



Colostrum News

Liebe Colostrum Fans,

ab Oktober 2010 wird der Colostrum Newsletter wieder regelmäßig erscheinen.

Ich möchte Ihnen darin das Grundwissen für eine gesunde Lebensweise vermitteln. Dabei spielt das Lebensmittel Colostrum natürlich eine entscheidende Rolle.

Täglich erhalte ich viele Anrufe und e-Mails zum Thema Colostrum.

Wenn Sie Fragen haben, dann können Sie mich gerne unter der Colostrum Hotline 0049-241-4131580; montags-freitags von 9.00-12.00 Uhr oder nachmittags von 15.00-17.00 Uhr erreichen.

Idealerweise schicken Sie mir bei manifesten Erkrankungen vorab re-

levante medizinische Daten an folgende e-Mail Adresse:

info@dr-pruemmer.de.

Um die Flut von Anfragen gewissenhaft beantworten zu können, muss ich mir natürlich für jede Anfrage ausreichend Zeit nehmen.

Bitte haben Sie dafür Verständnis, dass ich das nicht völlig kostenfrei machen kann.

Den Colostrum Newsletter erhalten Sie natürlich nach wie vor kostenlos.

Unter folgendem Link können Sie sich für den Erhalt des Newsletters eintragen:

<http://dr.pruemmer.de/html/newsletter.php>

Das Buch „Colostrum-Geschenk der Schöp-

fung“ können Sie ebenfalls auf meiner Homepage erwerben.

Alle Bücher sind übrigens mit einem original Autogramm versehen.

Seit September 2010 ist außerdem der Flyer „Colostrum-Geschenk der Schöpfung“ erhältlich.

Dieser 4-seitige Flyer fasst den Inhalt des Buches "Colostrum, Geschenk der Schöpfung" kurz und prägnant zusammen und erklärt kurz und bündig, was Colostrum bewirken kann.

Ich würde mich natürlich freuen, wenn Sie diesen Newsletter an möglichst viele Interessierte weitergeben würden.

Vielen Dank.

Colostrum für das neugeborene Kalb

Ohne Colostrum würde ein neugeborenes Kalb nicht überleben.

Das Kalb erhält natürlich in jedem Fall soviel Colostrum wie es braucht. Dafür sorgt schon die Tierschutz Nutztierhaltungsverordnung § 11.2. Nur der Überschuss wird zu Produkten verarbeitet. Allerdings schütten die meisten Bauern das überschüssige Colostrum leider immer

noch weg. In der Abgabe von Colostrum an die verarbeitende Betriebe liegt dabei noch ein großes Potential für viele Milchbauern.

Die Milchbauern könnten durch den Verkauf von Rohcolostrum so nicht unerhebliche, zusätzliche Einnahmen generieren. Denn jede Kuh gibt zwischen fünf und dreißig Liter Rohcolostrum in den ersten 12 Stunden

nach der Geburt des Kalbes.

Braune Kühe geben zudem mehr Colostrum als schwarze Kühe. Aus 10 Litern Rohcolostrum werden z.B. 30 Flaschen Flüssig Extrakt a 125 ml, oder 1,6 Kg Trockenpulver hergestellt. Also:

10 l Rohcolostrum = 30 Flaschen a 125 ml

10 l Rohcolostrum = 1,6 kg Colostrum Pulver

Themen in dieser Ausgabe:

- Colostrum für das neugeborene Kalb
- Die Qualitätskriterien für gutes Colostrum
- Die Bedeutung der Mitochondrien für die Gesundheit des Menschen
- Ärzte-Zeitungsartikel: Colostrum stärkt die Abwehrkräfte



„Colostrum-Geschenk der Schöpfung“

Preis: 9,90 € inkl. MwSt.
(zzgl. Versandkosten)

Bestellen können Sie auf
www.dr-pruemmer.de

Colostrum Hotline:

+49-241-4131580

Mo-Fr von 9.00-12.00 Uhr;
Mo, Di, Do von 15.00-17.00 Uhr

(Beratungen werden gegen eine Gebühr nach GOÄ Ziffer 3 mit 20,10 € in Rechnung gestellt.)

