

Nehmen Sie der Erkältungszeit den Schrecken Holunderbare Unterstützung gegen Bakterien und Viren

Herbst und Winter sind nicht nur die Jahreszeiten gemütlicher Kaminfeuer, sondern auch die Hoch-Zeiten von Husten, Schnupfen, Heiserkeit. Jeder weiß, dass es in dieser Jahreszeit deshalb besonders wichtig ist, die eigenen Abwehrkräfte zu unterstützen, um sich vor Erkältungen zu schützen

Schon der berühmte Arzt Hippokrates verwendete im 5. Jahrhundert vor Christus **Holunderbeeren** bei Erkältungen. Die Erfahrungen vieler Jahrhunderte wurden jetzt auch wissenschaftlich belegt. Eine Virologin aus Israel fand nämlich heraus, dass Bioflavonoide - wie sie **in so hoher Konzentration nur in schwarzen Holunderbeeren** zu finden sind - **auf einzigartige Weise die Abwehrkräfte unterstützen** können.

Schneller über den Berg: Wissenschaft bestätigt Wirkung

Ein Extrakt dieser Beeren, so zeigte die Wissenschaftlerin auf, kann dazu beitragen, dass sich Viren nicht an unsere Zellen anheften und vermehren können. Nachdem einmal erkannt war, wie die Inhaltsstoffe der Holunderbeere die Abwehrkräfte in der Erkältungszeit unterstützen könnten, wurde im Labor geprüft, ob diese **auch gegen Grippeviren aktiv** werden können. Es zeigte sich, dass die Aktivität der Viren im Labor durch die Gabe der extrahierten Inhaltsstoffe von Holunderbeeren unterbunden werden konnte. So lag der nächste Schritt, der Anwendung beim Menschen auf der Hand. Und tatsächlich, die Symptome der Grippe geplagten Menschen, deren Ernährung mit einem Holunderbeerenextrakt ergänzt wurde, hatten **bereits nach 2 Tagen nachgelassen**. Nach 3 Tagen fühlten sich die Betroffenen deutlich wohler. Nach 4 Tagen waren sie **symptomfrei**. Diejenigen, die den Extrakt nicht erhalten hatten, brauchten die doppelte Zeit, um symptomfrei zu werden.

Holunder + Vitamin C + Zink: Starkes Team in der Abwehr

Jetzt ist dieses Wissen über die Wirksamkeit des Holunderbeerenextraktes mit zwei weiteren Nährstoffen gebündelt worden, die in der Vergangenheit ergänzende Effekte gezeigt hatten. So unterstützen die Nährstoffe Vitamin C und Zink die Immunantwort durch die antioxidative Abwehr von freien Radikalen, reaktiven Substanzen die von außen aufgenommen oder im Rahmen der Abwehrreaktion gebildet wurden. Untersuchungen haben gezeigt, dass auch eine ausreichende Aufnahme dieser beiden Nährstoffe die Erkältungs- und Grippe-Symptome mildern und die Erkrankungsdauer verkürzen kann. Durch die Kombination dieser Abwehr unterstützenden Nährstoffe in

Sambucol® können sich die Mikronährstoffe und der flavonoidreiche Extrakt der Holunderbeere in ihrer Unterstützung der Abwehrkräfte sinnvoll ergänzen. Sambucol® gibt es als wohlschmeckenden Saft in der Apotheke. Damit die nasskalte Jahreszeit ihren Schrecken verliert.

Quellen:

- 1 Zakay-Rones Z, Varsano N, Zlotnik M, et al. Inhibition of several strains of influenza virus in vitro and reduction of symptoms by an elderberry extract (*Sambucus nigra* L.) during an outbreak of influenza B Panama. *J Altern Complem Med* 1995;1:361-369.
- 2 Zakay-Rones Z, Thom E, Wollan T, Wadstein J. Randomized study of the efficacy and safety of oral elderberry extract in the treatment of influenza A and B virus infections. *J Int Med Res* 2004;32:132-140.
- 3 Barak V, Halperin T, Kalickman I. The effect of Sambucol, a black elderberry based, natural product, on the production of human cytokines: I. inflammatory cytokines. *Eur Cytokine Netw* 2001;12:290-296.
- 4 Wintergerst ES, Maggini, S, Honig DH. Immune-Enhancing Role of Vitamin C and Zinc and effect on clinical conditions. *Ann Nutr. Metab*, 2006 Januar; 50(2); 85-94

Kontakt:

EDELMANN-VEITH public relations
Louise-Dumont-Straße 31 • 40211 Düsseldorf
Telefon: 0211 3677-510 • Telefax: 0211 3677-512
E-Mail: pr@edelmann-veith.de

November 2007

