



Oxidativer Stress

Oxidativer Stress kennt jeder! Nimmt der Lack am Auto Schaden und wird es nicht repariert, fängt der Wagen an der Stelle an zu rosten. Schneiden Sie einen Apfel auf, dann wird er nach kurzer Zeit braun. Das liegt am Sauerstoff bzw. an den freien Radikalen, die mit den Strukturen des jeweiligen Gegenstandes reagieren, ihn oxidieren.

Das Gleiche findet in jeder Sekunde millionenfach im menschlichen Körper statt. Natürlich hat der Organismus Strategien, sich davor zu schützen. Er benötigt Anti-Oxidanzien oder bildhafter ausgedrückt Rostschutzmittel. Die meisten müssen wir uns über die Ernährung, vorwiegend über Obst und Gemüse zuführen.

Nun wissen wir aber, dass die Qualität unseres Obstes und Gemüses in der heutigen Zeit erheblich nachgelassen hat. Dies hat zur Folge, dass das Gleichgewicht von freien Radikalen und Anti-Oxidanzien immer häufiger gestört ist. Freie Radikale sind extrem aggressiv und können Ihnen erheblichen Schaden zufügen.

Mit einem einfachen Urin-Test (Nachweis von Malondialdehyd) lässt sich Ihr oxidativer Stress abschätzen.

Weitere Infos im Flyer und in den Zeitungsartikeln folgend als pdf-Datei.

Flyer Oxidativer Stress

- [freie-radikale-master.pdf](#)

Zeitungsartikel Freie Radikale

- [Geheimnis_des_Alters.pdf](#)
- [Freie_5FRadikale.pdf](#)

