

## Kann Berberin Diabetikern helfen?

Berberin ist ein natürliches Alkaloid. Es ist in einer Vielzahl traditioneller Heilkräuter wie Kurkuma, Gelbwurzel, Goldfaden und Berberitze enthalten. Es kommt aus Indien und China, wo es erstmals in ayurvedischen und chinesischen medizinischen Behandlungen eingesetzt wurde. Ein Alkaloid ist eine Klasse organischer Verbindungen pflanzlichen Ursprungs. Das Berberinalkaloid enthält hauptsächlich Stickstoffatome. Diese haben ausgeprägte physiologische Auswirkungen auf den Menschen, insbesondere im Hinblick auf die metabolische und kardiovaskuläre Gesundheit. Zwei Kräuter, Coptidis Rhizoma und Phellodendri Chinensis Cortex, in denen Berberin der Hauptwirkstoff ist, werden seit Hunderten von Jahren in der traditionellen chinesischen Medizin zur Behandlung von Diabetes, bakterieller Gastroenteritis, Durchfall und anderen &hellip;



Berberin ist ein natürliches Alkaloid. Es ist in einer Vielzahl traditioneller Heilkräuter wie Kurkuma, Gelbwurzel, Goldfaden

und Berberitze enthalten.

Es kommt aus Indien und China, wo es erstmals in ayurvedischen und chinesischen medizinischen Behandlungen eingesetzt wurde.

Ein Alkaloid ist eine Klasse organischer Verbindungen pflanzlichen Ursprungs. Das Berberinalkaloid enthält hauptsächlich Stickstoffatome. Diese haben ausgeprägte physiologische Auswirkungen auf den Menschen, insbesondere im Hinblick auf die metabolische und kardiovaskuläre Gesundheit.

Zwei Kräuter, *Coptidis Rhizoma* und *Phellodendri Chinensis Cortex*, in denen Berberin der Hauptwirkstoff ist, werden seit Hunderten von Jahren in der traditionellen chinesischen Medizin zur Behandlung von Diabetes, bakterieller Gastroenteritis, Durchfall und anderen Verdauungskrankheiten eingesetzt.

Es wurden viele Behauptungen über die Wirksamkeit von Berberin als Heilmittel gegen eine Vielzahl von Krankheiten aufgestellt. Aber wie viele davon sind evidenzbasiert und wie viele sind Wunschdenken?

Es gibt gute Hinweise darauf, dass Berberin antibakterielle, antimikrobielle, entzündungshemmende und tumorhemmende Eigenschaften besitzt und den Blutzucker und den Blutdruck senken kann.

Andere Behauptungen werden weniger gut durch Beweise gestützt ... Behauptungen, dass es das Wachstum von Krebs hemmt, bei der Behandlung von Osteoporose vorteilhaft ist, Verdauungsprobleme, Verbrennungen und bakterielle Infektionen lindert usw.

Weitere Forschung ist dringend erforderlich.

Nachgewiesene gesundheitliche Vorteile von Berberin

Berberin bietet gesundheitliche Vorteile für verschiedene Erkrankungen, die durch gute klinische Forschung gestützt werden. Die ersten werden für Personen mit Diabetes und metabolischem Syndrom von Interesse sein.

### Berberin hilft Diabetikern

Eine im August 1981 in der US-amerikanischen Nationalbibliothek für Medizin an den National Institutes of Health veröffentlichte Studie ergab, dass Berberin zur Senkung des Blutzuckerspiegels beiträgt.

Eine andere im Februar 2019 veröffentlichte Studie aus derselben Quelle ergab, dass Berberin bei Patienten mit metabolischem Syndrom positive Auswirkungen auf den Glukose-Lipid-Stoffwechsel, Entzündungsfaktoren und die Insulinresistenz hat.

Der Drahtreifen war eine weitere Studie, die im Mai 2008 von der Zeitschrift Metabolism veröffentlicht wurde und die die Einnahme von Berberin mit der Einnahme von Metformin über drei Monate verglich. Die Forscher fanden heraus, dass Berberin den Blutzucker- und Lipidstoffwechsel bei Typ-2-Diabetikern genauso effektiv steuern konnte wie Metformin.

Eine weitere Studie, die im März 2012 in der Zeitschrift Evidence-based Complementary and Alternative Medicine veröffentlicht wurde, zeigte, dass Berberin die Insulinsensitivität verbessern kann, indem es die Speicherung von Fett bei Patienten mit metabolischem Syndrom hemmt. Dies impliziert, dass Berberin möglicherweise bei der Vorbeugung von Nierenschäden helfen kann.

