



## Colostrum News

### Colostrum und Diabetes mellitus

Dank des Fortschritts in der Biotechnologie wurde Colostrum in den letzten Jahren als ein wirksames Wachstums-ergänzung und zur Regulierung des Immunsystems wieder entdeckt. Colostrum ist das erste Sekret eines Säugetiers für das Neugeborene in den ersten 72 Stunden nach der Geburt.

Colostrum ist besonders reich an Abwehrstoffen, Wachstumsfaktoren, Vitaminen und Nährstoffen. Colostrum ist weder eine Medizin noch ein Heilmittel.

Inzwischen ist bekannt, dass viele Inhaltsstoffe des Colostrums für uns Menschen genutzt werden können. Die ältere Generation, vor allem die Menschen, die aus der Landwirtschaft kommen, kennen es noch. Colostrum, die Erstmilch aller Säugetiere, enthält große Mengen an Immunglobuline, Wachstumsfaktoren und weiteren Vitalstoffen.

Colostrum kann u.a. bei Diabetikern Typ 2 den Blutzuckerspiegel senken sowie Cholesterin, Triglyceride und Ketone normalisieren. (1). Ein weiterer interessanter Effekt des Colostrums ist die schnellere Wundheilung bei schlecht heilenden Wunden, wie sie beim Diabetiker nicht selten vorkommen. (2). Colostrum ist als tägliche Nahrungsergänzung ideal, es sorgt während einer Diät dafür, dass zur Energiegewinnung Fett anstel-

le von Muskelgewebe verbrannt wird. Darüber hinaus wirkt Colostrum positiv auf alle Vorgänge der Zellerneuerung und des Zellaufbaues. Colostrum erhöht die Widerstandskraft des Organismus und verkürzt die Regenerationszeit nach körperlichen Krisen. (3).



Das für den menschlichen Konsum bestimmte Colostrum wird entweder kalt filtriert oder sprüht getrocknet. Durch strikte Richtlinien der Europäischen Union für den Produktionsprozess bleiben die wertvollen Inhaltsstoffe beinahe vollständig erhalten.

Das Colostrum wird auf dem Markt als Flüssigextrakt oder als Pulver in Kapseln angeboten. Die Einnahmeempfehlung zur Stabilisation des Immunsystems schwankt zwischen 800 mg und 1600 mg täglich. Bei manifesten Erkrankungen kann die Dosierung je nach Körpergewicht bis zu 2400 mg/Tag betragen. Es gibt keine bekannten Neben- oder Gegenanzeigen, eine Überdosierung ist nicht möglich. Mit Colostrum so argumentieren die Naturheilkundigen - aktiviert der Körper seine Selbstheilungs-

kräfte im Sinne einer komplementären Behandlung. Colostrum kann man deshalb als „Lebensprinzip“ beschreiben, dass Energie, Kraft und Ausdauer verleiht. Das macht dieses uralte und doch wieder neue natürliche Produkt zu einem äußerst wertvollen Lebensmittel.

Dr. med. Marco Prümmer  
Facharzt für Allgemeinmedizin  
Sportmedizin, Chirotherapie

(1) Health-promoting effects of bovine colostrum in Type 2 diabetic patients can reduce blood glucose, cholesterol, triglyceride and ketones, Jin Ho Kim, Wan Sik Jung, Nag-Jin Choi, Dae-Ok Kim, Dong-Hoon Shin, Young Jun Kim. *Journal of Nutritional Biochemistry Korea* 1. April 2008.

(2) Possible Therapeutic Effects of Growth Hormone on Wound Healing in the Diabetic Patient. Kurt A. Massey, BA, Chris Blakeslee, BA, Howard S. Pitkow, PhD, *Journal of the American Podiatric Medical Association*, Volume 88, Number 1, January 1998.

(3) Bovine Colostrums: A review of Clinical Uses, Gregory S. Kelly, ND, *Alternative medicine Review*, Volume 8, Number 4, 2003

#### Themen in dieser Ausgabe

- Colostrum - die Urkraft der Natur
- Erfahrungen aus der Praxis
- Wissenswertes über Dr. med. Marco Prümmer
- Deutsche Colostrum Liga - wer wir sind
- Das Eisberg-Prinzip

#### Naturmedizin

##### Colostrum hilft

- holistisch,
- energetisch
- informativ

#### Ernährung

Stärkehaltige Produkte wie Kartoffelchips oder Lebkuchen können das krebserregende Acrylamid enthalten. Wir fordern eine Produktkennzeichnung. Nur so lässt sich die Acrylamidbelastung nachhaltig senken.

## Erfahrungen aus der Praxis von Dr. Marco Prümmer in der Anwendung von Colostrum

### Erfahrungen nach der Einnahme von Colostrum über einen gewissen Zeitraum.

Fast alle Diabetiker Typ II A und Typ II B zeigten bei einer Einnahme von 1600mg (4 Kapseln) Colostrum täglich eine deutliche Verbesserung des Blutzuckerspiegels.

