

Da 90% des Schwefels in unserer Nahrung durch das Erhitzen zerstört wird, leidet jeder, der sich nicht täglich durch Rohkost ernährt, an einem chronischen Schwefelmangel. Mit weitreichenden gesundheitlichen Folgen.

Als mögliche Symptome für einen Mangel werden:

- stumpfes Harr
- spröde Fingernägel
- Müdigkeit
- Leber- und Gelenkprobleme
- grauer Star
- Antriebslosigkeit
- Energielosigkeit
- Verdauungsprobleme +Schlaflosigkeit



Gesundheit durch Natur

✓ MSM bei Allergien

Menschen mit Pollenallergien (Heuschnupfen), Lebensmittelallergien und Allergien gegen Hausstaub oder Tierhaaren berichten oft schon nach wenigen Tagen der MSM-Einnahme von einer gravierenden Verbesserung ihrer allergischen Symptome. Diese Wirkung konnte inzwischen auch von medizinischer Seite vielfach bestätigt werden, z.b. von einem amerikanischen Forscherteam vom GENESIS Center of Integrative Medicine.

An der Studie nahmen 50 Probanden teil, die 30 Tage lang täglich 2.600 mg MSM verabreicht bekamen. Die Ergebnisse waren sehr vielversprechend und auch wenn die Pharma MSM weiterhin unterdrücken möchte, die Wissenschaft kann bei all den Ergebnissen nicht mehr die Tatsache ignorieren, dass organischer Schwefel extrem wichtig für die Gesundheit jedes Menschen ist.

✓ MSM bei Rheuma und Arthritis

Wissenschaftler vom Southwest College Research Institute haben im Jahr 2006 eine randomisierte, doppelblinde und Placebo-kontrollierte Studie durchgeführt. 50 Männer und Frauen nahmen daran teil. Alle Probanden litten an einer schmerzhaften Kniearthrose.

Die Probanden wurden in 2 Gruppen eingeteilt: Eine Gruppe erhielt 2 mal täglich 3 Gramm MSM, die andere ein Placebo. Im Vergleich zum Placebo führte die Verabreichung von MSM zu einer deutlichen Abnahme der Schmerzen. Auch konnten sich die Teilnehmer nach der Behandlung deutlich besser bewegen und somit ihren Alltag wieder unabhängig durchleben. Besonders angenehm war, dass MSM - im Vergleich zu herkömmlichen Rheumamitteln - keine Nebenwirkungen mit sich brachte. Während die üblichen Arthrosemittel lediglich die Entzündung hemmen und Schmerzen stillen, scheint MSM direkt in den Knorpelstoffwechsel einzugreifen.

Schwefel ist wichtiger Bestandteil der Gelenkschmiere und auch der Innenschicht der Gelenkkapseln. Beides wird aufgrund permanenter Belastung der Gelenke vom Körper selbstständig immer wieder erneuert. Fehlt Schwefel jedoch, kann der Körper die nötigen Gelenkreparaturen nicht mehr durchführen. Die Folge eines chronischen Schwefelmangels sind daher schmerzhafte Degenerationserscheinungen und steife Gelenke.

✓ Weitere gesundheitliche Vorteile von MSM

organischer Schwefel (MSM) verbessert die allgemeine Darmfunktion und sorgt für ein gesundes Darmmilieu, sodass sich Pilze wie *Candida albicans* oder auch Parasiten nur sehr erschwert ansiedeln können.

Auch die Säureproduktion im Magen wird durch MSM reguliert, was zu einer besseren Nährstoffausnutzung führt und viele Verdauungsprobleme wie Sodbrennen, Völlegefühl oder Blähungen beheben kann.

Schwefel hilft enorm dabei den gesamten Körper zu entgiften. Entgiftungsenzyme wie Glutathionperoxidase oder die Glutathiontransferase enthalten Schwefel und können ohne diesen unseren Körper nicht entgiften. Deshalb ist MSM unentbehrlich um Tabakrauch, Alkohol und Umweltgifte auszuleiten.

✓ Fazit

Organischer Schwefel (MSM) ist in so großen Mengen in unserem Körper vorhanden, dass eine ausreichende Versorgung mit Schwefel das Fundament für einen gesunden Körper bildet. Einfach jeder braucht Schwefel und da wir unsere Nahrung erhitzen, hat so gut wie jeder einen chronischen Schwefelmangel, das freut die Pharmaindustrie. MSM ist sehr günstig, verglichen mit den ganzen Medikamenten für Folgekrankheiten. In Kapselform eingenommen kann man den wirklich nicht

guten Geschmack von MSM übergehen und hat somit keine Ausreden mehr dafür seinen Körper nicht genügend Schwefel zur Verfügung zu stellen.

Quellen:

- Sulfur/Sulfur colloidale: Monographie BGA/BfArM (Kommission D), Bundesanzeiger Nr. 104a vom 7.6.1990

- Kim, LS et al.: Efficacy of methylsulfonylmethane (MSM) in osteoarthritis pain of the knee: a pilot clinical trial. 2006

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/16309928>

- Usha PR et al.: Randomised, Double-Blind, Parallel, Placebo-Controlled Study of Oral Glucosamine, Methylsulfonylmethane and their Combination in Osteoarthritis. 2004

<https://link.springer.com/article/10.2165/00044011-200424060-00005>

- Berardesca, E et al.: Combined effects of silymarin and methylsulfonylmethane in the management of rosacea: clinical and instrumental evaluation. 2008

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18254805>

- Nakhostin-Roohi, B et al.: Effect of chronic supplementation with methylsulfonylmethane on oxidative stress following acute exercise in untrained healthy men. 2011

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21899544>

- Kalman, DS et al.: Influence of methylsulfonylmethane on markers of exercise recovery and performance in healthy men: a pilot study. 2012

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/23013531>

- Liebke, Dr. med. Frank: MSM - eine Supersubstanz der Natur. Narayana-Verlag 2013. ISBN: 978-3-86731-118-2

Hier findest du z.B. reines MSM in Kapselform: <https://levoya.de/products/msm>



Natürliches MSM

Tipp

Robert Franz zu Gast bei Welt-im-Wandel.tv lehrt über MSM.

--> Seine Bücher, die täglich Menscheleben retten, findest du übrigens hier:
vitaminumProLife

MSM - Schwefelextrakt als natürliches Schmerzmittel:

<https://www.youtube.com/watch?v=HT3geb7yZ1k>



Robert Franz