

„Königin“ der Früchte: Ein Bündel an wertvollen Inhaltsstoffen

Weltweit bestätigen voneinander unabhängige Forschungseinrichtungen, dass eine ausgewogene und gute Ernährung der wichtigste Faktor für unser Wohlergehen und unsere Gesundheit ist

Fakt ist jedoch: „Die alltägliche Nahrung verliert zusehends an lebensnotwendigen Nährstoffen, sodass es viele Menschen gar nicht schaffen, gesund zu leben“, erklärt der Naturarzt R. Lorimer (Dipl. orthomolekularmedizinischer Vitalstoff- und Ernährungstherapeut & Dipl. Phytotherapeut) aus der Schweiz. „Abhilfe schafft die Mangostanfrucht. Auch wenn sie sicherlich kein Allheilmittel ist, gibt es genügend Gründe, die für ihre Aufnahme sprechen.“ Einer davon sind ihre wertvollen Inhaltsstoffe und deren positive Wirkungsweise. Im Folgenden die zehn bedeutendsten:

- 1.** Mangostanfrüchte unterstützen den Organismus darin, Entzündungen jedweder Art einzudämmen und zu lindern
- 2.** Die enthaltenen Xanthone sorgen dafür, dass aggressive freie Radikale äußerst effizient gebunden und somit unschädlich gemacht werden können
- 3.** Die Inhaltsstoffe der Mangostanfrucht beugen zudem Infektionen vor, die durch Bakterien hervorgerufen werden
- 4.** Sie reduzieren gleichermaßen Stärke und Häufigkeit von Virusinfektionen und zählen damit zu den wenigen Naturstoffen, die Viren bekämpfen
- 5.** Auf zellularer



Ebene können die Inhaltsstoffe den Alterungsprozess von Haut und Zellen verlangsamen und somit auch Gesichtsfalten deutlich reduzieren

- 6.** Im Verbund mit weiteren Pflanzenfarbstoffen unterstützen die Inhaltsstoffe das körpereigene Abwehrsystem und halten es fit
- 7.** Regelmäßig zu sich genommen, können die Blutfettwerte (Cholesterin) deutlich gesenkt und verbessert werden
- 8.** Die Inhaltsstoffe tragen dazu bei, dass verstärkt rote Blutkörperchen gebildet werden
- 9.** Die Substanzen der Mangostanfrucht schützen vor Gelenkablagerungen
- 10.** Und sie reduzieren die Beschwerden (Schmerzen) bei Migräneattacken



Mangostanfrüchte

„Am Allerbesten wirkt die Mangostanfrucht im Zusammenspiel mit weiteren antioxidanzienreichen Früchten, wie der Goji-Beere und der lycopinreichen Tomatenschale“, so Naturarzt Lorimer. „Sie können vor chronischen Entzündungen und freien Radikalen schützen, die viele Wissenschaftler als Gesundheitsgefahr Nr. 1 bezeichnen.“ Da die Mangostanfrucht aus Südostasien nur begrenzt haltbar ist, bietet der europäische Markt einige Alternativen: Die Königin der Früchte ist sowohl als Flüssigprodukt in der Kombination mit anderen Naturstoffen als auch in Form von Kapseln erhältlich.