### Auswirkungen von Berberin auf Cholesterin und Blutdruck

Es gibt gute Hinweise darauf, dass Berberin dazu beitragen kann, hohe LDL-, Gesamtcholesterin- und Blutdruckwerte zu

senken.

Dieselbe oben erwähnte Studie über Berberin- und Glukosekontrolle, die im Mai 2008 in der Zeitschrift Metabolism veröffentlicht wurde, ergab, dass Berberin den Cholesterin- und Triglyceridspiegel im Serum bei Typ-2-Diabetikern senkt.

Eine andere Studie, die die Verabreichung von rotem Hefereis (von dem bekannt ist, dass er den Cholesterinspiegel senkt) mit Berberin kombinierte und 2015 in Alternative Therapies in Health and Medicine veröffentlicht wurde, ergab, dass Berberin ein breiteres Spektrum an Cholesterinschutz mit einem verringerten Risiko für schwerwiegende Erkrankungen bietet Nebenwirkungen im Vergleich zu Statin (dem verschreibungspflichtigen Medikament, das normalerweise zur Kontrolle des Cholesterins verwendet wird).

Eine im August 2015 im Journal of Translational Medicine veröffentlichte Tierstudie mit dem Titel Wirkung von Berberin auf die Förderung der Cholesterinausscheidung bei durch fettreiche Ernährung induzierten hyperlipidämischen Hamstern ergab, dass Berberin ungewöhnlich hohe Konzentrationen von Fetten und Lipiden im Blut reduzieren kann, indem es die Ausscheidung von Cholesterin aus der Leber und Hemmung der Absorption von Cholesterin im Darm.

Studien haben auch gezeigt, dass Berberin den Blutdruck und die Durchblutung von Menschen mit metabolischem Syndrom verbessern kann, wenn es mit einer gesunden Ernährung mit hohem Gehalt an Antioxidantien oder Nahrungsergänzungsmitteln wie Folsäure, Coenzym Q10 und Astaxanthin eingenommen wird.

Berberin unterstützt die Herzgesundheit

Berberin wirkt sich positiv auf die Herzgesundheit aus. Dies ist wahrscheinlich auf seine Fähigkeit zurückzuführen, den Blutzuckerspiegel und die Fettleibigkeit unter Kontrolle zu

halten, wodurch das Risiko einer koronaren Herzkrankheit verringert wird.

Es schützt auch vor Arteriosklerose, da es die Freisetzung von Stickoxid stimuliert, einem Signalmolekül, das die Arterien entspannt, den Blutdruck senkt und den Blutfluss erhöht.

Eine im April 2010 im World Journal of Cardiology veröffentlichte Studie berichtete, dass Menschen, die Berberin einnahmen, eine bessere Herzfunktion hatten und besser Sport treiben konnten als Menschen, denen ein Placebo verabreicht wurde.

Berberin hilft beim Abnehmen

Berberin kann einen moderaten Effekt auf den Gewichtsverlust haben.

AMPK (Adenosinmonophosphat-aktivierte Proteinkinase) ist ein Enzym in menschlichen Zellen, das eine entscheidende Rolle bei der Regulierung des Stoffwechsels spielt. Daher wird es oft als „metabolischer Hauptschalter“ bezeichnet.

Berberin ist eine der wenigen Verbindungen, die AMPK aktivieren können. Aktivierung fördert die Fettverbrennung in den Mitochondrien ... Dies ist der Grund, warum mehrere Studien gezeigt haben, dass Berberin die Ansammlung von Fett verhindern und vor dem metabolischen Syndrom schützen kann.

In einer solchen Studie, die im Juli 2012 in Phytomedicine veröffentlicht wurde, erhielten adipöse Erwachsene 12 Wochen lang dreimal täglich 500 mg Berberin oral. Diese Studie zeigte, dass Berberin eine starke lipidsenkende Verbindung ist und einen moderaten Effekt auf den Gewichtsverlust hat.

Berberine kann bei der Verwaltung von SIBO helfen

Menschen, die an SIBO (Überwachsen von Dünndarmbakterien) leiden, haben übermäßige Bakterien im Dünndarm. Die

Krankheit wird normalerweise mit oralen Antibiotika behandelt, aber nicht immer erfolgreich.

Eine im Mai 2014 in Global Advances in Health and Medicine veröffentlichte Studie ergab, dass eine Kräuterbehandlung mit Berberin bei der Behandlung von SIBO genauso gut wie Antibiotika wirkt und gleichermaßen sicher ist.

