

Granatapfel hilft gegen das Altern

Ein Wirkstoff, der in Granatapfel enthalten ist, kann einer Studie zufolge schon in geringen Mengen das Altern verlangsamen.

Wissenschaftler aus den Vereinigten Staaten verabreichten Mäusen mit der Nahrung den Wirkstoff Resveratrol, der in roten Trauben, aber auch im Granatapfel enthalten ist, wie es in einer veröffentlichten Untersuchung in der Online-Fachzeitschrift "PLoS" heißt. Sie stellten fest, dass schon eine niedrige Dosierung sich wie eine kalorienarme Kost auf den Körper auswirkt und gut für das Herz ist.

"Resveratrol ist in sehr viel schwächeren Dosen aktiv, als wir gedacht haben", erklärte der Genetiker Tomas Prolla von der Universität Madison im US-Bundesstaat Wisconsin. Schon ein Glas Wein am Tag schein deutlich dazu beizutragen, dass das Herz langsamer altere. Dies könnte erklären, weshalb es in Ländern, in denen regelmäßig Rotwein getrunken werde - wie in Frankreich und im südlichen Europa - weniger Herz-Kreislauf-Erkrankungen gebe.

Dass Resveratrol vorbeugend gegen verschiedene Krebsarten wirken kann, war schon in mehreren Studien belegt worden. Bisher gingen Wissenschaftler aber davon aus, dass dazu umgerechnet eine Flasche Rotwein am Tag getrunken werden müsste - deutlich mehr, als nach Einschätzung der Weltgesundheitsorganisation wegen des Alkoholgehalts angeraten ist.

Produktempfehlung: Forever Pomesteen

Info: http://www.n-tv.de/Granatapfel_auch_Rotwein_hilft_gegen_das_Altern/040620081012/974253.html