

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 41 (1984)  
**Heft:** 7

**Artikel:** Hilfreiche Enzyme  
**Autor:** W.G.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-552662>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 23.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



Eingeborenen in ganz Südamerika, dass man sich ganz wunderliche Dinge davon erzählt. Arthritische Erscheinungen sollen damit schon verschwunden sein; auch wirke sie schmerzstillend. Mit Lapacho habe ich etliche Versuche unternommen, besonders bei Geschwulstkrankheiten; die Resultate waren oft sehr erstaunlich. Es wäre von uns sehr erwünscht, wenn all unsere Leser in Südamerika Lapacho einmal anwenden würden, zum Beispiel bei Hautkrebs oder anderen Geschwulstformen, aber auch bei verschiedenen anderen Krankheiten. Die Lapacho-Rinde kann getrocknet und pulverisiert verwendet werden. Man kann sie aber auch kochen, das heisst, es wird ein Aufguss aus frischer oder getrockneter Rinde hergestellt. Die von uns bis dahin

gesammelten Erfahrungen reichen nicht aus, um eine endgültige Beurteilung abzugeben. Bestimmt lohnt es sich, dieser Rinde vermehrte Aufmerksamkeit zu schenken und sie zu testen. Dieser Ansicht sind auch die dort ansässigen Ärzte. Alles was zellregenerierend wirkt, ist uns heute doppelt willkommen. Weil sich Pflanzenmittel in der Regel gut vertragen, und in der richtigen Dosis eingenommen, keinerlei Nebenwirkungen zeigen, könnte man Lapacho neben den Petasites-Präparaten, sowie neben allen anderen anticancerogen wirkenden Naturstoffen einsetzen. Für Mitteilungen über objektive Prüfungen mit Lapacho-Rinde wären wir also unseren Südamerika-Freunden und -Lesern sehr dankbar.

## Hilfreiche Enzyme

Viele Wunder unserer in so grossen Teilen noch unerforschten Welt, unseres menschlichen Daseins, werden von kleinen und kleinsten Kräften und Bausteinen vollbracht, von deren Existenz wir nur sehr wenig zu wissen in der Lage sind.

Ein solches, äusserst hohes Potential an Kräften im menschlichen Körper stellen zum Beispiel die Enzyme oder Fermente, wie sie auch genannt werden, dar.

### Geschichte der Enzymforschung

Vor fast 150 Jahren wurde zum erstenmal ein Enzym namens Pepsin entdeckt. Es wird im Magen produziert und spaltet das aufgenommene Nahrungseiweiss. Im Laufe der nächsten zwei Jahrzehnte gelang es, weitere Enzymsysteme im Körper zu analysieren. Einer der berühmten Wegbereiter der Erforschung von Enzymen war der französische Chemiker und Bakteriologe Louis Pasteur, der vor allem bei der Beobachtung von Gährungs- und Fäulnisvorgängen auf die Existenz der Enzyme aufmerksam geworden war.

### Was sind Enzyme?

Heute sind wir technisch in der Lage, Enzymesogar synthetisch herzustellen, jedoch

ist noch nicht nachgewiesen, dass sie in der Wirkung den natürlichen gleich sind. Woraus bestehen nun eigentlich die Enzyme? Enzyme befinden sich praktisch in allen Regionen des Körpers. Zusammengesetzt sind sie dabei meist aus einem grossen Eiweisskörper, dem sogenannten Apoenzym, und dem eigentlichen reagierenden Teil, dem Coenzym, das aus Mineralstoffen oder Vitaminbausteinen besteht, und das dem gesamten Enzym seinen Charakter und sein spezifisches Verhalten verleiht.

### Bedeutung der Enzyme

Diese Enzyme werden je nach ihrem Wirkungsort eingeteilt, in ein «exkretorisches System», das heisst, dies sind Enzyme, die von verschiedenen Organen ausgeschieden werden, um die Nahrung in ihre Einzelteile aufzuspalten. Solch ein Enzym ist das Pepsin, das eiweiss-spaltend wirkt und im Magen durch den Salzsäuregehalt erst aktiviert wird. Als ein weiteres Enzym ist da die Lipase zu nennen, die in der Bauchspeicheldrüse hergestellt wird, und im Dünndarm das Nahrungsfett in Glycerin und Fettsäuren spaltet.

Oder aber die Amylase, die ebenfalls von der Bauchspeicheldrüse ausgeschieden



wird und die Umwandlung von Stärke in Zucker vornimmt.

