

# Olivenbaumblatt - mehr als nur ein starker Antioxidant?

Neueste wissenschaftliche Studien zeigen signifikante Erfolge in der Therapie hoher Blutfettwerte und hohem Blutdruck mit dem Extrakt des Olivenbaumblattes. Priv.-Doz. Dr. Thomas Kuehn



Die WHO warnt vor viel zu hohen Cholesterinwerten. Mehr als 17 Millionen Todesopfer durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen pro Jahr - zu hohe Werte werden in vielen Ländern kaum behandelt. Weltweit sterben mehr als 17 Millionen Menschen pro Jahr an Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ein wesentlicher Risikofaktor dafür sind zu hohe Blutfettwerte (Cholesterin und Triglycerid). In einer im neuesten Bulletin der Weltgesundheitsorganisation (WHO) veröffentlichten Studie mit Daten von knapp 80'000 Erwachsenen im Alter zwischen 40 und 79 Jahren aus den sieben Staaten zeigt, dass hohe Cholesterinwerte in vielen Ländern kaum diagnostiziert und behandelt werden.

„Die bisher größte durchgeführte Studie - sie repräsentiert eine Bevölkerung von 147 Millionen Menschen - zeigt, dass die meisten Menschen mit hohen Cholesterinwerten nicht jene Therapie bekommen, mit der das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, z.B. von Herzinfarkten und Schlaganfällen, reduziert werden kann“, hieß es in einer Aussendung der Organisation.

Das wohl noch größere Manko, so die WHO: „Viele dieser Personen in England, Deutschland, Jordanien, Japan, Mexiko, Schottland, Thailand und in den USA sind sich nicht dessen bewusst, dass sie eine Behandlung benötigen würden. Die wäre mit kostengünstigen Medikamenten leicht möglich. „Die Daten aus der internationalen Studie bestä-

tigen offenbar in den untersuchten Ländern und Regionen diese bedenkliche Situation.

Die wissenschaftlichen Autoren führen an, dass in Deutschland beispielsweise 61,6% der Menschen ein zu hohes Gesamtcholesterin haben, in Japan 23,7%, in Schottland 42,6%, in Thailand 27,7%, in den USA 23,7%, in England 35,2%, in Mexiko 19,2% und in Jordanien 30,4%. Fatal ist die Situation in Spanien zu bezeichnen mit knapp 70%.

Auf der anderen Seite waren bei 78% der Menschen mit zu hohem Gesamtcholesterin in Thailand diese bedenklichen Werte nicht diagnostiziert und unbehandelt. In den USA war das nur bei 16% der Betroffenen der Fall. In Deutschland lag der Anteil der nicht diagnostizierten und nicht behandelten Personen mit zu hohen Blutfettwerten bei rund 50%.

In Österreich geht man beispielsweise von empfohlenen Gesamtcholesterinwerten von höchstens 200 mg/dl aus. Entscheidend ist das LDL-Cholesterin, das offenbar besonders zur Gefäßverkalkung (Atherosklerose) und somit zur koronaren Herzerkrankung etc. beiträgt.

Bei Menschen mit einem Risikofaktor sollte dieser Wert jedoch nicht über 160 mg/dl Blut liegen, bei Personen mit zwei Risikofaktoren bei unter 130 mg/dl. Personen mit bestätigten Gefäßschäden (z.B. koronare Herzerkrankung) sollten auf einen LDL-Wert von weniger als 100 mg/dl kommen. Höchststrisiko-Patienten - z.B. Diabetiker mit Herzkrankheiten - dürfen eigentlich nicht mehr als 70 bis 80 mg LDL pro dl Blut aufweisen.



Zahlreiche Medikamente zur Behandlung des Bluthochdruckes und der erhöhten LDL-Cholesterinwerte zeigen jedoch erhebliche Nebenwirkungen bei der Verabreichung.

## Antioxidantien - die Polizei bei Bluthochdruck und hohen Blutfettwerten

Antioxidantien halten die Arterien geschmeidig. Forscher aus Israel haben 70 Patienten mit kardiovaskulären Risikofaktoren sechs Monate Antioxidantien oder Placebo gegeben. Diese Studie wurde als randomisierte Doppelblindstudie durchgeführt. In der Gruppe mit Antioxidantien habe in den großen und kleinen Arterien die Elastizität zugenommen. Dieser positive Gefäßeffekt sei mit einem verbesserten Zucker- und Fettstoffwechsel verbunden. (Ärztezeitung 7.7.2010)

## Antioxidantien schützen vor Zellschäden

Schlechte Ernährungsgewohnheiten, Umweltverschmutzung, übermäßige Sonnenbäder, Zigarettenrauch und Alkohol können Zellschäden verursachen, die zu vorzeitiger Alterung der Haut und anderer Teile des Körpers führen können. Antioxidantien spielen eine tragende Rolle dabei, unsere Körperzellen vor derartigen Schäden zu beschützen. Antioxidantien spielen weiterhin eine tragende Rolle dabei, oxidativen Stress zu vermeiden. Zahlreiche sekundäre Pflanzenstoffe stellen wissenschaftlich bewiesen ein starkes Antioxidant dar. Eines dieser spezifischen sekundären Pflanzenstoffe ist das sogenannte Olivenpolyphenol. Dieser Wirkstoff wie Oleuropein sind in hoher Wirkkonzentration in den frischen Blättern der Olivenbäume zu finden. Mit zunehmender Reife wird Oleuropein gespalten und in das stärker antioxidativ wirksame Hydroxytyrosol sowie auch Tyrosol überführt. Hydroxytyrosol ist ebenfalls wie andere Tyrosole ein starkes amphiphiles Antioxidant (ca. einhundert Mal stärker als Vitamin C).

