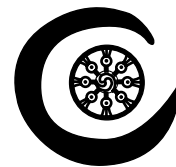


Curcuma longa

Infoblatt / Kräuter



Curcuma ist ein in Indien heiliges Gewürz und dort seit 5000 Jahren eine bewährte Heilpflanze.

Curcuma (*engl. turmeric*) gehört zur Pflanzenfamilie der Ingwergewächse (*Zingiberaceae*). Kurkuma ist wie der Ingwer eine schilfähnliche und mehrjährige Pflanze mit knollig-verdicktem Wurzelstock, dem Rhizom. Dieses ist fleischig und innen kräftig orange gefärbt.

Curcuma hat viele positive Heilwirkungen in der traditionellen Medizin. Curcuma stärkt das Immunsystem, stärkt den Darm, verbessert die Stoffwechsellistung und es gibt Hinweise dass es gegen Alzheimer wirkt. Eine besonders gut dokumentierte Wirkung hat es bei Krebserkrankungen.

Curcuma und Krebs

Curcuma zeigt in Labortests eine antikanzerogene und antimutagene Wirkung. Vorgestellt beim Krebs-Kongress im Mai 2006 in den USA als Naturheilmittel mit außerordentlicher Wirkung. Empfohlen von amerikanischen und europäischen Krebsgesellschaften

Tagesdosis bei Krebserkrankungen:

1000 – 1500 mg

- Hemmt Cyclin D1 = ein natürlicher Eiweißfaktor, der den Zellteilungszyklus stimuliert und damit ein wichtiger Regulator für das Zellwachstum ist

- Das Cyclin D1 ist erhöht bei Brustkrebs, Prostatakrebs, Speiseröhrenkrebs, CLL, Plasmazell-Lymphom und Dickdarmkrebs

- Reduziert ein Protein (*MMP9*), welches notwendig ist, damit die Krebszellen das Bindegewebe durchbrechen können um in die Blutgefäße zu gelangen

- Hemmt die Bildung von Adhäsionsmolekülen

- Reduziert damit die Metastasierung

- Erhöht den programmierten Zelltod (*Apoptose*) durch Cytochrom C

- Hemmt die Synthese des EGF (*Epithel Growth Faktor*), welches wachstumsfördernd wirkt

- Hemmt die Expression von HER 2

- **TCM:** Milz-Qi stärkend und Blut tonisierend; Wichtiges „*Krebskraut*“ in der Chinesischen Medizin

- **Achtung:** Curcuma sollte nicht in höheren Dosen während einer Chemotherapie eingesetzt werden, da es zu Wechselwirkungen mit dieser kommen kann.