole (OPC) enthalten: Aroniabeere, Granatapfel, Ginkgo biloba, Gojibeere, Mistel, Weißdorn, australischer Teebaum, Lindenblüten, Rinde von Kiefern, Kastanien, Chinabaum, Traubenkerne, Ebereschenfrüchte, Avocados, Himbeeren, Äpfel, Erdbeeren, Blaubeeren, Zypressenfrüchte...

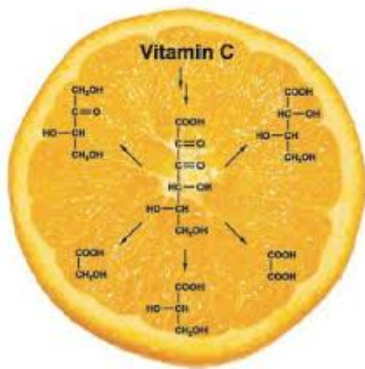
Biologische Verfügbarkeit von OPC

Mit Labortieren hat man die Verfügbarkeit von OPC im Körper geprüft. Das OPC verteilt sich rasch im gesamten Organismus, sogar bis in Haut, Haare und Nägel. Besonders hohe Konzentrationen erreicht es im gesamten Blutkreislauf, in den Atem- und Verdauungswegen, in Drüsen und Muskeln, insbesondere im Herzmuskel.

Eine vergleichbare Prüfung mit dem gefäßschützenden Bioflavonoid Rutin ergab für Rutin nur eine geringe biologische Verfügbarkeit.

Die höchste Konzentration von OPC wurde bereits 45 Minuten nach der Aufnahme festgestellt, und nach 7 Stunden wurde immer noch ein Drittel des Maximalwertes gemessen. Die schnelle Verfügbarkeit ist vor allem für Notfälle wie beispielsweise einem Allergieanfall bedeutsam.

OPC und Vitamin C – erfolgreiches Teamwork



Vitamin C ist in fast alle Körpervorgänge eingebunden. Der Mensch gehört zu den wenigen Spezies, die es nicht selber bilden können sondern mit der Nahrung aufnehmen müssen. Bei Lagerung von Obst und Gemüse geht es recht schnell verloren, natürlich auch bei jedem Verarbeitungsschritt.

Der Entdecker des Vitamin C, Szent-Györgyi, hat immer den Co-Faktor von Vitamin C gesucht, weil synthetisch hergestelltes Vitamin C bei der Bekämpfung von Skorbut weniger stark wirkt als pflanzliche Auszüge (z.B. aus Zitronenschalen), konnte ihn jedoch nie finden.

1976 schließlich wiesen Professor Masquelier und sein Team an Experimenten mit Meerschweinchen nach, dass OPC die Wirkung von Vitamin C vervielfacht. Unter der Wirkung von OPC reduziert sich der Vitamin-C-Bedarf auf ein Zehntel, denn OPC kann Vitamin C bis zu zehnmals regenerieren (durch eine Redox-Reaktion). Beide Stoffe verstärken sich gegenseitig in ihrer Wirkung. Durch Vitamin C wird auch die Schutzwirkung des OPC vergrößert.

Ist OPC ein Vitamin und was bewirkt es ?

Einige Fachleute bezeichnen OPC als Vitamin P (P= Permeabilität, Durchlässigkeit), zuständig für die Festigkeit der Kapillaren (feinste Verzweigungen der Blut- und Lymphgefäße). In einem wissenschaftlichen Forschungsbericht der Universität Bordeaux heißt es beispielsweise: „*Flavonole Oligomere stellen in unserer Ernährung praktisch die einzige Quelle an Vitamin P dar... Sie sind gut löslich, vollständig bioverfügbar, nicht toxisch, nicht mutagen und nicht karzinogen. Sie ... haben einen berechtigten Anspruch auf Vitaminwirkung.*“

Es vermindert die Durchlässigkeit der Kapillaren, wirkt entzündungshemmend und antiallergisch.

Wie schützt OPC die Blut- und Lymphgefäße ?

OPC heftet sich an die Gerüstproteine des Bindegewebes Kollagen und Elastin an, die ihrerseits Bestandteile der Gefäßwände sind. Beide Eiweiße bauen alle Gefäßwände auf, halten sie geschmeidig und stark. OPC, das sich an sie bindet (Vitamin C kann das nicht), aktiviert gleichzeitig ihren Aufbau und Stoffwechsel und verhindert ihre vorzeitige Zerstörung. Elastin und Kollagen sorgen für Elastizität und das richtige Maß an Durchlässigkeit der Gefäßwände.

Unter dem Einfluss freier Radikale wird das Bindegewebe zunehmend starr und verliert seine Elastizität (äußerlich als Hautfalten sichtbar). Da OPC ein starkes Antioxidans ist, kann es freie Radikale hochwirksam neutralisieren.

Hinweise für geschädigte Gefäßwände: Blutendes Zahnfleisch beim Zähneputzen, Ödeme in Armen und Beinen, große Müdigkeit ohne entsprechende Anstrengung, müde geschwollene Beine, etwas Blut auf der Augenhornhaut ...

Freie Radikale und Antioxidantien

Unser Körper braucht Sauerstoff für alle seine Lebensfunktionen, Sauerstoff hat jedoch auch eine Kehrseite. Masquelier bezeichnet ihn als eine „Person mit einem Janusgesicht, jemand mit einer guten und einer sehr gefährlichen Seite.“

Sauerstoff benötigen wir zum Atmen und für alle Stoffwechselprozesse, ebenso nutzt unser Immunsystem Sauerstoff, um Eindringlinge abzuwehren, somit ist er lebensnotwendig.

Sauerstoff kennen wir dagegen auch mit seiner Kehrseite, wenn er als freies Radikal auftritt.?

Was sind nun freie Radikale?

