

Pflanzliche Heilmittel gegen hohen Cholesterinspiegel - Top Drei Kräuter

Pflanzliche Heilmittel gegen hohen Cholesterinspiegel werden in der traditionellen Naturmedizin seit Jahrhunderten zur Unterstützung von Herz und Leber eingesetzt. Es gibt viele Möglichkeiten, Ihren Körper auf natürliche Weise bei der Regulierung eines gesunden Cholesterinspiegels zu unterstützen: gesunder Lebensstil eine ausgewogene Diät Übung Aufrechterhaltung eines gesunden Körpergewichts pflanzliche Heilmittel Cholesterin wird hauptsächlich von der Leber aus Cholesterin und gesättigten Fetten in Lebensmitteln hergestellt. Es ist eine fetthaltige Substanz (Lipid), die nach der Produktion durch die Leber im Blut zirkuliert. Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass Cholesterin vom Körper zu einem bestimmten Zweck produziert wird. Cholesterin ist nicht schädlich, solange …



Pflanzliche Heilmittel gegen hohen Cholesterinspiegel werden in der traditionellen Naturmedizin seit Jahrhunderten zur Unterstützung von Herz und Leber eingesetzt. Es gibt viele Möglichkeiten, Ihren Körper auf natürliche Weise bei der

Regulierung eines gesunden Cholesterinspiegels zu unterstützen:

- gesunder Lebensstil
- eine ausgewogene Diät
- Übung
- Aufrechterhaltung eines gesunden Körpergewichts
- pflanzliche Heilmittel

Cholesterin wird hauptsächlich von der Leber aus Cholesterin und gesättigten Fetten in Lebensmitteln hergestellt. Es ist eine fetthaltige Substanz (Lipid), die nach der Produktion durch die Leber im Blut zirkuliert. Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass Cholesterin vom Körper zu einem bestimmten Zweck produziert wird. Cholesterin ist nicht schädlich, solange es sich innerhalb bestimmter ausgewogener Grenzen befindet, und erfüllt in der Tat eine Vielzahl lebenswichtiger Funktionen wie die Hormonsynthese, den Aufbau und die Aufrechterhaltung von Zellmembranen, die Unterstützung der Fettverdauung und die Produktion von Vitamin D unter vielen anderen Dingen. Es gibt zwei Arten von Cholesterin - LDL (die sogenannte „schlechte“ Form von Cholesterin) und HDL (die „gute“ Form von Cholesterin). Der Körper hat einen natürlichen Mechanismus, um diese Arten von Cholesterin zu regulieren und das System im Gleichgewicht und in Harmonie zu halten.

Beliebte pharmazeutische Statin-Medikamente zur Senkung des Cholesterinspiegels wirken durch Unterdrückung der Symptome, die andere Probleme sowie unangenehme Nebenwirkungen verursachen können, da die Medikamente nicht für die Wirkung mit dem Körper ausgelegt sind. Natürliche Kräutermedizin schafft ein Gleichgewicht im Körper, um die Gesundheit des gesamten Körpersystems zu unterstützen, Krankheiten zu lindern und zukünftige Krankheiten zu verhindern.

Die drei besten Kräuter zur Senkung des Cholesterinspiegels

- **Roter Hefereis** ist ein altes chinesisches Mittel, das seit Jahrhunderten zur Förderung von Gesundheit und Gleichgewicht eingesetzt wird. Es enthält natürliche Statine und hält nachweislich das Cholesterin in normalen Bereichen und unterstützt normale Fettwerte im Blutkreislauf.
- **Gugulipid** stammt von einem kleinen Baum in Regionen Indiens, Pakistans und Bangladeschs und hat eine lange Tradition in der therapeutischen Anwendung zur Unterstützung der systemischen Gesundheit, unter besonderer Berücksichtigung von HDL-Cholesterin. In klinischen Studien wurde gezeigt, dass die Wirkstoffe in Gugulipid antioxidative Wirkungen haben.
- **Rooibos** wird seit Tausenden von Jahren von den Ureinwohnern des Westkap von Südafrika, dem einzigen Ort der Welt, an dem es wächst, als natürliches Heilmittel verwendet. Rooibos enthält einen hohen Gehalt an Mineralien und Nährstoffen, von denen gezeigt wurde, dass sie die Aufrechterhaltung eines gesunden Cholesterinspiegels und die Aufrechterhaltung des Blutdrucks im normalen Bereich fördern.

Untersuchungen und Erfahrungen haben gezeigt, dass eine Kombination aus pflanzlichen Heilmitteln, regelmäßiger Bewegung und Ernährungsumstellung den LDL-Cholesterinspiegel erheblich beeinflussen und den Bedarf an verschreibungspflichtigen Statin-Medikamenten verringern oder sogar beseitigen kann.

Kräuter wie Rooibos, Gugulipid und Roter Hefereis sind bekannte pflanzliche Heilmittel gegen hohen Cholesterinspiegel und bekannt für ihre vorteilhaften Wirkungen bei der Senkung des LDL-Cholesterins und der Triglyceridspiegel bei gleichzeitiger Erhöhung des schützenden HDL-Cholesterins. Mit ein paar Änderungen im Lebensstil und ein wenig Hilfe von der Natur kann der Cholesterinspiegel leicht gesteuert werden.

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki