



Zimt – Naturheilmittel oder potentielle Gefahr?

Von *apimanu MedJournal*

Erstellt am 2 Aug 2011 - 10:20

Zimt in der hohen Dosierung mancher Nahrungsergänzungsmittel für Diabetiker kann Leber- und Nierenerkrankungen hervorrufen.

Zimt wird als Gewürz seit Jahrtausenden gelegentlich in kleinen Mengen verzehrt, ohne dass Nebenwirkungen bekannt sind. Nachdem nun seit längerer Zeit die Einnahme von Zimt bei Diabetes kontrovers diskutiert wird, stellt sich die Frage nach der Unbedenklichkeit von Zimt in hohen Dosen.

Zur Giftigkeit von Zimt bei der täglichen Langzeitaufnahme hoher Zimtmengen gibt es bisher noch keine wissenschaftlichen Daten. Das wird sich jedoch in Naher Zukunft geändert haben. Erste wissenschaftliche Studien aus März 2009 an der 1st medical university in Florida haben die bekannten Zimtinhaltsstoffen Cumarine und Zimtaldehyd als problematisch deklariert. In jedem Fall ist es deshalb sinnvoll, primär die Zimtsorten zu wählen, welche keine, resp. nur geringe Mengen dieser Substanzen enthalten. Denn Zimtrinde besitzt ein allergenes Potenzial, das auf Zimtaldehyd zurückgeführt wird. Cumarin beeinflusst die Blutgerinnung. In hohen Dosen wirkt es hepatotoxisch und kanzerogen. Zudem ruft Zimtaldehyd bei längeren Einnahme und in der Dosis mancher Nahrungsergänzungsmittel, die bei Diabetes mellitus angeboten werden, erhebliche Schäden an Leber und Nebenniere hervor.

Im Übrigen: Zimt in hoher Konzentration und in wässriger Lösung wird in einigen Staaten als toxisches Mittel zur Bekämpfung der Malaria übertragenden Mücke eingesetzt! Und dies mit erfolgreicher tödlicher Wirkung!

apimanu MedJournal

Apdo 362

03730 Xabia (Alacant) / Spanien

office@apimanu.com [1]

<http://www.apimanu.com/apimanu-MedJournal.html> [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 05:14): <http://www.medkom24.eu/node/14809>

Links:

[1] <mailto:office@apimanu.com>

[2] <http://www.apimanu.com/apimanu-MedJournal.html>