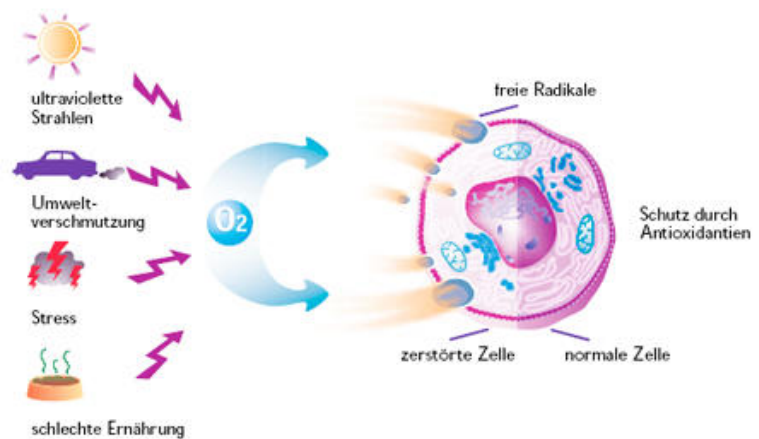
Es sind Moleküle, denen entweder ein Elektron fehlt oder die eines zu viel haben. Es sind besonders reaktionsfreudige Stoffe, die ständig neue Verbindungen eingehen, um fehlende oder überzählige Elektronen auszugleichen.

Die meisten Moleküle sind chemisch stabil, weil ihre Elektronen paarweise vorkommen.

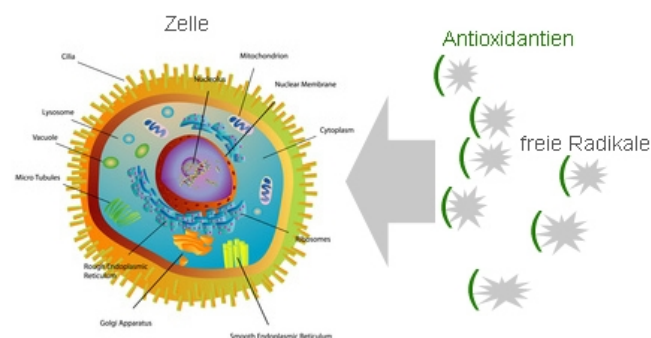
Das Molekül, dem von einem freien Radikal ein Elektron „geraubt“ wurde, wird nun seinerseits zum freien Radikal und nimmt einem dritten Molekül ein Elektron weg. Das kann sich wie ein Dominoeffekt fortsetzen, so dass schließlich Zellen geschädigt werden.

Woher kommen die freien Radikale?

Unsere Zellen nutzen Sauerstoff zur Energieproduktion, dabei entstehen als Nebenprodukt eine kleine Anzahl veränderter Sauerstoffverbindungen. Durch Stress, Sport und Krankheiten erhöht sich der Sauerstoffbedarf der Zellen und es entstehen mehr freie Radikale. Zusätzlich produziert der Körper gezielt freie Radikale, um schädliche Keime zu zerstören. Bei Entzündungen, allergischen Reaktionen usw. erhöht sich ebenso die Anzahl freier Radikale. Wir nehmen sie weiterhin aus der Umwelt auf durch Luftverschmutzung, Zigarettenrauch, Lebensmittelzusatzstoffe und Pflanzenschutzmittel, durch Medikamente, Drogen und übertriebenes Sonnenbaden, durch Röntgenstrahlen, Schwermetalle (Amalgam ...), Lösungsmittel usw.



Was verursachen freie Radikale?



Freie Radikale werden auch als Oxidantien bezeichnet, weil sie Stoffe oxidieren, beispielsweise Fett ranzig machen oder angeschnittene Äpfel braun werden lassen.

Im Körpergewebe beschädigen sie Fettverbindungen (beispielsweise in den Zellmembranen) oder lassen Proteine und DNS-Moleküle miteinander verschmelzen, wodurch ihre Funktion eingeschränkt wird. Im Laufe der Zeit häufen sich geschädigte Proteine, Fette und andere Zellreste an, Zellchemie und Zellfunktion werden nachhaltig gestört. Durch Gewebeverfall beginnt die Alterung und Entstehung chronischer

Krankheiten wie Arteriosklerose, Allergien, Diabetes, Bluthochdruck, Immunschwäche, Rheuma, Parkinson ...

Antioxidantien als Rostschutz für die Zellen:

Wir sind den freien Radikalen nicht schutzlos ausgeliefert, ihre natürlichen Gegenspieler sind Antioxidantien, die den Organismus vor Sauerstoffschäden schützen und eingetretene Schäden reparieren.

Antioxidantien können sich mit den aggressiven Radikalen verbinden und sie „neutralisieren“, indem sie diese zu stabilen, nichtgiftigen Stoffwechselprodukten umformen, womit eine Zellschädigung verhindert wird.

Der Körper hat zwei Möglichkeiten, um sich vor Oxidation zu schützen.

Er kann die antioxidativen Enzyme Glutathion-Peroxidase, Katalase und Superoxid-Dismutase bilden, wozu er aber die Spurenelemente Selen, Zink, Mangan, Eisen und Kupfer in genügender Menge benötigt und er kann mit Nahrung und Nahrungsergänzung zugeführte Antioxidantien wie Vitamin C, E und A, Beta-Carotin, Cystein und auch OPC zuführen. Die Fähigkeit zur Eigenproduktion antioxidativer Enzyme nimmt leider mit zunehmendem Alter ab, so dass wir auf vermehrte Zufuhr von außen angewiesen sind. Daher ist eine möglichst naturbelassene Ernährung zusammen mit der täglichen Einnahme ausgewogener Antioxidantien ein guter Weg, um den Antioxidantien-Spiegel im Körper schützend hoch zu halten.

Welche Besonderheiten bietet OPC als Antioxidans?

