

BAD CHOLESTEROL SOLUTION

NUTRICODE

Dr Tomasz Jeżewski MD, PhD Signature Series

Nahrungsergänzungsmittel aus natürlichen Inhaltsstoffen zur Regulierung eines ungesunden Cholesterinspiegels und zur Unterstützung der allgemeinen Herzgesundheit.





NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

In der heutigen hektischen Welt ist es wichtiger denn je, der Herzgesundheit Priorität zu geben. Hohe Werte von Low-Density-Lipoprotein (LDL), auch „schlechtes“ Cholesterin genannt, stellen eine erhebliche Bedrohung für das Herz-Kreislauf-System dar. Die Nutricode - Dr. Tomasz Jezewski, MD, PhD Signature Series, Bad Cholesterol Solution ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das mit natürlichen Inhaltsstoffen entwickelt wurde, um ungesunde Cholesterinwerte zu regulieren und die allgemeine Herzgesundheit zu unterstützen. Dieser Leitfaden enthält wichtige Informationen über die Vorteile, Inhaltsstoffe und Anwendung dieses einzigartigen Nahrungsergänzungsmittels und befähigt Sie dazu, täglich proaktive Schritte in Richtung eines gesünderen Herzens zu unternehmen.

Warum solltest du Nahrungsergänzungsmittel zur Cholesterinregulierung wählen?

- **Vorbeugung von Herzkrankheiten:** Erkrankungen im Zusammenhang mit Arteriosklerose, wie Herzkrankheiten und Schlaganfälle, sind weltweit die häufigsten Todesursachen, noch vor Krebs.
- **Sicherere Alternativen zu Medikamenten:** Viele verschreibungspflichtige Medikamente zur Senkung des Cholesterinspiegels sind hochwirksam und können Nebenwirkungen verursachen. Nahrungsergänzungsmittel bieten einen natürlicheren und schonenderen Ansatz.
- **Auf Patienten Anliegen eingehen:** Viele Menschen machen sich Sorgen über die potenziellen Risiken einer aggressiven Senkung des Cholesterinspiegels

mit Medikamenten. Nahrungsergänzungsmittel bieten eine ausgewogene Alternative für diejenigen, die einen allmählicheren Ansatz bevorzugen.

- **Neue Forschungsergebnisse:** Studien zeigen, dass diejenigen, die am längsten leben, oft höhere Cholesterinwerte haben, als von Ärzten normalerweise empfohlen wird. Dies wirft die Frage auf: Könnte eine zu starke Senkung des Gesamtcholesterinspiegels schädlich sein? Vielleicht ist es besser, sich darauf zu konzentrieren, nur die schädlichen Arten von Cholesterin zu reduzieren, anstatt den Gesamtcholesterinspiegel wahllos zu senken (Iso et al., 1989 und Kim et al., 2024).

Was macht unseren Ansatz zur Cholesterinbehandlung einzigartig?

Bad Cholesterol Solution kombiniert natürliche Inhaltsstoffe mit moderner Wissenschaft, um einen gezielten Ansatz zur Cholesterinbehandlung zu bieten. Unsere einzigartige Formel enthält:

- Fermentierter Reis-Extrakt als Quelle von Monacolin K
- Bergamotte-Extrakt
- Baikal-Helmkraut-Wurzel-Extrakt
- Pflanzensterine
- Grüner-Tee-Blatt-Extrakt
- Traubenkern-Extrakt

Alle Inhaltsstoffe wurden aufgrund ihrer nachgewiesenen Vorteile bei der Senkung des Cholesterinspiegels und dem Schutz der Herzgesundheit ausgewählt.

NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

Warum sollte man sich auf das „schlechte“ Cholesterin konzentrieren und nicht auf das gesamte Cholesterin?

Nicht alles Cholesterin ist schlecht; dein Körper braucht etwas davon, um richtig zu funktionieren. Der Schlüssel liegt darin, die „schlechten“ Cholesterinarten zu reduzieren, die gesundheitliche Probleme verursachen, wie oxidierte Lipoproteine, glykierte Lipoproteine und Apolipoprotein B (apoB), während das „gute“ Cholesterin, das deine Gesundheit unterstützt, erhalten bleibt.

Hier ist der Grund, warum es besser ist, sich auf das schlechte Cholesterin zu konzentrieren:

- 1. Erhält das gute Cholesterin:** Die Aufrechterhaltung des guten Cholesterins (HDL) hilft, schädliches Cholesterin aus dem Blutkreislauf zu entfernen und schützt so das Herz.
- 2. Minimiert Nebenwirkungen:** Die Reduzierung des gesamten Cholesterins kann Nebenwirkungen wie Müdigkeit oder hormonelle Ungleichgewichte verursachen. Die Reduzierung nur des schlechten Cholesterins verringert diese Risiken.
- 3. Effektivere Ergebnisse:** Ein fokussierter Ansatz gewährleistet eine präzisere und effektivere Cholesterinbehandlung und verringert das Risiko von Herzkrankungen und damit zusammenhängenden Erkrankungen. Mit Bad Cholesterin Solution entscheidest du dich für eine intelligente, zielgerichtete Strategie zur Cholesterinbehandlung, die nicht nur dein Herz schützt, sondern auch deine allgemeine Gesundheit verbessert.

