

## Wie Sellerie Krebs bekämpft

Apigenin, ein Flavonoid aus Sellerie, könnte in Zukunft zur Behandlung von Krebserkrankungen eingesetzt werden. Zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen, dass Sellerie-Flavonoide Krebszellen nicht nur im Reagenzglas bekämpfen, sondern auch im Organismus. Sie helfen selbst dann noch, wenn eine Chemotherapie nichts mehr ausrichten kann. Die Forschungsergebnisse sind daher besonders für Patienten mit aussergewöhnlich aggressiven Krebserkrankungen von enormer Bedeutung.

Autor: Carina Rehberg

Aktualisiert: 23. August 2019

Stand: 14. September 2019

## Krebs – Manchmal sind Ärzte machtlos

Wenn der Arzt eine Krebserkrankung diagnostiziert, bedeutet das für den Patienten in der Regel eine Operation und/oder Chemotherapie. Diese Behandlungen sind mit starken Risiken und Nebenwirkungen verbunden.

In manchen Fällen kann die Schulmedizin jedoch gar nichts mehr ausrichten. Es gibt Tumoren, die inoperabel sind und auch auf eine Chemotherapie nicht mehr ansprechen. Auffallend häufig ist das etwa bei Bauchspeicheldrüsenkrebs der Fall.

Doch nun gibt es auch für solche Patienten Hoffnung, die nicht auf eine konventionelle Behandlung ihrer Krebserkrankung ansprechen. Dabei handelt es sich nicht um ein neues Medikament oder eine revolutionäre Operationsmethode, sondern schlicht und ergreifend um Sellerie.

Dass Sellerie gegen Bluthochdruck wirkt, ist schon länger bekannt. Seine krebsfeindlichen Eigenschaften hingegen sind neu!

## Sellerie hilft gegen Krebs

Sellerie ist besonders reich an Flavonoiden – sekundäre Pflanzenstoffe, die antioxidativ wirken, also freie Radikale im Körper bekämpfen.

Freie Radikale sind Moleküle, die wir etwa über kontaminierte Lebensmittel oder verschmutzte Atemluft aufnehmen können. Sind sie einmal im Körper, richten sie dort irreparable Schäden an – auch an der Erbinformation in den Zellkernen. Auf diese Weise können sie zu zahlreichen Krankheiten und letztendlich sogar zu Krebs führen.

Die Sellerie-Flavonoide sind in der Lage, freie Radikale zu bekämpfen und den menschlichen Organismus so vor Schäden zu bewahren. Zusätzlich jedoch hemmen sie auch das Wachstum bereits entstandener Tumoren.

Damit tragen sie nicht nur zur Prävention bei, sondern können sogar in der Behandlung von Krebserkrankungen eingesetzt werden.

## Sellerie gegen Brustkrebs

Bei starken Wechseljahresbeschwerden verschreiben Ärzte gern synthetische Hormonpräparate. Diese jedoch können das Brustkrebsrisiko erhöhen.

Prof. Salman Hyder und sein Team von der *University of Missouri* stellten in einer Studie an Labormäusen fest, dass Apigenin, eines der Flavonoide aus Sellerie, das Fortschreiten von einem derart hormoninduzierten Brustkrebs nicht nur stoppen konnte. Die Tumoren schrumpften sogar bei jenen Mäusen, die eine Nahrungsergänzung mit Apigenin erhalten hatten.

## Sellerie wirkt dreifach!

Das vollständige Wirkrepertoire des Apigenins ist noch nicht bekannt.

Bekannt ist jedoch, dass Apigenin gleich drei wunderbare Ziele verfolgt:

- Apigenin führt den Tod von Krebszellen herbei. So konnten die Wissenschaftler um Prof. Hyder beobachten, dass die Blutgefäße jener Mäuse, die mit Apigenin behandelt wurden, die Tumoren nicht mehr mit Nährstoffen versorgten, so dass der Krebs abstarb. Apigenin verhindert also die Nährstoffversorgung der Tumoren.
- Apigenin verhindert die Teilung von Krebszellen
- Apigenin hemmt die Aktivität eines Gens, das die Ausbreitung von Tumoren steuert.

## Sellerie hemmt Wachstum von Krebszellen

US-amerikanische, japanische und arabische Forscher fanden überdies in einer gemeinsamen Studie heraus, dass Apigenin sogar das Wachstum von Bauchspeicheldrüsenkrebs hemmt.