- OPC neutralisiert sehr wirksam freie Radikale im ganzen Körper. Es wird rasch aufgenommen und überall verteilt und beugt damit vor allem altersbedingten Verfallserscheinungen vor.
- OPC bekämpft viele verschiedene freie Radikale. Es wirkt sowohl in fettlöslichen Verbindungen als auch in wasserlöslichen Substanzen, es wirkt in und außerhalb der Zellen.
- OPC ist 10 – 20 mal stärker als Vitamin C und bis zu 50 mal so wirksam wie Vitamin E, wobei es gleichzeitig die Wirkung beider Vitamine verstärkt.

OPC als Spezialist für das Bindegewebe:

Es schützt das Bindegewebe sehr effektiv vor den Angriffen freier Radikale. Es verhindert somit die Zerstörung und damit Degeneration der Gefäßmembranen in Magen und Darm, Gehirn und Atemwegen, Gelenken und Wirbelsäule ...

1987 wurde OPC als stärkstes natürliches Antioxidans patentiert.

In dem Patentschreiben heißt es u.a., dass „die Erfindung einer Methode zur Verhinderung und Bekämpfung schädlicher biologischer Wirkungen von freien Radikalen im Organismus warmblütiger Tiere und insbesondere der Menschen verfügbar macht, nämlich den Abbau von Gehirnzellen, verminderte Sauerstoffversorgung von Körpergewebe als Folge von Arteriosklerose, Herz- und Hirninfarkt, Tumorstadium, Entzündungen, Mangel durchblutung, Veränderung der Gelenkflüssigkeit, Kollagenabbau und andere.“

Diese Krankheiten haben eine gemeinsame Ursache: Den Angriff freier Radikale, der die Körperzellen allmählich „ranzig“ werden lässt.

Masquelier dazu: „Man könnte sagen, dass für unsere Zellen Altern das gleiche bedeutet wie Ranzigwerden. So muss jede Zelle unter der hyperoxidativen Wirkung freier Radikale leiden ... OPC bekämpft Sauerstoffradikale, die in allen möglichen und vorstellbaren lebenden Zellen wirken. Werden diese Zellen zerstört, sei es in der Niere, im Auge oder im Herz, so ist dies das Ergebnis der Wirkung freier Radikale.“

Beispiele für den Einsatz von OPC

Das Anwendungsbuch von Anne Simons und Alexander Rucker: „Gesund länger leben durch OPC“, Maya Media 2005, das ich jedem ans Herz lege, der sich ausführlicher mit OPC befassen möchte, bringt eine Reihe von Anwendungsgebieten für OPC zur Sprache. Ich möchte Ihnen in Kurzform einige davon vorstellen:

Schutz von Herz und Blutgefäßen:

In den westlichen Industrieländern stirbt seit Jahrzehnten jeder Zweite an Herz- Kreislauf-Erkrankungen. Eine der Hauptursachen ist die Arteriosklerose, die durch unsere Lebensart mit reichlicher Ernährung und wenig Bewegung gefördert wird. Es ist eine entzündliche Erkrankung an den Innenwänden der Blutgefäße, wobei Ablagerungen entstehen. Gesunde Arterienwände sind kräftig, elastisch und anpassungsfähig. Arteriosklerotisch veränderte Adern werden zunehmend starr und verengen sich,

oxidierte Fette und Kalk lagern sich hier ab. OPC wirkt doppelt segensreich, es verhindert die Oxidation der Fette und damit ihre Ablagerung an den Gefäßwänden und durch seine kollagenaufbauenden Eigenschaften werden die Adern wieder elastischer.

OPC hilft zusammen mit Vitamin C, die feinen Risse der beschädigten Blutgefäße in unserem etwa 100 Kilometer langem Blutzirkulationssystem zu reparieren, so dass sie wieder besser ihre Funktion erfüllen können. Das Zuführen dieser beiden wichtigen Stoffe, regt die Selbstheilungskräfte des Körpers enorm an. Molekularbiologen heben nicht umsonst den Spruch geprägt: "Your body, the perfect healer (Dein Körper, der perfekte Heiler)"

Eine gesunde Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse, genügend Bewegung und eine gute Versorgung mit Antioxidantien, können unsere Herz-Kreislauf-Gesundheit stärken und damit Krankheiten wie Infarkt oder Schlaganfall vorbeugen.

Krampfadern:



Verschiedene wissenschaftliche Studien zu diesem Thema in den Jahren 1980 bis 1981 brachten folgende Ergebnisse:

- 78 Personen mit schwerwiegenden Venenproblemen in den Beinen bekamen täglich 150 mg OPC mit durchweg positiven Ergebnissen.
- OPC erwies sich bei Funktionsstörungen der Venen in verschiedenen Untersuchungen als potentes Vorbeugemittel gegen Krampfadern.

1985 wurde eine weitere Studie mit 92 venenschwachen Patienten durchgeführt: Nach vierwöchiger Gabe von täglich 300 mg OPC hatte sich der Zustand „schwere Beine“ verbessert, Juckreiz und nächtliche Krämpfe waren zurückgegangen.

Dazu einen Erfolgsbericht aus dem vorher zitierten Buch „Gesund länger leben durch OPC“: „Eine Freundin von mir, die seit Jahren unter Krampfadern in den Beinen litt, verschob aus Angst vor dem Eingriff seit längerem immer wieder die eigentlich notwendige Operation. Dabei zeichneten sich ihre Krampfadern nicht nur ausgesprochen auffällig an den sonst hübschen Beinen ab, sondern sie litt auch oft unter stechenden Schmerzen, besonders in der Nacht. Nach dreimonatiger Einnahme von täglich 300 mg OPC ging es ihr tatsächlich viel besser.... In dieser Situation bestand keine Notwendigkeit mehr für eine Operation.“

Hämorrhoiden:

Das sind Krampfadern des Afters, die sich u.a. durch mangelnde Bewegung bilden können. Durch viel Sitzen können sich die Venen am Darmausgang erweitern, fangen an zu jucken und können schließlich auch platzen. Eine gute OPC-Versorgung kann die Blutgefäße stärken, den Blutfluss regeln sowie Verklumpungen verhindern oder wieder auflösen.