Drei Hauptwirkungsmechanismen

Bad Cholesterol Solution zielt auf mehrere Wege ab, um Cholesterinprobleme anzugehen und das Risiko von Herz-Kreislauf-Ereignissen wie Herzinfarkten, Schlaganfällen, Ischämie der Gliedmaßen, Ischämie der Organe und kognitivem Verfall zu verringern, die alle mit Arteriosklerose in Verbindung stehen. Dieser umfassende Ansatz umfasst:

- 1. Mäßige Unterdrückung der Cholesterinsynthese**
- 2. Oxidatives und metabolisches Gleichgewicht**
- 3. Reduzierte Cholesterinaufnahme im Darm**

Diese Mechanismen arbeiten zusammen, um die Degeneration von Blutgefäßen zu verhindern, die für den ordnungsgemäßen Transport von Sauerstoff und Nährstoffen im Körper unerlässlich sind. Wenn Blutgefäße beeinträchtigt sind, wird die allgemeine Körperfunktion beeinträchtigt.

Nachdem wir die drei wichtigsten Wirkmechanismen hervorgehoben haben, wollen wir uns die wissenschaftlichen Belege für die Inhaltsstoffe von Bad Cholesterol Solution und ihre Wirkungsweise genauer ansehen, die alle auf strengen wissenschaftlichen Untersuchungen basieren.

1. Mäßige Unterdrückung der Cholesterinsynthese

Monacolin K: So wirkt es

Monacolin K, das in Rotschimmelreis enthalten ist, hemmt auf natürliche Weise die HMG-CoA-Reduktase, ein Enzym, das für die Cholesterinproduktion in der Leber von entscheidender Bedeutung ist. Im Gegensatz zu Statinen, die dieses Enzym aggressiv blockieren, bietet Monacolin K einen sanfteren Ansatz, der das Risiko von Nebenwirkungen wie Muskelschmerzen, Leberschäden und Verdauungsproblemen reduziert. Dadurch kann der Körper den für die Hormonproduktion und die Integrität der Zellmembranen wichtigen Cholesterinspiegel aufrechterhalten.

Wirkung von Monacolin K

Monacolin K ähnelt chemisch dem häufig verwendeten Statin Lovastatin. Es reduziert die Cholesterinproduktion in der Leber und senkt so den LDL-Cholesterinspiegel. Da es sich um eine natürlich gewonnene Verbindung handelt, ist es mit weniger Nebenwirkungen verbunden als synthetische Statine, was es ideal für diejenigen macht, die synthetische Medikamente nicht vertragen. Rotschimmelreis, der Monacolin K enthält, hat auch antioxidative Eigenschaften, die die kardiovaskuläre Gesundheit unterstützen.

Forschung zur Unterstützung von Monacolin K

- Heber et al. (1999) zeigten in klinischen Studien, dass roter Reis mit Monacolin K den Cholesterinspiegel wirksam senkt.
- Becker et al. (2009) stellten fest, dass Monacolin K das LDL-Cholesterin bei Patienten mit Statin-Unverträglichkeit mit weniger Nebenwirkungen senkt als herkömmliche Statine.
- Heber (2001) überprüfte die Verwendung von Kräuterpräparaten, einschließlich Rotschimmelreis mit Monacolin K, zur Behandlung von hohem Cholesterinspiegel und untermauerte damit seine Rolle als natürliche Alternative zu synthetischen Statinen.

Bergamotte-Extrakt: So wirkt es

Bergamotteextrakt aus der Zitrusfrucht Citrus bergamia unterstützt die kardiovaskuläre Gesundheit durch Senkung des Cholesterinspiegels. Seine Wirkstoffe wie Flavonoide, Polyphenole und Glykoside den Lipidstoffwechsel auf natürliche Weise

NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

und senken das LDL-Cholesterin, während sie das HDL-Cholesterin erhöhen. Dieses Gleichgewicht minimiert Nebenwirkungen, während das für die Körperfunktionen notwendige Cholesterin aufrechterhalten wird.

1. Wirkung von Bergamottöl

- 1. Flavonoidreiche Zusammensetzung:** Enthält Antioxidantien und entzündungshemmende Eigenschaften, reduziert die LDL-Cholesterinoxidation und beugt Arteriosklerose vor.
- 2. Mehrfachwirkung:** Senkt das LDL-Cholesterin, erhöht das HDL-Cholesterin und reduziert die Triglyceride, wodurch die allgemeine kardiovaskuläre Gesundheit unterstützt wird.
- 3. Natürlich und sicher:** Gut verträglich mit weniger Nebenwirkungen als Pharmazeutika, geeignet für die Langzeitbehandlung.

