

## Colostrum

### COLOSTRUM - ein wiederentdecktes Wundermittel?

"Erstmilch" für Körper und Geist gleicht Defizite des Immunsystems aus.

*Colostrum* ist eines mit **mehr als 80 Mikronährstoffen** ausgestattetes Naturprodukt. Neben praktisch allen Vitaminen, Mineralien, Aminosäuren sind auch wichtige Spurenelemente und das Immunsystem zusätzlich stimulierende Substanzen enthalten. Dem Körper wird grundlegend geholfen, sich zu entgiften und zu regenerieren.

Colostrum ist das Vormilchsekret, das in den Brustdrüsen einer Mutter während der ersten 24-28 Stunden nach der Entbindung produziert wird. Colostrum enthält lebenserhaltende Immun- und Wachstumsfaktoren, die die Gesundheit und Lebenskraft des Neugeborenen sicherstellen. Colostrum ist derart wichtig, dass die meisten saugenden Tierjungen ohne diese Nahrung einfach sterben würden.

In den fünfziger und sechziger Jahren rieten viele Ärzte vom Stillen ab. Dies war der Höhepunkt der "Arroganz der Wissenschaft" - nämlich der Versuch, uns davon zu überzeugen, dass vom Menschen entwickelte Milchformeln tatsächlich besser sind als natürliche Muttermilch. Folglich sind viele von uns, die nicht gestillt wurden, nicht natürlich "geimpft", d.h. unser Immun- und Verdauungssystem hat keinen Anfangsschub, wie es das Colostrum bewirkt, erhalten. Dadurch sind wir anfällig für Krankheiten, Schadstoffe und Allergien, die uns überall umgeben und Jahr für Jahr an Quantität und Toxizität zunehmen.

Die Natur hat in ihrer unendlichen Weisheit einen erstaunlichen Stoff hervorgebracht, der Säuglingen hilft zu wachsen, sich wohl zu fühlen und Krankheiten zu widerstehen. Nun ist der medizinische Nachweis erbracht worden, dass auch Erwachsenen der ungeheuer breit gefächerte Nutzen von Colostrum zuteil werden kann.

### Was ist Colostrum

Colostrum, auch Vormilch genannt, ist eines der ältesten und außergewöhnlichsten Nahrungsmittel, das in der Natur zu finden ist. Es ist so alt wie die Mutterschaft, denn Colostrum ist die Milch eines Säugetieres für das Neugeborene in den ersten 24 bis 72 Lebensstunden. Die Inhaltsstoffe kommen in solch hohen Konzentrationen in keinem anderen Naturprodukt vor. Bereits Ende des 18. Jahrhunderts beschrieb der Arzt Christoph W. Hufeland die einmalige Funktion des Colostrums im Unterschied zu "normaler" Milch, denn er erkannte dessen positiven Einfluss auf den allgemein hohen Gesundheitsstandard und das schnelle Wachstum neugeborener Rinder und Ziegen.

Im Jahr 1955 wurde eine Publikation über "Immunmilch" als Nahrungsergänzung für Menschen mit rheumatischer Arthritis veröffentlicht, wodurch die Vormilch wieder mehr ins Blickfeld geriet. In den folgenden Jahren wurden Colostrum und seine Bestandteile vermehrt untersucht. Dabei bestätigte sich, dass gestillte Säuglinge u. a. bedeutend seltener an Allergien und Infektionen erkrankten, dass sie größeren Appetit zeigten und im Normalfall schneller als nicht gestillte Kinder wuchsen. **Mittlerweile ist nachgewiesen, dass Colostrum nicht nur für den Säugling, sondern auch für den erwachsenen Menschen von enormer Bedeutung ist.**

Jüngere Studien haben ergeben, dass nicht allein veränderte, Umwelteinflüsse (z.B. vermehrte Schadstoffe in vielen Bereichen unseres Lebensraumes, Stress, etc.) einen Anstieg der so genannten Zivilisationskrankheiten bewirkt haben, zunehmend wird deren Entstehung durch z.T. langjährige mangelhafte Ernährung ausgelöst. Dies ist nicht sonderlich erstaunlich, da Ernährungswissenschaftler nachgewiesen haben, dass bei den heute üblichen Herstellungsprozessen von Nahrungsmitteln (z.B. Pasteurisieren, Konservierung, etc.) oftmals gerade die wirksamsten Bestandteile denaturiert (=verändert, zerstört) und somit wirkungslos werden. Auch die Anbaugegebenheiten bei Obst und Gemüse beeinträchtigen z.B. durch chemische Düngung, chemische Schädlingsbekämpfung oder beschleunigte Wachstumsverfahren und dadurch verkürzte Reifezeiten, die optimale Entwicklung des Nährstoffgehaltes bzw. führen sogar zu weiteren Schadstoffbelastungen des Menschen.

Daher empfiehlt sich ein Colostrum-Extrakt für Menschen jeden Alters als gesunde und zeitgemäße Nahrungsergänzung. Bestehende Defizite werden ausgeglichen, die Widerstandskräfte vergrößern sich und die optimierte Versorgungssituation fördert erkennbar den Verlauf von Heilungsprozessen. Colostrum

unterstützt eine umfängliche Stabilisierung der Gesundheit, damit wir unsere physische und psychische Leistungsfähigkeit erhalten und steigern können.

