

Kurkuma zur Ausleitung von Quecksilber

Kurkuma ist für vielerlei Heilwirkungen bekannt. Die gelbe Wurzel lindert Entzündungen, bekämpft Krebs und pflegt die Leber. Indische Wissenschaftler empfehlen Kurkuma ausserdem für den Einsatz in der Zahnmedizin. Kurkuma lindert nämlich Schwellungen im Mund- und Zahnbereich, verbessert das Mundmilieu und mindert die Gefahr von Zahnherden. Sogar bei der Ausleitung von Quecksilber soll Kurkuma hilfreich sein. Wie Sie Kurkuma für Ihre Zahngesundheit einsetzen können, erfahren Sie bei uns.

Autor: Carina Rehberg

Aktualisiert: 03. September 2019

Stand: 23. October 2019

Kurkuma – Eine hochkarätige Heilpflanze

Kurkuma ist in unseren Breiten als eine der Hauptkomponenten des Curry-Gewürzes bekannt. Die gelbe Wurzel wird jedoch nicht nur als Gewürz, sondern in ihren östlichen Ursprungsländern seit vielen Tausend Jahren auch als Färbemittel und Medizinpflanze verwendet.

In Indien wird Kurkuma traditionell als Heilmittel für Magen- und Leberkrankheiten eingesetzt. Äusserlich trägt man Kurkuma auch auf Wunden auf, was den Heilprozess fördern soll. Indische Heiler sagen, dass Kurkuma Kraft und Vitalität schenke und der Haut einen sanften Schimmer verleihe.

Auch in unseren Breiten spricht sich langsam herum, dass Kurkuma viel mehr ist als ein Gewürz. Die gelbe Wurzel ist nämlich eine der hochkarätigsten und am besten erforschten Heilpflanzen überhaupt.

Kurkuma schützt und heilt

So bekämpft Kurkuma beispielsweise Entzündungen und wird daher bei entzündungsbedingten Erkrankungen aller Art eingesetzt.

Genauso wirkungsvoll kann Kurkuma bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen, bei akuten und chronischen Lungenerkrankungen, bei Leber- und Darmerkrankungen und ganz besonders gegen Krebs und Alzheimer zur Anwendung kommen.

Ja, die Kurkuma Wurzel ist gar so machtvoll, dass sie das Gehirn vor Schäden durch Alkoholmissbrauch schützen können soll.

Curcumin ist ein Wundermittel

Was Kurkuma bei so vielen Leiden so einzigartig effektiv macht, ist der in dem Gewürz enthaltene aktive Wirkstoff Curcumin. Möglicherweise ist das Curcumin die dynamischste entzündungshemmende Verbindung, die Mutter Natur je bereitstellte.

Curcumin ist als Nahrungsergänzungsmittel erhältlich. Um die Bioverfügbarkeit zu steigern, sollten die Kapseln ausserdem Piperin enthalten (ein Extrakt aus schwarzem Pfeffer).

Eine Alternative zu käuflichen Kapseln wäre, Kurkuma in einem gesunden Öl Ihrer Wahl zu erhitzen, es mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer (Piperin!) zu würzen und beides zu einer zähflüssigen Paste zu zerrühren. Von dieser Paste nimmt man dann täglich einen Löffel zu sich.

Aufgrund seiner antimikrobiellen, antioxidativen und adstringierenden Eigenschaften untersuchten indische Wissenschaftler der *Banaras Hindu University* in Varanasi auch die Eignung von Kurkuma für die Zahnmedizin.

*** Gesund sein mit dem Kurkuma-Kochbuch vom Zentrum der Gesundheit: jetzt hier bestellen!**

Wurzelbehandlung oder Zahn ziehen?

Man weiss ja längst, dass Wurzelbehandlungen nicht gerade das Gelbe vom Ei sind.

Oft sind sie der Anfang vom Ende (dem endgültigen Verlust des Zahnes), nur dass Wurzelbehandlungen das Ende noch ein paar Jährchen hinauszögern und es dazu noch kostspieliger machen. Denn gezogen werden muss der Zahn früher oder später dann meist doch.

Lässt man nun zunächst eine Wurzelbehandlung durchführen, so verschiebt sich das Ziehen lediglich um einige Jahre.

Doch bezahlt man dann zunächst die Wurzelbehandlung (die ausserdem nicht sehr angenehm ist) und auch die passende Krone dazu. Man geht ferner die Gefahr eines Zahnherdes ein, der zu chronischen Entzündungen im ganzen Körper führen kann.