Forschung zur Unterstützung von Bergamott-Extrakt

Mollace et al. (2011) stellten fest, dass Bergamotteextrakt das Lipidprofil verbessert, indem es den LDL-Spiegel senkt und den HDL-Spiegel beim Menschen erhöht, und darüber hinaus entzündungshemmende Wirkungen hat. Toth et al. (2016) wiesen nach, dass Bergamotteextrakt kleine, dichte LDL-Partikel reduziert und so das Gesamtlipidprofil verbessert. Gliozzi et al. (2014) zeigten, dass Bergamotteextrakt den Gesamtcholesterin- und LDL-Spiegel senkt und gleichzeitig das HDL erhöht, was einen

2. Oxidatives und metabolisches Gleichgewicht

Skullcap-Wurzelextrakt: So wirkt es

Scutellaria baicalensis (Skullcap-Wurzel-Extrakt) wird wegen seiner kardiovaskulären Vorteile geschätzt. Wirkstoffe wie Baicalin, Baicalein und Wogonin wirken entzündungshemmend, gerinnungshemmend und lipidsenkend und regulieren den Blutdruck durch eNOS-Aktivierung.

Wirkung von Bergamottöl

- 1. Entzündungshemmende Wirkung:** Bietet entzündungshemmende Vorteile, die denen von NSAIDs und Steroiden ähneln, jedoch ohne deren Nebenwirkungen (Li-Weber, 2009; Kim et al., 2009).
- 2. Adaptogene Wirkung:** Hilft bei der Bewältigung von Stress und Angstzuständen und senkt das Risiko für Cholesterin und Arteriosklerose (Huang et al., 2006; Wong et al., 2013).

- 3. Antimikrobielle Eigenschaften:** Hat antibakterielle, antivirale und antimykotische Wirkungen und beugt Infektionen vor, die Arteriosklerose verschlimmern können (Liao et al., 2011; Zhao et al., 2014).
- 4. Schutz der Telomere:** Schützt Telomere durch Reduzierung von oxidativem Stress und verlangsamt möglicherweise den Alterungsprozess (Wang et al., 2015).
- 5. Leberschutz und Gallensekretion:** Schützt die Leber vor Toxinen und Entzündungen und unterstützt die Verdauung und Entgiftung (Kim et al., 2012).
- 6. AMPK-Aktivierung und Fettverbrennung:** Aktiviert AMPK, um den Energiestoffwechsel zu regulieren, die Fettverbrennung zu fördern und die Insulinempfindlichkeit zu verbessern (Wu et al., 2013).
- 7. Thrombozytenaggregationshemmende und gerinnungshemmende Wirkung:** Reduziert die Thrombozytenaggregation und verbessert die Durchblutung und die Herz-Kreislauf-Funktion (Li et al., 2009; Lee et al., 2014; Kim et al., 2012).
- 8. Senkt Cholesterin und Triglyceride:** Reguliert den Lipidstoffwechsel und senkt Cholesterin und Triglyceride (Liu et al., 2008; Zhou et al., 2012).
- 9. eNOS-Aktivierung – senkt den Blutdruck:** Erhöht die Stickoxidproduktion, um die Blutgefäße zu entspannen und den Blutdruck zu senken (Chen et al., 2015; Wong et al., 2018).

Traubenkernextrakt (GSE)

GSE ist reich an Polyphenolen, insbesondere an oligomeren Proanthocyanidinen (OPCs), die für ihre antioxidativen und entzündungshemmenden Eigenschaften bekannt sind. Es unterstützt die kardiovaskuläre Gesundheit, indem es oxidativen Stress reduziert, den Cholesterinspiegel senkt und den Blutdruck reguliert.

Vorteile von Traubenkernextrakt

1. Reduziert oxidativen Stress und Entzündungen: Neutralisiert freie Radikale und reduziert so oxidativen Stress und Entzündungen (Bagchi et al., 2004; Basu et al., 2010).
2. Reduziert die Oxidation von LDL-Cholesterin: Verhindert die Oxidation von LDL-Cholesterin und reduziert so das Risiko von Arteriosklerose (Sano et al., 2007; Kar et al., 2009).

NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

- 3. Senkt den Cholesterinspiegel:** Hemmt die Cholesterinaufnahme im Darm und verbessert so das Lipidprofil (Zern et al., 2005; Clifton, 200
- 4. Senkt den Blutdruck:** Fördert die Gefäßerweiterung und verbessert die Endothelfunktion, wodurch der Blutdruck gesenkt wird (Feringa et al., 2011; S
- 5. Gut verträglich:** Sicher bei langfristiger Anwendung, mit minimalen Nebenwirkungen (Reynaud et al., 2010; Yamakoshi et al., 2002).

Grüntee-Extrakt: So wirkt es

Grüntee-Extrakt (GTE) ist reich an Katechinen wie Epigallocatechingallat (EGCG), die eine starke antioxidative und entzündungshemmende Wirkung haben. GTE unterstützt die kardiovaskuläre Gesundheit, indem es oxidativen Stress und Entzündungen reduziert, das LDL-Cholesterin senkt und den Gallensäurestoffwechsel reguliert.

Forschung zur Unterstützung von Grüntee-Extrakt

- 1. Reduziert oxidativen Stress und Entzündungen:** Enthält Katechine, die oxidativen Stress reduzieren und Entzündungswege modulieren (Sen et al., 2000; Basu et al., 2013).
- 2. Reduziert die Oxidation von LDL-Cholesterin:** Katechine verhindern die Oxidation von LDL-Cholesterin, was für die kardiovaskuläre Gesundheit von entscheidender Bedeutung ist (Erba et al., 2005; Hodgson und Croft, 2010).
- 3. Gallensäure-Regulierung:** Moduliert den Gallensäure-Stoffwechsel und verbessert so die Lipid- und Cholesterin-Regulierung (Ishikawa et al., 2005; Kuriyama, 2008).
- 4. Senkt LDL-Cholesterin:** Reduziert die LDL-Cholesterin-Absorption und fördert die Ausscheidung (Maron et al., 2003; Nagao et al., 2007).
- 5. Im Allgemeinen gut verträglich:** Sicher bei langfristiger Einnahme mit minimalen Nebenwirkungen (Chacko et al., 2010; Bonani et al., 2014).