### **Die Inhaltsstoffe**

Immunglobuline (=Antikörper) sind für den menschlichen Organismus zur Vorbeugung und Abwehr von Infektionen und bei der Entzündungshemmung von maßgeblicher Bedeutung. Mediziner haben nachgewiesen, dass der hohe Immunglobulingehalt im Colostrum das Immunsystem nachhaltig unterstützt. Aminosäuren sind lebenswichtige Eiweißbausteine für den Zeitstoffwechsel und die Zellregeneration. Ein Mangel an Aminosäuren kann u.a. Ursache für Wachstumsstörungen, verzögerte Wund- und Entzündungsheilung, Konzentrationsstörungen, allgemeine Schwächung des Immunsystems, etc. sein. Die optimale Versorgung mit Aminosäuren sichert die Energiebereitstellung im physischen wie auch psychischen Bereich und beeinflusst daher entscheidend die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit.

Natürliche Wachstumsfaktoren nehmen positiven Einfluss auf den Zellstoffwechsel, so dass die Zellvermehrung gefördert und somit eine grundsätzliche Stabilisierung von Muskel-, Knochen- und Knorpelgeweben sowie Sehnen erzielt wird; weiterhin helfen natürliche Wachstumsfaktoren die körpereigene Immunabwehr zu steigern. Vitamine sind Voraussetzung für einen geregelten Eiweiß-, Fett- und Kohlenhydratstoffwechsel. Sie müssen daher immer in ausreichender Konzentration vorhanden sein. **Der u.a. im Colostrum enthaltene Vitamin-B Komplex wirkt Erschöpfungszustände entgegen, fördert die Blutbildung und beschleunigt den Stressabbau sowie die Erholung nach Erkrankungen.**

### **Die Gewinnung des Colostrum-Extrakts**

Das für den menschlichen Konsum bestimmte Colostrum wird innerhalb der ersten 24 Stunden nach dem Kalben gewonnen. Den Kälbern verbleibt die Hälfte der Nahrung. Das reicht für eine gesunde Ernährung mehr als aus. Es enthält während dieser Zeitspanne die höchste Konzentration an lebensnotwendigen Inhaltsstoffen. Da die maßgeblichen DNA-Sequenzen verschiedener Colostrumbestandteile bei Mensch und Tier nahezu identisch sind, ist der Nutzen für uns Menschen gewährleistet.

Colostrum ist im Rohzustand ungenießbar, da es einen hohen Gehalt an Fett, grobmolekularen Eiweißen und Verunreinigungen hat. In biotechnologischen Produktionsschritten werden dem Colostrum Fett und Kasein entzogen. Das Ergebnis dieser innovativen Verfahrenstechnik ist der hoch bioaktive Colostrum Extrakt.

### **Ein kräftiger Schub für das Immunsystem**

Bei fast allen Infektionen und degenerativen Krankheiten, einschließlich Krebs und Herzkrankheiten, ist vor Ausbruch oder zeitgleich mit dem Ausbruch eine verminderte Funktion des Immunsystems feststellbar. Untersuchungen zeigen, dass Colostrum wichtige Immunfaktoren (Immunglobuline, Lactoferrin, Zytokine und Interferon) enthält, die die Wiederherstellung eines starken Immunsystems bewirken. Colostrum enthält ausserdem polyprolinreiche Peptide (PRP), die, wie medizinische Studien belegt haben, ein schlecht funktionierendes Immunsystem stärken helfen. PRP unterstützt die Thymusdrüse bei der Wiederherstellung ihrer optimalen Funktionsfähigkeit. In der Thymusdrüse werden die lebenswichtigen T-Zellen produziert, die Viren und Antigene bekämpfen. Das im Colostrum vorkommende PRP hilft darüber hinaus, eine Überfunktion des Immunsystems bei Autoimmunkrankheiten, bei denen sich der Körper selbst angreift, auszugleichen. Colostrum ist daher äußerst wirksam u.a. bei folgenden Krankheiten:

**Chronisches Müdigkeitssyndrom, Fibromyalgie, Multiple Sklerose, Rheumatoide Arthritis (PcP), Lupus und Sklerödem.** Berichte von Anwendern verweisen allesamt auf die erstaunliche Fähigkeit dieser Substanz, Krankheiten vorzubeugen. Menschen, die Colostrum bereits eine Zeitlang genommen haben (anfänglich meist aus einem anderen Grund) berichten, dass sie keine Erkältung oder Grippe mehr bekommen, Menschen, die mit der Einnahme von Colostrum begonnen haben, als sie bereits an einer Virus- oder Bakterieninfektion erkrankt waren, berichten von wesentlich kürzeren Heilungs- und Genesungszeiten.

### **Wachstumsfaktoren im Colostrum - nicht nur für Neugeborene**

Colostrum enthält viele wichtige Wachstumsfaktoren, die die Heilung anregen und sogar eine alterungshemmende Reaktion hervorrufen. Die Liste der Vorteile, die diese Faktoren mit sich bringen, ist so lang, dass sie hier nur stichwortartig genannt werden.

### **Unabhängige medizinische Studien zeigen, dass die Wachstumsfaktoren im Colostrum:**

normales Wachstum von allen oder verletzten Muskeln, Knochen, Knorpeln, Hautkollagen und Nervengewebe neu beleben und beschleunigen;

- die Fettverbrennung zu Brennstoff statt Muskelgewebe während des Fastens (Diät) unterstützen;
- helfen, schwache Muskeln zu kräftigen und kräftig zu erhalten;
- die lebenswichtige DNS und RNS unseres Körpers reparieren;
- den Blutzuckerspiegel ausgleichen und regulieren;
- Verbrennungen, Operationswunden, Schnittverletzungen, Hautabschürfungen und wunde Lippen bei äußerer Anwendung heilen;
- generell Infektionen und Schmerzen, Zahnfleischentzündungen, Empfindlichkeit der Zähne, Zahnschmerzen nach einer zahnärztlichen Behandlung eindämmen;
- helfen, den Blutzuckerspiegel und die chemischen Hirnstoffe zu regulieren, und damit bessere Wachsamkeit und Konzentrationsfähigkeit bewirken;
- helfen, die chemischen "Wohlfühl-Stoffe" im Gehirn zu regulieren, und damit unsere Stimmung zu heben.
- Colostrum sorgt also dafür, dass Sie sich besser fühlen und schneller genesen.

