

Organischer Schwefel (MSM)

und seine Bedeutung für unsere Gesundheit

Was ist MSM und wo kommt es vor?



Organischer Schwefel, bekannt als Methylsulfonylmethan (MSM), macht neben Wasser und Natrium den größten Teil unseres Körpers aus. Gleichwohl gehört er zu den vergleichsweise wenig erforschten Naturstoffen. MSM ist ein wichtiger Metabolit von Dimethylsulfoxid (DMSO), ein Zwischenprodukt des Zellstoffwechsels des DMSO, dessen biochemische Eigenschaften und biologische Anwendungsbereiche in über 50.000 Studien bereits untersucht wurden. Zahlreiche Analysen belegen, dass circa 15 Prozent des aufgenommenen DMSO durch die Verbindung mit einem einzelnen Sauerstoffmolekül im Körper in MSM umgewandelt werden. Es wird daher vermutet, dass die weitreichenden positiven Eigenschaften von DMSO zum großen Teil auf MSM zurückzuführen sind, da es in der Wirkung zuhauf Übereinstimmungen gibt.

Wir nehmen organischen Schwefel über rohe, frische und vitalstoffreiche Nahrung zu uns, überwiegend durch Milch, Fleisch, Fisch Meeresfrüchten, Obst und Gemüse, Tomaten, Kaffee und Tee. Bei jeder Form der Weiterverarbeitung, (z. B. beim Erhitzen, Pasteurisieren oder Kochen) wird dieser Schwefel zerstört. Weil die meisten Menschen der Industrienationen wenig bis keine rohen Lebensmittel verzehren und der konventionelle Ackerbau das MSM-Quantum der Naturalien zusätzlich reduziert, herrscht in den entwickelten Ländern ein merklicher Schwefelmangel.

Aus diesem Grund wird organischer Schwefel als Nahrungsergänzung zum Erhalt und zur Förderung der Gesundheit immer wichtiger. Wir haben es hier mit einem wasser- und fettlöslichen Mineral zu tun, das ganz und gar natürlich und nicht giftiger als Wasser ist.

MSM unterstützt:

- die Immunabwehr
- den Stoffwechsel sowie Zellstoffwechsel
- den Organismus zur Herstellung von Kollagen und Proteine, welche für den Muskelaufbau und die Bindegewebsstrukturen erforderlich sind, wie z.B. Sehnen, Bänder, Kapseln, Band- und Meniskusscheiben
- den Eiweißstoffwechsel, der, der Bildung von Hormonen (z. B. dem wichtigen Insulin) und Enzymen dient
- die Bildung schwefelhaltiger Aminosäuren, die für die Synthese von Glutathion benötigt wird, dem stärksten körpereigenen Antioxidanz und somit dem wichtigsten Schutz vor freien Radikalen, die die Zellen bis auf die Ebene der DNA schädigen können.
- die Durchlässigkeit und Flexibilität der Zellmembran, was die Nährstoffaufnahme und den Abtransport von Säuren, den Stoffwechselendprodukten des Zellstoffwechsels, optimiert.
- die Herstellung bestimmter Gewebshormone, den sog. Prostaglandinen, die ihrerseits allergische und entzündliche Prozesse lenken sowie Blutdruck und Blutzucker im Körper steuern.

- die Wirkung vieler Vitamine und Mineralien und erleichtert deren Aufnahme in die Zellen.
- die Erweiterung der Blutgefäße und beschleunigt somit die Wundheilung und Regeneration geschädigten Gewebes.
- Entzündungsprozesse
- bei Kopfschmerzen/Migräne
- bei Schmerzen, Verletzungen oder Schwellung im Muskel- und Bewegungsapparat
- bei verkraupfter und verhärteter Muskulatur
- die Regeneration geschädigtem Gewebe und reduziert Narbenbildungen
- bei Arthritis
- bei Allergien
- bei Autoimmunerkrankungen
- bei Magen-, Darm- und Hautproblemen
- bei oxidativem Stress
- eine rege Darmtätigkeit
- bei Entgiftungskuren

MSM Einnahme -Empfehlung:

Verzehren Sie täglich einen Messlöffel Pulver in ausreichend Flüssigkeit eingerührt. Ein gestrichener Messlöffel (innen liegend) entspricht 2 g MSM-Pulver. Bei Bedarf kann die Dosis auf 6 g/Tag erhöht werden (3 x 2 g). MSM kann gut mit Wasser, Apfel- oder Orangensaft gemischt werden (leicht bitterer Geschmack).

Um optimal wirken zu können, muss MSM täglich und über einen längeren Zeitraum eingenommen werden. Die Gefahr der Überdosierung existiert nicht, weil es sich um eine natürliche körpereigene Substanz handelt, bei der jeglicher Überschuss über den Urin oder Stuhl ausgeschieden wird. Selbst bei hohen Dosierungen haben sich keine allergischen oder toxischen Reaktionen gezeigt. MSM ist sicher und nebenwirkungsfrei und verträgt sich bedenkenlos bei gleichzeitiger Einnahme von Medikamenten.

Cellavita hat dieses Produkt nach der Kinesiologie-Methode des Neurobiologen Dr. med. Dietrich Klinghardt (MS, PHD) ausgewählt. Jede Charge wird nach dieser Methode neu überprüft. Beachten Sie, dass bei diesem Produkt - je nach Ursprungsqualität – große Preisunterschiede möglich sind. Unser Bemühen gilt einer besten Qualität.