



Carota-Kürbis-Farbstoffe zur Vorbeugung von AMD empfohlen

Von *mmv*

Erstellt am 17 Jun 2013 - 15:01

Seit rund 12 Jahren empfiehlt die US-amerikanische Arbeitsgruppe zur Erforschung altersbedingter Augenerkrankungen (AREDS) eine Kombination aus Vitamin C, Vitamin E, Beta-Carotin sowie Zink- und Kupferoxid, um das Fortschreiten einer altersbedingten Makula-Degeneration (AMD) mit Erblindungsgefahr wirksam zu verlangsamen (1). Die AREDS-2-Gruppe hat seither geprüft, ob diese Kombination aus Vitaminen und Mineralstoffen noch optimiert werden kann. Eine der wesentlichen Änderungen ihrer Empfehlungen ist der Austausch von Beta-Carotin gegen die Carotinoide Lutein und Zeaxanthin (zwei für die Funktion der Augennetzhaut wichtige pflanzliche Farbstoffe). Zudem sollte die Zinkmenge in den Nahrungsergänzungsmitteln verringert werden (2).

Der Austausch von Beta-Carotin wurde notwendig, da die Vitamin A-Vorstufe bei ehemaligen und aktiven Rauchern die Lungenkrebs-Gefahr erhöht. Zink in der bisherigen Dosierung wiederum schlägt vielen AnwenderInnen auf den Magen. Die jetzt empfohlene Kombination verringert diese unerwünschten Effekte. Allerdings verbessert sie den präventiven Effekt nicht weiter, wie ursprünglich erhofft worden war. Auch die Ergänzung mit den Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA hilft nicht, das Fortschreiten der AMD erfolgreicher zu verhindern.

Mit der Empfehlung für die Verwendung von Lutein und Zeaxanthin anstatt Beta-Carotin zur AMD-Vorbeugung einzusetzen, erkennt die AREDS-2-Gruppe wissenschaftliche Einsichten an, die schon vor Jahren die besonderen Vorteile dieser beiden natürlichen Farbstoffe für die Augengesundheit deutlich gemacht hatten (3). Beide antioxidativen Farbstoffe sind auch in natürlichen Nahrungsergänzungsmitteln aus rotem Kürbis (z. B. Carotakürbis®) in erheblicher Menge enthalten.

Zusatzinformation

AMD Bei der altersabhängigen Makula-Degeneration (AMD) ist der Bereich des schärfsten Sehens unserer Netzhaut - die Makula - betroffen. Für die Sehstörung ist eine zunehmende Beeinträchtigung des scharfen Sehens typisch. Die AMD ist in den Industriestaaten bei Menschen über 50 Jahren die häufigste Ursache für Erblindung. Seit langem bestand die Hoffnung, das Auftreten oder Fortschreiten der Erkrankung zu verhindern. Mit Präparaten nach AREDS-Zusammensetzung ist dies möglich. Die einzige weitere wirksame Maßnahme ist Rauch-Verzicht (4).

Carotakürbis® Bio Granulat, PZN: 85 37 567, erhältlich in der Apotheke Zusammensetzung (rein pflanzlich): Roter Kürbis, natürliches Orangenöl.

Alle Zutaten stammen aus kontrolliert-biologischem Anbau.

Quellen

(1) Age-Related Eye Disease Study Research Group: A randomized, placebo-controlled, clinical trial of high-dose supplementation with vitamins C and E, beta carotene, and zinc for age-related macular degeneration and vision loss: AREDS report no. 8. Arch Ophthalmol. 2001

Oct;119(10):1417-36 (<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1462955/>) [1].

(2) Age-Related Eye Disease Study 2 Research Group: Lutein + zeaxanthin and omega-3 fatty acids for age-related macular degeneration: the Age-Related Eye Disease Study 2 (AREDS2) randomized clinical trial.

JAMA. 2013 May 15;309(19):2005-15.

(3) Coleman H, Chew E: Nutritional supplementation in age-related macular degeneration. Curr Opin Ophthalmol. 2007 May;18(3):220-3.



(4) Wong IY, Koo SC, Chan CW: Prevention of age-related macular degeneration. Int Ophthalmol. 2011 Feb;31(1):73-82.

Zusatzinformation:

Naturprodukte Dr. Pandalis GmbH & Co. KG ist ein Hersteller von biologisch-ökologisch produzierten Gesundheitsprodukten aus dem Bereich der Pflanzenheilkunde. Die aktuelle apothekenexklusive Produktpalette umfasst die Naturkosmetika Cystus® Bio Salbe (PZN 33 82 114) und Cystus® Creme (PZN 06 24 574), die Tees Cystus® Bio Teekraut (PZN 15 15 485) und Urbitter® Bio Tee (Bitterpflanzentee, PZN 76 67 948), sowie eine Reihe von Nahrungsergänzungsmitteln wie dem Bärlauch Frischblatt Granulat (reich an lebenswichtigen Schwefelsubstanzen in reduzierter (=aktiver) Form, PZN 49 26 148).

Pressekontakt:

Anika Nicolaudius

Naturprodukte Dr. Pandalis GmbH & Co. KG

Tel.: 05426-3481

Email: info@pandalis.de [2]

Internet: www.pandalis.de [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:24): <http://www.medkom24.eu/node/17829>

Links:

[1] <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1462955/>

[2] <mailto:info@pandalis.de>

[3] <http://www.pandalis.de>