

Chlorella – die unterschätzte Mikroalge

Was ist Chlorella eigentlich genau und was macht sie so besonders? Die Antwort auf diese Fragen wollen wir Ihnen mit diesem Artikel geben. Soviel vorab: Die Mikroalge Chlorella ist in allerlei Hinsicht ein einzigartiges Lebensmittel. Zudem besitzt sie ein Alleinstellungsmerkmal, das viele ihrer einzigartig positiven Auswirkungen auf unsere Gesundheit erklärt. Neben ihrer entgiftenden Eigenschaft unterstützt die Chlorella-Alge unseren Körper und unser Gehirn in nahezu allen Belangen. Zweifelsohne beansprucht Chlorella zu Recht den Ruf, eine der besten Nahrungsergänzungen überhaupt zu sein.

Autor: Susanne Meier

Aktualisiert: 28. September 2019

Stand: 22. October 2019

Chlorella – Die Mikroalge

Der Name Chlorella stammt aus dem lateinischen und bedeutet so viel wie "kleines, junges Grün". Der bekannteste Vertreter der Süßwasseralge Chlorella ist die Chlorella vulgaris.

Früher unterschied man diese von der Chlorella pyrenoidosa. Im Jahr 1992 jedoch hat sich bereits gezeigt, dass es Chlorella pyrenoidosa als Art nicht gibt. Unter dem inzwischen veralteten Begriff wurden seinerzeit lediglich Arten und Stämme ganz verschiedener Algengruppen zusammengefasst, die bei näherer Betrachtung nicht einmal alle zur Chlorella-Familie gehörten.

Chlorella-Algen verfügen – im Gegensatz zur Spirulina und AFA-Alge – über einen Zellkern, der sie als Mikroalge auszeichnet.

Chlorella – enorm anpassungsfähig und bestens erforscht

Bei der Chlorella-Alge handelt es sich um mikroskopisch winzig kleine und sehr komplexe Einzeller, die zu den hochentwickeltesten Lebewesen zählen. Obwohl sie mit bloßem Auge nicht erkennbar sind verfügen sie über unvorstellbare Kräfte, die ihnen das Überleben seit mehr als zwei Millionen Jahren ermöglichen – sämtlichen Veränderungen ihrer Lebensbedingungen und allen anderen Widrigkeiten zum Trotz.

Das ist wahrscheinlich ein wesentlicher Grund dafür, dass die Chlorella für die Wissenschaft derart interessant ist, dass sie heute zu den am besten erforschten Organismen zählt. So verwundert es auch nicht, dass eine Vielzahl wissenschaftlicher Studien zur Verfügung steht, die die unzähligen gesundheitlichen Wirkungen der Chlorella-Alge belegen.

Aufgebrochene Zellwände bieten keine merklichen Vorteile

Die Zellwand der Chlorella-Alge setzt sich aus drei Schichten zusammen und man glaubte einst, dass diese vom menschlichen Organismus nicht verdaut werden könnten. Folglich wurde der Kauf von Chlorella mit aufgebrochenen Zellwänden empfohlen, weil dies die Bioverfügbarkeit der enthaltenen Stoffe verbessere.

Inzwischen weiss man aber, dass die Bioverfügbarkeit von Chlorella ohne aufgebrochene Zellwände nur geringfügig schlechter ist, so dass man sich den Aufwand des Aufbrechens sparen kann bzw. als Verbraucher auf die meist preiswerteren Produkte ohne aufgebrochene Zellwand zurückgreifen kann.

Keine Pflanze enthält mehr Chlorophyll

Die tiefgrüne Farbe hat die Chlorella ihrem ausserordentlich hohen Chlorophyllgehalt zu verdanken, der in dieser Konzentration bislang noch bei keiner einzigen anderen Pflanze gemessen werden konnte. Chlorophyll wird auch als das "grüne Blut" der Pflanzen bezeichnet, da es von seiner chemischen Struktur fast identisch mit dem menschlichen Blutfarbstoff Hämoglobin ist. Daher gibt es keinen besseren Nährstoff für unser Blut als Chlorophyll.