Artikeln in amerikanischen Magazinen wie *Iron Man* oder *Muscle & Fitness* zufolge (dies sind seriöse Zeitschriften für Bodybuilder, die sorgfältig recherchierte Sachthemen behandeln) ist Colostrum genauso wirksam wie synthetische Steroide, die illegal eingenommen werden, um beim Bodybuilding Muskelmasse aufzubauen! **Hinzu kommt, dass Colostrum für jedermann gut ist und keine Nebenwirkungen, keine Probleme, keine Kontraindikationen aufweist.** Wenn Sie Antibiotika schlucken um eine Infektion zu bekämpfen, schwächen Sie Ihr Immunsystem, anstatt es zu stärken, schwer und zerstören die acidophilen Bakterien, die dazu beitragen, schädliche Bakterien und Hefen im Darm einzudämmen. Wenn Sie dumm genug sind, nichtverschreibungspflichtige Steroide einzunehmen (was, ob Sie es glauben oder nicht, immer noch viele Menschen tun), hat dies noch schlimmere Nebenwirkungen zur Folge: Hormonstörungen, Schädigung des endokrinen Drüsensystems, des Fortpflanzungsapparates, sowie des Herz-Kreislauf-Systems.

Darüber hinaus hat sich gezeigt, dass die im Colostrum vorhandenen Wachstumsfaktoren eine wichtige **alterungsvorbeugende Wirkung** haben. Die Haut sieht jugendlicher aus, Alters- und so genannte Leberflecken verschwinden, die Knochenmasse und -dichte nimmt zu, und die sexuelle Funktionsfähigkeit wird verbessert bzw. wiederhergestellt. Möglicherweise gibt es doch einen Jungbrunnen!

Am meisten gefällt, dass es sich bei Colostrum um eine natürliche, nichtzusammengesetzte und nur minimal aufbereitete Substanz handelt. Colostrum ist keines dieser neuen natürlichen Nahrungsergänzungsmittel, die in irgendeinem Labor wie ein Designerprodukt entwickelt werden - es ist ein Wundermittel, das die Natur selbst hervorbringt. Colostrum besitzt ein breites Wirkungsspektrum, da es bei einem Neugeborenen so viel leisten muss. Wir alle sind sehr schwach und anfällig, wenn wir als Säuglinge auf die Welt kommen. Die Natur reagiert hierauf, indem sie uns eine der kräftigsten Supernahrungen, die es gibt, zur Verfügung stellt, um uns schnell wachsen zu lassen, widerstandsfähig gegen Krankheiten zu machen und ein herrliches Gefühl des Wohlbefindens zu geben. Wichtig ist ausserdem, dass Colostrum von der medizinischen Fachwelt umfassend erforscht wurde. Es handelt sich nicht um eine neue Entdeckung, sondern um etwas, was gegenwärtig wiederentdeckt wird. Die Verwendung von Colostrum begann genau genommen vor Tausenden von Jahren.

#### **Ist Rinder- oder Ziegen-Colostrum ungefährlich und bei Menschen wirksam?**

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Rinder- oder Ziegen-Colostrum vom Menschen leicht aufnehmbar und bis zu vierzigmal reicher an Immunfaktoren als Human-Colostrum ist. Die Untersuchungen zeigen ausserdem, dass nur Colostrum von Kühen und Ziegen spezielle Glycoproteine und Proteaseinhibitoren enthält, die vor der Zerstörung der wirksamen Colostrum Bestandteile durch Verdauungsenzyme und Magensäuren bei Erwachsenen äußerst effektiv schützen.

Rinder- oder Ziegen-Colostrum ist bei Verzehr durch den Menschen ungefährlich. Nach Ansicht von Dr. Robert Preston vom International Institute of Nutritional Research ist Colostrum vollkommen ungefährlich, es wird von der Natur als erste Nahrung für Säuglinge bereitgestellt. Es ist schwer, sich ein anderes Nahrungsmittel vorzustellen, das natürlicher und nutzbringender ist.

In Tausenden von Jahren, in denen der Mensch Rinder- oder Ziegen-Colostrum verwendet, hat es keine Berichte über Kontraindikationen, Nebenwirkungen oder Allergien gegeben. **Diese Supernahrung verursacht auch keine Probleme bei Menschen mit Lactoseüberempfindlichkeit.**

