

OPC - Die Kraft der Traubenkerne

Traubenkernextrakt hilft Hautprobleme, Allergien, Falten, Probleme mit den Blutgefässen, Schlechte Augen, PMS und Chronische Entzündungen zu lösen. Im Traubenkernextrakt steckt OPC und damit ein ungeheures Heilpotential. OPC ist ein antioxidativ wirksamer Pflanzenstoff und gleichzeitig Spezialist für ganz bestimmte Körperbereiche. OPC wirkt insbesondere auf die Haut, die Augen, das Immunsystem und sogar auf den Hormonhaushalt. Lesen Sie bei uns, ob OPC auch für Sie das ideale Nahrungsergänzungsmittel ist.

Autor: Carina Rehberg

Aktualisiert: 16. October 2019

Stand: 18. October 2019

OPC – Die Garantie für Schutz und Schönheit

Ohne schlaaffe Haut und Falten wäre das Leben gleich doppelt schön. Zwar lässt sich mit kosmetischen Tricks einiges vertuschen. Doch wäre es nicht grossartig, wenn man auch ohne Tuben und Tiegel einfach blendend aussähe? Traubenkernextrakt könnte Ihnen dabei helfen!

Traubenkernextrakt gehört zu den Anti-Aging-Wundermitteln der allerersten Klasse.

Traubenkerne stecken nämlich voller OPC (Oligomere Proanthocyanidine).

OPC gehört zu den Polyphenolen, einer grossen Gruppe aus dem Bereich der sekundären Pflanzenstoffe. Besonders beeindruckend ist die antioxidative Kraft des OPC, das gar eines der stärksten verfügbaren Antioxidantien ist, die wir kennen. Im tagtäglichen Kampf gegen bedrohliche freie Radikale kann OPC für Sie die Front halten - wenn Sie das möchten.

OPC macht Ihre Haut glatt und geschmeidig

Freie Radikale greifen alle Zellen an. Wenn Sie die Haut im Visier haben, dann nehmen die Bösewichte der Haut ihre Spannkraft und legen sie in tausend Knitterfalten.

Besonders tiefe und hartnäckige Falten entstehen dann, wenn freie Radikale nicht nur die Hautzellen selbst angreifen, sondern ausserdem die beiden Faserproteine - Kollagen und Elastin - die sich zwischen den Hautzellen befinden und unsere Haut straff und elastisch halten.

Die Faserproteine verlieren nach Radikal-Angriffen ihre Stabilität und Elastizität. Schliesslich werden sie von körpereigenen Enzymen abgebaut. Je weniger Kollagen aber in der Haut vorhanden ist, umso weniger Feuchtigkeit kann die Haut speichern. Sie trocknet aus und wird noch faltiger.

Auch die winzigen Blutgefässe, die jede Hautzelle mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgen, bestehen zu einem Teil aus Faserproteinen und bilden sich mit abnehmendem Faserproteinanteil immer weiter zurück.

Was aber passiert dann? Je weniger Blutgefässe in die Haut führen, umso schlechter ist sie mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt. Im Hautgewebe befinden sich jedoch auch Zellen (Fibroblasten), die eigentlich - wenn sie könnten - täglich neue Faserproteine bilden würden.

Auch sie werden von den freien Radikalen angegriffen und können daraufhin immer weniger Faserproteine bilden, so dass der Teufelskreis endgültig geschlossen ist. Ein Entrinnen gäbe es nur, wenn jemand die freien Radikale aufhalten könnte.

OPC kann das erledigen. OPC und all die anderen antioxidativen Wirkstoffe im Traubenkernextrakt schützen die Hautzellen, die Fibroblasten, die Faserproteine und die Blutgefässe vor freien Radikalen und damit vor Verfall und Alterung.