Eine Amerikanerin aus Ohio äußert sich zum Thema: „Ich bin 43 Jahre alt und arbeite zur Zeit als System Operator in einem Versicherungsunternehmen. Nachdem ich Masqueliers OPC einige Monate lang eingenommen hatte, verbesserte sich mein Gesundheitszustand stark. Insbesondere hatten sich meine Hämorrhoiden zurückentwickelt, die mich jahrelang geplagt hatten. Ich habe 1993 mit der regelmäßigen Einnahme von OPC begonnen und nehme es seither ununterbrochen. Meine tägliche Dosis beträgt dreimal 100 mg. Ich bin nur noch selten krank geschrieben, wodurch sich meine Arbeitsleistungen gesteigert haben, ohne dass ich mich besonders anstrengen musste. Zudem haben sich meine ehemals zu hohen Cholesterinwerte normalisiert. Was mich betrifft, bin ich rundum von OPC begeistert. Früher litt ich oft unter schlimmer Migräne sowie Hals- und Mandelentzündungen (Tonsillitis). Heute kommt das nur noch höchst selten vor.“

Geschwollene Beine, offene Beine, Thrombosen:

Geschwollene und schwere Beine sind typische Zeichen für Gefäßschwäche. Aus den Lymphgefäßen tritt Flüssigkeit aus und sammelt sich in den Geweben an, Schwere- und Müdigkeitsgefühle sind die Folge, oftmals verbunden mit Schmerzen.

OPC schützt die Gefäßwände und regt den Blutfluss an, wobei es Blutplättchenverklumpungen entgegenwirkt. Wahrscheinlich kann es so Thrombosen verhindern helfen. Wenn der Blutfluss durch solch einen Blutpfropf behindert ist, wird dahinter liegendes Gewebe nicht oder nur schlecht versorgt, es kann zu offenen Beinen kommen.

Dazu folgender Erfolgsbericht: „Eine ältere Dame aus Salzburg litt unter einem „offenen Bein“. Auf dem linken Fuß hatte sie eine kreisrunde Wunde mit einem Durchmesser von 3 cm. Obwohl sie deswegen seit drei Jahren (!) in Behandlung war, wollte sich die Wunde nicht schließen. Beim Gehen litt die Frau ständig unter großen Schmerzen in den Beinen und humpelte schon. Schließlich

ergänzte sie ihre Nahrung mit OPC. Nach zwei Wochen bildete sich eine Kruste auf der Wunde, nach sechs Wochen war diese vollständig zugeheilt. ...“

Hämorrhagien:

Das sind innere Blutungen infolge durchlässiger Adern. Symptome sind: Nach Stößen treten schnell starke blaue Flecken auf oder die feinen Äderchen in den Augen platzen. 1980 führte man eine Studie an Senioren mit starker Gefäßschwäche durch. Symptome waren geplatze Blutgefäße und punktförmige Blutungen unter der Haut. Ihnen wurde 100 – 150 mg OPC täglich verabreicht, und innerhalb von zwei Wochen verbesserte sich der Zustand der Probanden deutlich. Bei 53 Prozent wurde das Ergebnis mit „gut“, bei weiteren 20 Prozent mit „sehr gut“ bewertet.

Eine Amerikanerin aus Idaho machte folgende Erfahrung: *“Ich hatte schlimme Gefäßblutungen in den Beinen und Kapillarschäden, die mein rechtes Auge röteten. Von einem Arzt, den ich aufsuchte, erfuhr ich, dass mein Zustand unheilbar sei. Ich war sehr deprimiert. – Vor einem Jahr erzählte mir eine Freundin, dass OPC ein sehr wirkungsvolles Nahrungsergänzungsmittel sei, das mir vielleicht auch helfen könne. Also nahm ich es ein – täglich sechs Tabletten zu je 20 mg. Ich nehme dieses Mittel nun seit einem Jahr und fühle mich großartig, da all meine Beschwerden geheilt sind. Sogar die Sommersprossen in meinem Gesicht sind verblasst.“*

Durchblutungsstörungen an Händen und Füßen:

Bob Hornstra, ein niederländischer Arzt, behandelt auch Durchblutungsstörungen an Händen und Füßen mit OPC. Kribbeln und weißbläulichen Verfärbungen von Fingern und/oder Zehen begegnet er mit Wechselbädern, einer Ozontherapie und OPC, das er mit den Vitaminen A und E kombiniert, wobei er von einer gegenseitigen Verstärkung dieser Substanzen spricht. Bei akuten Beschwerden dosiert er dreimal täglich je 100 mg OPC, wenn die Beschwerden nachlassen, reduziert er auf morgens und abends je 50 mg, womit sich die meisten Patienten sehr wohl fühlen.

Konzentrations- und Lernstörungen:

Wir wissen bereits, dass OPC die Blut-Hirn-Schranke überwinden kann und auch in diesem sensiblen Bereich freie Radikale an sich bindet, so dass Konzentrations- und Lernstörungen begegnet werden kann.

