

Pressemitteilung

Gute Vorsätze für 2020: Cholesterinwerte natürlich senken

Wer erhöhte Cholesterinwerte aufweist, riskiert Bluthochdruck durch verstopfte Blutgefäße und in der Folge einen Herzinfarkt oder Schlaganfall. Mit speziellen Milchsäurebakterien lassen sich die Werte auf natürliche Weise senken und so Gefäße und Herz entlasten.

Erhöhte Cholesterinwerte bereiten erst einmal keine Beschwerden. Aber sie steigern massiv das Risiko für - lebensgefährliche - Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Neben dem Gesamt-Cholesteringehalt sollte auch besonders das „schlechte“ LDL-Cholesterin nicht zu hoch sein. Es transportiert Cholesterin von der Leber in die Körperzellen.

Erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Zwar ist Cholesterin ein lebensnotwendiger Baustein der Zellmembranen und die Vorstufe von Gallensäuren, Hormonen und Vitamin D. Ist es aber im Überschuss vorhanden, lagert sich das Cholesterin unter anderen in den Wänden der Blutgefäße - als Plaques - ab und führt so zur „Gefäßverkalkung“ oder Arteriosklerose. Das mindert die Durchblutung, Bluthochdruck ist die Folge. Auch droht ein Gefäßverschluss. Sind davon die Herz oder Gehirn versorgenden Gefäße betroffen, kann das einen Herzinfarkt oder einen Schlaganfall auslösen.

HDL-Cholesterin gilt als „gutes“ Cholesterin, da es Cholesterin von den Organen zur Leber befördert - sogar aus bestehenden Plaques. In der Leber wird das Cholesterin zu Gallensäuren umgebaut, die ausgeschieden werden können. Deshalb ist ein hoher HDL-Wert gesund. Besonders das Verhältnis von LDL zu HDL wird als Anzeiger für das Arteriosklerose-Risiko genutzt. Ideal ist ein Verhältnis von LDL zu HDL von unter 3.

Milchsäurebakterien als natürliche Cholesterin-Senker

Eine natürliche Methode, um hohe Cholesterinwerte zu senken, bietet das diätetische Lebensmittel SymbioLact® Cholesterin Control. Es enthält besondere Milchsäurebakterien, die auf dreierlei Weise wirken:

- 1) Sie können den Darm-Leber-Kreislauf der Gallensäuren unterbrechen.

Die Ausscheidung von Cholesterin funktioniert über Gallensäuren, die der Körper in der Leber bildet und zur Fettverdauung in den oberen Dünndarmabschnitt absondert. Allerdings nimmt er sie im unteren Dünndarmabschnitt größtenteils wieder auf und transportiert sie in die Leber zurück, wo sie erneut zur Verfügung stehen. Die speziellen Milchsäurebakterien spalten nun die Gallensäuren im Darm auf. Damit erfolgt keine Wiederaufnahme und der Körper muss neue Gallensäuren bilden. Dazu verbraucht er Cholesterin.

- 2) Die Bakterien können Nahrungs-Cholesterin binden.

Direkt an ihrer Zelloberfläche können sie das Cholesterin aus der Nahrung binden, das dann zusammen mit den Bakterien - genau wie die zerlegten Gallensäuren - ausgeschieden wird.

- 3) Sanfte Hemmung der Cholesterin-Neuproduktion

Aus löslichen Ballaststoffen der Nahrung produzieren die Milchsäurebakterien kurzkettige Fettsäuren, vor allem Butter- und Propionsäure. Sie hemmen die Cholesterin-Herstellung in der Leber.

Die Folge: Gesamtcholesterin und LDL sinken, HDL steigt an.

Gesunde Fette und Bewegung

Den größten Teil des Cholesterins produziert der Körper selbst. Allerdings gilt bei erhöhten Werten: Weniger gesättigte Fette aus Fleisch oder Frittiertem, dafür mehr ungesättigte pflanzliche Öle und auch Nüsse verzehren. Ballaststoffe können ebenfalls Nahrungscholesterin binden. Wer regelmäßig Ausdauersport wie Schwimmen, Radfahren oder Joggen betreibt, kann ebenfalls das "schlechte" LDL-Cholesterin senken und das „gute“ HDL-Cholesterin erhöhen.

Mehr Infos unter www.symbiopharm.de

Der Spezialist für das Heilen mit Bakterien

Bereits seit 66 Jahren steht bei der **SymbioPharm GmbH** in Herborn die Darmflora mit ihren nützlichen Bakterien im Fokus. Das moderne mittelständische Unternehmen der mikrobiologisch-pharmazeutischen Branche hat sich dem **Heilen mit Bakterien** verschrieben und möchte mit seinen pro- und präbiotischen Arznei- und Nahrungsergänzungsmitteln die guten Besiedler des Menschen fördern.

Wichtigste Grundlage ist die **Mikrobiologische Therapie**, die sich die immunmodulatorische Wirkung spezifischer Bakterien zunutze macht. Lebende probiotische Bakterien wie in Symbioflor® 1 und 2 können die körpereigenen Abwehrkräfte regulieren. Daneben bietet die SymbioPharm GmbH Nahrungsergänzungsmittel mit Milchsäurebakterien oder mit Vitaminen, Spurenelementen und Mineralstoffen an. Medizinprodukte zur Entgiftung oder für den Intimbereich runden das Portfolio ab.

Bitte schicken Sie uns bei Abdruck ein Belegexemplar zu. Vielen Dank.

Pressekontakt:

Angelika Hecht

SymbioPharm GmbH

Auf den Lüppen 10

35745 Herborn-Hörsbach

Tel.: 02772/981-350

eMail: angelika.hecht@symbio.de

www.symbiopharm.de