Letztendlich - also Jahre später - muss man den Zahn dann endgültig ziehen lassen, weil oft ein Zahnherd zu stark ausgeprägt ist und zu Schmerzen führt. Jetzt heisst es, ein Implantat oder eine Brücke einzusetzen.

Ein wurzelbehandelter Zahn ist jedoch nicht mit einem "normalen" Zahn zu vergleichen. Während sich ein unbehandelter Zahn meist recht leicht ziehen lässt, wird der tote wurzelbehandelte Zahn im Laufe der Jahre porös.

Nicht selten bricht er beim Versuch, ihn zu ziehen, immer wieder in kleine Teile, so dass der Zahn stückchenweise herausoperiert werden muss, was natürlich einen sehr viel grösserer Eingriff darstellt als das blosses Ziehen.

Die Entzündung des Zahnherdes führt ausserdem dazu, dass eine höhere Dosis des Anästhetikums eingesetzt werden muss, da Entzündungen die Wirkung der Betäubungsmittel herabsetzen.

Gerade die unter wurzelbehandelten Zähnen entstehenden Zahnherde (chronische Entzündungsherde) können zu Erkrankungen im ganzen Körper beitragen - sogar Autoimmunerkrankungen und Krebs können die Folge sein.

Wurde bereits eine Wurzelbehandlung durchgeführt und treten unerklärliche Beschwerden auf, sollte man daher immer an einen Zahnherd als Auslöser denken und dies überprüfen - so wie es Leonie hätte machen sollen.

Gefährliche Zahnherde - Ein Erfahrungsbericht

Leonie unterzog sich 2005 ihrer bislang einzigen Wurzelbehandlung, nämlich an einem Zahn auf der rechten Seite ihres Unterkiefers. Kurz danach erkrankte sie häufiger an Bronchitis.

Nach wenigen Jahren verschlechterte sich ihr Zustand dramatisch. Röntgenaufnahmen enthüllten, dass sich in ihrem rechten Lungenflügel ein Abszess gebildet hatte, der die Grösse einer Cantaloupe-Melone aufwies.

Der Abszess konnte in der Folge zwar erfolgreich operativ entfernt werden, der auslösende Krankheitserreger aber blieb auch nach der Auswertung mehrerer Auswurfproben unbekannt.

Daher verabreichten ihr die Ärzte täglich verschiedene Antibiotika. Der Versuch, mittels einer Ozon-Therapie die Einnahme von Antibiotika überflüssig zu machen, zahlte sich leider nicht aus, da sich ihr Zustand dadurch mysteriöserweise verschlimmerte.

Bei ihrem zweiten längeren Krankenhausaufenthalt kam eine neuartige Technologie zum Einsatz, um Granulome aus dem rechten Lungenflügel zu beseitigen und eine Lungenbiopsie (Gewebeprobe) vorzunehmen.

Hierbei konnte ein Pathogen (schädlicher Keim) isoliert werden, das sich als eine Variation eines Actinomyces-Bakteriums herausstellte: Actinobacillus actinomycetemcomitans.

Dieses Bakterium gedeiht in der Regel im Mund, und die Ärzte waren mehr als verwundert, diesen Erreger in der Lunge von Leonie zu finden!

Das besagte Bakterium kann sowohl in einem anaeroben als auch in einem aeroben Umfeld gedeihen, was letztlich erklärt, weshalb die Ozontherapie ihren Zustand verschlimmert hatte, anstatt den Erreger zu beseitigen.

Erst als der Zahnherd und damit die Quelle des Bacillus beseitigt war, ging es Leonie langsam wieder gut.

Um daher im Vorfeld die Gefahr von Zahnherden zu minimieren, sind dringend wirksame Methoden für eine perfekte Mundhygiene erforderlich, die pathogene Keime an der Entwicklung und Vermehrung hindern – und genau dazu eignet sich Kurkuma ganz vorzüglich.

Kurkuma in der Zahnmedizin

Die oben erwähnte indische Studie beschreibt einige Do-It-Yourself-Massnahmen für eine bessere Mundhygiene, wobei besonders Kurkuma im Fokus der Wissenschaftler stand.

Empfohlen wird beispielsweise das regelmässige Spülen des Mundraumes mit Kurkumawasser. Hergestellt wird das Kurkumawasser durch das Aufkochen von zwei Teelöffeln Kurkumapulver, zwei Gewürznelken und zwei getrockneten Guavenblättern, wobei letztere mangels Verfügbarkeit in Mitteleuropa auch weggelassen werden können.

Zur Zahnreinigung raten die Wissenschaftler rund um Professor Chaturvedi zu einem Pulver aus geröstetem Kurkuma und Ajowan. Es soll Zähne und Zahnfleisch kräftigen und gesund halten.