Woran erkennt man die Qualität von Colostrum?

Das werde ich natürlich immer wieder gefragt.

Zunächst kommt es darauf an, die Nahrungsketten der Muttertiere zu untersuchen.

Die Böden der Weiden sollten frei von Pestiziden und auch nicht überdüngt sein. Die entsprechenden Landwirtschaftsbetriebe müssen nach der Zulassungsverordnung EG 853/2004 zertifiziert und die Viehbestände genau registriert werden.

Den Muttertieren dürfen keine Antibiotika und Hormone verabreicht werden und die Futtermittel sollten möglichst naturbelassen sein.

Optimale Bedingungen findet man in Europa insbesondere bei Betrieben mit kontrolliert biologischer Tierhaltung vor, da diese durch die EG-Bio-Verordnungen sichergestellt werden.

Bei Colostrum, welches außerhalb von Europa gewonnen wird, sind selbstverständlich die selben hohen Maßstäbe anzusetzen. Hierbei sind vor allem Länder mit einer artgerechten und freien Tierhaltung (z.B. Neuseeland) zu bevorzugen, die auch international den höchsten Ansprüchen genügen.

Die Colostrum Sammelstellen und die Sammelfahrzeuge, die das frische Gemelk abholen

und zur Colostrumproduzierenden Firma transportieren, sollten ebenfalls in ein entsprechendes Zertifizierungssystem eingebunden sein.

Das frische Colostrum muss in jedem Falle eingefroren oder gekühlt transportiert werden. Im weiter verarbeitenden Betrieb wird das Colostrum dann ggf. aufgetaut und idealerweise im Anschluss direkt und zeitnah verarbeitet.

Das alles ist selbstverständlich mit einem hohen logistischen Aufwand verbunden, der so auch einen hohen Preis des fertigen Colostrum-Produktes rechtfertigt.

Schließlich ist es natürlich auch aufschlussreich, was mir die Analyse des fertigen Produktes aufzeigt.

Ich habe nachfolgend einmal die wichtigsten Qualitätskriterien zusammengefasst:

Zunächst erwarte ich von einem gut verarbeiteten Colostrum einen relativ hohen Proteingehalt von mindestens 60-80%. Die sogenannten Bindungsproteine sollten möglichst nicht extrahiert werden und die biologische Aktivität der Wachstumsfaktoren so gewährleistet bleiben.

Darüber hinaus ist ebenfalls eine hohe biologische Aktivität und Band-

breite der enthaltenen Immunfaktoren wünschenswert.

Der IgG Wert sollte mindestens 20% betragen und sich dabei nicht durch eine künstliche Extraktion von Eiweißen ergeben. (siehe auch Proteingehalt)

In diesem Zusammenhang ist auch relevant, dass dem Colostrum nicht nachträglich Immunglobuline oder Blutplasma zugesetzt werden (wie vielfach z.B. in den USA üblich), um den IgG Wert künstlich anzuheben.

Oft angegebene Werte von über 40% IgG Gehalt in kommerziell angebotenen Colostrum Produkten sind so eher unrealistisch und mit viel Skepsis zu betrachten.

Eine Überprüfung der „Colostrum-Kette“ sollte im optimalen Fall durch eine unabhängige Institution sichergestellt werden.

Abschließend kann ich sagen: Eine ausgewogene und vor allem natürliche Verteilung der Inhaltsstoffe in einem guten Colostrum Produkt von „glücklichen Kühen“ sind viel entscheidender für seine einzigartige Wirkungsweise, als eine Herausstellung einzelner, leider oft manipulierter, Vergleichskomponenten.