Dass all diese Verdauungsfermente lebensnotwendig sind, um den Körper mit den notwendigen Stoffen zu versorgen, die ihm dadurch noch dazu in hochwertiger und verwertbarer Form angeboten werden, ist ja wohl offensichtlich. Der menschliche Organismus könnte sonst mit der zugeführten Nahrung nichts anfangen. Er braucht die Hilfe von Arbeitern, von Enzymen, die ihm all die grossen Stücke und unentwirrbaren Brocken in kleine, geeignete Bausteine aufteilen, die er dann imstande ist, zu verwerten. Eine weitere Kategorie von Enzymen sind «zellgebunden», das heisst, sie arbeiten nur in der menschlichen Zelle, und gerade sie sind von hoher diagnostischer Bedeutung in der Medizin, da sie bei Zellschäden – beim Herzinfarkt und bei Leberschäden – in das Blut gelangen, wo man sie biochemisch über eine Blutprobe feststellen kann. Die dritte Kategorie wird von den «plasmaspezifischen Enzymen» gebildet. Ohne diese zum Grossteil aus der Leber stammenden Enzyme würde unsere gesamte Blutgerinnung nicht funktionieren, wir müssten schon bei kleinen Verletzungen verbluten.

### **Nutzen durch Enzyme**

Wie wichtig Enzyme für unser Dasein sind, haben wir jetzt andeutungsweise erfahren. In Wirklichkeit ist jedoch alles viel komplizierter. Es gibt Enzymsysteme, die sich gegenseitig beeinflussen und die aufeinander fördernd oder hemmend wirken. Enzyme bewirken chemische Umwandlungen, die der Mensch nur in aussergewöhnlichen Anlagen, in Überdruckbehältern unter grosser Hitze zustandebringt. Enzyme, die man früher auch als Fermente bezeichnete, helfen uns, auch ausserhalb des Körpers Nahrungsmittel herzustellen. Ohne Enzyme gelänge niemals die Umwandlung von Traubensaft in Wein, von Gerstensaft zu Bier oder von Milch zu Käse. All diese wunderbaren Vorgänge, von denen der Mensch grossen Nutzen hat, werden von Enzymen gesteuert. Enzyme

entgiften auch ständig unseren Körper, helfen auf chemischem Wege, den anfallenden Kohlendioxidgehalt über das Blut und die Lunge abzugeben. Sie beseitigen das schädliche Eiweiss toter Zellen aus unserem Körper und vermögen nach neuesten Erkenntnissen sogar «Krebszellen» zu vernichten.

### **Umgang mit Enzymen**

Es ist also von grosser Bedeutung, dass wir mit unserer Nahrung die Bestandteile oder sogar die Enzyme selbst aufnehmen. Welche Regeln müssen wir dabei beachten? Zum einen sollten wir wissen, dass Hitze die Enzyme denaturiert und zerstört. Deshalb ist diese ganz zerkochte, ungesunde Ernährung, die wir oft vorgesetzt bekommen, frei von Enzymen. Nahrungsmittel, die über 50 Grad erhitzt werden, enthalten keine Enzyme mehr. Hoherhitzte Lebensmittel in Dosen oder ultrahocherhitzte Milch sind wohl Nährmittel mit Eiweiss, Fett und Kohlenhydraten, jedoch ohne die notwendigen Enzyme. Deswegen sollten wir unsere Essgewohnheiten umstellen, Vollwertkost bevorzugen, mehr Rohkost zu uns nehmen und möglichst wenig Gekochtes. Alle Nahrungsmittel, die ungekocht sind, beherbergen eine ganze Reihe von Enzymen, und dies ist der wirklich entscheidende Vorteil gegenüber erhitzten oder auf diese Weise konservierten Lebensmitteln. Zum anderen können wir ergänzend zu unserem Essen Enzympräparate einnehmen. Diese werden als Arzneimittel aus Tierorganen gewonnen. Es gibt jedoch ebenso pflanzliche Enzyme aus der Ananas oder dem mexikanischen Melonenbaum, der Papaya. Papain, wie letzteres genannt wird, ist ein Enzym, das Eiweiss spaltet. Verschiedene Papayaprodukte enthalten solches Enzym als Verdauungsregulator. Sie helfen uns daher, die Nahrung besser aufzuschliessen und zu verdauen. Diese natürlichen Enzyme unterstützen den Körper in seiner Arbeit, in der Speisenverwertung und Schlackenbeseitigung und halten ihn auf diese Weise jung und widerstandsfähig.

W.G.