



# PEA!

## Palmitoylethanolamid

Gegen Schmerzen

Bei Allergien

Bei Depressionen

Gegen Demenz

Bei Asthma

Körpereigener Stoff!

**Die Wissenschaft weiß das seit 30  
Jahren!**

<b>PEA (Palmitoylethanol)- selbstgestrickte Socken und der Skandal.....</b>	<b>3</b>
<b>Erfahrungen mit PEA, Studien und Einnahmeempfehlungen.....</b>	<b>6</b>
Was ist PEA?.....	7
PEA kann aber noch mehr!.....	7
Wie erkenne ich Qualität?.....	7
PEA einnehmen.....	8
Geduld und Achtsamkeit!.....	8
So findest du deine individuelle Dosis.....	8
Wichtig.....	9
Wie PEA im Körper wirkt.....	9
PEA schützt die Zellen.....	9
So schützt PEA unsere Zellen:.....	9
PEA wirkt schmerzstillend.....	10
Beruhigung überaktiver Immunzellen (Mastzellen).....	10
Aktivierung des PPAR- $\alpha$ -Rezeptors.....	11
Schutz und Stabilisierung der Nervenzellen.....	11
Entourage-Effekt auf das Endocannabinoid-System.....	11
Zusammengefasst:.....	12
PEA wirkt stimmungsaufhellend (Depression/Ängste).....	12
1. PEA bekämpft chronische Entzündung im Gehirn.....	12
2. Unterstützung des Endocannabinoid-Systems.....	12
3. Schutz der Nervenzellen (Neuroprotektion).....	13
4. Modulation von Neurotransmittern.....	13
Zusammengefasst:.....	13
Neuropathische Schmerzen und andere Anwendungsgebiete von PEA.....	14
Einsatzbereiche von PEA.....	14
Weitere gesundheitliche Vorteile von PEA.....	15
<b>Studienlage.....</b>	<b>16</b>
PEA besser als Ibuprofen.....	16
Übersicht über fast alle Anwendungsgebiete von PEA mit Studien.....	16
PEA und Depression.....	16
Bakterien.....	17
Stimulation der Phagozytose.....	17
Phagozytose.....	17
Schmerzen.....	17
Darmgesundheit.....	17
Erkältungen abfangen und lindern mit PEA.....	18
PEA wirksam bei Migräne.....	18
<b>Erfahrungen mit PEA beim Menschen.....</b>	<b>18</b>
Depressionen.....	18
Depressionen II.....	19
PEA Nervenschmerzen.....	19
PEA nach Covid.....	20
PEA bei Asthma.....	20
Herpes.....	20

Schmerzen.....	21
Schmerzfrei trotz Rheuma.....	21
Schmerzen Mensch und Hund.....	22
Schmerzen, Restless legs, Harndrang.....	23
Allergie Hund, Histaminintoleranz Mensch.....	24
Weniger Heißhunger, weniger Gewicht.....	24
Chronische Kopfschmerzen.....	25
Verschiedene Erfahrungen.....	25
Heuschnupfen.....	30
Rückenschmerzen, Nasennebenhöhlen, Menstruationsschmerzen.....	32
Schmerzen bei Krebserkrankung.....	32
Nervenschmerzen.....	33
<b>Erfahrungen mit PEA beim Hund.....</b>	<b>34</b>
Allergie, Demenz, Arthrose, Spondylose.....	34
Hund Inkontinenz.....	35
Hund: Lahmen.....	36
<b>Erfahrungen mit PEA beim Pferd.....</b>	<b>37</b>
Sommerekzem.....	37
Hufrehe, Mensch: Gelenkschmerzen.....	37
Pferd & Katze: Arthrose.....	38
PSSM.....	38
<b>Fragen und Antworten.....</b>	<b>39</b>
Warum verschlimmern Schmerzmittel die Probleme?.....	39
Was ist PEA?.....	41
Wie wirkt PEA denn genau im Körper?.....	41
Wie dosiere ich PEA richtig?.....	42
Hat PEA Nebenwirkungen?.....	42
Sollten die Patienten ihre Schmerzmittel sofort absetzen, wenn sie PEA einnehmen?.....	42
Kann ich PEA auch bei akuten Schmerzen anwenden?.....	43
Sollte man dann bei chronischen Schmerzen PEA dauerhaft einnehmen?.....	43
Bedeutet das, dass PEA auch eine Wirkung bei Demenz hat?.....	43
Ist PEA auch für Haustiere hilfreich?.....	44
Wie verabreicht man Tieren das PEA - Kapseln sind da ja nicht möglich?.....	46
Und wie wird PEA für Tiere dosiert?.....	46
Worauf muss ich achten, wenn ich PEA kaufe?.....	46
<b>PEA Infoblatt.....</b>	<b>48</b>

# PEA (Palmitoylethanol)- selbstgestrickte Socken und der Skandal

Warum ich diesen wundervollen Stoff einfach liebe.

