

## OPC - Traubenkernextrakt

OPC ist der Hauptwirkstoff des Traubenkernextrakts. Bei Oligomere Proanthocyanidine handelt es sich um **antioxidativ** wirkende Pflanzenstoffe aus der Gruppe der Polyphenole (sekundäre Pflanzenstoffe) und wird vor allem aus Traubenkernen gewonnen. OPC wirkt besonders auf die **Haut, die Augen, das Immunsystem** und den **Hormonhaushalt**.

Als Antioxidans ist OPC 20 mal wirksamer als Vitamin E und 50 mal wirkungsvoller als Vitamin C. Es reduziert oxidativen Stress und fängt freie Radikale.

So werden **Zell- und Gewebeschäden** verhindert und der der **Alterungsprozess** gebremst. OPC schützt die **Blutgefäße** erhöht deren Elastizität und befreit sie von Ablagerungen. Folglich wird das Risiko für Herz-Kreislaufprobleme auf ein Minimum reduziert.

OPC macht außerdem **Bakterien** unschädlich und hat eine immunsystementlastende Wirkung und wirkt entzündungshemmend.

OPC wirkt von innen Falten glättend und die **Haut** gewinnt Spannkraft zurück und durch die Förderung der Hautenzymaktivität gibt es einen erhöhten Schutz gegen UV-Strahlung und positive Auswirkungen auf das Bindegewebe und die **Wundheilung** wird beschleunigt.

Zusätzlich gilt Faktoren zu **meiden**, die uns überflüssige freie Radikale bescheren! Dazu gehört: Rauchen, Drogen, Alkohol, Stress, übermäßige Sonnenbäder und schlechte Ernährung.

Bei **Neurodermitis** kann OPC ein mächtiger Begleiter der effektiven und naturheilkundlichen Therapie sein, mit einer Dosis von täglich 100 mg. Zur ganzheitlichen Therapie gehören daher die richtige Ernährung, die Symbioselenkung der Darmflora, die regelmäßige Entgiftung, die Meidung möglicher auslösender Faktoren, die Versorgung mit ausreichend Vitamin D und aller Vitamine der B-Komplexes u.V.a. mehr.

Japanische Studien zeigen, dass OPC die Zellvermehrung der Haarfollikel und den **Haarwuchs** antreiben konnte.

Die tägliche Einnahme von 300 mg Traubenkernextrakt reduziert innerhalb von 60 Tagen die permanente **Augenbelastung** durch stundenlange Computerarbeit. Außerdem wirkt es gegen Makuladegeneration (*Netzhautzellen sterben ab, die Sehfähigkeit im zentralen Gesichtsfeld wird beeinträchtigt*), den Grauen Star und verbessert die Sehfähigkeit in der Nacht.

Zur Senkung des **Cholesterinspiegels** eignet sich eine Kombination von OPC mit der Einnahme von Chrom.

Durch seine Wirkung auf den Hormonhaushalt wirkt OPC hilfreich bei PMS-Beschwerden (**Prämenstruelles Syndrom**), wie Stimmungsschwankungen, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Regelschmerzen, die grundsätzlich wenige Tage vor der Regel, bis zum Beginn der Blutung auftreten. Dafür eignet sich eine tägliche Einnahme von 200 mg OPC vom 14. Bis zum 28 Tag des Zyklus.

Um **allergische** Reaktionen zu mildern, kann OPC als natürliches nebenwirkungsfreies Anti-Histamin eingesetzt werden.

OPC kann die Blut-Hirn-Schranke passieren und reguliert dann die Neurotransmitter, sowie die Hormone. Das erklärt den Einsatz bei Beschwerden wie **ADS** (Aufmerksamkeits-Defizitstörung). Gleichzeitig entfaltet es dort auch seine antioxidative Wirkung und schützt Nerven und Hirngewebe vor oxidativen Angriffen, verbessert die mentale Aufmerksamkeit und verringert das Risiko für **Demenzerkrankungen**.

OPC reduziert chronische **Venenschwäche** und geschwollene schmerzhaft **Krampfadern**, und bringt **Ödeme** (Wasseransammlungen im Gewebe – etwas nach Operationen oder Verletzungen) schneller zum Verschwinden.

In-Vitro-Studien haben ergeben, dass OPC das Tumorwachstum hemmen kann und als Begleittherapie parallel zur Chemotherapie deren Nebenwirkungen begrenzen kann.

**OPC UND Vitamine** wirken **synergistisch**. D.h. sie verstärken einander in ihrer antioxidativen Fähigkeit. Mit vitaminreicher Kost, kann also die schützende Wirkung des OPC noch um ein Vielfaches erhöht werden. Zu beachten ist also, dass OPC nicht als isolierter Stoff eingenommen werden sollte, sondern in Form von Traubenkernextrakt und zusammen **MIT Acerola-Fruchtpulver** (Vitamin C).

#### Hinweis:

Wer auf Trauben oder Rotwein **allergisch** ist oder nicht verträgt, sollte Traubenkernextrakt nicht verwenden.

Zu vermeiden ist auch die gemeinsame Einnahme mit Blutverdünnungsmitteln.

*Die Informationen hier können nicht den Besuch beim Arzt ersetzen.  
Ziehe bei ernsthaften oder unklaren Beschwerden unbedingt deinen  
Arzt oder Apotheker zu Rate!*