Meine Erfahrungen mit dem Naturstoff Colostrum:

Weniger Nebenwirkungen

Reduktion schulmedizinischer Medikamente

Kürzere Heilungszeiten

Mildere Krankheitsverläufe

Vermeidung von Krankheiten

Hohe Leistungsfähigkeit

Umrechnungsfaktoren:

10 ml Flüssig Extrakt
enthalten ca.
1.000 mg Colostrum

1 Esslöffel Colostrum
entspricht
ca. 10 ml flüssiges
Colostrum

1 Kapsel enthält i.d.R.
400 mg Colostrum

5 Kapseln a 400 mg
entsprechen ca. 2
Esslöffel Colostrum

Die Bedeutung der Mitochondrien für die Gesundheit des Menschen

Chronische Krankheiten entstehen unter anderem durch zunehmende Störungen der Zelleistungen. Die Steuerung der Zelleistungen erfolgt zum großen Teil durch die Mitochondrien. Wenn die Mitochondrien nicht mehr richtig funktionieren, entstehen chronische Entzündungen, Mangelzustände oder auch schwere Fehlfunktionen der Zelle bis hin zur Krebsentwicklung.

In jeder unserer Körperzellen befinden sich durchschnittlich 1500 dieser Mitochondrien (mit Ausnahme der roten Blutkörperchen).

Mitochondrien sind lebendige Zellorganellen, die sich aus Bakterien heraus entwickelt haben. Mitochondrien steuern fast alle Stoffwechsel- und Energieleistungen.

Zudem sorgen sie für die Entgiftungsvorgänge in unserem Körper. Bei Störungen der Mitochondrienfunktionen wird die benötigte Energie (ATP) für alle Zelleistungen nicht mehr innerhalb der Mitochondrien mit Hilfe von Sauerstoff und Sauerstoffradikalbildung gebildet, sondern entweder ohne Sauerstoff, außerhalb der Mitochondrien, über Vergärung von Blutzucker oder aber mit Sauerstoff ohne Sauerstoffradikalbildung.



Bei der mitochondrialen Energiebildung mit Hilfe von Sauerstoff entstehen immer und sehr reaktionsfreudige und potentiell die Mitochondrien schädigende Sauerstoffradikale, welche dann einen Reaktionspartner im Organismus suchen.

Werden Sauerstoffradikale nicht neutralisiert, können zum Beispiel Zellmembranbestandteile oder auch Erbgutbruchstücke zerstört werden, d. h. es besteht die Möglichkeit einer zellulären

oder genetischen Schädigung.

Deswegen müssen Sauerstoffradikale entschärft und in ihrer Reaktionsfreudigkeit neutralisiert werden. Dafür sind u.a. Antioxidantien verantwortlich, vor allem Schwefelverbindungen wie reduziertes Glutathion, welches von allen Mitochondrien selbst gebildet werden kann.

Glutathion und viele weitere Antioxidantien sind auch im Colostrum enthalten.

Weiterhin spielen bei diesem Prozess natürliche Schwefelverbindungen und Pflanzenextrakte, wie Polyphenole, eine ganz zentrale Rolle.

Reduziertes Glutathion und so genannte Thiole stellen universelle zelluläre Entgifter dar, die zudem über 3000 Indust-

riegifte antioxydieren können.

Somit besitzen alle mit Mitochondrien besiedelten und gesteuerten Zellen ein eigenes entgiftendes System.

Zur Aufrechterhaltung der Mitochondrienfunktion sind essentielle Mikro und Makronährstoffe unbedingt erforderlich, da diese nicht in Eigensynthese gebildet werden können.

Dazu gehören Aminosäuren, Polyphenole, Flavonoide, Spurenelemente wie Mangan und Molybdän, Mineralstoffe, Vitamine, Fettsäuren und Phospholipide, wie sie auch in Colostrum enthalten sind.

Werden Mitochondrien zerstört oder auch in ihrer Funktion gestört, nimmt deren Leistung, also die Energiegewinnung mit Steuerung der Organleistungen wie auch die Entgiftungsleistung der Mitochondrien zwangsläufig ab.

Könnten die bei der Energiegewinnung anfallenden Sauerstoffradikale nicht mehr antioxydiert werden, würden diese potentielle schwere Schäden auf zellulärer Ebene verursachen.

Um sich davor zu schützen, reduzieren die Mitochondrien ihre Aktivität, dabei werden dann weniger Sauerstoffradikale gebildet, was zwangsläufig zum Abfall der systemischen Zelleistungen führt.

