
Subject: Alterungsprozess Zurücksetzen bei Dr Sinclair
Posted by [Sweety1988](#) on Wed, 22 Mar 2023 18:25:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alterungsprozess /Biologische Uhr Zurücksetzen bei Dr Sinclair

Also Zu aller erst wer : Dr Sinclair nicht kennt, er ist der Führende Wissenschaftler im Anti Aging/Alterungsprozesse Link : https://de.wikipedia.org/wiki/David_A._Sinclair

Also um erstmal Klarheit zu Schaffen. Hier geht es nicht um, für immer zu Leben. Das ist unrealistisch. Es geht darum, Lang mit Hoherlebensqualität zu Leben . Laut Sinclair,könnten Menschen so bis 150 Jahre alt werden.Sofern sie Mittel nimmt.

Warum Altern wir? (Körperlich /Äußerlich): Durch Umwelt einflüße zb UV Strahlen und auch Übermäßigen Zuckerkonsum (Zu hoher Blutzuckerspiegel), Altern wird Schneller:

Studie : https://de.wikipedia.org/wiki/David_A._Sinclair (Zu Uv Strahlen)

Video von Sinclair zu Zucker (englisch /youtube) :
<https://www.youtube.com/watch?v=uNC2-Kq-RBA> sowie ne Studie :
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3664017/>

Sowie mit Hohen Alter Sinkt unser NAD level , mehr und mehr.

Was ist NAD ?:

Nicotinamidadenindinukleotid (Nicotinamid-Adenin-Dinukleotid, abgekürzt NAD) ist ein Coenzym, das formal ein Hydridion überträgt (zwei Elektronen, kurz: 2 e⁻, und ein Proton, H⁺). Es ist an zahlreichen Redoxreaktionen des Stoffwechsels der Zelle beteiligt.

Quelle : <https://de.wikipedia.org/wiki/Nicotinamidadenindinukleotid>

Sowie unser NAD level nimmt mit den Alter immer weiter ab, das sorgt für Schäden im Körper (DNA) , was uns Altern lässt

Studie (Englisch) : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5088772/>

Sowie dadurch: Kriegen Männliche Menschen mit Schlechten Genen oft Ohrenhaare/Nasenhaare/Rückenhaare/Hand/Fingerhaare , sowie Weibliche Personen vereinzelt Gesichthaare , sowie auch Nasenhaare.Sowie Muskeln Bauen ab, Nehmen Leichter zu /Schlechter ab usw.

Das ist der Auslöser dafür.

Wir können unser NAD+ Level wieder Auffüllen . Es gibt ein Preparat , was auch in Broccoli

/Avocado etc drin ist was sich NMN nennt. Man kriegt das zb bei Amazon /Online bei google etc auch gekauft.

Die tägliche Dosis , liegt zwischen 250 MG bis 1 Gramm, für eine person pro Tag. Sowie es sollte mit TMG eingenommen werden bzw. Trans-Reservatrol auch.

Studie zu NMN: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7238909/>

Sowie nen Video von Sinclair zu NMN für Mäuse :
<https://www.youtube.com/watch?v=-1m9LnUWLtA>

Mach nachher /morgen weiter.