



Aroniabeeren: natürliche Brandlöscher gegen Entzündungen

Oktober, 2018: Schnittverletzungen, Insektenstiche oder „bloß“ Halsschmerzen – Entzündungen sind ein alltäglicher Prozess und es gibt kaum einen, der noch keine hatte. Während man akute Entzündungen oft bemerkt, verweilen kleine Entzündungen häufig unbemerkt. Aber gerade bei ihnen schlummern nicht zu unterschätzende Risiken, denn sie können die Ursache für schwerwiegende Folgeerkrankungen sein. Abhilfe schaffen natürliche Wirkstoffe, die entzündungshemmend wirken und einen Beitrag zur Senkung des allgemeinen Entzündungsrisikos leisten. Der Aroniabeere e.V. erklärt: Die Aroniabeere sei die erste Wahl, wenn Entzündungen auf natürliche Weise geheilt und vorgebeugt werden sollen.

Schon 100 ml Aronia-Direktsaft täglich genügen, um den Körper bei der Selbstheilung und Prävention von Entzündungen zu unterstützen erklärt der Aroniabeere e.V. aus Dresden. Denn mit ihren wertvollen Inhaltsstoffen wirken Aroniabeeren als natürlicher Brandlöscher bei Entzündungen und können diese auf natürliche und schonende Weise heilen. Verantwortlich dafür sei der besonders hohe Gehalt an natürlichen Pflanzenfarbstoffen wie Anthocyanen (rot-blaue Farbstoffe) und OPC (Oligomere Proanthocyanidine; farblose Farbstoffe). Zudem wirken Aroniabeeren sowohl antiviral als auch antibakteriell und können damit erheblich zur Minderung eines erneuten Entzündungsrisikos beitragen. „Gerade jetzt im Herbst beginnt der Höhepunkt der Entzündungszeit“, erklärt die ärztlich medizinisch geprüfte Ernährungs- und Gesundheitsexpertin Claudia Höft, die im Auftrag des Aronia-Vereins über die Gesundheitsbeere aufklärt. Auch wenn die Temperaturen noch angenehm sind, beginnt mit dem Herbst die Zeit von Husten, Schnupfen und Blasenentzündung.

Dauerhafte Entzündungen sind wahres Gift für den Körper

Bronchitis, Rhinitis oder Zystitis – sprachlich erkennt man die bereits oben genannten, entzündlichen Erkrankungen an der griechischen Endung „-itis“. Entzündungen stellen eine der wichtigsten selbstheilenden aber auch krankheitserregenden Prozesse im Körper dar und können je nach Ausmaß sogar lebensgefährlich werden. „Bei einer Entzündung, wird das Immunsystem aktiviert“, so Gesundheitsberaterin Claudia Höft. Der Körper arbeitet jetzt mit Hochdruck daran, die Entzündung



wieder loszuwerden und zu kurieren. „Mediziner verschreiben in Fällen von akuten Entzündungen häufig Medikamente, die die Entzündung zwar in Schach halten, sie aber nicht wirklich ausheilen“, erklärt die Expertin weiter.

Aus einer nicht vollständig abgeheilten akuten Entzündung kann sich so eine Entzündung entwickeln, die über lange Zeit unbemerkt im Körper schwelt und sich ausbreitet. „Oft werden chronische Entzündungen erst spät wegen erhöhten Werten im Blut festgestellt“, sagt Frau Höft. Gerade jetzt können die inflammatorischen Inhaltsstoffe der Aroniabeere eine Heilung unterstützen.

Laut neuesten medizinischen Erkenntnissen sind dauerhafte Entzündungen mitverantwortlich für ernstzunehmende Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ II oder auch Krebserkrankungen. „Um chronischen Entzündungen entgegenzuwirken bzw. bestehende auszuheilen, empfehle ich die tägliche Einnahme von 100 ml Aroniasaft bester Qualität, wie es ihn z.B. im Reformhaus gibt“, so Höft abschließend.

Video: Aronia lindert Entzündungen im Körper | Ernährungsexpertin Claudia Höft erklärt

<https://www.youtube.com/watch?v=8e4lDwbxj5Y>

100g frische Aroniabeeren enthalten u.a. durchschnittlich

Nährwerte		Vitamine		Mineralien	
Brennwert	96 kcal	Vitamin K	bis 1000 µg	Kalium	218 mg
Eiweiß	1,9 g	Vitamin E	bis 3,1 mg	Zink	0,147 mg
Kohlenhydrate	18,0 g	Folsäure	210 µg	Eisen	0,93 mg
Fett	1,5 g	Vitamin C	bis 50 mg		

Postadresse:

Aroniabeere e. V.

Traubelstraße 13 a
Gebäude 44
01109 Dresden

Mail: info@aroniabeere.de

Tel.: +49 351 41886645

Presse:

<https://www.aroniabeere.de/service/presse/>

<https://www.aroniabeere.de>