## Meinungen von praktizierenden Ärzten in den USA zu Colostrum Dr. med. Nikki Marie Welch

Dr. Nikki Marie Welch wendet in ihrer Praxis Colostrum an, um verschiedene Leiden zu behandeln, u.a. Unterfunktion des **Immunsystems, chronische Infektionen, Autoimmunkrankheiten, Erkältungen, Grippe und Allergien**. Dr. Welch, die an der Duke University und John Hopkins University promovierte und in Yale weiterstudierte, ist als Fachärztin für Innere Medizin approbiert. "Ich wende in meiner Praxis viele wirksame Nahrungsergänzungsmittel an. Wohlbefinden von innen zu erzeugen, ist Teil meiner Philosophie und eine meiner fundamentalen Aufgaben als Ärztin." "Ich verschreibe Colostrum ungefähr einem Drittel meiner Patienten. Nach Einnahme dieses Nahrungsergänzungsmittels blühen diese Patienten ihren eigenen Berichten zufolge förmlich auf, und ihr Zustand bessert sich in der Regel beträchtlich. Wenn wir dem Patienten helfen können, sich ohne die üblichen Arzneimittel besser zu fühlen, dann tun wir es auch. Meiner Meinung nach ist die moderne Ernährungsbiochemie ein sehr interessantes Gebiet - und Colostrum gehört dazu." "Die im Colostrum enthaltenen Stoffe wirken auf natürliche Weise zusammen, um das Immunsystem zu stärken, während isolierte Einzelkomponenten wie z.B. Interferon sehr viel eher unerwünschte Nebenwirkungen haben und bisher nur experimentell angewendet werden", fuhr sie fort. "Als ich das Colostrum entdeckte, stellte ich fest, dass es von namhaften Ärzten, Wissenschaftlern und Organisationen umfassend untersucht worden war. Dies gab mir ein weitaus beruhigenderes Gefühl als viele andere ungeprüfte Heilmittel."

## Carl Hawkins, Chiropraktiker

Colostrum fällt unter eine spezielle Kategorie von Naturheilmitteln, die ein sehr, breites Wirkungsspektrum besitzen. Aus diesem Grund begehen Leute manchmal den Fehler, Colostrum als ein Allheilmittel anzusehen." "Ich habe festgestellt, dass Colostrum bei Beschwerden hilft, bei denen andere Mittel keine Abhilfe gebracht haben oder nicht bringen können. Das Schöne daran ist, dass Patienten es **ohne Angst vor nachteiligen Wirkungen** ausprobieren können. Da es sich um eine wertvolle natürliche Substanz handelt, gibt es keine Probleme mit möglichen Nebenwirkungen." "Ich wende Colostrum bei Problempatienten an, die von anderen Ärzten und mit anderen Methoden nicht erfolgreich behandelt werden konnten. Es hat sich bei geschwächtem **Immunsystem und Autoimmunkrankheiten wie z.B. der Epstein-Barr Virusinfektion** als sehr wirksam erwiesen. Es hilft auch ausgezeichnet bei Patienten mit **Vergiftungen**."

## Dr.med. Horton Tatadan

Dr. Horton Tatarian promovierte an der medizinischen Fakultät der University of California in Los Angeles. Er hat außerdem den Grad eines Bachelor of Arts in Biochemie an der University of California in Berkeley erworben. Dr. Tatarian ist nicht mehr als Arzt im herkömmlichen Sinne tätig, sondern derzeit Generaldirektor von Nutriphysiology, einem Unternehmen, das Nahrungsergänzungsmittel liefert. Als Biochemiker mit medizinischem Hintergrund ist er in der Lage, seinen Kunden bestimmte Nahrungsergänzungsmittel zu empfehlen. "Gestützt auf die natürliche Beschaffenheit von Colostrum und das Feedback meiner Kunden, vertrete ich die Ansicht, dass Colostrum Menschen mit schwachem oder labilem **Immunsystem** auf sehr wirksame und natürliche Weise helfen. Genauso wie es einem neugeborenen Kind Immunität verleiht, verhilft Colostrum jedem Menschen mit der Zeit zu einem ausgeglichenen, starken Immunsystem. So empfehle ich oft Colostrum, wenn Leute von Problemen mit **chronischen Infektionen oder Entzündungen jedwelcher Art oder von sonstigen Symptomen einer signifikanten Schwäche oder Störung des Immunsystems wie z.B. chronische Müdigkeit, Krebs, Geschwüre, Reizdarmsyndrom, Kolitis etc.** berichten. Kunden, die die Wirksamkeit von Colostrum testen, indem sie die Einnahme zwischendurch aussetzen, berichten von einem eindeutigen, signifikanten Nutzen, der sich hier nicht im einzelnen beschreiben lässt."

## Pauquel Mason, Kräuterheilkundiger

Die häufigste Antwort, die ich von meinen Patienten erhalte, lautet: "Ich fühle mich gut, wenn ich es nehme". Zu mir kam eine Frau, die schwer an **Allergien** litt. Sie musste ständig niesen, ihre Augen waren gerötet und tränten, ihre Nase lief. Ich gab ihr drei Kapseln Colostrum, und innerhalb kürzester Zeit verschwanden alle Symptome. Sie war verblüfft und ich ebenso. Seit dieser Zeit wende ich Colostrum bei **Allergien auf breiter Basis an**. Viele meiner Patienten stellen fest, dass sie nach 6-8monatiger Colostrum Einnahme vollkommen allergiefrei sind." "Eine andere „unheilbare“ Krankheit, die **Multiple Sklerose**, wird durch Colostrum, wie es scheint, positiv beeinflusst. Eine Patientin bekam von einem Arzt die üblichen Arzneimittel verschrieben. Sie weigerte sich, sie einzunehmen, und probierte stattdessen Colostrum aus. Als sie ihren Arzt erneut aufsuchte, war er über die Besserung ihres Zustandes erstaunt. Ich selbst nehme Colostrum, wenn mein Immunsystem

angegriffen ist - es wehrt Erkältungen praktisch sofort ab. Und mir gefällt die Tatsache, dass es ein ungefährliches natürliches Nahrungsergänzungsmittel ohne Nebenwirkungen ist, d.h. ich kann es guten Gewissens auch Kindern geben“.