In Verbindung mit organischen Mineralien sorgt Chlorophyll dafür, dass unser Blut sauber, mineralstoffreich und vital ist. Nur in diesem Idealzustand kann das Blut sämtliche Körpergewebe optimal ernähren und gesund erhalten. Dieser Fakt lässt bereits erahnen, welchen hohen Stellenwert Chlorophyll für unsere physische und psychische Gesundheit hat. Generell gilt, je höher der Chlorophyllanteil eines Lebensmittels ist, umso grösser ist gleichzeitig auch sein gesundheitlicher Nutzen.

Chlorophyll - der Leberschutz par excellence

Die unübertroffenen Chlorophyll-Mengen der Chlorella sind insbesondere für die Leber von immenser Bedeutung, denn sie schützen die Leberzellen vor den unzähligen Giften, die tagtäglich in den Körper gelangen. Ganz gleich, ob es sich um mit Spritzmitteln belastete Lebensmittel, um Zahngifte, Schimmelpilze, Umweltgifte oder andere chemisch toxische Verbindungen handelt - Chlorophyll entgiftete sie alle und sorgt dafür, dass sie schnellstmöglich über den Darm ausgeschieden werden.

So wirkt das Chlorophyll der Chlorella-Alge

Chlorophyll erhöht den Schutz sowie die Regenerationsfähigkeit jeder einzelnen Körperzelle. Auf diese Weise verlängert sich deren Lebensdauer, so dass der Alterungsprozess spürbar verlangsamt wird.

Chlorophyll stärkt überdies das Kreislaufsystem ebenso wie das Verdauungssystem. Aufgrund seiner stark basischen Wirkung trägt Chlorophyll ausserdem zur Wiederherstellung eines ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalts bei. Ferner schützen die antioxidativen Kräfte des Chlorophylls den Körper vor den Auswirkungen freier Radikale, so dass Entzündungsprozesse unterbunden und dem Entarten von Zellen (Krebs) entgegengewirkt werden kann. Auch im Darm wirkt Chlorophyll und schützt dort vor Krebs, indem es sich mit krebserregenden Giftstoffen zu einem unlöslichen Konglomerat verbindet, das schliesslich über den Stuhl ausgeschieden werden kann.

Doch damit nicht genug.

Chlorophyll hat noch viele weitere gesundheitsfördernde Wirkungen mehr auf unseren Organismus:

- Es stimuliert die Bildung roter Blutkörperchen und trägt zur Blutreinigung bei.
- Es erhöht den Sauerstoffanteil im Blut und verbessert die Zellatmung.
- Es aktiviert den Stoffwechsel.
- Es schützt die Zellwände vor enzymatischer Zerstörung eindringender Bakterien.
- Es normalisiert die Absonderung der Verdauungssäfte.
- Es unterstützt sämtliche Heilungsprozesse.
- Es wirkt harmonisierend und fördert die innere Gelassenheit.

Exklusiv in der Chlorella – Essenzen der Spitzenklasse

Die Essenz der Chlorella-Alge gibt es in zwei Extrakten: CGF (Controlled Grow Factor) und CVE (Chlorella Vulgaris Extrakt).

Diese einzigartigen Nährstoffkonzentrate beinhalten viele wertvolle sekundäre Pflanzenstoffe in stark verdichteter Form sowie Glykoproteine – eine komplexe Verbindung bestimmter Kohlenhydrate mit speziellen Aminosäuren – die aufgrund ihrer stark entgiftenden Wirkung die Wiederherstellung der Gesundheit hervorragend unterstützen können. Ihren unverwechselbaren hohen ernährungsphysiologischen Wert hat Chlorella nicht zuletzt diesen konzentrierten Essenzen zu verdanken.

Die Extrakte sind einzigartig

Unsere gesamten Körperzellen sind rund um die Uhr aktiv und nicht selten arbeiten sie bis zur totalen Erschöpfung. Je beanspruchter sie sind, umso mehr adäquate Unterstützung benötigen sie bei der Energiegewinnung, beim Aufbau neuer Körperzellen sowie für sämtliche anfallenden Reparaturarbeiten. CGF und CVE liefern genau diese Unterstützung - und zwar in Form eines ausserordentlich praktischen Baukastenprinzips. Die aufgrund der Überbeanspruchung fehlenden Bausteine (Kohlenhydrate, Fette, Proteine) können mittels der Extrakte ganz individuell hergestellt und gezielt eingesetzt werden. Wo immer es an Unterstützung mangelt - CGF und CVE lösen das Problem. Wie bei einem (General-) Schlüssel-Schloss-Prinzip passen diese Extrakt-Bausteine einfach überall. Aus diesem Grund sind sie als Soforthilfe für die Gesunderhaltung des Körpers von unschätzbarem Wert.