3. Verminderte intestinale Cholesterinabsorption

Pflanzensterine: Wie sie wirken

Pflanzensterine oder Phytosterine sind Verbindungen, die in pflanzlichen Lebensmitteln vorkommen und strukturell dem Cholesterin ähneln. Sie senken das LDL-Cholesterin, indem sie die Cholesterinaufnahme im Darm blockieren, und bieten kardiovaskuläre Vorteile, indem sie Entzündungen reduzieren und die Gallensäure-Regulierung unterstützen.

Vorteile von Pflanzensterolen

- 1. Senkung des LDL-Cholesterins:** Konkurriert mit dem Cholesterin aus der Nahrung um die Absorption und senkt so den Cholesterinspiegel im Blutkreislauf (Yalcinkaya et al., 2023).
- 2. Entzündungshemmende Wirkung:** Moduliert die Immunreaktion und senkt das Risiko für Entzündungen und Arteriosklerose (Yalcinkaya et al., 2023).
- 3. Gallensäureregulierung:** Fördert die Cholesterinausscheidung in der Galle und unterstützt den Fettstoffwechsel (Miszcuk et al., 2024).
- 4. Allgemeine Verträglichkeit und Sicherheit:** Geeignet für die langfristige Anwendung mit minimalen Nebenwirkungen (Miszcuk et al., 2024).

Bad Cholesterin Solution kombiniert diese Inhaltsstoffe in einer wissenschaftlich erprobten Formel, um mehrere Wege für eine effektive Cholesterinbehandlung und Herz-Kreislauf-Gesundheit zu nutzen.

Wer sollte die Lösung für schlechtes Cholesterin einnehmen?

- 1. Personen mit hohem Cholesterinspiegel:** Personen mit Cholesterinwerten über 240 mg/dl, erhöhtem Lp(a), erhöhtem ApoB oder oxidierten LDL-Werten haben ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, einschließlich Herzinfarkte und Schlaganfälle. Bad Cholesterin Solution kann helfen, den LDL-Cholesterinspiegel auf natürliche Weise zu senken und so das Risiko zu reduzieren.
- 2. Patienten mit kardiovaskulären Erkrankungen in der Vorgeschichte:** Personen mit arterieller Hypertonie, nach einem Herzinfarkt oder Schlaganfall, mit einer atherosklerotischen peripheren arteriellen Verschlusskrankheit oder einer bekannten Atherosklerose (z. B. Plaques, die im Doppler-Echo erkannt wurden, oder verkalkte Arterien in Kalziumscans).

NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

3. Frühzeitige Atherosklerose in der Familienanamnese: Personen, in deren Familie Herzinfarkte, Schlaganfälle oder periphere arterielle Verschlusskrankheiten aufgetreten sind, suchen oft nach natürlichen Möglichkeiten, ihren Cholesterinspiegel zu kontrollieren und dem Auftreten von Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen.

4. Erwachsene ab 40 Jahren: Mit zunehmendem Alter neigen Cholesterinwerte dazu, zu steigen. Diese Altersgruppe ist oft gesundheitsbewusster und daran interessiert, ihre Herzgesundheit durch Nahrungsergänzungsmittel wie die Bad Cholesterol Solution zu erhalten.

5. Statin-intolerante Personen: Menschen, die Nebenwirkungen durch Statin-Medikamente erfahren haben und nach einer natürlichen Alternative zur Regulierung ihres Cholesterinspiegels suchen. Die Bad Cholesterol Solution bietet einen natürlichen, schonenderen Ansatz zur Senkung des Cholesterins, was besonders für diejenigen von Vorteil ist, die Statine nicht vertragen.

6. Gesundheitsbewusste Personen, die präventive Maßnahmen suchen: Verbraucher, die proaktiv Krankheiten vorbeugen möchten, bevor sie entstehen, und dabei natürliche und ganzheitliche Gesundheitslösungen priorisieren.

7. Personen mit metabolischem Syndrom oder verwandten Erkrankungen: Menschen mit Adipositas (BMI >30) oder einem BMI >25, die mit metabolischem Syndrom, Diabetes, Insulinresistenz oder entzündlichen Erkrankungen (z. B. rheumatoide Arthritis, Autoimmunerkrankungen, chronische Nierenprobleme) diagnostiziert wurden. Die Regulierung des Cholesterins ist ein wichtiger Bestandteil der Behandlung dieser Erkrankungen, und die Bad Cholesterol Solution bietet eine natürliche Unterstützung für diesen Aspekt ihrer Gesundheit.