### Wie sicher ist Colostrum?

Colostrum ist ein natürliches Nahrungsmittel, das ohne Besorgnis in jeder Menge verzehrt werden kann.

### Arthritis und Autoimmunreaktion

Jeder, der an **Gelenkschmerzen** leidet, weiß, dass diese Schmerzen fast immer mit einem entzündlichen Prozess einhergehen. Entzündungen und die sie begleitenden Schmerzen sind genau genommen eine milde Form einer Autoimmunkrankheit oder -störung. Sie werden dadurch hervorgerufen, dass das Immunsystem Antigene auch dann noch angreift, wenn eine solche Reaktion nicht mehr erforderlich ist. Viele weitaus schwerere Autoimmunkrankheiten wie z.B. Muskeldystrophie, amyotrophe Lateralsklerose (ALS) und Skleroderm sind ebenfalls Folge einer Überfunktion der Thymusdrüse und des Immunsystems.

Jüngste Forschungsergebnisse, die in Bestsellern veröffentlicht wurden, belegen, dass in der Natur vorkommende Schwefelverbindungen wie Glucosaminsulfat eine positive Wirkung auf Entzündungen haben, vor allem bei Vorliegen einer Arthritis. Colostrum ist überaus reich an diesen schwefeligen Mikronährstoffen, zu denen auch das Methylsulfonylmethan (MSM) gehört, das gegenwärtig in den USA auf großes Interesse stößt. **Colostrum ist in der Tat eine der ergiebigsten MSM-Quellen**, die man kennt. Es enthält weitere wichtige Bestandteile, einschließlich zwei der wirksamsten **entzündungshemmenden Verbindungen**. Dadurch ist es weitaus wirkungsvoller als neuartige Heilmittel auf Schwefelbasis.

Colostrum enthält außerdem prolinreiches Polypeptid (PRP), eine erst vor kurzem entdeckte Verbindung, die nachweislich die Immunreaktion steuert. PRP verhindert eine durch Antigene und Mitogene stimulierte Überproduktion von T-Zellen und Lymphozyten. Es stoppt eine übermäßig aggressive Immunreaktion und vermindert dadurch Schmerzen sowie Schwellungen.

Dank der synergistischen Kombination von Wachstumsfaktoren, entzündungshemmenden Bestandteilen, PRP, schwefeligen Mikronährstoffen und anderen wichtigen Immunfaktoren ist **Colostrum das ultimativ beste Naturheilmittel gegen Entzündungen und Schmerzen**. Die Wachstumsfaktoren regen die Gewebsregeneration an, während die schwefeligen Mikronährstoffe speziell die **Neubildung von Knorpeln und Bindegewebe** unterstützen. Zudem enthält Colostrum, das von Kühen und Ziegen, die frisches, lebendes Gras fressen, stammt, diese nützlichen Schwefelverbindungen in grösserer Menge.

### Osteoporose

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass der im Colostrum vorkommende Transformations-Wachstumsfaktor (TgF) helfen kann, **Osteoporose** vorzubeugen und/oder zu behandeln. Osteoklasten sind Zellen, die durch Abbau der Knochensubstanz Knochen zerstören und damit die durch Porosität und Festigkeitsverlust der Knochen gekennzeichnete Osteoporose hervorrufen. Osteoblasten dagegen sind Knochenbildungszellen. Mit zunehmendem Alter verringert sich die Zahl der Osteoblasten und erhöht sich die Zahl der Osteoklasten. Dies trifft insbesondere auf Frauen nach den Wechseljahren zu, da ein Absinken des Östrogenspiegels, wie sich gezeigt hat, eine Zunahme der Osteoklasten zur Folge hat.

Eine in der Zeitschrift Natural Medicine veröffentlichte Studie zeigt, dass TgF-B, der in der Natur **nur im Colostrum** vorkommt, von den knochenbildenden Osteoblasten auf natürliche Weise produziert wird. Die Studie belegt außerdem, dass TGF-B die Zellapoptose (Zelltod) unter den knochenzerstörenden Osteoklasten dramatisch verstärkt. Die Studie lässt darauf schließen, dass TGF-B helfen kann, die **Entstehung der Osteoporose zu verlangsamen oder sogar zu verhindern**.

Colostrum ist die einzige jederzeit verfügbare natürliche Quelle von Wachstumsfaktoren, einschließlich TGF-B. Wir empfehlen deshalb allen, die etwas für die Dichte und Festigkeit ihrer Knochen tun möchten, Colostrum regelmäßig einzunehmen. Außerdem empfehlen wir Frauen nach den Wechseljahren, ihren Arzt aufzusuchen, um den Hormonspiegel untersuchen zu lassen. Die Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass die Kombination einer vorsichtigen **Hormonsubstitutionstherapie** - z.B. mit Östrogen und Progesteron - (Yams-Wurzel-Extrakt) mit einer täglichen Colostrum-Einnahme eine **äußerst wirksame Maßnahme gegen die Osteoporose** Geisel, von der so viele Mitbürger betroffen sind, sein kann.

## Was ist der Unterschied zwischen flüssigem Colostrum und Colostrum-Pulver?

Flüssiges Colostrum ist nicht so stark konzentriert wie Colostrum Pulver in Kapseln. D.h. für die gleiche Dosis zahlen sie weniger. Weiterhin muss flüssiges Colostrum im Kühlschrank aufbewahrt werden und ist nur begrenzt haltbar. Colostrum Kapseln sind stabil und ohne Probleme immer mitzunehmen.