So wirken CGF und CVE

Die stark verdichteten und extrem bioverfügbaren Extrakte unterstützen aufgrund ihrer individuellen Einsatzmöglichkeiten den Körper und das Gehirn auf vielfältige Weise. Sie unterscheiden sich in ihrer Wirkung kaum voneinander. Dennoch haben beide Extrakte ihre Wirkungsschwerpunkte. Beim CGF liegen sie eher in der Unterstützung der kindlichen Entwicklung (physisch und psychisch) sowie in der Rehabilitation nach Unfällen oder Operationen. Das CVE hat sich besonders bei übermässigem Stress, zum Zwecke der Entgiftung sowie bei Krebserkrankungen hervorgetan.

- Sie aktivieren die Stimulation der Makrophagen (Fresszellen) und aktivieren die T-Lymphozyten (vernichten infizierte und entartete Zellen) zur Stärkung des Immunsystems.
- Sie können den Organismus im Kampf gegen Tumorerkrankungen wirksam unterstützen.
- Sie tragen zu einem gesunden Zellwachstum bei.
- Sie beschleunigen die Zellreparatur, was dem Alterungsprozess entgegenwirkt.
- Sie optimieren die Leberzellfunktion.
- Sie schützen die Leber bei toxischer Belastung.
- Sie stabilisieren das natürliche Gleichgewicht der Darmflora.
- Sie verbessern die Gedächtnisleistung bei Demenz.

Hinweis

CGF und CVE sind als Essenzen auch separat erhältlich. Allerdings ist hier zu berücksichtigen, dass die weitaus grösste Wirkung der Extrakte im Verbund mit der komplexen Nähr- und Vitalstoffvielfalt der Chlorella-Alge erzielt wird. Daher sollte sie generell zusätzlich als Basis-Nahrungsergänzung eingenommen werden.

Chlorella und ihr vollendetes Entgiftungskollektiv

Chlorella zeichnet sich durch eine Fülle an entgiftenden Inhaltsstoffen aus. Neben dem bereits eingehend beschriebenen Chlorophyll enthält die Alge einen einzigartigen Mix aus zellschützenden und entgiftenden Carotinoiden (z.B. Lycopin), Glycoproteinen (siehe CGF und CVE), Glutathion – ein schwefelhaltiger Eiweissstoff – und Sporopollenin – ein stark entgiftender Bestandteil der robusten Chlorella-Zellwand. Zwei weitere wichtige Bestandteile sind im Gegensatz zu den vorweg erwähnten noch eher unbekannt. Oder haben Sie schon mal etwas über Protectonien und De-Noxilipidnin gehört?

Protectonien und De-Noxilipidnin – zwei potente Entgifter

Protectonien zählen als Speicherproteine zu den Phyto-Chelatinen, die von der Chlorella selbst gebildet werden. Sie zeigen zum einen eine stark antioxidative Wirkung, die zum Schutz der Körperzellen und zur Entlastung des Immunsystems beitragen. Zum anderen gehen sie eine nicht zu lösende Verbindung mit Schwermetallen ein, die schliesslich als Komplex leicht über den Darm ausgeschieden werden. Auf diese Weise leisten sie einen wesentlichen Beitrag zur Gesunderhaltung des Körpers.

Eine ähnlich entgiftende Wirkung hat die Substanz De-Noxilipidnin. Sie bindet neben Schwermetallen jedoch auch noch organische Toxine an sich und neutralisiert sie beide, so dass sie für den Organismus unschädlich werden.

Chlorella als vollwertiges Lebensmittel

Bis hierher haben Sie so viele Informationen zur Wirkung der Chlorella-Alge erhalten, dass es nun an der Zeit ist, Ihnen auch die ernährungsphysiologischen Vorteile dieser Alge nahezubringen. Auch hier wird deutlich, dass wirklich jeder Mensch von der Einnahme der Chlorella-Alge als Nahrungsergänzung gesundheitlich ausschliesslich profitieren kann.