(Fortsetzung auf Seite 4)



50 Colostrum Flyer

7,55 € inkl. MwSt.

(zzgl. Versandkosten)

Meine Workshops:

„Colostrum-Geschenk der Schöpfung“

Workshops sind als geschlossene Veranstaltungen oder auch als Coachings buchbar.

Ein Workshop dauert in der Regel zwischen zwei und drei Stunden.

Meine Webinare:

„Colostrum-Geschenk der Schöpfung“

Webinare sind als offene Events oder auch als Coachings buchbar.

Ein Webinar dauert in der Regel zwei Stunden.

Die Bedeutung der Mitochondrien für die Gesundheit des Menschen (Fortsetzung)

Dabei wird dann fast zeitgleich die Energiebildung aus den Mitochondrien heraus in das Zellplasma verlagert, wobei keine Sauerstoffradikale entstehen. Im Zellplasma wird dabei unter Ausnutzung von Blutzucker Energie hergestellt.

Dabei kann aber niemals soviel Energie bereit gestellt werden, wie bei der Energiebildung in den Mitochondrien. Ein Frühsymptom dieser Störung stellt ein massiv zunehmendes Krankheitsbild dar, das s.g. „Burn Out“ = Erschöpfungssyndrom.

Bleibt die Energiebildung außerhalb des Mitochondriums mit Hilfe von Blutzucker dauerhaft, werden unter anderem in der Zelle Polyamine produziert, welche die

Zellteilung massiv ankurbeln. Dadurch kann Krebs entstehen.

Interessant ist die Tatsache, dass alle Möglichkeiten der Energiegewinnung, sowohl das Hochleistungs- als auch das Sparprogramm, in uns angelegt und so normal sind.

Diese Programme werden ständig „hin- und hergeschaltet“, vorausgesetzt, die für die Aufrechterhaltung der Mitochondrienfunktion notwendigen essentiellen Substanzklassen sind in ausreichendem Maße vorhanden - und Faktoren, welche die Mitochondrienfunktion blockieren oder stören, werden eliminiert. Dazu zählen: Schwermetallintoxikationen, Darmresorptions- und immunologi-

che Störungen, Mangel an Polyphenolen, Aminosäuren, Spurenelementen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Elektrosmog, chronische Entzündungen, Sauerstoffmangel, psychische Dauerbelastungen, u.a.

Colostrum enthält viele dieser Substanzklassen und kann deshalb entscheidend zur Gesunderhaltung von Mensch und Tier beitragen.

Quellen:

Dr. med. Heinrich Kremer, Barcelona

Ralf Meyer, HP, Pirmasens

Häufige Erkrankungen mit gestörter Mitochondrienfunktion als mögliche Ursache

Dazu zählen die folgenden Erkrankungen:

Aufmerksamkeitssyndrom, Allergien, Alterskrankheiten wie Morbus Alzheimer, Demenz und Morbus Parkinson, AIDS, alle Autoimmunerkrankungen, Bluthochdruck, Cholesterinerhöhung, Depressionen, Durchblutungsstörungen, Arteriosklerose, Herzinfarkt, Schlaganfall, Erschöpfungssyndrom, Hormonbildungsstörungen, Impotenz, Frigidität, Immunschwächen, Krebs, neurologische Erkrankungen wie Psychosen und Depressionen, orthopädische Er-

krankungen, Pilzinfektionen (Candida, Pneumocystis carinii, Schimmelpilze, etc.), sowie Virusinfektionen (Herpes, Ebstein-Barr, Hepatitis, etc.).

Alle diese Erkrankungen und deren Symptome sind zum Großteil auf Funktionsstörungen der Mitochondrien zurückzuführen.

Weltweit gibt es immer mehr Forschungsgruppen, die den Zusammenhang zwischen Funktionsstörungen der Mitochondrien und schulmedizinisch definierten Erkrankungen erkannt haben.

