

Knoblauch (*Allium Sativum*)

König der Heilgewürze

von *Dr. med. Dietrich Klinghardt*

Knoblauch und Bärlauch sind für mich die Könige der Heilgewürze. Knoblauch enthält neben der Schwermetall entgiftenden anti-oxidativen Aminosäure Cystein eine Gruppe von Stoffen, die als Alliin bezeichnet werden. Ein im Knoblauch enthaltenes Enzym, die Alliinase, spaltet diese Stoffe und daraus entsteht eine Klasse von Substanzen, die als Allicin bezeichnet werden (z.B. DAS=Diallyl Sulfid, DADS=Diallyl Disulfid, DATS=Diallyl Trisulfid). Ich möchte hier die vielfältigen Wirkungsbereiche erläutern

Infektionen/Parasiten:

Alliin hat hochgradige aktive Wirkung gegen viele pathogene Bakterien, Viren, Pilze (z.B. *Candida Albicans*) und viele Darmparasiten. Allicin hat in der Natur nur eine relativ kurze Lebenszeit (Minuten bis Stunden) und wird dann zu anderen Schwefelverbindungen abgebaut. Diese senken den Cholesterinspiegel, entgiften Schwermetalle, verhindern die koronare Herzerkrankung, haben aber keinen anti-mikrobiellen Effekt. Allicin hemmt oder zerstört die meisten pathogenen Darmbakterien, einschließlich *Helicobacter Pylori*, *Chlostridium difficile*, hat aber keinerlei Effekt auf die guten Laktobazillen.

Alliin ist auch hoch aktiv gegen Borreliosen und überquert mühelos die Bluthirnschranke. Eine Studie in den frühen 90er Jahren an HIV-infizierten Patienten zeigte einen dramatischen Effekt: Keiner der mit Allicin behandelten HIV-Patienten entwickelte AIDS, jeder Patient in der Kontrollgruppe entwickelte in der Beobachtungszeit AIDS. Knoblauch kann AIDS verhindern!! Die Zahl der für das Immunsystem so wichtigen CD-4 Zellen steigt enorm an, wenn regelmäßig Knoblauch eingenommen wird. Damit ist Knoblauch auch das wichtigste Mittel zur Behandlung und Vorbeugung von Virusinfektionen und von Borreliosen.

Krebs:

Knoblauch hat auch einen starken Anti-Krebs- Effekt. Im „Journal of the National Cancer Institute“ wurde eine Studie veröffentlicht, die zeigte, dass das Risiko für Magenkrebs in der untersuchten Bevölkerungsschicht 1000fach erhöht war, wenn in der täglichen Nahrung Knoblauch fehlt! In einer Studie an 40.000 Frauen im USA Bundesstaat Iowa hatten

die Knoblauchesser ein um 35% niedrigeres Risiko an Kolonkrebs zu erkranken. Die im Knoblauch gefundene Substanz SAMC (S-Allyl Mercapto Cystein) hindert im Körper die exzessive Produktion von Hormonen und Hormon-Metaboliten, die für bestimmte Brust- und Prostatakarzinome verantwortlich sind. Knoblauch ist auch fähig, Tumoren zu verkleinern und das Wachstum und Erscheinen von Fernmetastasen zu verhindern. Einige dieser Effekte sind erklärbar durch die bekannte Stimulation der Helferzellen und der Makrophagen.

Koronare Herzerkrankung:

Eine Studie der Welt-Gesundheits-Organisation WHO zeigte vor einigen Jahren, dass das Todesalter der über 80jährigen direkt proportional zu deren Knoblauchkonsum ist. Je mehr Knoblauch, desto älter werden wir. Der Effekt beruht hauptsächlich auf der Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes, dem gesenkten Blutfettspiegel (Cholesterin, LDL, Triglyceride) und dem antioxidativen Effekt. In vielen Unikliniken wird Knoblauch verwendet, um die Blutfette bei Nierentransplantat Patienten (ein bekanntes, sonst fast unlösbares Problem) zu senken. Eine britische Studie zeigt, dass bei Schwangerschaft Knoblauch die gefürchtete Präeklampsie verhindert und dass die Babys bei der Geburt mehr wiegen (gilt als Zeichen von Gesundheit).

Quecksilber:

Knoblauch kann erfolgreich eingesetzt werden zur Ausleitung von Schwermetallen (vor allem die Substanz SAMC). Es schützt auch die roten und weißen Blutkörperchen bei einer Schwermetallausleitung vor dem oxidativen Schaden, der sonst durch Quecksilber, das aus den Zellen austritt, angerichtet wird. Übrigens ist eine Liste vieler weiterer im Volksmund bekannter Indikationen enthalten in dem **"Knoblauchsong"** auf der von mir bei RCA im Jahr 1973 unter dem Namen **"Piefte"** veröffentlichten Schallplatte. Diese ist als CD beim INK erhältlich, (siehe nächste Seite)

Praktisch haben wir 2 Produkte zur Auswahl:

Frischen, unter optimalen Bedingungen biologisch-dynamisch angebauten **Knoblauch**, der einen sehr viel höheren



So unscheinbar können Könige aussehen: Knoblauch

Alliin-Gehalt hat als herkömmlich angebaute Knoblaucharten. Er muss nach dem Schälen sofort eingenommen werden (darf dazu in kleinere - nicht zu feine - Stücke zerschnitten werden), weil der enzymatische Prozess beim Zerschneiden oder Kauen sofort in Gang kommt.