Bauchspeicheldrüsenkrebs ist aussergewöhnlich resistent gegen konventionelle Behandlungen wie eine Chemotherapie und gilt daher als schwer bekämpfbar, nicht selten auch als unheilbar.

Dr. Michael Ujiki von der *Northwestern University* in Chicago und seine Kollegen konnten die Zellteilung vier verschiedener Arten von Bauchspeicheldrüsenkrebszellen im Reagenzglas verhindern, indem sie sie Apigenin aussetzten.

Je länger die Krebszellen dem Apigenin ausgesetzt waren und je höher dessen Konzentration war, desto schlechter konnten sie sich vermehren.

## Sellerie sensibilisiert Krebszellen für Chemotherapie

Wissenschaftlern der chinesischen *Zhejiang University School of Medicine* gelang dasselbe mit vier verschiedenen Arten von Lungenkrebszellen.

Durch Apigenin waren die Krebszellen nicht mehr in der Lage, sich zu teilen und konnten sich daher nicht weiter ausbreiten.

Zusätzlich stellten die Forscher fest, dass das Apigenin die Resistenz der Krebszellen gegen chemotherapeutische Medikamente herabsetzte. Demzufolge kann Apigenin auch eine Chemotherapie unterstützen, die allein nicht wirksam genug wäre.

Testergebnisse aus Versuchen mit Zellen im Reagenzglas sind jedoch häufig nicht auf Mensch oder Tier übertragbar. Schliesslich sind die Umstände im lebenden Organismus etwas anders als im Reagenzglas.

Im Jahr 2012 gelang es dann aber Forschern aus China und den USA erstmalig zu beweisen, dass die orale Einnahme von Apigenin das Wachstum von Krebszellen auch im lebenden Organismus hemmen kann.

Probanden (Mäuse) mit Eierstockkrebs nahmen eine apigeninreiche Nahrung zu sich. Daraufhin hörten die Tumoren auf zu wachsen.

## Krebsmedikament aus dem eigenen Garten

Obwohl all diese Ergebnisse offensichtlich beweisen, dass Apigenin äusserst geeignet für die Behandlung von Krebserkrankungen ist und manchmal sogar besser wirkt als herkömmliche Behandlungsmethoden, gibt es kaum Interesse an diesen Studien.

Dabei läge es doch nahe, schnellstmöglich Studien an freiwilligen Testpersonen durchzuführen, um Apigenin schon bald in der Behandlung von Krebserkrankungen einzusetzen.

Prof. Hyder erklärt, dass es schwierig sei, Sponsoren für entsprechende Forschungen zu finden, weil man den Wirkmechanismus des Apigenins noch nicht kenne.

Zudem sei es den Pharmafirmen gar nicht recht, dass ein Stoff, den man einfach aus Gemüse gewinnen kann, gegen Krebs helfen soll. Schliesslich verdienen sie mit den bisherigen Medikamenten ein Vielfaches von dem, was sie für Selleriextrakt verlangen könnten.

Das ist zwar ärgerlich, aber auch nicht weiter schlimm. Immerhin können wir ganz einfach selbst aktiv werden, indem wir Sellerie möglichst häufig in unseren Speiseplan aufnehmen.

## Höchste Apigenin-Gehalte in Sellerie und Petersilie

Dabei sollte es sich nach Möglichkeit ausschliesslich um Sellerie aus biologischem Anbau handeln. Konventionell angebauter Sellerie gehört nämlich zu den Gemüsesorten mit den höchsten Schadstoffwerten - und die erhöhen wiederum das Krebsrisiko.

Besonders hohe Apigeningehalte finden sich in den Stängeln des Staudenselleries sowie in der Petersilie.

Reichlich Petersilie können Sie sehr einfach und lecker mit einem Petersilien-Smoothie zu sich nehmen, wobei Sie problemlos auch gleich einige Stängel Staudensellerie mit verarbeiten können.

Detail-Infos zu grünen Smoothies lesen Sie hier: [Grüne Smoothies - Die perfekte Mahlzeit](#)

## Rezepte mit dem Sellerie

Nachfolgend finden Sie leckere Rezepte mit dem Sellerie:

### Sellerie-Rezept Nr. 1 - Sellerie-Apfelsuppe

Diese Sellerie-Apfelsuppe schmeckt sehr frisch und ist angenehm würzig abgeschmeckt. Sie ist zudem schnell und unkompliziert zubereitet, so dass Sie sie unbedingt testen sollten.

