

Macht Grüner Tee die Pumpe wieder fit?

Teewirkstoff hat vermutlich hemmende Wirkung auf Amyloid-Proteine / Hämatologe machte einen Selbstversuch

HEIDELBERG (bd) Professor Werner Hunstein, emeritierter Hämatologe aus Heidelberg, trinkt täglich 1,5 Liter Grünen Tee. Dass der Selbstversuch dem renommierten Hämatologen-Fachblatt "Blood" eine Veröffentlichung wert war, hat einen triftigen Grund. Hunstein führt die "objektiv und subjektiv dramatische Besserung" seiner Amyloidose-Erkrankung nämlich auf einen Wirkstoff im Grünen Tee zurück, dem EpiGalloCatechin3Gallat (EGCG).

Seit 2001 leidet Hunstein, der bis 1998 eine hämatologische Abteilung von internationalem Ruf leitete, selbst an einer Bluterkrankung: einer systemischem Leichtketten-(AL) Amyloidose. Bei dieser 1859 in Heidelberg erstmals beschriebenen Erkrankung produzieren veränderte Plasmazellen ein fatales Protein, die so genannten Leichtketten. Denn diese lagern sich als Amyloidfibrillen im Gewebe vor allem von Herz und Nieren ab, aber auch im Magen-Darm-Trakt, der Leber, Milz, im Nervensystem und in Weichteilen. Die Folge: Die Organe verdicken und verhärten und funktionieren immer schlechter.

Proteinablagerungen führten zu einer Herzinsuffizienz

Bei dem Heidelberger Hämatologen hatte die Amyloidose zu einer zunehmenden Herzschwäche geführt, so dass er schließlich nur noch wenige Meter gehen konnte. Durch die Ablagerungen war seine Zunge verdickt, was ihn am Sprechen hinderte. Infolge der Gerinnungsstörung traten immer wieder Hämatoeme auf.

Er unterzog sich einer oralen Chemotherapie. Nach 14 Zyklen empfahlen die behandelnden Kollegen "drug-holidays". Durch die Therapie hatte sich die Erkrankung zwar stabilisiert, doch der erhoffte durchschlagende Behandlungserfolg blieb aus. Hunstein sah sich austherapiert. Eine Blutstammzelltransplantation, wie sie in solchen Fällen auch empfohlen wird, kam schon seines Alters wegen nicht mehr in Frage.

Einer seiner früheren Oberärzte riet ihm schließlich, es mit Grünem Tee zu versuchen. Dieser hatte von dem Molekularbiologen Professor Erich Wanker in Berlin erfahren, dass sich Amyloidablagerungen in vitro durch den im Grüntee enthaltenen Wirkstoff EGCG auflösen können.

Hunstein griff diesen Strohhalm auf und trinkt seit über einem Jahr ein bis zwei Liter Grünen Tees pro Tag. Schon nach wenigen Wochen trat nicht nur eine subjektive Besserung ein, sie konnte im Echokardiogramm auch objektiviert werden: So bildete sich die amyloidosebedingte Septumdicke des Herzens von 16,5 mm auf jetzt 12,1 mm zurück.

Erfolg des Selbstversuchs wird durch In-vitro-Daten gestützt

Die verblüffenden Erfolge des Selbstversuchs werden auch durch In-vitro-Daten gestützt. EGCG hat eine amyloidhemmende Wirkung, was nicht nur für die Amyloidose, sondern auch für andere Erkrankungen mit charakteristischen Amyloidablagerungen wie Chorea Huntington, Morbus Parkinson und Morbus Alzheimer von der Arbeitsgruppe um Wanker in Berlin nachgewiesen und teilweise schon publiziert wurde. Die Berliner Forscher drängen nun ebenso wie Hunstein auf klinische Studien.

In Pavia in Italien gibt es dazu schon Pläne, am Amyloidosezentrum der Medizinischen Universitätsklinik Heidelberg mit fast 250 Patienten pro Jahr wohl auch, wie Professor Antony D. Ho, Leiter der Hämatologischen Abteilung sagt. Konkret sind die Pläne bereits an der dortigen Kardiologischen Abteilung. Ab Januar sollen Amyloidosepatienten zusätzlich zur Standardtherapie mit Hochdosischemotherapie und autologer Blutstammzelltransplantation regelmäßig Grünen Tee trinken.

Quelle: Deutsche Ärztezeitung v. 4.12.2007

Tipps: Die Ziehzeit für Grünen Tee beträgt 3-4 Minuten bei 100°C Aufbrühtemperatur. Bei geringerer Temperatur verringert sich die Lösung wichtiger Teewirkstoffe (Katechine). Mehrfachabgüsse sind ebenso nicht sinnvoll. Sie bergen das Risiko der Verkeimung sowie erhöhter Auslösung von Tanninen mit der Folge von Eisenverwertungsstörungen und Verstopfungsgefahr. Weißer Tee (*in kalten Frühlingstagen gepflückter Grüner Tee kühlerer Gebirgslagen*) enthält mehr Vitalstoffe als Grüntee anderer Pflücklagen und Jahreszeiten. Genießen Sie Grünen Tee möglichst pur, **ohne Zucker, Süßstoff, Honig oder Milch**. Ein Spritzer von frischer **Zitrone**, in die Teekanne gegeben, erhöht die Verfügbarkeit der Tee-Katechine (*antiviral, antibakteriell, antitumoral, anti-Alzheimer usw.*) im Blutumlauf.

Meine Grüntee-Empfehlungen: Nr. 0011, 0027, 0024, 0020, 0025. (Ernst Janssen)