OPC ist natürliches Face-Lifting

Auf diese Weise wirken jedoch viele Antioxidantien. Das Besondere an OPC ist nun, dass sein antioxidatives Potential 20 Mal grösser ist als jenes von Vitamin E und 50 Mal so wirkungsvoll wie die antioxidative Kraft des berühmten Vitamin C.

OPC kann aber noch viel mehr für Ihre Haut tun. OPC repariert Kollagen, das instabil geworden ist.

Wenn Sie sich die Struktur des Kollagens wie eine Leiter vorstellen, deren Sprossen langsam aber sicher morsch werden oder bereits ganz fehlen, dann kann OPC die fehlenden oder brüchigen Holme ersetzen. Falten glätten sich und die Haut gewinnt ihre einstige Spannkraft zurück.

Es handelt sich hierbei um eine Art natürliches Face-Lifting - ganz ohne Messer und Schmerzen. Die Hautenzymaktivität wird durch das OPC ausserdem gefördert, was zu einem erhöhten Schutz gegen UV-Strahlung führt.

Meiden Sie Ihrer Haut zuliebe zusätzlich sämtliche Faktoren, die Ihnen überflüssige freie Radikale bescheren. Die Zahl der Radikale kann nämlich durch Rauchen, Drogen, Alkohol, Stress und schlechte Ernährung ins Unermessliche steigen, weshalb wir zum grossen Teil für unser Aussehen selbst verantwortlich sind.

Wer uns da also im Spiegel zerknautscht und müde gegenübersteht und uns nicht selten einen üblen Schrecken einjagt, ist das, was wir selbst mit unserer Lebensweise aus uns gemacht haben. Mit OPC an unserer Seite haben wir die Möglichkeit, die Umkehr zu wagen und ein neues Leben zu beginnen.

OPC für schnelle Wundheilung

Wenn OPC nun so segensreiche Auswirkungen auf das Bindegewebe und die Haut hat, dann heilen natürlich auch Wunden unter dem Einfluss von OPC und Traubenkernextrakt deutlich schneller.

Die Wirkstoffe des Traubenkernextrakts – allen voran OPC – machen Bakterien unschädlich, animieren beschädigte Blutgefäße zur raschen Regeneration und unterstützen eine gründliche Bindegewebsreparatur.

OPC bei Neurodermitis

Alle bisher genannten Eigenschaften des OPC plus seine immunsystementlastende Wirkung sowie die weiter unten beschriebene entzündungshemmende Wirkung lassen die Hoffnung aufkeimen, dass OPC auch bei Neurodermitis hilfreich sein könnte.

Neurodermitis ist ein vielschichtiges Geschehen und sollte nie nur mit einem einzigen Stoff in Angriff genommen werden. Zur ganzheitlichen Therapie der Neurodermitis gehören daher die richtige Ernährung, die Symbioselenkung der Darmflora, die regelmässige Entgiftung, natürlich die Meidung möglicher auslösender Faktoren, die Versorgung mit ausreichend Vitamin D und aller Vitamine des B-Komplexes sowie vieles weitere mehr.

OPC kann hier jedoch ein mächtiger Begleiter der effektiven und naturheilkundlichen Neurodermitistherapie sein. So liegen Erfahrungsberichte von Neurodermitis-Patienten vor, die mit einer Dosis von täglich 100 mg OPC eine deutliche Verbesserung des Hautbildes erlebten. Allerdings ist – wie generell bei der Therapie von chronischen Erkrankungen – Geduld erforderlich. Erfolge zeigen sich meist erst nach mehreren Monaten.

OPC für schönes und volles Haar

Schöne, gesunde und junge Haut ist natürlich nicht alles im Leben. Eine geschmeidige Haarpracht wäre auch nicht schlecht. OPC wirkt sich bei vielen Menschen (und übrigens auch bei Tieren, insbesondere bei Hunden) ausserordentlich positiv und vor allen Dingen sichtbar auf den Haarwuchs und die Haaroptik aus.

Das Haar wird weich, glänzend und wächst überdurchschnittlich dicht und schnell und wird länger als je zuvor.

