



Wer in der letzten Zeit die einschlägigen Bike-Magazine einmal aufmerksam durchgeblättert hat, den wird sicherlich auch die ganzseitigen Anzeigen von Wobenzym plus aufgefallen sein. Da mich interessiert hat, was sich genau hinter der Wirkung von Enzymen im Sportbereich verbirgt habe ich mich mal ein wenig mit dem Produkt auseinander gesetzt. Und manchmal hat man auch Glück im Unglück, denn genau zu



dieser Zeit hatte ich eine langwierige Entzündung im Ellenbogen. Diese wurde vor dem Test auch schon mit Spritzen und Ruhigstellen - Gippschiene von der Schulter bis zu den Fingerspitzen - behandelt; aber leider nur mit mäßigem Erfolg... wenn ich es mal positiv ausdrücken will. So bot es sich also gleich mal an Wobenzym plus selbst zu testen und zu schauen, wie es sich auf die Entzündung auswirkt.

Aber bevor es soweit war habe ich mich mal auf der Herstellerseite erkundigt, was dieser über sein Produkt; Enzyme und deren Wirkung schreibt:

### **Enzyme als natürliche Heilungsbeschleuniger**

*[ads1]Sportler konfrontieren ihre Gelenke, Knochen, Sehnen, Muskeln und Bänder oftmals mit ungewohnten Belastungsumfängen und hohen Intensitäten. Dies kann zu Mikroverletzungen im Gewebe des Bewegungsapparates mit begleitenden Entzündungsreaktionen führen, die unbehandelt häufig in langwierigen und schmerzhaften Überlastungsschäden enden. Um längere Zwangspausen im Trainingsablauf zu vermeiden, müssen die (Kleinst-) Verletzungen so früh wie möglich therapiert werden: Die Einnahme natürlicher Enzymkombinationspräparate kann den Ablauf des Entzündungs- und Heilungsprozesses erheblich beschleunigen. Dabei unterdrücken Enzyme, im Gegensatz zu den gängigen Schmerzmitteln, die Entzündung nicht, sondern unterstützen eine rasche Abheilung der Verletzung. Besonders wirksam ist eine optimal aufeinander abgestimmte Kombination aus den antientzündlich wirksamen Enzymen Bromelain, Trypsin und dem Flavonoid Rutosid, wie in Wobenzym® plus. Rutosid unterstützt zusätzlich den abschwellenden Effekt und wirkt antioxidativ. Durch die Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes werden Gelenke und Muskeln verstärkt mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt.*

### **Enzyme**

*Enzyme sind hochaktive Eiweißstoffe, die fast alle biochemischen Reaktionen in unserem Körper steuern. Ob Atmung, Wachstum, Verdauung, Energiegewinnung, Reizleitung in den Nerven, Blutgerinnung, Heilungsprozesse nach Verletzungen oder die komplexen Abläufe des Reparatur- und Immunsystems: Alles ist enzymgesteuert.*

*Enzyme können sogar wie Arzneimittel wirken. Hochdosierte Kombinationen natürlicher Enzyme beschleunigen die körpereigenen Heilungsprozesse. Schwellungen gehen zurück, und Entzündungen klingen schneller ab. Die biologischen Helfer balancieren das Immunsystem in einem gesunden Gleichgewicht aus.*



*Eine Aufnahme der benötigten Mengen an Enzymen über die Nahrung ist praktisch nicht möglich. Alleine für die in einer einzigen Tablette Wobenzym® plus enthaltene Menge an dem Enzym Bromelain müsste man etwa 3,5 kg Ananas essen. Das bedeutet für die empfohlene Tagesdosis bei einer Stoßtherapie: tagtäglich 42 kg Ananas und mehr! Die weiteren Bestandteile des Kombinationspräparates – das hochwirksame Enzym Trypsin sowie Rutosid – sind in der täglichen Nahrung kaum enthalten.*

*Über die Nahrung aufgenommene Enzyme können zudem nicht arzneilich wirken, da sie den Verdauungsprozess nicht überstehen. Die Magensäure greift die Enzyme an und zerstört sie. Deshalb garantieren nur Tabletten mit einem magensaftresistenten Überzug die Resorption. Die Enzyme gelangen mit diesem Schutzschild unbeschadet in den Darm, wo der Körper sie dann aufnehmen kann.*

## Der Test



Ich habe mir also mal eine 100er Packung von Wobenzym plus. Die angegebene Menge der einzunehmenden Tabletten liegt bei 6 – 12 Stück pro Tag. Somit reicht eine 100er Packung also gute 8 – 16 Tage. Hier stellte sich für mich gleich die erste Frage: Wie viele muss bzw. sollte ich denn jetzt einnehmen? Da ich bis dato keinerlei Erfahrungen mit der Einnahme von Enzymen hatte habe ich mit der geringsten Dosis begonnen und das aus so weitergeführt, weswegen ich dementsprechend einen Testzeitraum von 2,5 Wochen hatte.

Ich habe darauf geachtet, ob ich auch irgendeine Wirkung spüre, ähnlich wie z.B. bei einem Energy-Gel oder ähnlichem. Ein solcher Effekt blieb aus, allerdings war tatsächlich nach etwas mehr als einer Woche eine leichte Linderung der Beschwerden festzustellen. Und wenn die Probleme im Arm nicht schon genug gewesen wären, so habe ich mich in der Zeit am Fuß sehr unglücklich verletzt, wo es normaler Weise aufgrund der Art der Verletzung auch zu einer Entzündung hätte kommen müssen. Ich war angenehm überrascht, dass diese Ausblieb, was ich jetzt mal dem Wobenzym plus zuschreibe.

Nach über zwei Wochen war nun also der Test beendet und ich muss sagen, dass sich eine recht deutlich zu verspürende Besserung der Beschwerden eingestellt hat; weggegangen sind sie aber leider nicht. Hierfür hätte ich vielleicht die Dosierung erhöhen und/oder das Präparat über einen längeren Zeitraum nehmen müssen.

## Fazit:

Die gut 2 ½ wöchige Testphase von Wobenzym plus hat für mich die Erkenntnis gebracht, dass ich bei Entzündungen – grade im Gelenkbereich – nicht zwingend und sofort zum Arzt gehen muss. Eine „Behandlung“ mit dem Präparat aus dem Hause Mucos Pharma kann man auch selbstständig durchführen. Eine Verbesserung bzw. Linderung der Beschwerden bringt es auf jeden Fall. Allerdings ist das apothekenpflichtige Produkt mit einem Preis von 34,99 € (UVP) nicht grade günstig. Es gibt aber auch noch Verpackungseinheiten von 200 Stk. (UVP: 63,89 €) und 800 Stk. (UVP: 179,95 €). Grade die mittlere Größe dürfte für eine temporäre Behandlung sinnvoll sein.



Was mir als Laie ein wenig fehlte war eine etwas detailliertere Erläuterung bzw. Empfehlung, wann ich wie viele Tabletten einnehmen sollte. Wer sich aber das Produkt „gönnt“ sollte es einfach ausprobieren... es hat mir auf jeden Fall geholfen, sodass ich es guten Gewissens empfehlen kann.

Weitere Informationen – auch zu anderen Präparaten und Produkten – gibt es unter [www.enzymkraft.de](http://www.enzymkraft.de) und [www.wobenzym.de](http://www.wobenzym.de).