Bahnbrechende Erkenntnisse dazu liefert uns Dr. med. Heinrich Kremer in seinem Buch: „Die stille Revolution der Krebs- und AIDS-Medizin.“

Colostrum kann auf natürliche Art und Weise mit dazu beitragen, dass sich die Mitochondrien besser regenerieren können.

In Zukunft dürfen wir vielleicht darauf hoffen, dass diese Erkenntnisse bald auch zum Standard der Schulmedizin gehören wird.

So hilft uns Colostrum:

- Colostrum macht leistungsfähiger.
- Colostrum stärkt.
- Colostrum schützt vor Angriffen von außen.
- Colostrum beeinflusst das Immunsystem positiv.
- Colostrum heilt.

Erfahrungsheilkunde:

Alle meine hier weitergegebenen Infos beruhen auf meinen Erfahrungen bzw. Anwendungsbeobachtungen und sind nicht Bestandteil der schulmedizinischen Lehre. Erfahrungsheilkunde kann die Schulmedizin auch nicht ersetzen.

Die stille Revolution der Krebs- und AIDS-Medizin

Neue fundamentale Erkenntnisse über die tatsächlichen Krankheits- und Todesursachen bestätigen die Wirksamkeit der biologischen Ausgleichstherapie.

Der Autor berichtet fundiert und detailliert über ein archaisches Regulationsprinzip in menschlichen Zellen, das erst in kürzerer Zeit entdeckt und erforscht wurde: die cytotoxische NO-Gasbildung und das Stoffwechselprodukt daraus haben eine Universalfunktion als Ausbalancierer in allen Zellen.

Diese Entdeckung, auf unsere unheilbaren Krankheiten Krebs und AIDS angewendet, ergibt eine Revidierung der bisherigen als Fakt geltenden Annahmen, und zwar drastisch. Zum Bei-



spiel kommt er zum Schluss, das AIDS keine übertragbare Krankheit ist, und eine erworbene Immunzell-dysbalance, nicht ein Defekt, wie bisher definiert.

Er stellt die These auf, dass beide Krankheiten nicht nur aufgehalten, sondern sogar wieder rückgängig gemacht werden könnten, wenn die biologische Ausgleichstherapie angewendet würde.

Es ist ein wissenschaftliches Fachbuch, aber der Autor, der selbst möchte, dass es auch betroffene Patienten lesen können, drückt sich glücklicherweise allgemeinverständlich aus.

Die graphischen Ergänzungsbilder sind als 27 entnehmbare Blätter im Buch aufbewahrt, und an den Seitenrändern werden relevante Inhalte parallel zum Text zusammengefasst.

Dr. med. Heinrich Kremer,

Ehlers Verlag, 6. Aufl. 2006, 535 S., gebunden

*ISBN: 978-3-934196-63-6
49,00 €*

ÄRZTE & ZEITUNG.DE

Colostrum wirkt antioxidativ und stärkt die Abwehr.

Das hat sich in einer Studie an der Universität Köln herausgestellt.

Forscher um Professor Josef Beuth haben ge-

messen, wie stark die Konzentration von Radikalen bei Zugabe von Colostrum abnimmt.

Dabei erwies sich die antioxidative Wirkung als stark. Colostrum erhöht, abhängig von der Dosis, die Aktivität von Makrophagen, Monozyten und Granulozyten.

Weil das Naturprodukt in

hohen Dosierungen Zellen tötet, wurden auch zytotoxische Effekte bestimmt.

Die Tests ergaben, dass die Substanz bei oraler Anwendung in klinisch relevanter Dosierung (unter 1 mg/ml) Zellen nicht schädigt.

Colostrum Portal:

Diskutieren Sie mit Gleichgesinnten über Colostrum im Forum des Colostrum-Portals.

Hier finden Sie außerdem viele Tipps und Anregungen.

www.

colostrum-portal.com

LaVita

die Basisversorgung für das Leben

Genetisch gesehen sind wir immer noch Jäger und Sammler. Nehmen wir darauf auch in unserer heutigen Welt Rücksicht, setzen wir in unserem Körper hochwirksame Verjüngungs- und Reparaturprozesse in Gang!