Chlorella als ausgezeichnete Eiweissquelle

Mit etwa 60 Prozent liefert Chlorella dem Körper eine aussergewöhnlich hohe Menge an hochwertigen, leicht verdaulichen Eiweissen. Ihre biologische Wertigkeit liegt zwischen 75 und 88 Prozent.

Das ist ein hervorragender Wert, denn dieses Mass beschreibt, wie viel des aufgenommenen Eiweiss in körpereigenes Protein umgewandelt und somit dem Körper für sämtliche Aufbau- und Umbauprozesse seiner Zellen, und somit auch seiner Organe und Gewebe, zur Verfügung gestellt wird.

Chlorella reguliert den Kohlenhydratstoffwechsel

Die Kohlenhydrate und Fette schlagen mengenmässig nicht sonderlich zu Buche. Bei diesen Nährstoffen liegen die Besonderheiten allerdings im Detail. Chlorella beschleunigt den Transport von Glucose in die Leber und in die Muskelzellen, so dass die daraus gewonnene Energie spürbar schneller zur Verfügung steht. Dieser Fakt ist sicher nicht nur für Sportler äusserst interessant.

Darüber hinaus optimiert Chlorella nicht "nur" einen gesunden Kohlenhydratstoffwechsel, sondern verbessert ihn auch deutlich, wenn er bereits gestört ist. Beim Diabetes mellitus beispielsweise hat sich die Einnahme der Chlorella bereits bestens bewährt.

Chlorella ist reich an entgiftenden Ballaststoffen

Die Zellwand der Chlorella enthält eine Fülle an Ballaststoffen, die zwar ebenfalls zu den Kohlenhydraten zählen, jedoch nicht verdaut werden. So gelangen sie unverdaut in den Darm und leisten dort der Gesundheit äusserst wertvolle Dienste. Sie regen die Darmtätigkeit an und sorgen für einen regelmässigen Stuhlgang. Die teilweise hohe Konzentration an Toxinen und anderen Schadstoffen, die sich in der Darmflüssigkeit befinden, werden von den Ballaststoffen aufgenommen. Sie gehen mit diesen krankmachenden Substanzen eine untrennbare Verbindung ein, so dass sie schliesslich gemeinsam über den Stuhl ausgeschieden werden können.

Das interessante Fettsäurespektrum der Chlorella

Chlorella liefert mehr als 30 Fettsäuren, die zu je einem Drittel aus gesättigten FS, ungesättigten FS und mehrfach ungesättigten FS bestehen. Sie tragen gemeinsam dazu bei, dass jede Körperzelle stabil, aber dennoch flexibel und somit gesund bleibt. Bei den gesättigten FS sind die Caprin- und Laurinsäure besonders erwähnenswert, denn sie sind in der Lage, Bakterien, Viren und Darmparasiten abzutöten.

Die in hohen Mengen enthaltene Ölsäure - aus dem Bereich der ungesättigten FS - hat eine präventive Wirkung auf unterschiedliche Krebserkrankungen und kann auch vorbeugend gegen Schlaganfall und Herzinfarkt wirken.

Vitalstoffe in Hülle und Fülle

Auch bei den Vitalstoffen lässt Chlorella keine Wünsche offen. Sie enthält sämtliche wasserlöslichen Vitamine (B₁, B₂, B₃, B₅, B₆, B₉, Biotin, Vitamin C) und fettlöslichen Vitamine (A, D, E, K) im natürlichen Verbund sowie in Begleitung vieler weiterer bioaktiver Pflanzenstoffe.

An Mineralien sind Kalzium, Magnesium, Kalium und Natrium enthalten sowie die Spurenelemente Eisen, Zink, Mangan, Kupfer und Selen. Da es sich bei der Chlorella um eine Süsswasser- oder Meeresalge handelt ist sie nahezu jodfrei. Dies kann besonders für Menschen, die an einer Schilddrüsenüberfunktion leiden, wichtig sein.

Empfehlung zur Chlorella-Einnahme

Die Chlorella-Alge ist als Pulver, in gepresster Form als Tabs oder in Kapseln abgefüllt erhältlich.