[Zum Rezept](#)

### Sellerie-Rezept Nr. 2 - Kartoffelauflauf mit Sellerie und Birne

Dieser herrlich cremige Kartoffelauflauf ist angenehm würzig und zugleich leicht fruchtig. Zu diesem aussergewöhnlichen Geschmackserlebnis passen die Mandelstifte perfekt, denn sie verleihen dem Auflauf zudem noch einen crunchigen Biss. Ganz nach dem Motto: Kreativität zahlt sich aus!

[Zum Rezept](#)

### Sellerie-Rezept Nr. 3 - Selleriebratlinge mit schneller Bratensauce

Diese Bratlinge aus Sellerie und Haselnüssen schmecken ausgezeichnet. Und zusammen mit der Bratensauce sind sie einfach unwiderstehlich lecker.

[Zum Rezept](#)

## Sellerie-Rezept Nr. 4 – Sellerie-Burger mit Pilzen und Pesto-Mayonnaise

Diese Burger sind schnell zubereitet, schmecken hervorragend und sind im Gegensatz zu herkömmlichen Burgern auch noch gesund.

[Zum Rezept](#)

## Rezepte mit der Petersilie

Auch haben wir Ihnen einige Rezeptvorschläge mit der Petersilie zusammengestellt:

### Petersilien-Rezept Nr. 1 – Smoothie aus Apfel, Petersilie und Ingwer

Petersilie ist viel mehr als die grüne Dekoration auf dem Tellerrand, denn sie ist so vitalstoffreich wie ein Multivitaminpräparat. Darüber hinaus schmeckt sie auch noch sehr fein, wie dieser Smoothie mit Apfel und Ingwer beweist.

[Zum Rezept](#)

### Petersilien-Rezept Nr. 2 – Karotten-Spaghetti mit Petersiliensauce

Diese süsslichen Karotten-Spaghetti harmonieren hervorragend mit der sahnig-würzigen Petersiliensauce. Ein kalorienarmes Pasta-Gericht, das ausgezeichnet schmeckt und im Nu zubereitet ist. Es hinterlässt ein angenehmes Sättigungsgefühl und macht kein bisschen müde.

[Zum Rezept](#)

### Petersilien-Rezept Nr. 3 – Nudelsuppe mit grünem Gemüse und Petersilienpesto

Mit diesem Rezept präsentieren wir Ihnen eine aromatische Nudelsuppe mit Gemüse und Petersilienpesto. Einfach und schnell zubereitet; geschmacklich perfekt.

[Zum Rezept](#)

Wir wünschen Ihnen viel Spass beim Ausprobieren und beste Gesundheit!

## Quellen

- Prof. Salman Hyder et al., "Breast Cancer Effectively Treated with Chemical Found in Celery, Parsley by MU Researchers", Mai 2012, (Brustkrebs von MU-Forschern effektiv mit Chemikalie aus Sellerie und Petersilie behandelt")
- Dr. Michael Ujiki et al., "Apigenin inhibits pancreatic cancer cell proliferation through G2/M cell cycle arrest, Molecular Cancer, Dezember 2006, ("Apigenin verhindert Teilung von Bauchspeicheldrüsenkrebszellen durch Hemmung des G2/M-Zellzyklus")
- Ren HY et al., "Anti-proliferation and chemo-sensitization effects of apigenin on human lung cancer cells, Zhejiang Da Xue Xue Bao Yi Xue Ban, September 2011, (Anti-Zellteilungs- und Chemo-Sensibilisierungswirkung von Apigenin auf menschliche Lungenkrebszellen)
- Jun He et al., "Oral Administration of Apigenin Inhibits Metastasis through AKT/P70S6K1/MMP-9 Pathway in Orthotopic Ovarian Tumor Model, International Journal of Molecular Sciences, Juni 2012, ("Mündliche Aufnahme von Apigenin verhindert Metastasen über AKT/P70S6K1/MMP-9-Weg in orthotopischem Eierstockkrebsmodell")

## 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/sellerie-gegen-krebs-ia.html>