
Subject: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 04 Nov 2019 11:47:42 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe letztens meinen Blutwert messen lassen und hatte Oxidiertes LDL von 246 (Norm Wert 20 -170ml)

Glukose Wert 5.0 (Norm 3.6 - 61

Hat jemand auch seine Werte?

Nächster Schritt ist ein Arterien Ultraschall. (Halsschlagader, Knie Kehle etc..)

Junge Männer mit Glatze tragen ein deutlich größeres Risiko für Herzkrankheiten als Männer mit vollem Haar. Diesen Zusammenhang beschreibt der italienische Hautarzt Alfredo Rebora in der Fachzeitschrift „Archives of Dermatology“ (Ausg. 137, S. 943).

Eine spezielle Form des Cholesterins, das oxidierte LDL, verursacht Artherosklerose. Dies ist das Ergebnis einer japanischen Studie. Unter der Leitung von Makiko Ueda vom Osaka City General Hospital untersuchten die Wissenschaftler Blutplasma und Arterienabschnitte von Herzpatienten verschiedener Risikogruppen. Die Menge an darin jeweils nachgewiesenem oxidierten LDL korrelierte direkt mit der Schwere der Krankheit. Die Markerfunktion des oxidierten LDL erlaubt damit erstmals die Entwicklung eines diagnostischen Tests, um das Risiko eines Herzinfarktes abzuschätzen und zwischen einzelnen Risikogruppen zu unterscheiden. Bei Artherosklerose kommt es zu einer Verengung der Arterien im Herz durch sogenannte Plaques. Oxidiertes LDL ist ein Bestandteil dieser Ablagerungen.

Fettleibigkeit verbreitet sich in den westlichen Industrieländern und auch in den Entwicklungsländern immer weiter. Eine wesentliche Ursache ist die moderne westliche Ernährung. Einfachzucker (wie Traubenzucker), Doppelzucker (wie Rohrzucker) und leicht aufzusplattende Kohlenhydrate, wie sie beispielsweise in Weißmehlerzeugnissen vorkommen, führen bald nach der Mahlzeit zu einem schnellen Anstieg des Blutzuckerspiegels. Daraufhin schüttet die Bauchspeicheldrüse das Hormon Insulin aus, der Blutzucker fällt, Hunger kommt auf, dem erneut ungesundes Essen folgt: ein richtiger Teufelskreis. Insulin sorgt dafür, dass unsere Zellen, insbesondere die Fettzellen, Zucker aufnehmen können. Zucker, der nicht sofort verbraucht wird, wird in Fett umgewandelt und als Vorrat auf die Hüften gepackt. Insulin fördert die Bildung von LDL-Cholesterin in der Leber, erhöht die Triglyzeride und das Cholesterin im Blut. Das vegetative Nervensystem wird aktiviert, was zu einem Blutdruckanstieg führt und den Puls beschleunigt. Parallel zur Zunahme an Fettgewebe steigen die Entzündungsmarker im Blut, die bei der Entstehung von Arteriosklerose eine Bedeutung haben.

Viele gesättigte Fettsäuren aus tierischem Gewebe in der Ernährung führen zusammen mit Alkoholkonsum und körperlicher Inaktivität zu Leberverfettung und Insulinresistenz. Auch seelischer Druck ist schädlich: Stress begünstigt die Ausschüttung der Hormone Cortisol und Aldosteron, die wiederum eine Gewichtszunahme und die Zuckerkrankheit fördern. Einhalt kann man diesem Teufelskreis beispielsweise mit einer Ernährungsumstellung gebieten. Der Kern ist die Reduktion der Kohlenhydrate auf ein Mindestmaß. Kohlenhydrate brauchen Menschen, die körperlich nicht schwer arbeiten, eigentlich gar nicht.

Subject: Aw: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose

Posted by [pilos](#) on Mon, 04 Nov 2019 12:00:17 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ist bekannt

aber was die schreiben ist überholt...KHs alleine schaden nicht, sondern Khs mit fett zusammen um so mehr

Subject: Aw: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose

Posted by [hallowelt](#) on Mon, 04 Nov 2019 17:53:46 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oxidiertes Cholesterin kommt vor allem aus cholesterinhaltiger, verarbeiteter (erhitzter, luftvermischter) Nahrung..

Subject: Aw: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose

Posted by [pilos](#) on Mon, 04 Nov 2019 18:26:42 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallowelt schrieb am Mon, 04 November 2019 19:53Oxidiertes Cholesterin kommt vor allem aus cholesterinhaltiger, verarbeiteter (erhitzter, luftvermischter) Nahrung..

cholesterol fungiert eher im körper als antioxidans, kann aber nicht wieder gescheit reduziert werden.

andererseits sind oxysterole äussert wichtig

<https://en.wikipedia.org/wiki/Oxysterol>

Subject: Aw: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Tue, 05 Nov 2019 09:32:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Leber produziert glaub über 75 des Cholesterins selber. Cholesterin fungiert als Backup reperatur Stoff wenn zuwenig Vitamin C vorhanden ist um Kollagen zu Bilden. Ich vermute wen man einen hohen LDL hat das dies einfach zu langsam verwendet wird vom Körper und durch Oxidantien oxidiert.

Kann mir gut vorstellen das die Kapillare durch das oxidierte Cholesterin verstopft werden mit einer Wax ähnlichen Substanz. Ist mir schon paar mal aufgefallen beim Baden oder Sauna wenn Ich mit den Fingernägeln über die Kopfhaut fahre eine arte Graue Wax Substanz unter den Fingernägeln dann habe. Bei Glatzköpfen sieht man ja richtig wie die Glänzen. Im Buch Hair like a Fox wird auch diese These aufgestellt das sich sogar eine Art Plastik schicht Bildet und so die Haare nicht mehr Spriessen können. Wenn die Kapilare auch verstopft sind gibts kein Sauerstoff / Nährstoffe.

DHT konzentriert sich und kann nicht so schnell abgebaut werden.

Angeblich kann man die Arteriellen Plaques mit gealtertem Knoblauch und coQ10 bis zu 80% auflösen innerhalb eines Jahres.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3425023/>

Schnellere und effektivere Lösung wäre das ehemalige Lipostabil Infusion

Subject: Aw: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose
Posted by [pilos](#) on Tue, 05 Nov 2019 11:04:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Tue, 05 November 2019 11:32

Schnellere und effektivere Lösung wäre das ehemalige Lipostabil Infusion

das müsste aber intravenös gespritzt werden !:

wenn das wirklich funktioniern sollte, dann lipofundin mct 10%

Subject: Aw: Oxidiertes Cholesterin verursacht Artherosklerose
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 24 Nov 2019 18:42:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gibt Freie Radikale-Tests für den Urin.

Ich habe Pommes gegessen und nachher den Urin überprüft und der Wert war erhöht.
Habe ich VOR dem Pommes-Konsum eine Vitamin E-Tablette oder aber eine
Mariendistel-Tablette genommen, war der Wert auf 0,0.

Ich denke, Mariendistel ist sogar besser als Vitamin E, da antifibrotisch. Und stärkt sogar die
Leber.