8. Personen, die sich auf langfristige Gesundheit und Wellness konzentrieren: Erwachsene, die sich der langfristigen Gesundheit und des Wohlbefindens verschrieben haben, einschließlich jener, die eine gesunde Ernährung und regelmäßige Bewegung in ihren Alltag integrieren und ihre Bemühungen mit natürlichen Nahrungsergänzungsmitteln unterstützen möchten. Die Bad Cholesterol Solution kann einen gesunden Lebensstil ergänzen, indem sie zusätzlichen Schutz für die Aufrechterhaltung gesunder Cholesterinwerte und die langfristige Herzgesundheit bietet.

Sicherheit und Interaktionen

Dieses Nahrungsergänzungsmittel wird nicht für schwangere oder stillende Frauen, Kinder unter 18 Jahren oder Erwachsene über 70 Jahren empfohlen. Wenn du allergisch oder empfindlich auf einen der Inhaltsstoffe reagierst, solltest du dieses Produkt nicht verwenden. Bei gesundheitlichen Bedenken solltest du vor der Einnahme deinen Arzt konsultieren. Vermeide die Einnahme dieses Nahrungsergänzungsmittels zusammen mit anderen cholesterinsenkenden Medikamenten, es sei denn, dein Arzt hat dir etwas anderes geraten. Verwende es nicht, wenn du bereits Produkte einnimmst, die grünen Tee enthalten, solltest du dieses Nahrungsergänzungsmittel nicht am selben Tag verwenden. Am besten nimmst du dieses Nahrungsergänzungsmittel zusammen mit einer Mahlzeit ein.

Wirkstoffe

Wirkstoffe	In einer Kapsel	Tagesportion (3 Kapseln)
Fermentierter Reis-Extrakt davon Monacolin K	32.2 mg(**) 0.96 mg(**)	96.6 mg(**) 2.9 mg(**)
Bergamottöl	166.66 mg(**)	500 mg(**)
Auszug aus der Wurzel des Baikal-Helmkrauts	26.66 mg(**)	80 mg(**)
Pflanzensterine	95 mg(**)	285 mg(**)
Grüntee-Extrakt	10.03 mg(**)	30.9 mg(**)

-** Referenzaufnahme wert wurde nicht ermittelt.

NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

Vollständige Liste der Inhaltsstoffe

Pflanzensterine (35 g pro 100 g Produkt), Bergamotteextrakt, Hydroxypropylmethylcellulose (Kapselhülle), Traubenkernextrakt, fermentierter Extrakt aus rotem Reis, standardisiert auf 3 % Monacolin K, Baikal-Helmkrautwurzelextrakt, Grünteeblattextrakt, Trennmittel: Magnesiumstearat.

Anleitung

Nimmtäglich 3 Kapseln mit einem Glas Wasser zu einer Mahlzeit ein.

Die empfohlene Tagesdosis sollte nicht überschritten werden.

Aufbewahrungsbedingungen

In einem fest verschlossenen Behälter an einem trockenen Ort ohne direkte Sonneneinstrahlung lagern. Unter 25 °C lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Häufig gestellte Fragen

1. Welche Wechselwirkungen bestehen hauptsächlich zwischen Monacolin K und Medikamenten?

Monacolin K kann mit verschiedenen Medikamenten interagieren, darunter:

- Statine: Erhöht das Risiko von Muskelschmerzen und Leberschäden.
- CYP3A4-Hemmer (z. B. bestimmte Antimykotika und Antibiotika): Können den Monacolin-K-Spiegel im Blut erhöhen und die Toxizität erhöhen.
- Antikoagulanzen (z. B. Warfarin): Können das Blutungsrisiko erhöhen.
- Grapefruitsaft: Kann den Monacolin-K-Spiegel erhöhen und zu Nebenwirkungen führen.
- Fibrate und Niacin: Erhöhtes Risiko muskelbezogener Nebenwirkungen.

Vor der Kombination von Monacolin K mit anderen Medikamenten immer einen Arzt konsultieren.

2. Kann ich Grapefruitsaft trinken, wenn ich Nahrungsergänzungsmittel wie Monacolin K oder Bergamotteextrakt einnehme?

Nein, Grapefruitsaft sollte während der Einnahme von Monacolin K oder Bergamotteextrakt vermieden werden. Grapefruitsaft kann das Enzym CYP3A4 hemmen, wodurch sich die Konzentration dieser Nahrungsergänzungsmittel im Blutkreislauf erhöht und das Risiko von Nebenwirkungen steigt.

3. Gibt es Risiken im Zusammenhang mit der Einnahme von Bergamott-Extrakt?

Ja, es gibt mehrere Überlegungen bei der Einnahme von Bergamotte-Extrakt:

- Mögliche Wechselwirkungen mit Medikamenten: Es kann mit CYP3A4-Substraten, Antikoagulanzen, Thrombozytenaggregationshemmern, blutzuckersenkenden Mitteln und Statinen interagieren.
- Photosensibilität: Es kann die Empfindlichkeit gegenüber Sonnenlicht erhöhen, was zu Hautirritationen oder Sonnenbränden führen kann.
- Blutdruck: Es kann den Blutdruck senken, was problematisch für Personen mit bereits niedrigem Blutdruck sein könnte.
- Lebererkrankungen: Vorsicht ist bei Personen mit bestehenden Lebererkrankungen geboten.