Der Kinderpsychiater James Greenblatt aus Boston hat OPC systematisch untersucht. Er sagt: *„Kinder mit Konzentrationsstörungen, die OPC nehmen, brauchen überhaupt kein Ritalin mehr ... Tatsächlich sind auch davon betroffene Erwachsene viel leichter zu behandeln, da sie außer OPC kein weiteres Mittel benötigen.“*

Fallbericht: *„Der neunjährige Peter hatte große Lernschwierigkeiten, da er sich nicht konzentrieren konnte. In der Schule ließ er sich immer wieder ablenken ... und auch bei den nachmittäglichen Hausaufgaben war es ihm nicht möglich, länger als ein paar Minuten still zu sitzen und sich auf seinen Lernstoff zu konzentrieren. Diese Schwierigkeiten spiegelten sich in seinen schulischen Leistungen und den Noten wider. Da seine Mutter von OPC erfuhr, mischte sie ihm OPC ins Essen, was den Jungen bald schon veränderte. Er wurde ruhiger und konzentrierter. Nach mittlerweile einjähriger OPC-Einnahme kommt er im Unterricht gut mit und geht gern in die Schule. Seine Noten haben sich in allen Fächern enorm verbessert.“*

Abbau von Gehirnzellen, Alzheimer, Demenz:

Gehirnleiden von Senioren sind häufig Folge der Zerstörung durch freie Radikale. OPC verbessert durch seine gefäßschützende Wirkung die Durchblutung des Gehirns und damit die Sauerstoffversorgung. Es neutralisiert zudem die freien Radikale, diese können nun die Innenwände der Kapillaren nicht mehr zerstören. Sauerstoffmangel sorgt für die Anhäufung freier Radikale, welche die Zellwände des Nervengewebes zerstören. Folge kann der Abbau von Gehirnzellen sein - Alzheimer lässt grüßen.

Stärkung der Sehkraft, Verhinderung von Makuladegeneration oder Grauem Star:

Vor 20 Jahren wurde in einer großen Studie mit 148 Retinopathie- (Augenschwäche)Patienten die Wirkung von OPC getestet. Man verabreichte davon täglich 100 mg und, egal ob die Sehschwäche diabetisch, arteriosklerotisch, entzündlich oder degenerativ bedingt war, das Leiden verbesserte sich augenfällig.

Wenn Kollagen in der Augenlinse abgebaut wird, kann es zu grauem Star kommen. Dazu aus einem Bericht über eine ältere Patientin: *„Bei einer 77-jährigen Dame wurde eine stark verminderte Sehleistung festgestellt. Man kam zu dem Schluss, dass eine Operation wegen des Grauen Stars unvermeidlich sei. Die Dame nahm daraufhin regelmäßig OPC ein – mit erfreulichem*

Ergebnis: Nach drei Monaten stellte der Augenarzt fest, dass ihre Sehkraft deutlich gestiegen war. Die Operation wurde auf unbestimmte Zeit verschoben.“

Ein Augenarzt kommentiert: *“Fast alle meine Patienten konnten ihre Sehschwäche (sogar bei Makula-Degeneration) nach Einnahme von OPC im Durchschnitt nach einem halben Jahr um 20 – 30 Prozent verbessern, auch sehr alte Leute.“*

Bei ständiger Überanstrengung der Augen, beispielsweise durch Bildschirmarbeit oder auch Nachtarbeit, kann OPC ebenfalls Erleichterung bringen.

Verletzungen:

Wenn man Sport betreibt, wo Verletzungen häufiger sind, macht es Sinn, die Gefäßwände vorbeugend durch regelmäßige OPC-Einnahme zu stärken. Dadurch fallen Verletzungen weniger schwer aus, Wunden heilen schneller, Knochenbrüche wachsen rascher wieder zusammen, Blutergüsse bilden sich eher zurück. Bei der Wundheilung sind Kollagen und Elastin beteiligt, die durch OPC, wie wir bereits wissen, gestärkt werden.

Zur Vorbeugung genügen 50 – 100 mg OPC täglich. Bei Verletzungen empfiehlt der niederländische Arzt Henk van Montfort 400 – 500 mg während der akuten Phase.

Ein Erfolgsbericht: *“Eine übergewichtige Dame mittleren Alters (1,72 m, 105 kg) musste sich einer Meniskusoperation unterziehen. Sie bereitete sich darauf vor, indem sie drei Wochen vorher täglich 100 mg OPC einnahm. Ihre Genesung erfolgte so schnell, dass sowohl der Physiotherapeut als auch alle anderen Patienten höchst erstaunt waren: Als einzige Patientin wurde sie bereits nach fünf Tagen aus dem Krankenhaus entlassen, obwohl niemand so übergewichtig war wie sie.“*

Gelenk- und Knochenbeschwerden:

Dazu schreibt eine 38-jährige Frau aus Singapur: *“Vor drei Jahren litt ich unter unerträglichen Schmerzen am Fußgelenk. Auch nachdem ich viele Spezialisten aufgesucht hatte, war der Schmerz noch da. Jedes Mal bekam ich Schmerzmittel und musste bestimmte Programme zur Stärkung meines Fußgelenks befolgen. Doch das Problem blieb und der Schmerz wurde schlimmer. Ein Freund besorgte mir OPC, als er von meinem Problem hörte. Ich nahm zunächst drei Wochen lang täglich sieben Tabletten zu je 20 mg ein. Der Schmerz ließ nach, so dass ich mit der OPC-Behandlung fortfuhr. Ein Jahr lang nahm ich täglich zweimal 20 mg, und der Schmerz war schließlich völlig verschwunden. Seither habe ich diesen Schmerz am Fußgelenk nicht mehr gehabt. Ich kann laufen und rennen, dabei waren schon ganz normale Beschäftigungen für mich früher unmöglich. Außerdem spare ich natürlich einen Haufen Geld, das ich nicht mehr für Spezialisten ausgeben muss ... Von meinen Freunden höre ich, dass ich im Vergleich zu früher strahlend und gesund aussehe. Mittlerweile reicht mir eine Grundversorgung von 20 mg OPC täglich.“*

Ähnliche Erfolge gibt es bei Problemen mit Rückenschmerzen, Schulterverspannungen, Schulterschmerzen mit Unbeweglichkeit und schmerzenden Handgelenken.