Um Schmerzen und Schwellungen zu lindern, können Sie Kurkuma an den betreffenden Stellen am Zahn oder Zahnfleisch einmassieren.

Zur Linderung von Zahnfleischentzündungen oder Parodontitis wird empfohlen, zweimal am Tag die Zähne und das Zahnfleisch mit einer selbst gemachten Kurkuma-Paste einzureiben. Dazu vermischt man einen Teelöffel Kurkuma, einen halben Teelöffel Salz und einen halben Teelöffel Senföl.

Auch schreiben die Forscher, dass eine bestimmte Fissurenversiegelung aus einer Mischung des Kunststoff- oder Keramik-Füllmaterials und Kurkuma-Extrakten Karies vorbeugen oder zumindest reduzieren könne.

Kurkuma zur Ausleitung von Quecksilber

Im Jahr 2010 wurde im *Journal of Applied Toxicology* eine Studie veröffentlicht, die zeigte, dass Kurkuma sogar vor der Giftigkeit des Quecksilbers (z. B. aus Zahnfüllungen) schützen kann und damit sehr effektiv während der Ausleitung von Quecksilber nach der Amalgamentfernung eingesetzt werden kann.

Als die Forscher über einen Zeitraum von nur 3 Tagen ihren Ratten 80 mg Curcumin pro Kilogramm Körpergewicht gaben, konnte beobachtet werden, dass Curcumin vor jenem oxidativen Stress schützte, den Quecksilber gemeinhin auslöst.

Auch andere schädliche Auswirkungen des Quecksilbers wie z. B. schlechte Leber- und Nierenwerte oder sinkende Glutathion- und Superoxiddismutase-Spiegel konnten durch die Gabe von Curcumin reduziert werden. (Glutathion und Superoxiddismutase sind körpereigene Antioxidantien).

Zusätzlich sank nach Curcumingabe die Quecksilberkonzentration im Gewebe.

Die Forscher schlossen ihren Bericht mit den Worten:

"Unsere Ergebnisse zeigen, dass die Gabe von Curcumin - beispielsweise in Form einer täglichen Zugabe zum Essen - vor einer Quecksilberbelastung den Körper gegen das Gift schützen kann und dass Curcumin als Therapeutikum bei Quecksilbervergiftungen eingesetzt werden kann."

Curcumin kann - gemeinsam mit Piperin - auch als Kapsel zur Quecksilberausleitung eingenommen werden. Dazu nimmt man drei Mal täglich eine Kapsel (à ca. 350 - 400 mg).

Das Kurkuma-Kochbuch vom Zentrum der Gesundheit

Unser Kurkuma-Kochbuch ist ein sehr guter Begleiter für alle Geniesser, die regelmässig und mehrmals täglich Kurkuma zu sich nehmen möchten. Sie finden darin 50 sorgfältig entwickelte Kurkuma-Rezepte, die entweder mit der frischen Kurkumawurzel oder dem Kurkumapulver gewürzt werden.

Besonders praktisch für die Alzheimer-Prävention ist unsere 7-Tage-Kurkuma-Kur, die Sie ebenfalls im Buch finden. Während dieser Kur lernen Sie, wie Sie täglich auch wirklich relevante Kurkumamengen zu sich nehmen können. Denn eine Prise hier und da nützt natürlich nicht viel. Daher enthalten die Rezepte der Kurkuma-Kur über den Tag verteilt bis zu 8 Gramm Kurkuma.

**Dieser Artikel enthält Werbung. Unsere Website enthält Affiliate Links (* Markierung), also Verweise zu Partner Unternehmen, etwa zur Amazon-Website. Wenn ein Leser auf einen Affiliate Link und in der Folge auf ein Produkt unseres Partner-Unternehmens klickt, kann es sein, dass wir eine geringe Provision erhalten. Damit bestreiten wir einen Teil der Unkosten, die wir für den Betrieb und die Wartung unserer Website haben, und können die Website für unsere Leser weiterhin kostenfrei halten.*

Quellen

- Chaturvedi TP, "Uses of turmeric in dentistry: An update", Indian Journal of Dental Research, 2009, (Anwendungsgebiete von Curcuma in der Zahnmedizin: Ein Update)
- Agarwal R et al., "Detoxification and antioxidant effects of curcumin in rats experimentally exposed to mercury", Journal of Applied Toxicology, Juli 2010, (Entgiftung und antioxidative Effekte von Curcumin bei Ratten, die im Versuch Quecksilber ausgesetzt waren)

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/kurkuma-zaehne-ausleitung-ia.html>