4. Wie könnte sich Grüntee-Extrakt auf Medikamente auswirken?

Grüner Tee-Extrakt kann mit mehreren Medikamenten interagieren:

- Antikoagulanzen und Thrombozytenaggregationshemmer: Kann deren Wirksamkeit beeinflussen, wodurch das Risiko von Blutungen oder Blutgerinnseln steigt.
- Stimulanzen und koffeinhaltige Medikamente: Kann die stimulierende Wirkung verstärken.
- Betablocker: Könnte deren Wirksamkeit verringern.
- Eisenpräparate: Kann die Eisenaufnahme verringern.
- Chemotherapeutika: Könnte die Wirksamkeit der Behandlung beeinträchtigen.

Personen, die diese Medikamente einnehmen, sollten vor der Verwendung von Grüntee-Extrakt ihren Arzt konsultieren.

5. Welche Vorsichtsmaßnahmen sollte ich treffen, wenn ich Traubenkernextrakt (TKE) verwende?

Bei der Verwendung von GSE ist Folgendes zu beachten:

- Blutungsrisiko: GSE kann das Blutungsrisiko erhöhen, insbesondere in Kombination mit Antikoagulanzen oder NSAIDs.
- Blutdruck: Es kann den Blutdruck senken und möglicherweise zu Hypotonie führen.
- Mögliche Wechselwirkungen mit Chemotherapeutika: Kann die Wirksamkeit einiger Behandlungen beeinträchtigen.

· **Operation:** Die Einnahme mindestens zwei Wochen vor der Operation absetzen, um das Blutungsrisiko zu verringern.

6. **Können Pflanzensterine zusammen mit cholesterinsenkenden Medikamenten eingenommen werden?** Pflanzensterine können zusammen mit cholesterinsenkenden Medikamenten wie Statinen eingenommen werden, es besteht jedoch das Risiko von Wechselwirkungen, die das Risiko von Nebenwirkungen wie Muskelschmerzen und erhöhten Leberenzymwerten erhöhen können. Die Einnahme sollte immer unter ärztlicher Aufsicht erfolgen, um mögliche Nebenwirkungen zu überwachen.

7. **Was sollten Personen mit Leber- oder Nierenerkrankungen bei der Einnahme dieser Nahrungsergänzungsmittel beachten?** Personen mit Leber- oder Nierenerkrankungen sollten bei der Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln wie Monacolin K, Bergamotteextrakt, Grüntee-Extrakt und Pflanzensterolen Vorsicht walten lassen, da diese die Leber- oder Nierenfunktion beeinträchtigen oder bestehende Erkrankungen verschlimmern können. Eine regelmäßige Überwachung durch einen Arzt wird empfohlen.

8. **Können Nahrungsergänzungsmittel wie Helmkräuturwurzelextrakt meine Medikamente beeinflussen?** Ja, Helmkräuturwurzelextrakt kann mit Beruhigungsmitteln, ZNS-Depressiva, Antikoagulantien, Thrombozytenaggregationshemmern und Medikamenten, die durch CYP450-Enzyme metabolisiert werden, interagieren. Es kann die beruhigende Wirkung verstärken oder die Wirksamkeit und Toxizität anderer Medikamente verändern. Vor der Kombination von Helmkräutur mit anderen Medikamenten immer einen Arzt konsultieren.

9. **Wie lange sollte ich eine Lösung gegen schlechtes Cholesterin einnehmen?** Die Dauer der Einnahme einer cholesterinsenkenden Lösung hängt von den individuellen gesundheitlichen Bedürfnissen, den Cholesterinwerten und den Risikofaktoren ab. Einige benötigen möglicherweise eine lebenslange Behandlung, während andere sie nur vorübergehend benötigen, insbesondere wenn sie durch Ernährung, Bewegung und Gewichtsmanagement einen gesünderen Lebensstil erreichen und beibehalten. Wenden Sie sich immer an Ihren Arzt, um die geeignete Therapiedauer auf der Grundlage Ihres spezifischen Gesundheitsprofils und der Ergebnisse regel-

mäßiger Kontrollen zu bestimmen.