Der HbA1c Wert verbesserte sich nach 3 Monaten fast bei allen Patienten mit Typ 2 Diabetes auf Werte unter 6,5%, bei den Typ 1 Diabetikern unter 7,0%.

### Auf was ist bei der Einnahme von Colostrum zu achten?

Falls sich ein Diabetiker zur regelmäßigen Einnahme von Colostrum entschließt, sollte er unbedingt seinen behan-

delnden Arzt darüber informieren.

Der Blutzuckerspiegel muss engmaschig kontrolliert werden und die Einnahme der schulmedizinischen Medikamente müssen je nach Blutzucker (BZ) angepasst werden. Colostrum enthält u.a. in geringer Dosierung Insulin!

### Wie lange beträgt die empfohlene Einnahmezeit bis eine Wirkung erreicht wird?

Einige Patienten berichten innerhalb einer Woche von einer Reduktion des Blutzuckerspiegels, Insulinpflichtige Diabetiker verbessern ihren BZ in der Regel deutlich nach 3-4 Wochen.

Da bei einer langfristigen

Einnahme von Colostrum keine nachteiligen Wirkungen bekannt sind können Diabetiker Colostrum Produkte regelmäßig und bedenkenlos einnehmen.

### Anwendung der Colostrum Pflegeprodukte

Diabetiker können zur Hautpflege und zum Schutz vor offenen Wunden an Gliedmassen eine Colostrum Pflegecreme benutzen. Auch schlecht heilende Wunden können mit Colostrum Pflegecreme behandelt werden. Diese sollte idealerweise frei von Parfümölen sein und mindestens 5% Colostrum enthalten.

## Wissenswertes über Dr. med Marco Prümmer

**Dr. med Marco Prümmer**, Jahrgang 1962, ist Facharzt für Allgemeinmedizin, Sportmedizin und Chirotherapie. In seiner Praxis in Aachen setzt er Colostrum in vielfältigen diagnostischen Kontexten täglich in der Therapie seiner Patienten ein. Prümmer, der an der Universität zu Köln „summa cum laude“ promoviert hat, forscht und arbeitet seit mehr als zehn Jahren mit Colostrum, in Europa gilt er als führender Experte für diesen Immunmodulator.



(Aachen, 19. Mai 2009). Dr. med. Marco Prümmer hat mit seiner Buchveröffentlichung mit dem Titel „Colostrum – Geschenk der Schöpfung“ einen Verkaufsbestseller vorgelegt. Das im

Sommer 2007 im Verlag Rademann, Lüdinghausen, erschienene 80-seitige Buch hat sechs Monate nach dem Ersterscheinen eine verkaufte Auflage von über 55.000 Exemplaren erreicht und wurde in kürzester Zeit bereits in fünf Sprachen übersetzt.

Prümmers Buch beschäftigt sich mit dem Lebensmittel „Colostrum“ und seinem Wert für die Gesunderhaltung des Menschen.

Prümmer: „Colostrum ist ein Grundstoff des Lebens – ein natürlicher Immunmodulator, der von allen Säugetieren ab der vierten Schwangerschaftswoche im Mutterleib gebildet wird. Unmittelbar nach der Geburt trinkt ein Neugeborenes Colostrum, noch bevor die erste Milch einschießt“, so Prümmer.

Und dies geschieht mit einer exponentiell hohen Zahl fein abgestimmter Vitalstoffe die dem Ziel dienen, das Neuge-

(Fortsetzung auf Seite 3)

### Schulmedizin

Nebenwirkungen von Medikamenten:

Ein Produkt  
= 15 % Nebenwirkungen

Zwei Produkte  
= 42 % Nebenwirkungen

Drei Produkte  
= 92 % Nebenwirkungen

Vier Produkte  
= 98 % Nebenwirkungen

### Colostrum

„Mehr als 80 Nähr- und Vitalstoffe in einer naturbelassenen, ausgewogenen Rezeptur machen Colostrum zu einem einzigartigen Lebensmittelrohstoff.“

### Körper - Seele - Geist

Bleibe immer in der Gegenwart  
Vertraue auf Dich selbst  
Erwarte nur das Beste

## Wissenswertes über Dr. med Marco Prümmer

(Fortsetzung von Seite 2)  
*borene fit fürs Leben zu machen. In eingängigen, bewussten nicht wissenschaftlichen Worten schildert Prümmer, welche Rolle die „hochwirksamen Aminiosäuren, hochmolekularen Eiweißverbindungen, Wachstumsfaktoren und Immunglobuline“ in Colostrum für den Start jedes Neugeborenen ins Leben spielen und weshalb Colostrum in seiner bovinen Variante auch die Gesunderhaltung erwachsener Menschen deutlich begünstigt.*