### Mögliche Vorteile von Berberin

Die potenziellen Vorteile von Berberin beziehen sich auf Vorteile, für die es einige klinische Beweise gibt, die jedoch entweder nicht stark genug oder auf andere Weise nicht ausreichen, um einen bestimmten Nutzen nachzuweisen.

Hier sind einige dieser Vorteile:

**Kognitiver Rückgang ...** Studien an Menschen legen nahe, dass Berberin einen potenziellen therapeutischen Wert gegen neurodegenerative Erkrankungen wie Alzheimer und Parkinson sowie gegen neurodegenerative Erkrankungen aufgrund von Traumata hat. Tierstudien legen nahe, dass es auch bei der Bekämpfung von Depressionen helfen kann.

**Anti-Krebs-Effekte ...** Berberin kann helfen, Apoptose, den programmierten Tod von Krebszellen, zu induzieren. Untersuchungen an der China Medical University haben gezeigt, dass Berberin in menschlichen Zungenkrebszellen Apoptose induzieren kann. Die Forschung darüber, wie Berberinhydrochlorid den Metabolismus von Krebszellen regulieren und deren Wachstum und Proliferation hemmen kann, wird fortgesetzt.

**Schutz der Leber ...** Frühe Forschungen legen nahe, dass Berberin die Leber unterstützt, indem es den Blutzucker, die Insulinresistenz und die Triglyceride senkt, die Marker für Leberschäden bei Menschen mit Diabetes und Viren wie Hepatitis sind. Es bietet auch Unterstützung für Menschen mit

Fettlebererkrankungen. Die Forschung ist im Gange.

Lungengesundheit ... Untersuchungen legen nahe, dass die entzündungshemmenden Wirkungen von Berberin die Lungenfunktion fördern. In einem Experiment erhielten Mäuse Berberin und wurden dann genügend Zigarettenrauch ausgesetzt, um eine akute Lungenverletzung zu verursachen. Es wurde festgestellt, dass die Mäuse, denen das Alkaloid verabreicht wurde, weniger Entzündungen und weniger Lungenverletzungen aufwiesen als Mäuse, die der gleichen Menge Rauch ausgesetzt waren, jedoch kein Berberin erhielten.

Wie man Berberin benutzt

Sie sollten in der Lage sein, Berberin als Nahrungsergänzungsmittel in Form von Berberin-HCL in Ihrem örtlichen Reformhaus zu finden. Wenn nicht, können Sie es online bestellen.

Ein natürlicher Heilpraktiker kann Ihnen helfen, die für Sie am besten geeignete Dosis zu bestimmen. Die übliche Dosierung beträgt jedoch 1.500 Milligramm pro Tag in drei gleichen Dosen von jeweils 500 mg.

Die Aufteilung der Tagesdosis in drei Teile ist erforderlich, um den Berberinspiegel in Ihrem Blut stabil zu halten, da dieses Alkaloid eine kurze Halbwertszeit hat. Ein weiterer Grund für die Aufteilung der Tagesdosis ist, dass eine große Einzeldosis Ihren Magen mit Krämpfen und Durchfall verärgern kann.

Nehmen Sie das Präparat zu Ihrer Mahlzeit oder kurz danach ein, um die Fähigkeit von Berberin zu nutzen, den unmittelbar nach einer Mahlzeit auftretenden Anstieg des Blutzucker- und Lipidspiegels zu verringern.

Hinweis ... Achten Sie beim Kauf von Berberin-HCL darauf, dass Sie es nicht mit Berberol (einem Markennamen für ein anderes Produkt) oder Berberrubin (einem Metaboliten oder einer

Substanz verwechseln, die in Ihrem Stoffwechsel gebildet wird oder für diesen notwendig ist).

Nebenwirkungen und Risiken der Einnahme von Berberin

Berberine hat eine hervorragende Sicherheitsbilanz. Die Nebenwirkungen sind gering und hängen mit der Verdauung zusammen ... Magenschmerzen, Krämpfe, Blähungen, Verstopfung und Durchfall.

Diabetiker und Hypertoniker müssen jedoch vorsichtig sein, wenn sie ihren Zustand mit Medikamenten wie Metformin oder Statinen kontrollieren ... da Berberin auf natürliche Weise den Blutzucker und den Blutdruck senken kann und Sie möglicherweise unter Hypos leiden.

Wenn Sie daran denken, das Berberinpräparat langfristig, dh länger als drei Monate, einzunehmen, sollten Sie Ihren Arzt konsultieren.

Stillende und schwangere Frauen sollten sich vor der Einnahme eines Berberinpräparats auch von ihrem Hausarzt beraten lassen.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [natur.wiki](http://natur.wiki)**