"Freeze Dried Garlic" von der englischen Firma Pharmax. Dr. Nigel Plummer, Leiter der Firma (viele von euch kennen ihn schon von unserem Krebs-Symposium) ist einer der führenden Knoblauchforscher der Welt. Der Pharmax-Knoblauch wird in China auf sehr schwefelreichem Boden angebaut und vor Ort nach dem Ernten sofort gefriergetrocknet und als Pulver vermahlen in Kapseln verpackt. Da die Alliinase durch die Magensäure inaktiviert wird, muss die Kapsel entweder auf vollen Magen eingenommen werden, wenn der pH-Wert sich Richtung alkalisch verschoben hat, oder die Kapsel wird geöffnet und das Pulver im Mund eingespeichelt und geschluckt. Dadurch entsteht durch Aktivierung der Alliinase innerhalb von Sekunden das gewünschte Allizin. Bei der intra-oralen Anwendung des Pulvers konnten wir auch erstaunliche Erfolge bei der Behandlung von Zahnfleischentzündungen und Infektionen im Nebenhöhlen- und Kieferbereich beobachten.

Alle anderen Knoblauchpräparate, die wir in einem Labor in England untersucht haben, hatten praktisch kein im Organismus aktivierbares Allicin. Dazu gehört leider auch das von mir in einem früheren Artikel erwähnte "Allicin" von Dr. Zhang.

Es ist wichtig bei der Behandlung von Infektionen einen Plasma-Allizin-Spiegel zu erzeugen, der mehr oder weniger stabil ist. Ich benutze folgende Faustregel: Soviel frischen Knoblauch oder Knoblauchkapseln einnehmen, bis ein ganz leichter Körpergeruch da ist. Im Allgemeinen muss 4-5mal pro Tag eine Dosis genommen werden. Typischerweise gebe ich 3 Kapseln 4 mal pro Tag.

Reagiert ein Klient allergisch auf den Knoblauch, hat er im Allgemeinen große Darmparasiten (Würmer). Der Wurm hat die Steuerung des Immunsystems des Klienten übernommen. Das Immunsystem reagiert auf das, was für den Wurm schlecht ist, nicht auf das, was für den Klienten schlecht ist... Ich suche und behandle dann erst die Darmparasiten. Danach wird der Knoblauch meist hervorragend vertragen

Wie sieht es aus mit Bärlauch?

Ein Artikel in der „Deutschen Apotheker- und Ärztezeitung“ (Nr. 33 vom 16.3.1990) zeigte, dass Bärlauch alle wichtigen Bestandteile des Knoblauchs in ausreichender und sogar manchmal verstärkter Dosis enthält.

Im Frühjahr führt das gleiche Labor in England für mich eine Studie durch, die klarstellt, ob auch Bärlauch (als Tinktur) effektiv gegen Infektionen eingesetzt werden kann. Die Schwermetall entgiftende Wirkung unserer Tinktur haben wir bereits klinisch nachgewiesen.

Knoblauchsong

*Hochverehrte werte Leute
Höchste Zeit ist es, das heute
nun endlich dem, dem Ehr' gebühret
ein Lobeslied wird komponieret.
Meine Klampfe soll erklingen
dem Knoblauch nun, ihm will ich singen.*

*Lasst and're sich die Seele putzen,
mit Pasta sich das Hemd beschmutzen,
es wird das Aufsteh 'n mir zur Freude,
weil ich an Knoblauch früb' mich weide
und mit einer Knoblauchscheibe
genüsslich meine Zähne reibe.*

*Wer isst schon morgens diese fade
wässrig miese Marmelade
und all' das and re eklig fiese
pampig labbrig grässlich Süße?
Ich ess', wenn ich zur Uni gehe
ein Brot mit einer Knoblauchzehe.*

*Denn Knoblauch, glaubt wenn ich es sage,
das Beste ist in jeder Lage.
Es hilft in wirklich allen Fällen
Bei Zahn- und auch bei Haarausfallen,
bei Pickeln, Mumps und auch bei Schielen,
ist gegen O-Beine und Schwielen.*

*Und glänzend wirkt's in Prüfungsängsten
sogar dem Zittrigsten und Bängsten
Bei der Hochzeit nicht vergessen,
kurz vorher eine Knolle essen.
Es ist, ich weiß nicht ob sie 's wissen,
es ist auch ein Genuss beim Küssen!*

*Drum nenn ' ich jeden eine Flasche,
der nicht in seiner Hosentasche
dabei hat eine wundervolle,
für stets bereite Knoblauchknolle
wie ich, der nie ich ohne gehe
rneine geliebte Knoblauchzehe.*

*Und abends vor dem Schlafengehen
spiel ich mit meinen Knoblauchzehen,
halb schlafend schon, doch eine wähl' ich,
die letzte, größte nehm ' und schäl' ich
und lutsch ', genüsslich kau ich -
dann schlafich ein, und dann verdau' ich.*