Ein relativ gesunder Mensch sollte ca. 3 - 4 g Chlorella zu sich nehmen. Bei erhöhtem Bedarf empfiehlt sich eine tägliche Verzehrmenge von ca. 5 - 10 g (oder mehr). Bei sensiblen Menschen ist es ratsam, zunächst mit einer Menge von ca. 2 - 3 g zu beginnen, um dann langsam die Einnahme bis zur gewünschten Tagesmenge zu steigern. Verteilen Sie die gesamte Einnahmemenge auf zwei oder drei Mal. So können Sie beispielsweise morgens zum Frühstück und abends zum Essen jeweils eine Hälfte zu sich nehmen oder je ein Drittel der Menge auf Ihre drei Hauptmahlzeiten verteilen.

Wichtig: Vergessen Sie nicht, über den Tag verteilt mindestens zwei Liter stilles Wasser zu trinken, damit die wertvollen Nähr- und Vitalstoffe dem Körper schnell zur Verfügung stehen und die neutralisierten oder gebundenen Toxine Ihren Körper auch ebenso schnell verlassen können.

Chlorella ist einzigartig

Chlorellas aussergewöhnlicher Gesundheitswert liegt darin begründet, dass ihre unzähligen und teilweise einzigartigen Inhaltsstoffe synergetisch wirken. Das bedeutet, sie ergänzen sich untereinander derart perfekt, dass sich ihre Wirkkräfte insgesamt potenzieren. Dadurch wird die Wirkung eines jeden einzelnen Bestandteils um ein Vielfaches höher als die Summe aller einzelnen Komponenten zusammen.

Chlorella versorgt Sie mit allen Nähr- und Vitalstoffen, bietet jeder Zelle einen starken antioxidativen Schutz und senkt zugleich die Giftbelastung in Ihrem Körper. Damit erfüllt sie sämtliche Voraussetzungen für die Wiederherstellung einer wirklich guten Gesundheit.

Es gibt also genügend plausible Gründe dafür, dass auch Sie auf Ihre tägliche Dosis grüner Lebenskraft in Form der wundervollen Chlorella-Alge nicht mehr verzichten sollten :-)

Lesen hierzu auch unseren Artikel: [Wie kann ich ohne Heilkrise entgiften?](#)

