

# 15 Wissenschaftlich fundierte Vorteile von molekularem Wasserstoff, über die Sie Bescheid wissen müssen

DR. JILL CARNAHAN



Wir alle wissen, dass Antioxidantien für uns großartig sind. Sie fungieren als freundliche Polizei und helfen uns, freie Radikale zu bekämpfen. Ohne Antioxidantien können freie Radikale im ganzen Körper weit verbreitet sein und dabei Schäden verursachen. Wir essen mehr Beeren, trinken Tee und begründen jeden Abend unser Glas Wein mit der Idee, dass die darin enthaltenen Antioxidantien jede dieser Beeren zu einer gesunden Wahl machen.

Aber es gibt einen neuen Sheriff in der Stadt.

**Molekularer Wasserstoff** oder **H<sub>2</sub>**-Gas ist ein sehr kleines neutral geladenes Molekül, das Zellmembranen und die Blut-Hirn-Schranke durchqueren kann. Dies gibt ihm die einzigartige Möglichkeit, auf DNA und Mitochondrien innerhalb der Zelle zuzugreifen, wo es eine schützende Wirkung hat.

Freie Radikale sind ungeladene oder instabile Moleküle, die sie hochreaktiv machen und mit hoher Wahrscheinlichkeit Teile anderer Moleküle auseinander ziehen, um Stabilität zu erlangen. Auf ihrer Suche nach Stabilität können sie Ihren Körper schädigen. Manchmal kann dies zu Kettenreaktionen führen. Antioxidantien sind Moleküle, die freie Radikale

sicher stabilisieren und die Menge an Schaden reduzieren, die angerichtet werden kann.

Der einfachste Weg, molekularen Wasserstoff zu verbrauchen, ist **H<sub>2</sub>-Magnesium Booster**. Als ich zum ersten Mal von Wasserstoffwasser hörte, hob ich die Augenbrauen. Ich war anfangs skeptisch, weil Wasserstoff so reichlich vorhanden ist. Warum hatten wir die Kraft dieses Elements vorher nicht erkannt? Es stellte sich heraus, dass wir eine sehr wichtige Möglichkeit verpasst hatten, die uns direkt unter die Nase gefallen war.

Molekularer Wasserstoff hat so viele wunderbare Vorteile und wirkt als starkes Antioxidans, das freie Radikale neutralisiert, die zum Fortschreiten der Krankheit beitragen. Ich denke jetzt, dass es eine einfache Ergänzung ist, die jeder zu seinem Tag hinzufügen sollte.

Ich denke, molekularer Wasserstoff wird in den kommenden Jahren einer der größten Gesundheits- und Wellness-Trends sein. Glücklicherweise sind Sie dem Spiel voraus, wenn Sie dies lesen.

### **1. Wasserstoff wirkt als Antioxidans**

Wasserstoffgas wirkt als starkes Antioxidans und schützt nachweislich die Zellen selbst vor den zytotoxischsten reaktiven Sauerstoffspezies. Insbesondere wurde gezeigt, dass das Einatmen von H<sub>2</sub>-Gas Hirnverletzungen durch diese Effekte unterdrückt.

### **2. Wasserstoff unterstützt das Antioxidationsystem Ihres Körpers**

H<sub>2</sub> unterstützt das natürliche Antioxidationsystem Ihres Körpers durch Signalwege im Zusammenhang mit der Prävention von Krankheiten.

### **3. Wasserstoff ist entzündungshemmend**

Im Tierversuch wurde gezeigt, dass Wasserstoffgas extrem entzündungshemmend ist. Während wir mehr Studien am Menschen verwenden könnten, um diese ersten Ergebnisse zu stützen, sind Forschungen an Patienten mit rheumatoider Arthritis äußerst vielversprechend.

### **4. Wasserstoff kann helfen, Schmerzen zu lindern**

Wie oben erwähnt, haben die Wirkungen von Wasserstoff bei Patienten mit rheumatoider Arthritis eine signifikante Abnahme der Schmerzen gezeigt. Diese Schmerzlinderung ist auf die Verringerung des oxidativen Stresses zurückzuführen, der durch die entzündungshemmenden und antioxidativen Eigenschaften von Wasserstoffgas verursacht wird.

### **5. Wasserstoff schützt Ihre Muskeln**

In einem Tierversuch verhinderte Wasserstoffwasser Muskelschwund bei Mäusen mit Muskeldystrophie. Wasserstoff steigerte auch die natürliche Produktion von Glutathion, das oft als unser Hauptantioxidans bezeichnet wird. Die Auswirkungen von Wasserstoff auf Sportler und Bewegung sind ein vielversprechender Bereich, den Sie im Auge behalten sollten.

