



PRESSEINFORMATION

Entzündungshemmende Ernährung stärkt Immunsystem

Heidelberg, 18.11.2020

Professorin Ingrid Herr referiert am 25. November 2020 über bioaktive Substanzen, die das Immunsystem stärken - Veranstaltungsreihe der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. und der vhs Heidelberg

Eine gesunde Ernährung stärkt das Immunsystem, hemmt Entzündungsprozesse, senkt das Krebsrisiko und unterstützt eine Krebstherapie. Nach aktuellem Wissensstand könnte ein starkes Immunsystem der beste Schutz vor einer schwer verlaufenden Coronavirus-Infektion sein. In Ihrem Vortrag erläutert Professorin Dr. rer. nat. Ingrid Herr anhand aktueller Forschungsdaten, wie sich bioaktive Substanzen aus Obst- und Gemüsesorten sowie aus Kräutern und Gewürzen in der täglichen Ernährung nutzen lassen.

Professorin Dr. rer. nat. Ingrid Herr hat an der Chirurgischen Universitätsklinik Heidelberg u. a. die Wirkung von sekundären Pflanzenstoffen aus Kreuzblütlerpflanzen wie Brokkoli, Kohlsorten, Rucola, Senf, Raps (-öl) & Co erforscht. Am besten untersucht ist Sulforaphan, das in hoher Konzentration in Brokkoli und seinen Sprossen steckt. Es wirkt entzündungshemmend, krebshemmend, unterstützt bei Chemotherapien und beeinflusst das Immunsystem positiv.

Der Vortrag *Entzündungshemmende Ernährung - der Schlüssel für Vitalität und gesundes Altern* am 25. November 2020 von 19:00 bis 20:30 Uhr im Saal der vhs ist Teil der Veranstaltungsreihe *Gesundheitsfördernde Ernährung bei Krebs*. In Vorträgen und praxisnahen Kochkursen wollen die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK) und die vhs Heidelberg Impulse für die alltägliche Ernährung geben. „Gesunde Ernährung vermindert das persönliche Krebsrisiko“, sagt Dr. med. György Irmey, Ärztlicher Direktor der GfBK in Heidelberg.

Professorin Dr. rer. nat. Ingrid Herr leitet die Sektion Chirurgische Forschung & AG Molekulare OnkoChirurgie an der Chirurgischen Universitätsklinik Heidelberg. Aufgrund der Corona-Hygienemaßnahmen sind die Plätze begrenzt. Interessierte können sich für den Vortrag online anmelden unter <https://www.vhs-hd.de/programm/gesundheit.html/kurs/516-C-23661116/t/entzuendungshemmende-ernaehrung> bzw. telefonisch unter 06221 911 911.

Fortsetzung...

Presseinformation

Pressekontakt

Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK)

Rainer Lange, Pressereferent

Tel.: 06221 - 433-2108

presse@biokrebs.de

Die Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e. V. (GfBK) ist ein unabhängiger, gemeinnütziger Verein, der seit 38 Jahren Krebspatienten, Angehörige und Therapeuten unterstützt. Mit über 15.000 Mitgliedern und Förderern ist sie die größte Beratungsorganisation für ganzheitliche Medizin gegen Krebs im deutschsprachigen Raum.

Die GfBK setzt sich ein für eine individuelle, menschliche Krebstherapie, in der naturheilkundliche Methoden besonders berücksichtigt werden. Die Gesellschaft berät kostenfrei und unabhängig über bewährte biologische Therapieverfahren. Die Arbeit wird ausschließlich durch Mitgliedsbeiträge und private Spenden finanziert. Die GfBK hat die Selbstverpflichtungserklärung (SVE) der Initiative Transparente Zivilgesellschaft (ITZ) unterzeichnet. Damit leistet die GfBK einen Beitrag zur Stärkung einer Kultur der Transparenz im gemeinnützigen Sektor.