Quellen

- Egner PA et al., "Chlorophyllin intervention reduces aflatoxin-DNA adducts in individuals at high risk for liver cancer." *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2001 Dec 4;98(25):14601-6. (Chlorophyllin Intervention reduziert Aflatoxin-DNA-Addukte in Personen mit hohem Risiko für Leberkrebs.)
- Breinholt V et al., "Dietary chlorophyllin is a potent inhibitor of aflatoxin B1 hepatocarcinogenesis in rainbow trout." *Cancer Res*. 1995 Jan 1;55(1):57-62. (Nahrungs-Chlorophyllin ist ein potenter Inhibitor von Aflatoxin B1 Hepatokarzinogenese bei Regenbogenforellen.)
- Kensler TW et al., "Chemoprevention of hepatocellular carcinoma in aflatoxin endemic areas." *Gastroenterology*. 2004 Nov;127(5 Suppl 1):S310-8. (Chemoprävention des hepatozellulären Karzinoms bei Aflatoxin-endemischen Gebieten.)
- Harttig U, Bailey GS. "Chemoprotection by natural chlorophylls in vivo: inhibition of dibenzo[a,l]pyrene-DNA adducts in rainbow trout liver." *Carcinogenesis*. 1998 Jul;19(7):1323-6. (Chemoprotektion durch natürliches Chlorophyll in vivo: Hemmung der Dibenzo [a, l] pyren-DNA-Addukte in der Leber von Regenbogenforellen.)
- Morita K et al., "Chlorophyll derived from Chlorella inhibits dioxin absorption from the gastrointestinal tract and accelerates dioxin excretion in rats." *Environ Health Perspect*. 2001 Mar;109(3):289-94. (Chlorophyll aus Chlorella hemmt die Dioxin-Resorption aus dem Magen-Darm-Trakt und beschleunigt die Dioxin-Ausscheidung bei Ratten.)
- Aozasa O et al., "Fecal excretion of dioxin in mice enhanced by intake of dietary fiber bearing chlorophyllin." *Bull Environ Contam Toxicol*. 2003 Feb;70(2):359-66. (Verbesserte fäkale Ausscheidung von Dioxin bei Mäusen durch die Zufuhr von Ballaststoffen, die Chlorophyllin enthalten.)
- Lei AP et al., "Removal of fluoranthene and pyrene by different microalgal species." *Bioresour Technol*. 2007 Jan;98(2):273-80. Epub 2006 Mar 6. (Entfernung von Fluoranthen und Pyren durch verschiedene Mikroalgenarten.)
- Cho YS, et al., "Chemopreventive effect of chlorophyllin on mutagenicity and cytotoxicity of 6-sulfoxymethylbenzo[a]pyrene." *Cancer Lett*. 1996 Oct 22;107(2):223-8. (Chemopräventive Wirkung von Chlorophyll auf die Mutagenität und Zytotoxizität von 6-sulfoxymethylbenzo[a]pyren.)
- Madrigal-Bujaidar E et al., "Inhibitory effect of chlorophyllin on the frequency of sister chromatid exchanges produced by benzo[a]pyrene in vivo." *Mutat Res*. 1997 Jan 15;388(1):79-83. (Hemmende Wirkung von Chlorophyll auf die Frequenz des Schwester-Chromatid-Austauschs, der von Benzo[a]pyren in vivo produziert wird.)
- Trevors JT et al., "Cadmium transport, resistance, and toxicity in bacteria, algae, and fungi." *Can J Microbiol*. 1986 Jun;32(6):447-64. (Cadmium Transport, Widerstand und Toxizität in Bakterien, Algen und Pilzen.)
- Nagafuchi S et al., "Effects of dietary nucleotides on serum antibody and splenic cytokine production in mice." *Nutr Res*. 1997;17:1163-1174. (Effekte von Nahrungsnucleotiden auf die Serum-Antikörper- und Milz-Zytokin-Produktion bei Mäusen.) (
- Jyonouchi H et al., "Dietary ribonucleotides increase antigen-specific type 1 T-helper cells

- in the regional draining lymph nodes in young BALB/c mice." *Nutrition*. 2003 Jan;19(1):41-6. (Nahrungsrribonukleotide erhöhen die Antigen-spezifischen Typ 1 T-Helferzellen in regionalen Lymphknoten bei jungen BALB/cj Mäusen.)
- Maldonado JM et al., "Reversible inactivation by NADH and ADP on *Chlorella fusca* nitrate reductase." *Biochem Biophys Res Commun*. 1973 Mar 5;51(1):27-33. (Reversible Inaktivierung durch NADH und ADP der *Chlorella fusca* Nitrat-Reduktase.)
 - Kongressbericht zum Kongress "Krebs und Ernährung" - Behandlung von Tumorerkrankungen, Berlin, 30./31.3.2001
 - Yu VY "Scientific rationale and benefits of nucleotide supplementation of infant formula." *J Paediatr Child Health*. 2002 Dec;38(6):543-9. (Wissenschaftliche Grundlagen und Vorteile der Nukleotid-Supplementierung in Säuglingsnahrung.)
 - Arnaud A et al., "Exogenous nucleosides alter the intracellular nucleotide pool in hepatic cell cultures. Implications in cell proliferation and function." *Clin Nutr*. 2003 Aug;22(4):391-9. (Exogene Nukleoside verändern den intrazellulären Nukleotid-Pool in Leberzellkulturen. Auswirkungen auf die Zellproliferation und -funktion.)
 - Torres MI et al., "Dietary nucleotides have cytoprotective properties in rat liver damaged by thioacetamide." *Life Sci*. 1998;62(1):13-22. (Nahrungsnukleotide haben zytoprotektive Eigenschaften in der Rattenleber, die durch Thioacetamid beschädigt wurde.)
 - Hernandez-Muoz R et al., "Adenosine partially prevents cirrhosis induced by carbon tetrachloride in rats." *Hepatology*. 1990 Aug;12(2):242-8. (Adenosin verhindert teilweise eine Leberzirrhose, die durch Tetrachlorkohlenstoff bei Ratten induziert wurde.)
 - Prez MJ et al., "Dietary nucleotide supplementation reduces thioacetamide-induced liver fibrosis in rats." *J Nutr*. 2002 Apr;132(4):652-7. (Die Nahrungsergänzung mit Nukleotiden reduziert Thioacetamid-induzierte Leberfibrose in Ratten.)
 - Yu VY "Extrauterine growth restriction in preterm infants: importance of optimizing nutrition in neonatal intensive care units." *Croat Med J*. 2005 Oct;46(5):737-43. (Extrauterine Wachstumsrestriktion bei Frühgeborenen: Bedeutung der Optimierung der Ernährung in Neugeborenen-Intensivstationen.)
 - Agostoni C et al., "Characteristics of the new milks for infants: fatty acids, nucleotides, selenium." *Acta Biomed Ateneo Parmense*. 1997;68 Suppl 1:29-34. (Merkmale der neuen Milch für Kleinkinder: Fettsäuren, Nukleotide, Selen.)
 - Chen H et al., "Overexpression of metallothionein in pancreatic beta-cells reduces streptozotocin-induced DNA damage and diabetes." *Diabetes*. 2001 Sep;50(9):2040-6. (Die überexpression von Metallothionein in pankreatischen Beta-Zellen reduziert Streptozotocin-induzierte DNA-Schäden und Diabetes.)
 - Carr HP et al., "Characterization of the cadmium-binding capacity of *Chlorella vulgaris*." *Bull Environ Contam Toxicol*. 1998 Mar;60(3):433-40. (Charakterisierung der Cadmium-Bindungskapazität von *Chlorellavulgaris*.)
 - Nordberg M, Nordberg GF "Toxicological aspects of metallothionein." *Cell Mol Biol (Noisy-le-grand)*. 2000 Mar;46(2):451-63. (Toxikologische Aspekte von Metallothionein.)
 - Perales-Vela HV et al., "Heavy metal detoxification in eukaryotic microalgae." *Chemosphere*. 2006 Jun;64(1):1-10. Epub 2006 Jan 6. (Schwermetallentgiftung in eukaryotischen Mikroalgen.)

