

Bärlau®

Allgemeine Informationen

Artikel

PZN

## Bärlauch und die Bärlau® Produkte der NESTMANN Pharma GmbH.



### Bärlauch

Bärlauch (*Allium ursinum*) ist eine einheimische Pflanze aus der Familie der Lauchgewächse. Als bewährtes Heil- und Gewürzkraut spielt Bärlauch in der mitteleuropäischen Volksmedizin schon seit jeher eine große Rolle.

### Botanik

Bevorzugter Standort der im Frühjahr blühenden Pflanze sind feuchte, schattige Laub- und Auwälder, worauf auch die volkstümliche Bezeichnung „Waldknoblauch“ hindeutet. Die Blütenfarbe ist weiß. Das Aussehen des Blattes ähnelt dem des Maiglöckchens und der Herbstzeitlosen, weshalb es schon zu Verwechslungen und Vergiftungsfällen gekommen ist. Eindeutig erkannt werden kann der Bärlauch an seinem knoblauchähnlichen Geruch, der beim Zerreiben der Blätter deutlich wahrzunehmen ist.

### Inhaltsstoffe

Im Bärlauch finden sich schwefelaktive Substanzen in hoher Konzentration. Es wurden sehr viel höhere Schwefelgehalte als für Knoblauch festgestellt. Hauptinhaltsstoff ist das Methyl-L-cysteinsulfoxid. Daneben finden sich noch eine Reihe anderer bioaktiver Stoffe wie Gammaglutamylpeptide, Flavonoide, Adenosin und in geringer Menge Prostaglandine.

### Ernährungsmedizinische Aspekte

Der menschliche Organismus benötigt Schwefel zur Produktion von Enzymen, die Giftstoffe abbauen und vor schädigenden Substanzen schützen. Von besonderer Bedeutung hierbei ist das schwefelhaltige Tripeptid Glutathion. Es reagiert mit dem jeweiligen Giftstoff zu einem wasserlöslichen Produkt, das anschließend über die Nieren ausgeschieden werden kann. Ein Mangel an Glutathion erhöht dementsprechend die Toxizität der Giftstoffe, da sie länger im Körper verweilen. Glutathion ist aber auch in hohem Maße in der Lage freie Radikale unschädlich zu machen. Es stellt dadurch einen wirksamen Schutz der Körperzellen vor oxidativen Schädigungen dar. Eine weitere Möglichkeit des Organismus, giftige Stoffe für eine Ausscheidung zugänglich zu machen, besteht in der enzymatischen Kopplung an aktivierte Schwefelsäure. Zur Sicherstellung dieser Entgiftungsreaktion ist ebenfalls ein ausreichender Schwefelpool im Körper notwendig. Viele schwefelhaltige Verbindungen sind in der Lage, Schwermetalle komplex zu binden. Dadurch werden die Schwermetalle, die normalerweise sehr lange im Körper verweilen, einer Ausscheidung zugänglich gemacht. Aus all diesen Gründen ist eine schwefelreiche Ernährung von großer Bedeutung, um die Entgiftung des Körpers von schädlichen Substanzen zu unterstützen. Durch seinen besonders hohen Gehalt an schwefelhaltigen Inhaltsstoffen trägt Bärlauch zur Versorgung des Körpers mit Schwefel bei.

### Bärlau® Produkte von NESTMANN

Hochkonzentrierte Bärlau® Extrakt Kapseln und Bärlau® Essenz als Nahrungsergänzung in Arzneiqualität

Ausgewähltes Pflanzenmaterial, standardisierte Herstellungsverfahren und zahlreiche analytische Prüfungen in allen Produktionsschritten jeder Herstellungscharge sichern Produkte höchster Qualität.

	<b>Bärlau® Extrakt-Kapseln</b>	<b>Bärlau® Essenz</b>
		
Verzehrempfehlung	2- bis 3-mal täglich 1 Kapsel	2- bis 3-mal täglich 1 Teelöffel
Packungsgrößen	90 Kapseln	150 ml
Eine Packung reicht für	maximal 45 Tage	maximal 15 Tage
Apo-VK, inkl. MwSt. (Empfehlung des Herstellers)	20,85 €	8,20 €
PZN	0014226	1880003
Tageskosten	0,46 € (2-mal 1 Kps. pro Tag)	0,55 € (2-mal 1 Teel. pro Tag)

1 Bärlau® Extrakt-Kapsel entspricht 1 Teelöffel (= 5 ml) Bärlau® Essenz.

1 Bärlau® Extrakt-Kapsel enthält: 325 mg Bärlauch-Trockenextrakt, entsprechend 1.140 mg Bärlauch-Pulver.

Bärlau® Extrakt-Kapseln und Bärlau® Essenz sind in der Apotheke und bei Nestmann ([www.nestmann.de](http://www.nestmann.de)) erhältlich.

NESTMANN Pharma GmbH [www.nestmann.de](http://www.nestmann.de)