## Wichtige Fakten zu Colostrum

Angesichts der steigenden Zahl von Colostrum Anwendern ist es wichtig aufzuklären und die wichtigen Fakten, die bei dieser bemerkenswerten Substanz zu berücksichtigen sind, darzulegen. Dies betrifft in erster Linie die Wirkungsweise von Colostrum, sowie die Anwendungsweise zur Erreichung eines optimalen Gesundheitseffekts. Colostrum unterstützt den menschlichen Organismus hauptsächlich auf zweierlei Weise. Erstens sind die mannigfachen in ihm enthaltenen Immunfaktoren und natürlichen Antibiotika eine wertvolle Stütze für das Immunsystem. Zweitens verleihen seine vielen **Wachstumsfaktoren dem Organismus einen Breitband Schub, der optimale Gesundheit und Genesung** begünstigt.

## Immunfaktoren im Colostrum

Medizinische Studien zeigen, dass Colostrum wichtige Immunfaktoren (**Immunglobuline, Lactoferrin, Zytokine und Interferon**) enthält, die die Wiederherstellung eines wirksamen Immunsystems bewirken. Immunglobuline sind grosse Proteinmoleküle, die in Salzlösungen, jedoch nicht in Wasser löslich sind. Sie umfassen mehr als 40 Prozent der in unserem Blutserum enthaltenen Proteine. Man unterscheidet bei Säugtieren, einschließlich des Menschen, fünf Immunglobulinklassen, die jeweils mit der Abkürzung Ig beginnen, gefolgt von dem Grossbuchstaben A, D, E, G bzw. M. Jede Klasse besitzt ihre eigene, einzigartige Aminosäurenstruktur und spezifische Funktion im Körper. Die Immunglobuline IgA, IgD, IgE, IgG und IgM kommen im Körper einzeln und in Mehrfachkombination vor. Sie können sich jeweils an ein spezifisches Antigen binden, es durchdringen, zerstören oder immobilisieren. Colostrum enthält alle fünf Immunglobuline. IgA kommt im Blutserum sowie im Speichel, in Tränenflüssigkeit und Schleimhäuten vor. IgG (das Immunglobulin, das in Colostrum in der höchsten Konzentration vorkommt) wird in das Lymph- und Gefässsystem transportiert, wo es dazu beiträgt, **Toxine und andere eindringende Erreger unschädlich** zu machen. IgD und IgE haben eine starke antivirale Wirkung, während IgM ein wirkungsvoller **Bakterienkiller** (Antibiotikum) ist. Colostrum enthält außerdem polyprolinreiche Peptide (PRP), die, wie medizinische Studien gezeigt haben, ein schlecht funktionierendes Immunsystem stärken helfen. PRP **unterstützt die Thymusdrüse** bei der Wiederherstellung ihrer optimalen Funktionsfähigkeit. In der Thymusdrüse werden die lebenswichtigen T-Zellen produziert, die Viren und Antigene bekämpfen. Das im Colostrum vorkommende PRP hilft darüber hinaus, eine Überfunktion des Immunsystems bei **Autoimmunkrankheiten**, bei denen sich der Körper selbst angreift, auszugleichen. Colostrum ist aber äußerst wirksam u.a. bei folgenden Krankheiten: **Chronisches Müdigkeitssyndrom, Fibromyalgie, Multiple Sklerose, Rheumatoide Arthritis (PcP), Lupus und Sklerödem**.

Schließlich (aber nicht zuletzt) enthält Colostrum Lactoferrin, das sich in zahlreichen wissenschaftlichen Untersuchungen als ein wirksames natürliches **Breitband-Antibiotikum und -Antivirusmittel** erwiesen hat (pharmazeutische Antibiotika wirken nicht gegen Viren). In einer vor kurzem in den Niederlanden durchgeführten Studie erwies sich Lactoferrin als wirkungsvoller HIV-1-Virushemmer (HIV-1 ist das Hauptvirus, das AIDS hervorruft). Es enthält außerdem Antikörper gegen eine Vielzahl von bakteriellen, **pilzartigen und protozoischen Krankheitserregern**. Lactoferrin ist darüber hinaus ein wirksames Antioxidans, das schädliche Wirkungen von **Freien Radikalen abwehrt**. Da bei fast allen Infektionen und degenerativen Krankheiten, einschließlich Krebs und Herzkrankheiten, vor Ausbruch oder zeitgleich mit dem Ausbruch eine verminderte Funktion des Immunsystems feststellbar ist, kann Colostrum durch wirksame Unterstützung des Immunsystems helfen, diesen gefährlichen Leiden vorzubeugen.

## Wachstumsfaktoren im Colostrum

Gleichermaßen wichtig für den Organismus und unter anderem Grund für das breite Wirkungsspektrum von Colostrum sind die vielen im Colostrum enthaltenen **Wachstumsfaktoren**. Diese scheinbaren Wunderstoffe begünstigen nachweislich die Gewebereparatur, erhöhen die Fähigkeit des Körpers, Fette umzuwandeln und fettloses Muskelgewebe zu bilden, gleichen den Blutzucker- und Hirnchemikalienspiegel aus und reparieren sogar die DNS und RNS. Colostrum enthält den insulinähnlichen Wachstumsfaktor (IgF), der das Zellwachstum und die Zellreparatur stimuliert, die Transformations-Wachstumsfaktoren TgF-a und TgF-b, die die Synthese und Reparatur der DNS und RNS sowie die **Reparatur von Muskelgewebe bei Athleten** anregen, und den Epithel-Wachstumsfaktor (EgF), der normales **Hautwachstum** stimuliert.