Arthritis:

Dass auch Arthritis gut auf OPC anspricht, möchte ich Ihnen nicht vorenthalten: *„Eine ältere Dame aus Wien litt so stark unter Arthritis, dass sie nicht länger als ein paar Minuten laufen konnte, und dies auch nur unter großen Schmerzen. Zwar bekam sie zwei Jahre lang Kortisonspritzen, doch waren ihre Schmerzen weiterhin nur schwer erträglich. Mittlerweile galt sie als „therapieresistent“, d.h. man glaubte nicht, dass eine Therapie bei ihr noch etwas bewirken könne. – Schließlich nahm sie OPC, woraufhin ihr Zustand sich bald verbesserte. Bereits nach zwei Monaten konnte sie täglich in Begleitung ihrer Tochter eine Stunde lang spazieren gehen. Auch hat sie längst nicht mehr so starke Schmerzen.“*

Entzündungen und Allergien:

Entzündungen im Körper entstehen meist dadurch, dass schädliche Stoffe in den Körper eindringen und der Organismus sich mit einer Entzündung wehrt, um die Angreifer zu bezwingen. Inzwischen gibt es gehäuft Hinweise darauf, dass sich in geschwächten Blutgefäßen Entzündungen entwickeln, die oft lange Zeit unerkannt vor sich hin schwelen. Gleichzeitig verklumpen häufig rote Blutkörperchen, so dass an diesen Stellen der Körper nicht mehr genügend Sauerstoff erhält. Zerstörerische Enzyme wie Hyaluronidase vermehren sich und greifen das Kollagen an, mit der Spätfolge der Zellzerstörung. Zerstörte Blutgefäße führen ihrerseits zu Lymphödemen, Haut- und Unterhautzellgewebe verdicken sich und dort staut sich die Lymphe.

Entzündungen können auch direkt durch freie Radikale verursacht werden. Entzündungs-Reaktionen können sich zu einem Teufelskreislauf entwickeln, wenn die zerfallenden Zellen Mastzellen freisetzen, die ihrerseits entzündungsfördernde Stoffe wie

Histamin und Bradykinin ausschütten. Bradykinin steigert als Gewebshormon die Aderdurchlässigkeit, was die Entzündung weiter begünstigt und Histamin kann Allergien auslösen.

OPC im Kampf gegen Allergien:

1985 wiesen japanische Wissenschaftler nach, dass OPC bereits die Aktivierung des schädlichen Enzyms Hyaluronidase verhindert, so dass es erst gar nicht zur Zellerstörung und damit auch nicht zur Freisetzung von Mastzellen und Histamin oder Bradykinin kommt. So hilft es Allergien zu verhindern.

Gastritis:

Alexander Rucker schildert: *„Mein Vater war 40 Jahre lang magenkrank und litt an einer schweren Gastritis. Vieles vertrug er nicht und musste immer wieder Magenpulver schlucken. Wenige Monate, nachdem er seine Nahrung mit OPC ergänzte, war seine Gastritis verschwunden. Mittlerweile kann er alles essen ...“*

Nervenentzündung:

„Als Elisabeth L. unter starken Schmerzen am linken Arm litt und diesen nicht mehr bewegen konnte, suchte sie einen Arzt auf. Der diagnostizierte eine Nervenentzündung und behandelte sie mit Kortisonspritzen, die ihre Schmerzen vorübergehend linderten. Frau L. erfuhr von OPC und probierte es aus. Nach wenigen Tagen wurden die Schmerzen schwächer, und nach zwei Wochen war sie völlig schmerzfrei und konnte den Arm wieder richtig bewegen.“

Linderung von Allergien:

Allergien sind wie eine Seuche auf dem Vormarsch, bei ihrer Entstehung spielen freie Radikale eine große Rolle. Als mächtiges Antioxidans wirkt OPC sehr rasch an den verschiedensten Stellen im Körper und kann allergische Reaktionen verhindern, indem es die Freisetzung von Histamin verhindert. Eine Frau aus Österreich berichtet: *„Meine Tochter ist starke Allergikerin, und es bestand die Gefahr, dass Asthma hinzukäme. Diese Gefahr scheint gebannt. Bereits nach drei- bis vierwöchiger Einnahme von OPC ist davon nichts mehr zu bemerken, auch die Allergie hat sich deutlich verbessert.“*

Bronchitis, Asthma:

„Herr G. musste in der Hauptblütezeit der Gräser Österreich verlassen. Er bekam in dieser Zeit Kortisonspritzen und hatte trotzdem starke Beschwerden: Bronchitis, Asthma bis hin zu schweren Erstickungsanfällen. Er hatte einige Wochen nach der Ergänzung seiner Ernährung mit OPC fast keine Beschwerden mehr und braucht seither seine Heimat nicht mehr zu verlassen.“

OPC bei Hautkrankheiten und als Hautschutz

Antioxidantien helfen die Haut zu schützen und gesund zu erhalten. OPC ist ein besonders starkes und gut bioverfügbares Antioxidans, das schnell an seinen Wirkungsort gelangt. Zudem stärkt es die für die Haut so wichtigen Bestandteile Kollagen und Elastin. Es reguliert das Kollagen so, dass die Gefäße einerseits nicht zu schwach und durchlässig und andererseits nicht zu fest und zu starr werden. Zudem kann OPC Kollagen reparieren und dadurch das Altern von Zellen und Gewebe verlangsamen. Kollagen und Elastin werden durch bestimmte Enzyme zerstört, was OPC verhindern kann. Die Kollagen-Elastin-Produktion der Haut lässt sich durch nichts umfassender verbessern als durch OPC. Die Hautalterung – größtenteils durch freie Radikale bedingt – verlangsamt sich, viele Anwender von OPC sprechen als Nebeneffekt von schönerer, glatterer Haut.