Mehr noch: Unser Verhalten kann eine schlechte Veranlagung sehr gut ausgleichen und sich sogar in unser Erbgut bleibend niederschlagen. Stressmanagement, Bewegung und die richtige Ernährung sind nicht nur zur Vorbeugung vieler Erkrankungen geeignet, sondern hocheffektiv auch zur Behandlung von bereits eingetretenen Erkrankungen wie Diabetes und Bluthochdruck, Depressionen und Übergewicht.

Die heutige Medizin kann vieles notdürftig reparieren. Eine gesunde Lebensweise kann aber sehr vielmehr bewirken. Der Schlüssel dazu sind Bewegung, seelische Balance und nicht zuletzt eine gesunde, vitalstoffreiche Ernährung.

Zu viele Kalorien, zu wenig Vitalstoffe

Gesund und vitalstoffreich? Der Alltag sieht leider anders aus. Über 70% der Kalorien, die wir heute aufnehmen, stammen aus industriell ver-

arbeiteten Lebensmitteln, die von der Evolution eigentlich nicht vorgesehen waren. Das heißt: wir nehmen viel zu viel Energie auf, vor allem durch Zucker, leere Kohlenhydrate, versteckte Fette und Alkohol. Auf der anderen Seite fehlt es den meisten von uns an Vitalstoffen, also Vitaminen, Mineralstoffen, sekundären Pflanzenstoffen & Co.

Was tun? Entscheidend für unsere Vitalstoffversorgung sind Gemüse, Obst und Kräuter. Essen Sie täglich mindestens fünf Portionen davon. Und achten Sie dabei auf Saisonalität und Qualität. Je natürlicher, ausgereifter und schadstoffarmer die Kost, desto gesünder. Zusätzlich ist in vielen Fällen eine Vitalstoff-Ergänzung empfehlenswert, vor allem für Menschen mit erhöhtem Bedarf, der z.B. durch Stress, Medikamenteneinnahme, Umwelteinflüsse, Sport, Schwangerschaft oder den Wechseljahren etc. entsteht.

LaVita ist ein ganzes Vitalstoff-Orchester!

Was Nahrungsergänzung angeht, habe ich bisher noch kein besseres Konzept als das von LaVita kennen gelernt. Die Dosierung der Vitalstoffe richtet sich nach den Empfehlungen der

Vitalstofflehre. Dabei ist das Konzentrat rein natürlich und wird aus völlig ausgereiften Obst-, Gemüse- und Kräutersorten in BIO - Qualität hergestellt! LaVita stellt somit nicht nur einzelne Vitamine, sondern das gesamte Orchester der Vitalstoffe zur Verfügung. Das ist ganz entscheidend!

Sekundäre Pflanzenstoffe – die neuen Superstars

Nicht zu unterschätzen ist hierbei die Rolle der sekundären Pflanzenstoffe. Es gibt Tausende von Ihnen, allein in einem Apfel sind ca. 4000 Stoffe zu finden. Ihnen werden unzählige, teilweise sensationelle Eigenschaften zugesprochen. Gleichzeitig unterstützen sie maßgeblich die Vitamine bei deren Aufgaben. So kann ein solches Konzentrat auch ein guter Begleiter zum Wunschgewicht, zu mehr Vitalität und Leistungsfähigkeit und zu einem starken Immunsystem sein.

Quelle: Dr. med.
Thomas Kurscheid

Fernseharzt, Sport- und Ernährungsmediziner,
bekannt durch das
„Frühstücksfernsehen“.

www.lavita.de

Vernetzen Sie sich mit mir, um ein umfassendes Colostrum Netzwerk zu schaffen. Sie finden mich bei:

- **Facebook**
- **Twitter**
- **Xing**

Impressum

Dr. Marco Prümmer
Gut-Dämme-Straße 1
52070 Aachen

Verantwortlich für den Inhalt
Dr. Marco Prümmer

Tel.: 0241 - 41 31 580
Fax: 0241 - 41 31 581
Email:
info@dr-pruemmer.de
Web:
www.dr-pruemmer.de