## Was unterscheidet Colostrum von pflanzlichen Präparaten?

Pflanzen bilden die Basis für Nahrungsmittel oder Naturmedizin und sie ernähren den Körper oder unterstützen ihn bei Heilungsprozessen. Colostrum unterstützt nicht nur Heilungsprozesse, sondern stellt dem Körper aktiv Immunglobuline und Wachstumsfaktoren zur Verfügung.

## Colostrum hilft Athleten, Fett zu verbrennen... und Muskelmasse aufzubauen

Athleten und alle, die regelmäßig und ernsthaft trainieren und an ihrer Fitness arbeiten, sind ständig auf der Suche nach Wegen, wie sie ihre Leistung in die Höhe treiben und immer bessere Ergebnisse erzielen zu können. **Klinischen Studien wie auch Berichten von Anwendern zufolge ist Colostrum die wirksamste aller entdeckten natürlichen Substanzen, die Athleten hilft, die gewünschte Leistung zu erzielen.** In der Tat ist Colostrum nach Aussage vieler Bodybuilder und Fitnessexperten das wirksamste **Muskelaufbaumittel**, das sie je verwendet haben, ohne zu illegalen (und schädlichen) Steroiden zu greifen.

In einem Artikel im Iron Man Magazine (einer Zeitschrift für seriöse Bodybuilder) erklärt Daniel Shawn, dass der im Colostrum vorkommende insulinähnliche Wachstumsfaktor IGF-1 **bemerkenswerterweise eine stärkere anabole Wirkung** als alle bekannten Präparate, sogar Steroide, hat.

IGF-1 kann "Muskelwachstum von sich aus anregen", schreibt Steve Schwade, Mitherausgeber der Zeitschrift Muscle & Fitness. "Rinder/Ziegen-Colostrum besitzt eine höhere Konzentration an IGF-1 als Human-Colostrum", fährt er fort, "und seine Struktur ist praktisch identisch. Human-IGF-1 und Rinder/Ziegen-IGF-1 unterscheiden sich lediglich durch drei Aminosäuren in der 67-Aminosäurekette, die das IGF-1-Molekül bildet. Wegen dieser Ähnlichkeit ist Rinder/Ziegen-IGF-1 genauso wirksam wie die Humanform."

Schwade zitiert jüngste Forschungsergebnisse, die belegen, dass Colostrum den Proteinabbau verlangsamt und "... den Glucosetransport in den Muskeln stimuliert". Dies bedeutet, dass die Muskeln den verfügbaren Brennstoff effizienter nutzen.

Was den Fettstoffwechsel angeht, verlagern die Wachstumsfaktoren im Colostrum die Brennstoffausnutzung von den Kohlehydraten zu den Fetten. Dies bedeutet nicht, dass Sie mehr Fett essen dürfen, sondern, dass Ihr Körper mehr Fett, einschließlich der Fette, die aus den beim Essen aufgenommenen Kohlehydraten und Proteinen gebildet werden, verbrennt und damit den Brennstoff effizienter nutzt", führt Schwade weiter aus.

Zusammenfassend meint Schwade: "Der Grundgedanke ist, dass die Wachstumsfaktoren (im Colostrum) die Proteinsynthese beschleunigen und den Proteinabbau verlangsamen, was zu einer Zunahme des mageren Muskelfleisches ohne eine entsprechende Zunahme des Fettgewebes führt."

Noch einmal Daniel Shawn vom Iron Man Magazine: "Kurz und bündig: IGF-1 ist der wichtigste der Wachstumsfaktoren in Form von anabolen Peptiden. Worin ist er enthalten? Im Colostrum."

„Ich selbst trainiere regelmäßig mit Gewichten und habe, seit ich mit der Einnahme von Colostrum begonnen habe, eindeutige Verbesserungen an mir festgestellt. Ich schaffe beim Training mehr Gewicht als früher und steigere das Gewicht mittlerweile in kürzeren Abständen. Ich erhole mich nach einer Trainingseinheit schneller und kann nach kurzer Pause zur nächsten Übung übergehen. Ich bin nach dem Gewichtheben mit Energie geladen, während ich früher nachdem Training ungefähr eine Stunde lang müde war. Der Erfolg lässt sich sehen - meine Hosen sitzen lockerer, meine Hemden und Jacken dagegen enger! Und das alles ohne grössere Umstellung der Ernährung (ich habe ohnehin einen gesunden Appetit).“ In jüngster Zeit sind weitere Untersuchungen mit Athleten durchgeführt worden. In einem im Mai 1996 erschienenen Artikel in Nutrition Science News berichtete Dr. phil. Edmund Burke von einer Forschungsstudie unter Einbeziehung der finnischen Olympia-Skimannschaft. "Die Athleten trainierten extrem hart. Dabei wurde über einen Zeitraum von sieben Tagen die Aktivität der Kreatinkinase im Blutplasma überwacht. Kreatinkinase ist ein lebenswichtiges, in der Muskulatur vorkommendes Enzym, das, wenn es im Blut gefunden wird, auf eine Muskelzellschädigung hinweist. So ist ein Anstieg des Kreatinspiegels im Blutplasma häufig ein Zeichen für eine signifikante Muskelschädigung. Im Vergleich zu Mannschaftsmitgliedern, die Placebos tranken, wiesen die Athleten, die ein Colostrumgetränk verabreicht bekamen, vier Tage nach hartem Training eine ungefähr nur halb so große Aktivität der Kreatinkinase auf." Sie gaben auch an, weniger müde zu sein, und hatten, subjektiv betrachtet, ihre Leistung verbessert.