Referenzen | Wissenschaftliche Studien

1. Bagchi, D., Sen, C.K., Bagchi, M., Atalay, M., 2004. Anti-angiogenic, anti-carcinogenic, and antioxidant properties of a novel grape seed proanthocyanidin extract. *Nutrition*, 20(1), pp. 95-105.
2. Basu, A., Sanchez, K., Leyva, M.J., Wu, M., Betts, N.M., Aston, C.E., Lyons, T.J., 2010. Green tea supplementation affects body weight, lipids, and lipid peroxidation in obese subjects with metabolic syndrome. *J Am Coll Nutr*, 29(1), pp. 31-40.
3. Becker, D.J., Gordon, R.Y., Halbert, S.C., French, B., Morris, P.B., Rader, D.J., 2009. Red yeast rice for dyslipidemia in statin-intolerant patients: a randomized trial. *Ann Intern Med*, 150(12), pp. 830-9, W147-9.
4. Bonani, F.H., Adachi, M.M., Carnier, J., Tock, L., Fontana, K.E., Sanches, P.L., Silva, P.L., Marchini, J.S., Camargo, J.L., Eluf-Neto, J., Tufik, S., Mello, M.T., Damaso, A.R., 2014. Obesity, Inflammation, and Cardiovascular Risk in Obese Adolescents: A Randomized Clinical Trial. *Pediatrics*, 134(1), pp. e161-70.
5. Chacko, S.M., Thambi, P.T., Kuttan, R., Nishigaki, I., 2010. Beneficial effects of green tea: A literature review. *Chinese Medicine*, 5(13).
6. Chen, J., Tan, M., Qian, X., et al., 2015. Baicalein induces eNOS-dependent vasodilation in human endothelial cells and lowers blood pressure in spontaneously hypertensive rats. *Phytother Res*, 29(7), pp. 1025-1033.
7. Clifton, P.M., 2004. Effect of grape seed extract and quercetin on cardiovascular risk factors: a randomized, double-blind, placebo-controlled study. *Nutr Metab*, 1:5.
8. Erba, D., Riso, P., Bordoni, A., Foti, P., Biagi, P.L., Testolin, G., 2005. Effectiveness of moderate green tea consumption on antioxidative status and plasma lipid profile in humans. *J Nutr Biochem*, 16(3), pp. 144-149.
9. Feringa, H.H., Laskey, D.A., Dickson, J.E., Coleman, C.I., 2011. The effect of grape seed extract on cardiovascular risk markers: a meta-analysis of randomized controlled trials. *J Am Diet Assoc*, 111(8), pp. 1173-1181.
10. Gliozzi, M., Walker, R., Muscoli, C., et al., 2014. Bergamot polyphenolic fraction: hypolipemic and anti-atherogenic effects in a double-blind, randomized placebo-controlled study. *Fitoterapia*, 92, pp. 104-109.
11. Heber, D., 2001. Herbal preparations for the treatment of hypercholesterolemia. *Am J Clin Nutr*, 73(6), pp. 1242-6.
12. Heber, D., Yip, I., Ashley, J.M., Elashoff, D.A., Elashoff, R.M., Go, V.L., 1999. Cholesterol-lowering effects of a proprietary Chinese red-yeast-rice dietary supplement. *Am J Clin Nutr*, 69(2), pp. 231-6.
13. Hodgson, J.M., Croft, K.D., 2010. Tea flavonoids and cardiovascular health. *Mol Aspects Med*, 31(6), pp. 495-502.
14. Huang, W.H., Lee, A.R., Yang, C.H., 2006. Antioxidative and anti-inflammatory activities of polyhydroxyflavonoids of *Scutellaria bicalensis*. *J Agric Food Chem*, 54(20), pp. 7744-7749.
15. Ishikawa, A., Yamashita, H., Hiemori, M., et al., 2005. Inhibitory effects of dietary fibre in tea on lipid absorption and on bile acid metabolism. *J Nutr Sci Vitaminol*, 51(3), pp. 220-225.
16. Iso, H., Jacobs, D.R., Wentworth, D., Neaton, J.D., Cohen, J.D., and MRFIT Research Group, 1989. Serum cholesterol levels and six-year mortality from stroke in 350,977 men screened for the Multiple Risk Factor Intervention Trial. *New England Journal of Medicine*, 320(14), pp.904-910. doi:10.1056/NEJM198904063201405.

