

# Curapotheke Bad Gleichenberg

## Curcuma – Weihrauch – Entzündung

**Curcuma, die gemahlene Wurzel, fördert als Gewürz die Fettverdauung, unterstützt den Cholesterinstoffwechsel, reinigt die Leber und kann Blähungen sowie Völlegefühl vermindern.**

Unter anderem wirkt Curcuma antioxidativ und entzündungshemmend (Blockade der Cyclooxygenase). Als Pulver wird die Aufnahme im Darm durch die Beimischung von Pfeffer um das Siebenfache verstärkt.

Weihrauch, das Gummiharz des Weihrauchbaumes, ist reich an ätherischen Ölen sowie entzündungshemmenden Boswelliasäuren (Blockade der Leukotriene). Das ätherische Weihrauchöl wirkt als Räucherwerk desinfizierend, aber auch stark immunstärkend, beruhigend, ausgleichend und antidepressiv. Bei Überdosierung (z. B. Ministranten in Weihrauchschwaden) kann Benommenheit auftreten.

Pharmazeutisch interessant ist die doppelte Entzündungshemmung von Curcuma-Weihrauch-Präparaten, bei denen die Wirkung durch Mizellen (Einbettung in Fettkügelchen) um ein Vielfaches verstärkt wird. Bei chronischer Gelenkentzündung (Arthrose) und den damit verbundenen Schmerzen kann die Einnahme dieser Naturstoffe in Kapselform die Mobilität und Lebensqualität wieder steigern.

**Mag. pharm. Dr. Josef Zarfl**

*Curapotheiker und Konsiliarapotheiker für Kurhaus und Klinikum Bad Gleichenberg*