Japanische Studien zeigten schon vor vielen Jahren, dass OPC die Zellvermehrung der Haarfollikel im Vergleich zu Kontrollpräparaten um 230 % antreiben konnte.

Ausserdem verfügt OPC über eine bemerkenswerte Fähigkeit, den Haarzyklus zu beeinflussen. OPC erhöht nämlich die Zahl jener Haare, die sich in der sog. Anagenphase (Wachstumsphase) befinden, so dass die betreffenden Forscher OPC aus Traubenkernextrakt als Komponente zur Förderung des Haarwuchses empfahlen.

OPC für gesunde Augen

Brillen und Kontaktlinsen sind zwar ganz hilfreich. Wäre es aber nicht besser, wir könnten unsere Sehkraft bis ins hohe Alter erhalten? Man bedenke, was man allein mit der Zeit anstellen könnte, die man beim Optiker und Augenarzt verbringt.

Erfahrungswerte zeigen, dass die tägliche Einnahme von 300 mg Traubenkernextrakt die Auswirkungen permanenter Augenbelastung durch stundenlange Computerarbeit in nur 60 Tagen reduzieren kann.

Und nicht nur das, Traubenkernextrakt wird ausserdem empfohlen, um die sog. Makuladegeneration und den Grauen Star zu bekämpfen sowie die Sehfähigkeit bei Nacht zu verbessern.

Die Makuladegeneration ist eine Augenerkrankung, bei der die Netzhautzellen absterben und die Sehfähigkeit im zentralen Gesichtsfeld beeinträchtigt wird. Man sieht also beispielsweise die Uhr, aber nicht die Zeiger, man sieht zwar die Umrisse einer Person, aber nicht das Gesicht.

OPC schützt Herz und Blutgefässe

Natürlich greifen freie Radikale nicht nur Haut, Haar und Augen an. Sie sind an der Entstehung vieler weit verbreiteter Gesundheitsprobleme beteiligt, wie z. B. Osteoporose, Karies, Diabetes und Verdauungsprobleme. Auch Bluthochdruck kann sich entwickeln, wenn Blutgefässe von freien Radikalen beschädigt wurden. Denn genau wie in der Haut, enthalten die Blutgefässwände ja im gesamten Körper die erwähnten Faserproteine, die ihnen Stabilität und Elastizität verleihen.

Nimmt die Zahl der Faserproteine ab, verhärten die Blutgefässwände, der Blutfluss gerät ins Stocken und der Körper erhöht den Blutdruck, um die Angelegenheit trotz schlechter Gefässsituation wenigstens einigermassen in Fluss zu halten.

Hier greifen wiederum OPC und alle anderen Antioxidantien aus dem Traubenkernextrakt helfend ein, schützen die Faserproteine, erhalten die Elastizität der Blutgefäßwände, halten die Blutgefäße von Ablagerungen frei und bewahren sie vor künftigen oxidativen Schäden durch freie Radikale. Das Risiko für Herz-Kreislaufprobleme wird mit OPC folglich auf ein Minimum reduziert.

OPC senkt den Cholesterinspiegel

In diesem Zusammenhang ist auch die Wirkung von OPC und Traubenkernextrakt auf den Cholesterinspiegel von Interesse. Nach zwei vielversprechenden Studien wird vermutet, dass Traubenkernextrakt den Cholesterinspiegel senken kann, wobei eine Kombination von Traubenkernextrakt und der Einnahme eines Chrompräparates die Cholesterinwerte deutlicher reduzieren konnte als OPC bzw. Traubenkernextrakt allein.