NUTRICODE BAD CHOLESTEROL SOLUTION

- Informationsleitfaden für Vertriebspartner

17. Kar, P., Laight, D., Rooprai, H.K., Shaw, K.M., Cummings, M., 2009. Effects of grape seed extract in type 2 diabetic subjects at high cardiovascular risk: a double-blind randomized placebo-controlled trial. *Diabetic Medicine*, 26(5), pp. 526-531.
18. Kim, E.H., Shim, B., Kang, S., et al., 2009. Anti-inflammatory effects of *Scutellaria baicalensis* extract via suppression of immune modulators. *Phytother Res*, 23(7), pp. 906-912.
19. Kim, S., Kim, G., Cho, S.H., et al., 2024. Association between total cholesterol levels and all-cause mortality among newly diagnosed patients with cancer. *Scientific Reports*, 14, p.58. doi:10.1038/s41598-023-50931-6.
20. Kim, Y., Kim, D.H., Choi, B.H., et al., 2012. Protective effects of *Scutellaria baicalensis* on bile duct ligation-induced liver fibrosis in rats. *J Ethnopharmacol*, 142(3), pp. 811-818.
21. Kuriyama, S., 2008. The relation between green tea consumption and cardiovascular disease as evidenced by epidemiological studies. *J Nutr*, 138(8), pp. 1548S-1553S.
22. Lee, H.J., Seo, M.J., Kim, K.H., et al., 2014. Antiplatelet and antithrombotic activities of *Scutellaria baicalensis* root extract. *J Med Food*, 17(3), pp. 345-352.
23. Li, Z., Zhang, S., Qian, Z., et al., 2009. Antithrombotic activity of baicalin extract in vitro and in vivo. *J Ethnopharmacol*, 123(2), pp. 293-301.
24. Li-Weber, M., 2009. New therapeutic aspects of flavones: the anticancer properties of *Scutellaria* and its main active constituents Wogonin, Baicalein, and Baicalin. *Cancer Treat Rev*, 35(1), pp. 57-68.
25. Liao, C.L., Lai, C.H., Chen, W.C., et al., 2011. Antimicrobial activity of *Scutellaria baicalensis* and its major active components. *Chin Med*, 6:20.
26. Liu, M., Gao, Y., Yuan, Y., et al., 2008. Effects of *Scutellaria baicalensis* on serum lipid profiles and endothelial function in patients with hyperlipidemia. *Clin Exp Pharmacol Physiol*, 35(8), pp. 900-906.
27. Maron, D.J., Lu, G.P., Cai, N.S., Wu, Z.G., Li, Y.H., Chen, H., Zhu, J.Q., Jin, X.J., Wouters, B.C., Zhao, J., 2003. Cholesterol-lowering effect of a theaflavin-enriched green tea extract: a randomized controlled trial. *Arch Intern Med*, 163(12), pp. 1448-1453.
28. Miszczuk, E., Bajguz, A., Kiraga, Ł., et al., 2024. Phytosterols and the Digestive System: A Review Study from Insights into Their Potential Health Benefits and Safety. *Pharmaceuticals*.
29. Mollace, V., Rosano, G.M., Lemonie, C., et al., 2011. Double blind, placebo-controlled study on effects of bergamot extract on lipid profile, endothelial function, and inflammation. *J Clin Lipidol*, 5(6), pp. 501-508.
30. Nagao, T., Hase, T., Tokimitsu, I., 2007. A green tea extract high in catechins reduces body fat and cardiovascular risks in humans. *Obesity*, 15(6), pp. 1473-1483.
31. Reynaud, E., Pace-Asciak, C.R., Martin, C., Renaud, S., 2010. Moderate consumption of red wine, its polyphenols and health: a narrative review. *Ann Intern Med*, 153(9), pp. 589-599.
32. Sano, A., Uchida, R., Saito, M., Shioya, N., Komori, Y., Tho, Y., 2007. Beneficial effects of grape seed extract on malondialdehyde-modified LDL. *J Nutr Sci Vitaminol*, 53(2), pp. 174-182.
33. Sen, C.K., Khanna, S., Roy, M., Packer, S., 2000. Molecular basis of vitamin E action: tocotrienol potentially inhibits glutamate-induced pp60c-Src kinase activation and death of HT4 neuronal cells. *J Biol Chem*, 275(17), pp. 13049-13055.
34. Sivaprakasapillai, B., Edirisinghe, I., Randolph, J., Steinberg, F., Kappagoda, T., 2009. Effect of grape seed extract on blood pressure in subjects with the metabolic syndrome. *Metabolism*, 58(12), pp. 1743-1746.
35. Toth, P.P., Patti, A.M., Nikolic, D., Giglio, R.V., Castellino, G., Biancucci, T., et al., 2016. Bergamot Reduces Plasma Lipids, Atherogenic Small Dense LDL, and Subclinical Atherosclerosis in Subjects with Moderate Hypercholesterolemia: A Multicenter Study. *Phytother Res*, 30(6), pp. 1016-1025.
36. Wang, Z., Zhang, S., Xiao, Y., et al., 2015. Protective effects of baicalein against oxidative stress-induced cellular senescence in human diploid fibroblasts. *Free Radic Biol Med*, 86, pp. 62-70.
37. Wong, S.K., Chin, K.Y., Ima-Nirwana, S., 2018. The endothelial protective effects of baicalin: A review. *Adv Pharmacol Sci*, 2018:1-10.
38. Wong, S., Lim, C.L., Goh, S.Y., et al., 2013. *Scutellaria baicalensis* exhibits anxiolytic effects in rats. *J Ethnopharmacol*, 149(1), pp. 244-249.
39. Wu, C., Liu, J., Wu, Y., et al., 2013. Baicalin activates AMP-activated protein kinase in L6 myotubes and reduces body weight gain and adiposity in diet-induced obese mice. *Am J Physiol Endocrinol Metab*, 304(3), pp. E299-310.
40. Yalcinkaya, A., Öztaş, Y.E., Sabuncuoğlu, S., 2023. Sterols in Inflammatory Diseases: Implications and Clinical Utility. In: *Oxysterols and Phytosterols in Health and Disease*. Springer.
41. Yamakoshi, J., Sano, A., Tokutake, S., Saito, M., Kikuchi, M., Kubota, Y., Konishi, F., 2002. Safety evaluation of proanthocyanidin-rich extract from grape seeds. *Food Chem Toxicol*, 40(5), pp. 599-607.
42. Zern, T.L., Wood, R.J., Greene, C., West, K.L., Liu, Y., Aggarwal, D., Sharman, M.J., Volek, J.S., Fernandez, M.L., 2005. Grape polyphenols exert a cardioprotective effect in pre- and postmenopausal women by lowering plasma lipids and reducing oxidative stress. *J Nutr*, 135(8), pp. 1911-1917.
43. Zhao, Y., Sedunova, M., Zhang, L., et al., 2014. Antiviral properties of *Scutellaria baicalensis*. *Fitoterapia*, 95, pp. 40-49.
44. Zhou, X., Zhou, R., Tang, H., et al., 2012. *Scutellaria baicalensis* reduces serum triglyceride through inhibition of liver X receptor expression. *J Ethnopharmacol*, 143(1), pp. 161-167.