Neurodermitis:

Diese unangenehme, stark zunehmende Hautkrankheit, deren starker Juckreiz zu Kratzen und weiteren Infektionen führt, wird von der Schulmedizin häufig mit starken Kortisongaben – mit langfristig ernststen Nebenwirkungen – angegangen, ohne dass eine Heilung erfolgt. Zur Therapie gehört auch eine Ernährung, die auf Süßigkeiten, Salz, Gewürze, Schweinefleisch, gebratenes Fett, Farb- und Konservierungsstoffe verzichtet. Auch wird empfohlen, Milchprodukte zu meiden. Es gibt inzwischen zahlreiche Berichte von Behandlungserfolgen mit OPC, einen davon will ich Ihnen als Beispiel weitergeben:

„Die 36-jährige Sabine S. leidet seit ihrer Kindheit an Neurodermitis. Nachdem sie von OPC erfahren hatte, nahm sie es regelmäßig ein, täglich 100 mg. Nach einem halben Jahr hat sich ihre Haut deutlich verbessert. Die ansonsten häufig

auftretenden Schübe kommen jetzt in sehr viel größeren Abständen und verlaufen relativ harmlos und ohne Entzündungen. In den Zwischenzeiten ist der Haut gar nicht mehr anzumerken, dass sie an Neurodermitis erkrankt ist.“

Ekzeme:

Es sind weit verbreitete Hautkrankheiten mit starker Rötung der Haut, Pickel- und Knotenbildung mit Juckreiz. Beim Aufkratzen entwickeln sich nässende Pusteln die verschorfen. Ekzeme kommen meist durch Berührung mit bestimmten Stoffen zustande und werden gern chronisch.

Konsequentes Meiden des Auslösers – wenn bekannt – kann helfen, auch OPC führt zu guten Heilerfolgen, wie folgender Fall aus Denver demonstriert: *„Mein Sohn litt von Geburt an bis zum Alter von 4 Jahren unter Ekzemen. Seine Haut war schuppig und juckte die ganze Zeit und er kratzte sich ständig, besonders an den Beinen, bis sie rot und blutig waren. Mein Mann und ich gingen mit ihm zu verschiedenen Ärzten, doch alle verschrieben ihm nur Hydrokortison. Eines Tages lasen wir einen Artikel über Masquellers OPC, der in einem Naturkostladen auslag. Die Verkäuferin erzählte uns, dass OPC ein mächtiges Antioxidans sei und gegen das Ekzem meines Sohnes helfen würde. Ich war skeptisch, kaufte aber trotzdem eine Schachtel zum Ausprobieren. Mittlerweile nimmt mein Sohn OPC seit einem Jahr und sein Ekzem ist völlig verschwunden! Nicht nur hat er mit dem ständigen Kratzen aufgehört, er ist auch längst nicht mehr so reizbar. Früher war er so frustriert, dass er starken Stimmungsschwankungen unterlag. Auch habe ich bemerkt, dass er seither keine Nebenhöhlenentzündung mehr hatte und die Häufigkeit von Erkältungen und Grippe deutlich gesunken ist.“*

Akne:

Diese insbesondere in der Pubertät auftretende Hauterkrankung, bei der die Hauttalgdrüsen verstopfen und sich eitrig entzünden, lässt viele Jugendliche und zunehmend auch Erwachsene an ihrem entstellten Äußeren fast verzweifeln. OPC ist wegen seiner entzündungshemmenden und den Blutfluss anregenden Wirkung ein probates Mittel, zumal es auch die Entgiftung beschleunigt. Die Haut wird bis in die Tiefe gereinigt und zunehmend klarer und glatter.

Lesen Sie den Bericht einer Kanadierin, die ihrem Sohn OPC gegen seine Konzentrationsstörungen gab, dass nebenbei dann noch seine Akne besserte: *„Mein 13-jähriger Sohn ist seit vielen Jahren wegen seiner Konzentrationsstörungen in Behandlung. Er hat fast alle Medikamente durch, die uns von verschiedenen Psychiatern empfohlen wurden. Zwar stärkten sie seine Konzentration über kurze Zeiträume, aber wir konnten kein Mittel finden, das ihn gleichzeitig auch von seinen stets schlechten Launen befreite. Nachdem ich von OPC gelesen hatte, entschlossen wir uns zu einem letzten Versuch. Steven erhielt täglich 200 mg OPC Die Pillen haben ihn nicht nur ausgeglichener gemacht (hurra!), sondern ihm noch einen zusätzlichen Bonus beschert – seine Akne ist stark zurückgegangen. Mein Sohn ist wie umgewandelt, er ist umgänglicher geworden und viel fröhlicher als vorher.“*

Sonnenbrand und Strahlenschäden:

Wenn die Haut starker Besonnung oder Bestrahlungen ausgesetzt ist vermehren sich freie Radikale, die den Körper aggressiv angreifen. Durch die regelmäßige Einnahme von OPC (200 mg) kann man Sonnenbrände verhindern, ebenso Schäden durch Bestrahlungstherapien mindern. Ein niederländischer Arzt machte folgende Erfahrung: *„Als Arzt kannte Montfort die Zusammenhänge zwischen Sonneneinstrahlung und freien Radikalen, so dass er anfang, sich durch eine hochdosierte Einnahme von OPC auf seine Sonnenurlaube vorzubereiten. Er nahm täglich zwischen 400 und 500 mg OPC ein und beugte so wirkungsvoll den gefürchteten Sonnenbränden (die er vorher jedes Mal bekam) vor. Diese Dosis behielt er während des Urlaubs bei. Da auch Bestrahlungen Hautverbrennungen nach sich ziehen, verordnet er den von Bestrahlungstherapien betroffenen Patienten ebenfalls OPC in dieser hohen Dosierung.“*

Prämenstruelles Syndrom (PMS):

Steigende Umweltbelastungen stören immer häufiger das Immunsystem. Dieses wirkt sich unter anderem auch auf das Hormonsystem (Endokrinum) aus, das mit den Emotionen eng verbunden ist. Der Monatszyklus der Frau unterliegt einem komplizierten Zusammenspiel der Hormone. Viele Frauen leiden inzwischen am PMS, das sich in Depressionen und Gereiztheit äußert, sowie in Kopf-, Rücken- und Bauchschmerzen.

