

*Wenn schon Stress – bitte niemals ohne Chlorella!*

Wissenschaftler können heutzutage genau erklären, auf welche Weise Chlorella zum tiefen Entspannen beiträgt. Unter Mitarbeit von Wissenschaftlern der psychosomatischen Abteilung an der *Kyushu Universität im süd-japanischen Fukuoka* gelang der Nachweis, dass Chlorella das klassische Stressgeschwür des Magens (sog. peptische Ulcus), trotz entsprechender Provokation, verhindern kann<sup>495</sup>. In einer brasilianischen Studie an der *Universität von Sao Paulo* erwies sich CVE als potente Schutznahrung gegen zu starke Stresswirkungen auf das Knochenmark<sup>496</sup>, ein bis heute wenig beachteter Faktor bei der Entstehung von Knochenmarkserkrankungen. Viele von Ihnen werden nie darüber nachgedacht haben, wie wichtig ein gesundes Knochenmark ist. Hier „steht die Wiege“ der Blutzellbildung (für rote und weiße Blutkörperchen, Thrombozyten etc.). Außerdem werden im Knochenmark unreife Stammzellen beherbergt, die je nach Bedarf zu speziellen Zellen, z.B. des Immunsystems, ausreifen. Zahlreiche Leukämieformen entstehen durch „Fehler“ im Knochenmark.

Eine chlorellareiche Ernährung kann demnach einen wesentlichen Beitrag zur Verhütung von Krankheiten durch Stress für verschiedene Organe leisten. Es waren wieder japanische Wissenschaftler, die im Jahr 2000 speziell mit Hilfe von CVE einem weiteren, äußerst wichtigen Wirkmechanismus auf die Spur kamen: Wurde Mäusen im Distress CVE zugefüttert, so blieb nicht nur die erwartete Schwächung des Immunsystems mit Absterben von Thymuszellen aus, auch die analog zu uns Menschen bei gestressten Mäusen zu beobachtende unnatürliche Erhöhung des Stresshormons Kortisol mit ihren fatalen gesundheitlichen Folgen wurde gebremst<sup>497</sup>. Chlorella bzw. CVE ist eine ideale Anti-Stress-Ernährung. Aber nicht nur die schädliche Kortisolberieselung durch Stress reagiert auf eine Ernährung mit Chlorella. Südkoreanischen Forscher der *biomedizinischen Fakultät in Kimhae* gelang der fantastische Beweis, dass NF-kappaB trotz stressinduzierter Überproduktion keine sonderlichen Zellschäden verursachen konnte, solange bei gestressten Mäusen zusätzlich Chlorella auf dem Speiseplan zu finden war<sup>498</sup>!

Wie ein Regencap sind Chlorella und CVE im Falle eines Stresshormon- „Schauers“ zur Stelle, um sich schützend über unsere Organe auszubreiten und sie gesund und „stresshormontrocken“ zu halten.

**WIE CHLORELLA UND CVE IHRE STRESSRESISTENZ ERHÖHEN KÖNNEN:**

- o **Sie können Stressschäden an Organen unmittelbar verhüten**
- o **Sie schützen vor zu vielen Stresshormonen und bremsen sie aus (Kortisol, NF-kappaB etc.)**
- o **Sie verhindern die erhöhte Abwehrschwäche mit Infektanfälligkeit während und nach Stressphasen und beugen gerade in Zeiten, in denen wir voll unter Dampf stehen, Infektionen (Herpes etc.) und Erkältungen vor – auch Wunden heilen besser<sup>499</sup>**
- o **Sie helfen, dass Blutdruck und Zuckerstoffwechsel nicht „aus dem Ruder laufen“**

Dem Einen oder Anderen wird im Zusammenhang mit der natürlichen Anti-Stress-Wirkung pflanzlicher Nahrungsergänzung der Begriff der Adaption geläufig sein. Damit ist die natürliche Fähigkeit gemeint, mit der unser Körper seine Anpassung an Stressoren unterschiedlicher Art reguliert. Mit Chlorella und CVE erzielen wir eine Aufladung unserer Nahrung zur Erhöhung unserer adaptogenen Reserven. Chlorella und CVE sind starke, jedoch sanft wirkende Adaptogene. Gemäß den Kriterien von Brekhman und Dardymov<sup>500</sup> müssen Adaptogene folgende drei Eigenschaften erfüllen<sup>501</sup>:

1. Ein Adaptogen fördert auf überwiegend unspezifische Weise die Zunahme der Widerstandskräfte und natürlichen Anpassungsvorgänge auf verschiedenste Stressoren:
  - körperliche Anstrengung (Leistungssport, extreme Klimabelastungen etc.)
  - Belastung mit Chemikalien
  - Infektionen (Viren, Bakterien, Pilze etc.)
2. Ein Adaptogen übt einen normalisierenden Einfluss auf Körperfunktionen aus, unabhängig davon, ob die körperliche Stressreaktion eine (übermäßige) Erhöhung oder Erniedrigung der normalen Stoffwechselreaktionen zur Folge hat.
3. Ein Adaptogen ist nicht in der Lage, normale Körperfunktionen über ein gesundes natürliches Maß hinaus zu beeinflussen.

**Leseprobe „STRESS“** aus dem Oktober 2007 erschienenen Buch **Dr. Frank Liebke: DOKTOR CHLORELLA ! - Die Alge fürs Leben - Kompendium zur Mikroalge Chlorella** ISBN 978-3-940499-01-1, 290 Seiten, broschiert, **REMERC & LHEIW Verlagskontor**

Adaptogene erhöhen die Fähigkeit, negative Auswirkungen von Stress zu tolerieren, während gleichzeitig Aufmerksamkeit, Konzentration und Stoffwechseleffizienz steigen.

**Chlorella und CVE sind hervorragende Adaptogene. Zusammen verzehrt entfalten sie eine einzigartige adaptogene Potenz, die es Ihnen erlaubt, trotz größter Anstrengungen und Herausforderungen einen konstanten Zustand innerer Balance und natürlicher Regulation zu bewahren.**

Chlorella darf keinesfalls Ihr individuelles Anti-Stress-Programm ersetzen. Aber, mit Chlorella können Sie auf sehr einfache Art Ihre Bemühungen, Anti-Stress-Techniken zu erlernen und umzusetzen, über Ihre Ernährung gezielt und wirkungsvoll unterstützen. Allerdings gilt, wer sich für Chlorella als starkem Schutzschild zur Stressabwehr entscheidet, sollte regelmäßig zugreifen. Also, stressige Zeiten? Täglich Chlorella und Sie sind gerüstet!

Beachten Sie bitte grundsätzlich die *allgemeinen* Verzehrempfehlungen (S. 128 ff.). Achten Sie unbedingt auf eine ausreichende Trinkmenge. Wasser sollte immer in Reichweite zur Verfügung stehen.

#### VERZEHREMPFEHLUNG BEI DISSTRESS:

**Letztlich sollten Sie eine regelmäßige Tagesration von 5 g Chlorella anstreben, in Zeiten der Spitzenbelastung auch gerne mehr. Zusätzlich rate ich unbedingt mindestens 200 mg - 400 mg CVE pro Tag als konzentriertes Anti-Stress-Additiv!**

**Eine weitere Steigerung der anti-stress Wirkungen von Chlorella und CVE können Sie mit marinen Omega-3-Fettsäuren erreichen: Ihr Konzentrationsvermögen steigt und Ihre Fähigkeit, Probleme zu lösen, verbessert sich!<sup>502</sup>**

.....