OPC gegen PMS

OPC wirkt auch in einem sehr diffizilen Bereich äusserst positiv, nämlich im Bereich des weiblichen Hormonhaushalts, z. B. bei PMS-Beschwerden. PMS beschreibt den Symptomenkreis des Prämenstruellen Syndroms. Dazu gehören alle hormonell bedingten Erscheinungen, die grundsätzlich wenige Tage vor der Regel auftreten und sich mit Einsetzen der Blutung wieder in Luft auflösen, wie z. B. Stimmungsschwankungen, Kopfschmerzen, Mattigkeit, Regelschmerzen etc.

Wie konkret OPC auf den Hormonhaushalt einwirkt, ist noch nicht eindeutig geklärt. Vermutet wird, dass OPC über die Stärkung und Regulierung des Immunsystems auch das Hormonsystem harmonisieren kann.

Eine Untersuchung zeigte jedenfalls, dass ein Grossteil (60 Prozent) von 165 Frauen, die vier Monate lang täglich vom 14. bis zum 28. Tag ihres Zyklus 200 mg OPC eingenommen hatten, bereits nach zwei Monaten eine Linderung Ihrer PMS-Beschwerden verspürten. Nach vier Monaten waren es gar 80 Prozent, denen es mit OPC deutlich besser ging.

OPC bei Allergien

OPC aus Traubenkernextrakt könnte auch als natürliches nebenwirkungsfreies Anti-Histamin eingesetzt werden und auf diese Weise allergische Reaktionen mildern.

So soll OPC die Aktivierung bestimmter entzündungsfördernder Enzyme hemmen, die in aktivierter Form zur Histaminausschüttung und somit zu allergischen Symptomen führen würden.

Dies weist darauf hin, dass OPC ausserdem entzündungshemmende Wirkung hat, wobei der genannte Mechanismus sicher nicht der einzige ist, mit dem OPC Entzündungen blockieren kann.

Professor Jack Masquelier, der viele Jahrzehnte lang OPC erforschte, ja, nahezu sein ganzes Leben dem hochwirksamen Stoff widmete, unternahm einen Selbstversuch, um die antioxidative und entzündungshemmende Kraft des OPC zu demonstrieren.

Dazu trug er an zwei Hautstellen seines Armes eine hautreizende Lösung auf. Auf eine der beiden Stellen strich er dann eine 0,5%ige OPC-Salbe. An der unbehandelten Stelle hatte sich nach zwei Tagen eine unangenehme Entzündung entwickelt. Die mit OPC behandelte Stelle jedoch war bereits am Abheilen.

OPC schützt Gehirn und Nerven

Traubenkernextrakt und OPC könnten sogar unterstützend bei der Behandlung von Beschwerden wie ADS (Aufmerksamkeitsdefizitstörung) eingesetzt werden, da sie die Blut-Hirn-Schranke passieren und dann im Gehirn in die Regulierung der Neurotransmitter und der betreffenden Hormone eingreifen können.

Einmal im Gehirn werden OPC und die anderen Wirkstoffe des Traubenkernextrakts auch dort sofort schützend tätig und bewahrt Nerven sowie Gehirngewebe vor oxidativen Angriffen. Ergebnisse sind eine verbesserte mentale Aufmerksamkeit und ein geringeres Risiko für Demenzerkrankungen.

OPC bei Krampfadern, Ödemen und Schwellungen

Bei chronischer Venenschwäche und geschwollenen, schmerzhaften Krampfadern zeigte sich in etlichen repräsentativen Studien, dass OPC aus Traubenkernextrakt die Symptome deutlich reduzieren konnte.

Genauso hat sich in placebokontrollierten Doppelblind-Studien erwiesen, dass durch OPC und Traubenkernextrakt Ödeme (Wasseransammlungen im Gewebe) - etwa nach Operationen oder Verletzungen - sowie Schwellungen nach Sportverletzungen schneller wieder verschwunden waren.

OPC bei Krebs

In-Vitro-Studien hatten ergeben, dass OPC aus Traubenkernextrakt das Tumorwachstum und eventuell sogar die Entwicklung von Brust-, Magen-, Darm-, Prostata- und Lungenkrebszellen hemmen könne.