- Wong SL et al., "Detection of toxic organometallic complexes in wastewaters using algal assays." *Arch Environ Contam Toxicol.* 1997 May;32(4):358-66. (Erkennung von giftigen metallorganischen Komplexen in Abwässern mit Algentests.)
- Saleh AM et al., "The nutritional quality of drum-dried algae produced in open door mass culture." *Z Ernahrungswiss.* 1985 Dec;24(4):845-63. (Die ernährungsphysiologische Qualität von trommelgetrockneten Algen, die in einer Offenen-Tür-Massenkultur produziert wurden.)
 - Barashkov VA, Trubachev IN, Gitel`zon II. "Characteristics of the proteins of unicellular organisms as potential components of ecological life-support systems." *Kosm Biol Aviakosm Med.* 1979 May-Jun;13(3):75-80. (Eigenschaften der Proteine von einzelligen Organismen als potentielle Komponenten der kologischen Lebensgrundlagen.)
 - Cherg JY, Shih MF. "Improving glycogenesis in Streptozocin (STZ) diabetic mice after administration of green algae *Chlorella*." *Life Sci.* 2006 Feb 9;78(11):1181-6. (Verbesserung der Glykogenese in Streptozocin (STZ) diabetischen Mäusen nach Verabreichung der Grünalgen *Chlorella*.)
 - Rodriguez-Lpez M, Lpez-Quijada C. "Plasma-glucose and plasma-insulin in normal and alloxanized rats treated with *Chlorella*." *Life Sci.* 1971 Jan 8;10(1):57-60. (Plasma-Glucose und Plasma-Insulin in normalen und all oxanizierten Ratten, die mit *Chlorella* behandelt wurden.)
 - Lee H et al., "Hypoglycemic action of *chlorella*" *Taiwan Yi Xue Hui Za Zhi*, 1977 Mar;76(3):272-6. (Blutzuckersenkende Wirkung von *Chlorella*.)
 - Oomen AG et al., "Lead speciation in artificial human digestive fluid." *Arch Environ Contam Toxicol.* 2003 Jan;44(1):107-15. (Blei Speziation in künstlicher menschlicher Verdauungsflüssigkeit.)
 - Gunnison D, Alexander M. "Basis for the resistance of several algae to microbial decomposition." *Appl Microbiol.* 1975 Jun; 29(6):729-38. (Grundlage für den Widerstand mehrerer Algen gegen die mikrobielle Zersetzung.)
 - Isaacs CE et al., "Inactivation of enveloped viruses in human bodily fluids by purified lipids." *Ann N Y Acad Sci.* 1994 Jun 6;724:457-64. (Die Inaktivierung von umhüllten Viren in menschlichen Körperflüssigkeiten, die von Lipiden gereinigt wurden.) (Studie als PDF)
 - Thormar H et al., "Inactivation of visna virus and other enveloped viruses by free fatty acids and monoglycerides." *Ann N Y Acad Sci.* 1994 Jun 6;724:465-71. (Die Inaktivierung des Visnavirus und anderen umhüllten Viren durch freie Fettsäuren und Monoglyceride.)
 - Isaacs CE et al., "Antimicrobial activity of lipids added to human milk, infant formula, and bovine milk." *J Nutr Biochem.* 1995 Jul;6(7):362-366. (Die antimikrobielle Aktivität von Lipiden, die Muttermilch, Säuglingsnahrung, Kuhmilch hinzugefügt wurden.)
 - Enig MG "Lauric oils as antimicrobial agents: theory of effect, scientific rationale, and dietary application as adjunct nutritional support for HIV-infected individuals." in *Nutrients and Foods in AIDS*, R.R. Watson, ed., CRC Press, Boca Raton, FL, pp. 81-97 (Laurinleals antimikrobielle Mittel: Theorie der Wirkung, der wissenschaftlichen Begründung und der Anwendung als Nahrungsergänzung für HIV-Infizierte.)
 - Petschow BW et al., "Susceptibility of *Helicobacter pylori* to bactericidal properties of medium-chain monoglycerides and free fatty acids." *Antimicrob Agents Chemother.* 1996