In besagtem Artikel führt Burke weiter aus, daß Colostrum "die Leistung von Athleten auf dem Wege über den Darm verbessert". Colostrum regt die Aufnahme von Nährstoffen in den Därmen an und erhöht damit die Kohlehydrat- und Aminosäureaufnahmeleistung. Außerdem **schützen die Wachstumsfaktoren im**

**Colostrum die Därme vor Geschwürbildung**, die eine Verringerung der Aufnahmeleistung zur Folge hat. Durch die Einnahme von Colostrum wird somit bewirkt, dass mehr Nährstoffe aus der Nahrung, die man zu sich nimmt, als Brennstoff für Trainingszwecke, ob zur Stärkung des Herzkreislaufs oder zum Aufbau von Muskeln, genutzt werden können.

Colostrum mit seinem vielfältigen Nutzen ist eine großartige Neuigkeit für alle, die regelmäßig trainieren, aber noch nicht die gewünschte Leistung bringen.

#### **Erfahrungsberichte mit Colostrum**

"Seit 3 Jahren leide ich das ganze Jahr über an **allergischen Symptomen** wie heftigen **Nießerfällen** und **asthmatischen** Zuständen. Eine Eigenblutbehandlung und verschiedene Besuche bei einem klassischen Homöopathen brachten nicht den gewünschten Erfolg. Nach 5-tägiger Einnahme von Colostrum erfuhr ich 2 Tage lang eine intensive Symptomverschlimmerung. Danach besserte sich mein Zustand. Zur Zeit, 2 1/2 Monate nach Beginn der Einnahme, sind meine asthmatischen Beschwerden völlig verschwunden. Das Niesen beschränkt sich derzeit auf 1-2 mal täglich."

Elisabeth K., München

---

"Unser jetzt 4-jähriger Sohn leidet seit dem 2. Lebensjahr an einer chronischen **Infektanfälligkeit** mit rezidivierenden **Mittelohrentzündungen** bzw. **Mittelohrkatharren** bedingt durch verengte Ohrgänge bzw. verkürzte Nasen-Rachen-Verbindungen. Er wurde bereits 2x operiert, was eine leichte Verbesserung brachte. Seit vergangenem Winter geben wir ihm regelmäßig Colostrum. Die Infektanfälligkeit ist seither zurückgegangen bzw. hat sich sehr gebessert."

Christa K., Ingolstadt

---

"Ich leide seit ca. 4 Jahren an einer schweren Form von **Rheuma, nämlich Polyarthrit**. In den akuten Schubphasen habe ich sehr starke Schmerzen in den kleinen **Fingern und Handgelenken** und im **HWS-Bereich**. Ebenso ist der Bewegungsfreiraum des Handgelenks, der Fingergelenke und im HWS-Bereich sehr stark eingeschränkt. Seit 2 Jahren nehme ich nun über die gesamte Winterzeit und das restliche Jahr bei akuten Schüben hochdosiert Colostrum. Mir geht es seither wesentlich besser. Die Schmerzen sind deutlich weniger geworden. Ich möchte auf Colostrum nicht mehr verzichten."

Hannelore J., Altenstadt

---

"Ich nehme Colostrum seit 3 Monaten und habe wunderbaren Erfolg. Mein Allgemeinzustand hat sich zusehends gebessert, ich fühle mich gestärkt und rundherum wohl. Vor zwei Monaten erwachte ich um 3 Uhr früh mit furchtbaren Schmerzen im rechten Bein. Das Knie war total blockiert und ich konnte fast nicht aufstehen. Die Schmerzen waren am ganzen Körper fast unerträglich. Ich nahm keine Medikamente sondern vertraute auf Colostrum. Nach kurzer Zeit war ich wieder schmerzfrei. Radfahren, Gartenarbeit, Hausarbeit, Autofahren ist wieder möglich."

Anna M., Wien

---

P.M., Heilpraktiker - "Die häufigste Antwort, die ich von meinen Patienten erhalte, lautet: "**Ich fühle mich gut wenn ich es nehme.**" Zu mir kam eine Frau, die schwer an **Allergien** litt. Sie mußte ständig nießen, ihre Augen waren gerötet und tränten, ihre Nase lief. Ich gab ihr Colostrum und nach kurzer Zeit verschwanden die Symptome. Sie war verblüfft und ich ebenso. Seit dieser Zeit wende ich Colostrum bei Allergien auf breiter Basis an. Viele meiner Patienten stellen fest, daß sie nach 6-8 monatiger Colostrum-Einnahme vollkommen allergiefrei sind. Ich selbst nehme Colostrum wenn mein Immunsystem angegriffen ist - es wehrt Erkältungen praktisch sofort ab. Und mir gefällt die Tatsache, daß es ein ungefährliches, natürliches Nahrungsergänzungsmittel ohne Nebenwirkungen ist, d.h. ich kann es guten Gewissens auch Kindern geben."

---

Dr. med. H. T. "Ich vertrete die Ansicht, daß Colostrum Menschen mit schwachem oder labilem **Immunsystem** auf sehr wirksame und natürliche Weise helfen kann. So empfehle ich Colostrum, wenn Leute von Problemen mit **chronischen Infektionen oder Entzündungen** jedweder Art oder von sonstigen Symptomen einer signifikanten Schwäche oder Störung des Immunsystems wie z.B. **chronische Müdigkeit, Krebs, Geschwüre, Reizdarmsyndrom, Kolitis** etc. berichten."