Des Weiteren wird diskutiert, dass sich OPC bzw. Traubenkernextrakt als Begleittherapie parallel zu Chemotherapien eignen könne, da der Extrakt die Nebenwirkungen der Chemotherapeutika in Grenzen halte. In einer aktuellen Studie zeigen US-Forscher nun, dass Traubenkernextrakt mit OPC und anderen Wirkstoffen Krebszellen absterben lässt, während die gesunden Zellen unbeeinträchtigt bleiben. "Es handelt sich um einen wirklich dramatischen Effekt", zeigt sich Dr. Rajesh Agarwal vom *University of Colorado Cancer Center* und Professor an der *Skaggs School of Pharmaceutical Sciences* von den Ergebnissen der Tests an Zellkulturen und Mäusen fasziniert.

OPC verlängert Ihr Leben

Und ganz zuletzt verlängert der Extrakt aus Traubenkernen mit seinem hohen Gehalt an OPC sogar das Leben - zumindest das von Ratten. Wissenschaftler schlossen daraus, das treffe dann wohl auch auf uns Menschen zu, denn wir seien schliesslich auch nur Tiere...

Wenn Sie Traubenkernextrakt nun ausserdem gemeinsam mit einer vitaminreichen Kost einnehmen, dann können Sie auf diese Weise die schützende Wirkung des OPC noch um ein Vielfaches erhöhen.

OPC verstärkt nämlich die antioxidative Fähigkeit der Vitamine und umgekehrt. Beide - OPC aus Traubenkernextrakt und Vitamine - wirken also synergetisch und heizen sich gegenseitig zu immer neuen Glanzleistungen an, zu denen jeder für sich alleine gar nicht in der Lage wäre.

Achten Sie beim Kauf von OPC-Präparaten daher auf mindestens zwei wichtige Punkte:

1. Das OPC sollte in Form von Traubenkernextrakt vorliegen, also nicht als isolierter Stoff.
2. Natürliches Vitamin C sollte dem Traubenkernextrakt beigemischt sein, z. B. in Form von Acerola-Fruchtpulver.

OPC-Quelle Rotweinextrakt

OPC ist überdies nicht nur im Traubenkernextrakt enthalten, sondern auch im Rotweinextrakt. Wenn Sie letzteren daher z. B. gerade für Ihr Herz-Kreislauf-System und für den Gefässschutz einnehmen, dann können Sie von dieser Massnahme auch einige der hier aufgeführten Eigenschaften und Wirkungen erwarten. Details zum Rotweinextrakt lesen Sie hier: [Rotweinextrakt: Heilen ohne Alkohol](#) Und wenn Sie zusätzlich OPC in Form von Traubenkernextrakt einnehmen, dann können sich beide Extrakte in ihrer Wirkung unterstützen und verstärken.

ANMERKUNG: Personen, die auf Trauben oder Rotwein allergisch oder mit Intoleranzen reagieren, sollten Traubenkernextrakt und Rotweinextrakt nicht verwenden.

Traubenkernextrakt sollte auch nicht gemeinsam mit Blutverdünnungsmitteln eingenommen werden.

