



Bei Stress im Job an Herz und Kreislauf denken - Bestimmte Antioxidantien können Herz schützen

Von Navitum

Erstellt am 12 Jul 2013 - 14:22

Wir wissen es nur zu gut: Stress ist nicht gleich Stress. Es gibt Stress der Spaß macht, der sogenannte Eustress und es gibt die Form von Stress, die uns krank machen kann, der Dysstress. Allzu oft ist Stress im Job und Beruf leider Dysstress. Dieser macht uns zu schaffen. Das zeigt ganz aktuell wieder eine Studie aus Deutschland. Am besten ist es also den krank machenden Stress zu vermeiden. Eine schöne Vorstellung, die aber häufig leider unrealistisch ist. Also bleibt nur übrig mit dem Stress umgehen zu lernen und nach Möglichkeit dessen negative Folgen zu mildern. Bei Stress entstehen freie Radikale, die zu oxidativem Stress führen, der wiederum für einige krank machende Wirkungen von Stress verantwortlich ist. Den freien Radikalen gilt es also den Kampf anzusagen.

Bei Stress der durch körperliche oder psychische Belastungen erzeugt wird entstehen freie Radikale, die oxidativen Stress auslösen können. Die mit Job und Beruf in Verbindung stehenden Ursachen für den oxidativen Stress können sein Arbeitsbelastung, wenig Schlaf, Überforderung, Mobbing, Rauchen, schnelles Essen oder Fast Food und vieles andere mehr. Sie führen zu dem gefürchteten Überschuss an Sauerstoff Radikalen, die die normalen Stoffwechselprozesse angreifen und zum Erliegen bringen können. Mit Antioxidantien, wie z.B. Vitamin C und Vitamin E können die schädlichen Radikale abgefangen werden. So die Theorie. In einer experimentellen Studie überprüften Forscher, ob das auch tatsächlich im lebenden Organismus unter Stress der Fall ist. Dazu setzten sie den Organismus unter Stress und stellten fest, dass Enzymsysteme, die die natürlichen oxidativen Prozesse im Organismus regulieren und steuern in der Stresssituation aus dem Gleichgewicht gebracht wurden. Wiederholten sie das Experiment jetzt unter dem Schutz von Vitamin C und Vitamin E, blieb das Enzymsystem auch unter Stressbelastung im Gleichgewicht. Damit ist klar, dass diese antioxidativen Vitamine die Folgen von Stress mindern können und beispielsweise Prozessen entgegenwirken, die die Arteriosklerose, also Arterienverkalkung fördern. Genau das hat bei überwiegend berufstätigen Menschen die große ASAP-Studie aus Skandinavien auch belegt. Es gelang mit einer Kombination aus retardiertem Vitamin C und Vitamin E in einem definierten Dosisverhältnis das Fortschreiten der Arteriosklerose zu hemmen. Die Studie zeigte an 520 Teilnehmern über 6 Jahre nicht nur eine deutliche Hemmung des Fortschreitens der Arteriosklerose, teilweise gelang sogar eine Reduktion arteriosklerotischer Plaques. Allerdings nur für diese bestimmte Kombination aus den Vitaminen C und E, nicht jedoch für die Vitamine alleine. Dies ist als starker Hinweis darauf zu werten, dass es bei der Prävention mit Antioxidantien nicht nur auf das was, sondern auch auf das wie ankommt. Das unkritische Schlucken irgendwelcher Vitamine nutzt vermutlich wenig. Hier setzt das Konzept von Navitum Pharma an. Navitum Pharma stellt Produkte zur Verfügung, die den Prüfpräparaten großer wissenschaftlicher Studien entsprechen. So auch CorVitim® als Evidenz basierter Baustein für die Vorbeugung von Arteriosklerose. CorVitim® ist inhalts- und dosisidentisch mit dem Prüfpräparat der ASAP-Studie. Mit diesem Produkt können Stress geplagte Menschen die Folgen von oxidativem Stress abmildern und etwas Gutes für Herz und Gefäße tun. Pro Retardtablette sind 500mg Vitamin C und 136IU Vitamin E enthalten. Für die sinnvolle längerfristige Anwendung stehen von CorVitim® besonders günstige 3- und 6-Monatspackungen zur Verfügung. CorVitim® kann direkt bei der Firma oder bequem über diesen Link http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1 [1] bei Amazon bestellt werden. Auch über Apotheken kann es bezogen werden.

Quelle: R.T. Emeny et al. Psychosomatic Medicine, doi: 10.1097; 2013; Ciocoiu M et al. J Physiol Biochem. 2007; 63(3):187-94; Salonen RM et al. Circulation. 2003 Feb 25;107(7):947-53.

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: bestellung@navitum.de [2]

Web: www.navitum-pharma.com [3]

facebook: <http://facebook.de/navitum> [4]



- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:22): <http://medkom24.eu/node/17920>

Links:

- [1] http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1
- [2] <mailto:bestellung@navitum.de>
- [3] <http://www.navitum-pharma.com>
- [4] <http://facebook.de/navitum>