## **6. Wasserstoff kann die sportbedingte Erholung beschleunigen**

Es wurde gezeigt, dass Wasserstoffwasser die Muskelermüdung reduziert, bei Spitzensportlern nach intensivem Training. Dies liegt daran, dass es den Milchsäureaufbau reduziert, was die Muskelfunktion verbessert.

## **7. Wasserstoff kann helfen, den pH-Wert des Blutes auszugleichen**

Es wurde auch gezeigt, dass Wasserstoffwasser eine alkalisierende Wirkung im Blut hat. Dies ist besonders vorteilhaft für Menschen, die extrem körperlich aktiv sind, da extreme Bewegung eine metabolische Azidose verursachen kann.

## **8. Wasserstoff beeinflusst die Zellmodulation**

Wasserstoff scheint in den Zellen Wirkungen zu haben, die ihnen helfen, die Homöostase und die gesunde Modulation aufrechtzuerhalten. Durch gesunde Genexpression und Zellstoffwechsel, Wasserstoff beeinflusst zelluläre Prozesse auf vielen verschiedenen Ebenen positiv.

## **9. Wasserstoff ist neuroprotektiv**

Es wurde gezeigt, dass Wasserstoff bei Parkinson-Patienten die Schädigung des Gehirns verringert hat und auch gezeigt, dass es aufgrund seiner Fähigkeit, oxidativen Stress zu bekämpfen, allgemein neuroprotektive Eigenschaften hat.

## **10. Wasserstoff schützt vor Stoffwechselbedingungen**

Studien haben herausgefunden, dass Wasserstoff die Insulinsensitivität erhöht, den Blutzucker und den Cholesterinspiegel im Blut senkt. Diese Effekte machen Wasserstoff zu einer potenziellen Therapie zur Bekämpfung von Fettleibigkeit, Diabetes und metabolischem Syndrom.

## **11. Wasserstoff stärkt Ihre Mitochondrien**

Ihre Mitochondrien sind das Kraftwerk Ihrer Zellen, wodurch sie Tag für Tag direkt für Ihr Energieniveau verantwortlich sind. Klinische Studien mit wasserstoffreichem Wasser haben gezeigt, dass es die Mitochondrienfunktion verbessert.

## **12. Wasserstoff schützt vor DNA-Schäden**

Es wurde gezeigt, dass Wasserstoffgas die DNA signifikant vor Strahlenschäden schützt. Dies geschieht durch Abfangen der Hydroxylradikalbildung.

### **13. Wasserstoff kann allergische Reaktionen beruhigen**

Angesichts der weltweit zunehmenden Allergien ist dies eine interessante Beobachtung. Studien haben gezeigt, dass Wasserstoff bei Tieren manchmal allergische Reaktionen beruhigen kann. Wasserstoff scheint allergische Reaktionen zu beruhigen, indem er Zellprozesse moduliert und die Homöostase wiederherstellt. Es scheint, dass Wasserstoff gesunde Prozesse im ganzen Körper wiederherstellt, was es für fast jeden zu einer guten Idee macht, über eine Einnahme nachzudenken.

### **14. Wasserstoff schützt vor Krebs**

Wasserstoff scheint vor Krebs zu schützen. An diesem Punkt überrascht es Sie wahrscheinlich nicht, da Sie wissen, wie Wasserstoff vor oxidativem Stress und Schäden an der DNA schützen kann. Es wurde auch beobachtet, dass Wasserstoff bei einigen Patienten zur Verringerung der Nebenwirkungen einer Chemotherapie beiträgt.

### **15. Wasserstoff schützt die Organe**

Es wurde beobachtet, dass Wasserstoff bei zahlreichen Organen wie Gehirn, Bauchspeicheldrüse, Herz, Leber, Augen und Lunge vor Schäden schützt. Es wird angenommen, dass dies auf die entzündungshemmenden, antiapoptotischen und oxidativen Stressbekämpfungseffekte von Wasserstoff zurückzuführen ist.

Wie ich bereits sagte, denke ich, dass molekularer Wasserstoff eines der größten Schlagworte in der Gesundheitsbranche sein wird. Bitte teilen Sie diesen Artikel auch mit Ihren Freunden und Ihrer Familie, da molekularer Wasserstoff eine der einfachsten und ergänzendsten Ergänzungen für ihr heutiges Leben sein kann, die enorme Vorteile haben.

Trinken Sie einfach dauerhaft unser hexagonales Wasser von unserem **H2-Magnesium Booster** oder verwenden sie gleich unseren **WATEC PITCHER**.

**Gesundheitliche Vorteile:** Magnesium- Mineralien und molekularer Wasserstoff.