Quellen

- Takahashi T, Kamiya T, Hasegawa A, Yokoo Y, Procyanidin oligomers selectively and intensively promote proliferation of mouse hair epithelial cells in vitro and activate hair follicle growth in vivo, *J Invest Dermatol.* 1999 Mar;112(3):310-6. (OPC fördert die Teilung von Haarepithelzellen bei Mäusen in vitro und aktiviert das Haarfollikelwachstum in vivo)
- Takashi T et al., Proanthocyanidins from grape seeds promote proliferation of mouse hair follicle cells in vitro and convert hair cycle in vivo, *Acta Dermato-Venereologica*, 1998 Nov;78(6):428-32. (OPC aus Traubenkernen fördert die Vermehrung von Mäusehaarfollikelzellen in vitro und ändert den Haarzyklus in vivo)
- Rajesh A et al., Differential effects of grape seed extract against human colorectal cancer cell lines: The intricate role of death receptors and mitochondria, *Cancer Letters*, Juni 2013, (Unterschiedliche Auswirkungen von Traubenkernextrakt gegen menschliche Darmkrebszelllinien: Die komplizierte Rolle von Todesrezeptoren und Mitochondrien)
- Shi J, Yu J, Pohorly JE, Kakuda Y., Polyphenolics in grape seeds-biochemistry and functionality. *J Med Food.* 2003 Winter;6(4):291-9. (Polyphenole in Traubenkernen Biochemie und Funktionsweise)
- Singh-Rana-P, Gu-Mallikarjuna, Agarwal-Rajesh, Agarwal-Chapla, Grape seed extract inhibits in vitro and in vivo growth of human colorectal carcinoma cells, *Clinical Cancer Research*, 15 Oct 2006, vol. 12, no. 20 Pt 1, p. 6194-202, (Traubenkernextrakt hemmt in vitro und in vivo das Wachstum menschlicher Darmkrebszellen)
- Bagchi D, Garg A, Krohn RL, Bagchi M, Bagchi DJ, Balmoori J, Stohs SJ., Protective effects of grape seed proanthocyanidins and selected antioxidants against TPA-induced hepatic and brain lipid peroxidation and DNA fragmentation, and peritoneal macrophage activation in mice, *Gen Pharmacol.* 1998 May;30(5):771-6. (Schutzwirkungen von OPC und ausgewählten Antioxidantien aus Traubenkernen gegen TPA-induzierte Lipidperoxidation und DNA Fragmentierung in Leber und Gehirn sowie Aktivierung von Peritoneal-Makrophagen bei Mäusen)
- Bagchi D, Bagchi M, Stohs SJ, Das DK, Ray SD, Kuszynski CA, Joshi SS, Pruess HG. Free radicals and grape seed proanthocyanidin extract: importance in human health and disease prevention, *Toxicology.* 2000 Aug 7;148(2-3):187-97. (Freie Radikale und Traubenkern-OPC-Extrakt: Bedeutung für die menschliche Gesundheit und Gesundheitsprophylaxe)
- Bagchi D, Sen CK, Ray SD, Das DK, Bagchi M, Preuss HG, Vinson JA. Molecular mechanisms of cardioprotection by a novel grape seed proanthocyanidin extract, *Mutat Res.* 2003 Feb-Mar;523-524:87-97. (Molekulare Mechanismen des Herzschutzes durch neuartigen Traubenkern-OPC-Extrakt)
- Bagchi D, Garg A, Krohn RL, Bagchi M, Tran MX, Stohs SJ. Oxygen free radical scavenging abilities of vitamins C and E, and a grape seed proanthocyanidin extract in vitro, *Res Commun Mol Pathol Pharmacol.* 1997 Feb;95(2):179-89. (Fähigkeiten von Vitamin C und E sowie von Traubenkern-OPC-Extrakt, in vitro freie Sauerstoffradikale zu neutralisieren)
- Simons, Rucker, *Gesund länger leben durch OPC*, 7. Auflage 2012
- Jifu Zhao, Jiannong Wang, Yingjie Chen and Rajesh Agarwal, Anti-tumor-promoting

activity of a polyphenolic fraction isolated from grape seeds in the mouse skin two-stage initiation/promotion protocol and identification of procyanidin B5-3`-gallate as the most effective antioxidant constituent, *Carcinogenesis*, Vol. 20, No. 9, 1737-1745, September 1999, (Anti-Tumor-Wirkung einer aus Traubenkernen isolierten Polyphenolart auf Mäusehaut in zweistufigem Protokoll und Identifizierung von Procyanidin B5-3-Gallat als der wirksamste antioxidative Bestandteil)

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/opc-pi.html>