Feb;40(2):302-6. (Die Anfälligkeit von Helicobacter pylori auf bakterizide Eigenschaften von mittelkettigen Monoglyceriden und freien Fettsäuren.)

- Isaacs CE, Thormar H. "The role of milk-derived antimicrobial lipids as antiviral and antibacterial agents." Adv Exp Med Biol. 1991;310:159-65. (Die Rolle von antimikrobiellen Lipiden aus Milch als antivirale und antibakterielle Mittel.)
- Crouch AA et al., "Effect of human milk and infant milk formulae on adherence of Giardia intestinalis." Trans R Soc Trop Med Hyg. 1991 Sep-Oct;85(5):617-9. (Die Wirkung von Muttermilch und Säuglingsnahrung auf die Anheftung von Giardaintestinalis.) (Studie als PDF)
- Bartol R et al., "Effect of olive oil on early and late events of colon carcinogenesis in rats: modulation of arachidonic acid metabolism and local prostaglandin E(2) synthesis." Gut. 2000 Feb;46(2):191-9. (Die Wirkung von Olivenöl auf frühe und späte Ereignisse der Kolonkarzinogenese bei Ratten: Modulation des Arachidonsäure-Stoffwechsels und lokaler ProstaglandinE (2)-Synthese.)
- Ruiz-Gutierrez V et al., "Role of dietary oleic acid from two different sources on fatty acid composition of erythrocyte membrane and blood pressure in healthy subjects." J Nutr Biochem. 1997;8:689-695. (Die Rolle von Nahrungsölsäuren aus zwei verschiedenen Quellen auf die Fettsäurezusammensetzung der Erythrozytenmembran und den Blutdruck bei gesunden Probanden.)
- Carluccio MA et al., "Oleic acid inhibits endothelial activation : A direct vascular antiatherogenic mechanism of a nutritional component in the mediterranean diet." Arterioscler Thromb Vasc Biol. 1999 Feb;19(2):220-8. (Ölsäure hemmt die endotheliale Aktivierung: Ein direkter vasculärer antiatherogener Mechanismus einer Nahrungskomponente in der Mittelmeer-Diät.)
- Doktor Chlorella! Die Alge fürs Leben. Kompendium zur Mikroalge Chlorella von Dr. Frank Liebke

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker.



Link zum Artikel

<https://zdg.de/chlorella-algen-pi.html>