*Prümmer gibt auf Basis seiner Sammlung von*

*(Doppelblind-)Studien eine Vielzahl von Anwendungsbeispielen aus den therapeutischen Feldern Allergien, Schmerzen und Entzündungen, depressiven Verstimmungen, Diabetes und Übergewicht sowie begleitend bei Krebserkrankungen und Autoimmunerkrankungen. Daneben schildert Prümmer die historischen Hintergründe zu Colostrum, beschreibt seine Wirkwege, nennt Qualitätsstandards und fasst die Anwendungsgebiete von Colostrum in einem ausführlichen Compendium zusammen.*

**„Colostrum – Geschenk der Schöpfung“**

**Erschienen im Verlag Rademann**

**ISBN: 978-3-98800113-4-1**

**Das Buch kann mit persönlichem Autogramm bestellt werden bei**

**Dr. med. Marco Prümmer**

**Gut – Dämmestr. 1**

**52070 Aachen**

**Tel. 0049 – 241 - 4131580**

**Fax. 0049 – 241 - 4131581**

**[info@dr-pruemmer.de](mailto:info@dr-pruemmer.de)**

### Medientipp

„Gesund statt chronisch krank!..“

Autor:

Dr. med. Joachim Mutter

456 Seiten, mit Farbbildungen und Diagrammen, Hardcover im Format 150 x 215 mm (DIN A5).

29,90 € im Buchhandel

## Deutsche Colostrum Liga - Wer wir sind!

*Die Aufrechterhaltung und Wiedererlangung von Gesundheit ist einer der wichtigsten Faktoren unserer Zeit. Am 01.06.2009 erfolgte die Gründung der Deutschen Colostrum Liga auf Grund zahlreicher Anregungen und Bitten von Colostrum Anwendern.*

*Die Deutsche Colostrum Liga vermittelt Experten und Laien das uralte Wissen über Colostrum und führt umfangreiche Forschungen über Colostrum durch.*

*Wir setzen die Erkenntnisse über Colostrum in Kontext mit der modernen Naturheilkunde und der Energiemedizin. Weiterhin baut die Deutsche Colostrum Liga eine umfangreiche Datenbank über Colostrum Literatur auf.*

*Alle interessierten Colostrum Firmen, Fachkundige und Anwender sind eingeladen die Deutsche Colostrum Liga zu unterstützen und mit uns in Dialog zu treten. Wir freuen uns insbe-*

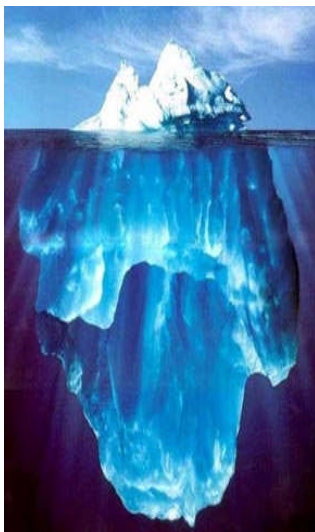
*sondere über die Zusammenarbeit mit der Deutschen Colostrum Akademie und der Deutschen Gesellschaft für Colostrum e.V.*

**Dr. med. Marco Prümmer**  
**Leiter der Deutschen Colostrum Liga**

### Bewegung

*Jeder Mensch sollte jeden Tag mindestens 7.000 – 10.000 Schritte tun.*

*Kaufen Sie sich einen Schrittzähler und protokollieren Sie Ihren Aktionsradius.*



### Das Eisberg Prinzip

*Das Eisberg-Prinzip ist ein Modell, das neben der sichtbaren, rationalen Ebene auch die unsichtbare, emotionale Ebene berücksichtigt. Gemäß dem Eisberg-Prinzip erzeugt die rationale Ebene eine Hebelwirkung von nur ca. 10% und die emotionale Ebene eine Hebelwirkung von ca. 90% bei erfolgreichen Veränderungsprozessen.*

*Das heißt nicht, dass man*

*auf die 10%-Ebene verzichten kann. Man braucht beide Ebenen, intelligent kombiniert.*

*Gemäß dem Eisberg-Prinzip werden bei der ganzheitlichen Gesundheitsoptimierung alle Aspekte in einen Veränderungsprozess mit einbezogen. So wird eine breite Akzeptanz für notwendige Veränderungen geschaffen und ein hoher Umsetzungsgrad erreicht.*

### Impressum

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

Verantwortlich für den Inhalt  
 Dr. Marco Prümmer

Tel.: 0241 - 96 10 99 15

Fax: 0241 - 96 10 99 16

Email:  
[info@deutsche-colostrum-liga.de](mailto:info@deutsche-colostrum-liga.de)

Web:  
[www.deutsche-colostrum-liga.de](http://www.deutsche-colostrum-liga.de)