OPC stärkt das Immunsystem, harmonisiert damit auch das Hormonsystem und kann so entsprechende Beschwerden lindern.

In einer Testreihe mit 165 Frauen, die PMS-Probleme hatten, wurde den Teilnehmerinnen vier Monate lang vom 14. bis zum 28. Tag ihres Menstruationszyklus täglich 200 mg OPC gegeben. Nach dieser Zeit spürten 80 Prozent der Frauen eine deutliche Linderung ihrer Symptome, 65 Prozent hatten keine Regelschmerzen mehr, außerdem wurde die Menstruation kürzer und regelmäßiger.

OPC zur Stärkung des Immunsystems

Durch Stress und Umweltbelastungen, Medikamente, Alkohol, Rauchen, Schwermetalle, Zusatzstoffe in Nahrungsmitteln usw. kann die Abwehr des Körpers geschwächt werden. Ein zusammenbrechendes Immunsystem kann sich als „**Chronisches Erschöpfungssyndrom**“ (CFS = Chronic Fatigue Syndrome) äußern, von dem mittlerweile Millionen Deutsche, insbesondere Frauen ab dem 30. Lebensjahr, betroffen sind. Symptome sind u.a. Antriebslosigkeit, chronische Erschöpfung und schnelles Ermüden, Schlaf- und Konzentrationsschwierigkeiten, Depressionen und Kopfschmerzen, wandernde Gelenkschmerzen, Infektanfälligkeit und Lymphknotenschwellung, Energielosigkeit und Nasennebenhöhlenbeschwerden.

OPC stabilisiert augenfällig das Immunsystem. Nach OPC-Einnahme verschwanden die Symptome und die Vitalität nahm zu.

OPC für Tiere

Nach den vielen guten Wirkungen, die man nach OPC-Einnahme bei Menschen feststellte, lag es auf der Hand, seinen Einsatz auch Tieren zugute kommen zu lassen. Bei Tieren, von denen die meisten ja ihr Vitamin C selbst in großen Mengen herstellen können, wird es weniger als dessen Co-Faktor gebraucht, sondern für den Wiederaufbau von Kollagen. So kann eine Zugabe ins Futter bei der Fellpflege angezeigt sein und hilft Wunden heilen.

Die Dosierung richtet sich – wie beim Menschen – nach dem Körpergewicht: In akuten Fällen dosiert man bis zu 3mg pro Kilo Körpergewicht täglich, zur Vorbeugung reicht die Hälfte.

Ein Beispiel zur Anschaulichkeit: *„Von einem Pferdezüchter erfuhren wir, dass er seiner fünfjährigen Stute OPC ins Futter gegen ein Fleckeneckzem mischte, das sich hartnäckig immer wieder gebildet hatte. Seit die Stute als regelmäßigen Nahrungsbestandteil Masquellers OPC bekam, war das Ekzem nicht wieder aufgetreten. Auch dieser Mann bestätigte, dass das Fell seither besonders dicht und glänzend wirke.“*

Schlusswort

In beeindruckenden Erfolgsberichten wurde kundgetan, welch ein Tausendsassa der Gesundheitswirkungen OPC sein kann, weil es der wirkungsvollste antioxidative Stoff ist, den die Natur erschaffen hat. Mit diesem Mittel haben wir die Möglichkeit, die Janusköpfigkeit des Sauerstoffs in den Griff zu bekommen, das Altern zu verzögern und chronischen Krankheiten vorzubeugen oder sie zu bekämpfen. Dazu ein Zitat von der bereits erwähnten Dr. Petra Wenzel in ihrem Buch *„Die Vitalstoffentscheidung“*: *„Für die Pflanzen fungiert OPC als Schutz der Zellen vor dem Angriff freier Radikale. Eine Schädigung von Zellfetten und anderen Strukturen durch freie Radikale ist auch bei Menschen der Beginn chronischer Erkrankungen, wie beispielsweise Arteriosklerose und Krebserkrankungen. Wer die in zahlreichen klinischen Untersuchungen mit dem Originaltext nachgewiesenen Wirkungen studiert, glaubt ein Allheilmittel vor sich zu haben. Die Wirkungen sind jedoch wissenschaftlich erklärbar und in Studien belegt.“*

Literaturhinweise

Dr. med. Petra Wenzel: Die Vitalstoff-Entscheidung, Maya Media Verlag 2008
Simons/Rucker: Gesund länger leben durch OPC, Maya Medien Verlag 2005
Dr. Michaela Döll: Entzündungen – Die heimlichen Killer, Herbig Verlag 2006
Burgersteins Handbuch Nährstoffe, Haug Verlag 2002

Vitalstoff-Lexikon: Vitamine & Co. ausführlich beschrieben

Das Fachgebiet der Vitalstoffe ist groß und viele dieser natürlichen Wirkstoffe sind häufig unbekannt. Als Vitalstoffe (auch als Mikronährstoffe bezeichnet) werden alle vom menschlichen Körper benötigten bzw. der Gesundheit des Organismus förderlichen Substanzen bezeichnet. Der Begriff ist nicht einheitlich definiert. Er fasst eine große Anzahl verschiedener Substanzen mit unterschiedlichen Wirkmechanismen (z. B. Vitamine und Mineralstoffe) zusammen. Mit diesem Sammelbegriff bezeichnet werden vor allem Vitamine, Mineralstoffe, Sekundäre Pflanzenstoffe sowie essentielle Aminosäuren und Fettsäuren.