



## **Zimt, ein natürliches Gewürz mit Zusatznutzen – Hoch konzentriert kann es die Gesundheit fördern**

Von *Navitum*

Erstellt am 1 Jul 2013 - 09:53

Zimt ist eines der ältesten Gewürze der Menschheit. Es war schon im alten Ägypten hoch begehrt, nicht nur zum Würzen von Speisen. Auch die wohlriechenden ätherischen Öle hatten Liebhaber gefunden. Noch gar nicht so alt dagegen ist die Erkenntnis, dass Extrakte aus dem Zimt auch positive Wirkungen auf Bereiche des Stoffwechsels haben. Dies ist von Wichtigkeit, da viele Menschen für sich milde und sanfte Alternativen aus der Natur zur Vorbeugung und Behandlung von Krankheiten suchen. In verschiedenen Studien wurde bisher gezeigt, dass Zimtextrakte erfolgreich zur Blutzuckersenkung bei Diabetikern ernährungsphysiologisch eingesetzt werden können. Die Frage ist, ob dieses auch für Menschen mit erhöhtem Krankheitsrisiko, aber noch nicht voll ausgebrochenen Diabetes gilt. Kann Zimtextrakt also vorbeugend verzehrt werden?

Klar ist zwischenzeitlich, dass Zimt und Zimtextrakt bei Diabetikern regulierend in den Zucker- und Fettstoffwechsel eingreifen können. Studien, die diesen ernährungsphysiologischen Ansatz bei Diabetikern geprüft haben, zeigen, dass Zimt den Blutzuckerspiegel nach einer Mahlzeit und auch den Nüchtern-Blutzuckerspiegel senken kann. Allerdings ist der Eingriff in den Stoffwechsel eher als moderat und sanft zu bezeichnen. Zimt fällt demzufolge in die Kategorie der sanften natürlichen Stoffe, die in der Regel kein Ersatz für Standardtherapien des Diabetes vom Typ II sein können. Zimt ist geeignet als Ergänzung zur Standardtherapie, so wie von vielen Betroffenen und Ärzten auch gewünscht. Die Vorbeugung ist ein anderes Kapitel. Hier geht es um Menschen mit Risikofaktoren für Diabetes, wie Übergewicht oder leicht erhöhtem Blutzuckerspiegel und Cholesterinspiegel. Bei diesen Menschen konnte eine ernährungsphysiologische Studie zeigen, dass Zimtextrakt in der Lage ist, den Nüchtern-Blutzuckerspiegel zu senken und darüber hinaus den oxidativen Stress günstig zu beeinflussen. Aus diesen Ergebnissen schließen die Forscher, dass Zimtextrakt Risikofaktoren senken kann, die zu Diabetes und auch Herz-Kreislauferkrankungen führen können. Wir empfehlen daher Menschen mit Übergewicht und leicht erhöhten Blutwerten, also Menschen mit Prä-Diabetes, die sanften Kräfte der Natur vorbeugend zu nutzen, um ihr Diabetes-Risiko zu senken. Denn insbesondere bei Männern ab 45 Jahren und Frauen ab 55 Jahren ist der Prä-Diabetes mit einem stark erhöhten Risiko für Diabetes, Arteriosklerose, Herzinfarkt und Schlaganfall korreliert. Was kann man also tun, um die tickende Zeitbombe zu entschärfen und das Diabetes- und Infarktrisiko zu minimieren? Es sollte die Zahl der Risikofaktoren gesenkt werden. Eine der wichtigsten Maßnahmen in dieser Richtung ist es das Übergewicht in den Griff zu bekommen. Allein schon diese Maßnahme kann das erhöhte Erkrankungsrisiko um rund 20% senken, reicht aber alleine nicht aus. Ergänzend dazu schlagen wir vor, weitere Risikofaktoren wie Cholesterin, Triglyzeride und erhöhter Blutzucker mit einfachen natürlichen Mitteln anzugehen. Zimtextrakt und der pflanzliche Ballaststoff Glucomannan sind dazu geeignet. Beide sind in den DiaVitim® Kapseln vereint. DiaVitim® ist eine ergänzend bilanzierte Diät zur ernährungsphysiologischen Behandlung von Diabetes mellitus Typ II. Es ist in Apotheken, auch Internetapotheken, über Amazon unter [http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp\\_merch\\_name\\_1](http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1) [1] und direkt bei Navitum Pharma erhältlich. Der Versand ist immer kostenfrei. Günstige Packungen für 3 und 6 Monate sind im Handel.

Quelle: Hlebowitz J. et al. Am J Clin Nutr. 2007 ; 85(6) :1552-6 ; Pham AQ. Et al. Pharmacotherapy 2007; 27(4) 595-9; Roussel A-M et al. J American Col Nutrition, 28, 1, 16-21, 2009

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: [bestellung@navitum.de](mailto:bestellung@navitum.de) [2]

Web: [www.navitum-pharma.com](http://www.navitum-pharma.com) [3]

facebook: <http://facebook.de/navitum> [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:28):** <http://www.medkom24.eu/node/17887>

**Links:**

[1] [http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp\\_merch\\_name\\_1](http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1)

[2] <mailto:bestellung@navitum.de>

[3] <http://www.navitum-pharma.com>

[4] <http://facebook.de/navitum>