

# L-Carnosin - das Anti-aging Programm der Natur

*L-Carnosin ist ein einfaches Dipeptid, also eine Verbindung zweier Aminosäuren,  $\beta$ -Alanin und L-Histidin. Es findet sich - der Name deutet es*

an - in relativ hoher Konzentration in Muskelzellen und in Nervenzellen.

Welche Aufgaben übernimmt L-Carnosin im Körper? Hierzu wurden seit Mitte der achtziger Jahre durch Studien an Zellkulturen, in Tierversuchen und seit einiger Zeit auch in Humanversuchen eine Vielzahl von Erkenntnissen gewonnen. Auf einen Nenner gebracht ergaben diese Untersuchungen, daß L-Carnosin Zellen wie kein zweites Molekül vor Schädigungen schützt. Im nachfolgenden listen wir aus der Menge der Veröffentlichungen einige auf, die aufgrund ihrer Seriosität und ihrer Ergebnisse uns als besonders beachtenswert erschienen:

- Carnosin wirkt als Antioxidanz als wasserlösliches Pendant zu Vitamin E beim Schutz der Zellmembranen vor oxidativer Schädigung [Quinn, 1992]
- Carnosin schützt Zellmembrane vor Lipidperoxidation [Burcham, 2002]
- Carnosin schützt Nerven- und Endothelzellen (innere Blutgefäßzellen) durch seine anti-glykolisierenden und antioxidativen Eigenschaften

und verspricht therapeutischen Nutzen in der Behandlung von Alzheimer Patienten [Preston, 1998]

- Carnosin reduziert die Anzahl oxidativer Schädigungen in Human - CD4+ T-Zellen [Hyland, 2000]
- Carnosin verbessert die Wundheilung signifikant und erhöht die Wundgewebefestigkeit [Roberts, 1997]
- Carnosin verhindert und kehrt Kataraktbildung um [Babizhayev, 2001]
- Carnosin ist Bestandteil der normalen Ernährung (Fleisch, Fisch) und wird intakt im Gastrointestinaltrakt resorbiert [Ririe, 2000]
- Carnosin übt *anti-aging* Effekte *in vivo* aus [Gallant, 2000]

Zusammenfassend lässt sich feststellen, daß L-Carnosin gerade in langlebigen Zellen und Geweben in höchsten Konzentrationen anzutreffen ist. Dort übernimmt es - unter anderem - eine Reihe sehr unterschiedlicher Schutzfunktionen für Proteine und bewahrt deren Funktionalität. Da die Verfügbarkeit von L-Carnosin mit dem Alter stetig abnimmt, ist es wahrscheinlich, daß viele Alterungsprozesse und -symptome mit einem Carnosinmangel einhergehen. Eine Carnosin-reiche Ernährung oder Supplementierung mit L-Carnosin sollte daher zu einem erhöhten Zellschutz beitragen.

Weitere Informationen erhalten Sie von:

wHc Service,

Kai Dengler und Uwe Schüll

Verantwortlich für Inhalt und

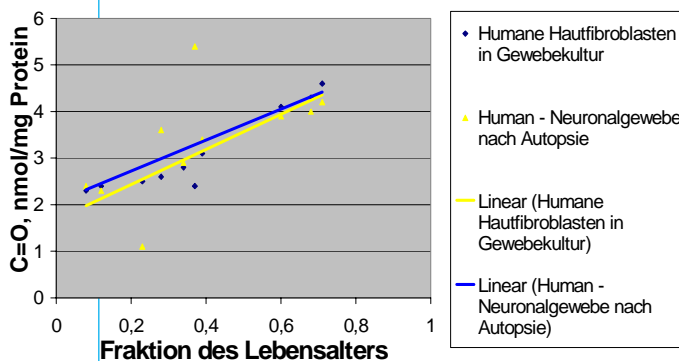
Herausgabe:

Eurochem Feinchemie GmbH

Industriestr. 35a, 82194 Gröbenzell

zuständig: Oliver Schulz

**Carbonylanteile von Proteinen in verschiedenen Geweben**



*Anlagerungen an Proteinen, z.B. Carbonylgruppen, nehmen mit steigendem Alter zu. L-Carnosin schützt davor (adaptiert von Levine, 2001).*