Oleuropein weist ein umfassendes pharmakologisches Wirkspektrum insbesondere auf Herz, Gefäße, Blutdruck, Lipidstoffwechsel, in der Krebsvorbeugung sowie bei Entzündungen auf.

## Olivenbaumblatt-Extrakt

Die pharmakologische Wirkung von „Oleuropeosid“ als Wirkstoff des [Olivenbaumblatt-Extraktes](#).

Es hat sich herumgesprochen: Olivenbaumblatt-Extrakt, ein starkes Antioxidant, hilft gegen Diabetes und Bluthochdruck. Doch die Wirkstoffe des Olivenbaumblattes können noch viel mehr.

Die alten Ägypter sahen das Olivenblatt als ein Symbol des Himmels und nutzten sein Öl, um ihre Königin zu mumifizieren. Erst spätere Kulturen entdeckten das Olivenblatt als Hausmittel, beispielsweise gegen Fieber und Malariainfektionen. Die erste offizielle Erwähnung des Olivenblattes als medizinisches Heilmittel ist mehr als 150 Jahre alt.

## Wirkstoff Oleuropeosid

Viel später isolierten die Wissenschaftler eine bittere Substanz aus den Olivenbaumblättern, die sie „Oleuropeosid“ nannten. Sie war deshalb so interessant, weil es sich offenbar dabei um den Wirkstoff handelte, der den Olivenbaum besonders beständig gegen Schäden von Insekten und insbesondere Bakterien machte.

Bei dem Wirkstoff Oleuropeosid handelt es sich um eine Cholin ähnliche Substanz, die zwischenzeitlich bei arteriellem Bluthochdruck, Blutdruckschwankungen, Herzklopfen und hohen Blutfetten (Cholesterin und Triglyceride) angewendet wird. Die Blätter sind aber auch reich an Kobalt und Mangan, die helfen können, den Blutdruck zu senken.

## Wirkstoff Chlorophyll

In Verbindung mit den in den Blättern ebenso reichlich vorhandenen „Chlorophyll“, dem grünen Farbstoff also, können Olivenbaumblätter auch bei Arteriosklerose helfen, eine gefährliche Herzerkrankung. Des Weiteren fördert das in den Blättern enthaltene Jod die Tätigkeit der Schilddrüse. Die Schilddrüse wiederum stimuliert den Stoffwechsel und die Dynamik des Herz-Kreislauf-Systems. Gleichzeitig können Olivenbaumblätter entwässernd wirken, weshalb ihr Extrakt auch zur schonenden Behandlung bei Wassereinlagerungen (Ödemen) eingesetzt wird.

## Die Studienlage spricht für sich

Gerade aber das Oleuropeosid ist zudem sehr stark als Antioxidant wirksam. In

vielen Studien zeigte sich, dass dieser Wirkstoff verschiedene Bakterien, Giftstoffe und Viren abtöten vermag oder zumindest ihr Wachstum hemmen kann. So empfiehlt es sich bei einer Vielzahl von Erkrankungen, beginnend mit der Erkältung, über Grippe, das Epstein-Barr-Virus, Herpes I und II, chronischer Müdigkeit, Hepatitis B, Lungenentzündung, Tuberkulose, Malaria, verschiedene Fieberarten, ernsthafte Diarrhoe, Blutvergiftung bis zur Infektion an den Zähnen, Ohren, den Harnwegen und nach Operationen.

Bereits 1906 wurde der Extrakt von Olivenbaumblättern gegen Malariainfektionen angewandt. 1957 wurde Oleuropeosid isoliert und erstmals als Bluthochdruckmittel eingesetzt. Seit 1970 währten Studien an, die belegen, dass Oleuropeosid dutzende von verschiedenen Viren und diversen Bakterienstämmen abtöten kann.

Dabei unterbricht der Wirkstoff die Produktion der für die Viren lebensnotwendigen Aminosäuren. In der Behandlung von Herpes kann Olivenblattextrakt um ein vielfaches schneller wirken als handelsübliche Aciclovir.

Das Oleuropein ist ein wirkungsvolles Antioxidant, das starke entzündungshemmende Eigenschaften besitzt.

Mit dem Oleuropein können auf der einen Seite verschiedene Virusinfektionen unter Kontrolle gebracht werden und andererseits das Immunsystem gestärkt werden.

Oleuropein hat entgiftende, blutzuckersenkende und beruhigende Wirkungen. Zudem hat es einen signifikant günstigen Einfluss auf den Gesamtcholesterinspiegel. Weiterhin kann Oleuropein den Blutzucker-spiegel stabilisieren und das Immunsystem stärken.

Zur antioxidativen Wirkkraft des Olivenblattes ist anzumerken: Im Rahmen universitärer Forschung wurde die antioxidative Wirkkraft des frischen Olivenblattkomplexes mit Vitamin C und anderen bekannten Antioxidantien

verglichen. Die Ergebnisse haben gezeigt, dass frisches Olivenblatt-Extrakt eine um 400% größere antioxidative Wirkkraft hat als etwa Vitamin C und ungefähr die doppelte Wirkkraft von Grüntee-Extrakt und Traubenkern-Extrakt.

Es wird sich also in der weiteren medizinischen Forschung und in klinischen Testreihen zeigen, ob sekundäre Pflanzenstoffe, wie beispielsweise das hier beschriebene Olivenbaumblatt-Extrakt mit deren Wirkstoffen, eine effektive alternative Therapiemöglichkeit bei Bluthochdruck und erhöhten Blutfettwerten auf Naturheilmittelbasis darstellen können.