*Von Sara Herz, Medizinjournalistin vom Spektrum Naturmedizin.*

Ich erhielt kürzlich einen Umschlag, er enthielt ein Paar Socken - selbstgestrickt. Das war ein Geschenk für eine Beratung, für die ich kein Honorar wollte. Diese Socken freuen mich ganz besonders und immer, wenn ich sie trage, werden sie mich daran erinnern, wie wertvoll PEA ist.

Dabei brauche ich diese Erinnerung eigentlich nicht, denn tagtäglich sehe ich, was mit diesem natürlichen körpereigenen Stoff möglich ist. Vor allem werden mich diese Socken immer daran erinnern, dass es ein Skandal ist, dass den Menschen PEA nicht schon viel früher zur Verfügung gestellt wurde.

Wissenschaftler wissen seit 38 Jahren, dass PEA ein hochwirksames natürliches Schmerzmittel ist, das aber auch bei anderen Krankheiten sehr hilfreich ist.



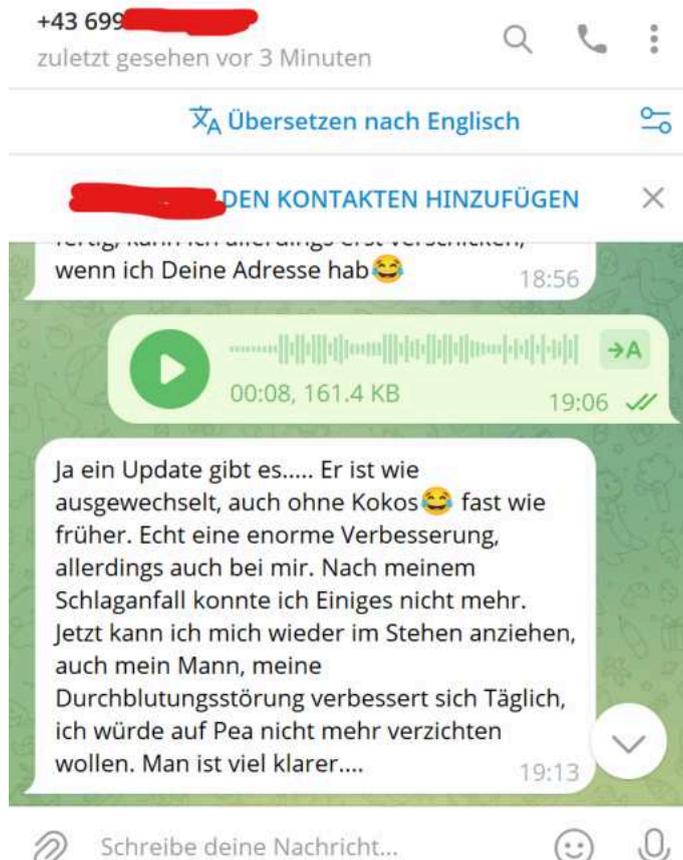
## **Aber nun zum Grund für das Geschenk:**

Eine Frau suchte Rat wegen ihres Mannes. Sie hatte meinen PEA-Podcast gehört und dort erwähnte ich auch, dass PEA bei **Demenz** sehr hilfreich ist. Ihr Mann, 78 Jahre, zeigte deutliche Symptome einer Demenz. **Vergesslichkeit, Depressionen. Herausfordernde Aufgaben zu bewältigen, fiel ihm immer schwerer.**

Trotz seines hohen Alters arbeitet er noch als Moderator, das wurde natürlich mit der Demenz immer schwieriger.

Ich empfahl der Frau PEA. Obwohl PEA als natürlich gut wirkendes Schmerzmittel bekannt ist, kann es weitaus mehr. Das bewies es auch in diesem Fall.

Nach nur 4 Wochen schrieb sie mir diese wundervolle Nachricht:



**Ist das nicht erstaunlich?**

**! Nur durch PEA. Ein natürliches Mittel ohne Nebenwirkungen.**

Gerade wurde ein **neues Medikament gegen Demenz** auf den Markt gebracht. Die Nebenwirkungen: Hirnschwellungen, Mikroblutungen, Kopfschmerzen, Verwirrtheit, Übelkeit.

Ärzte geben verwirrten **Patienten ein Mittel, das Verwirrtheit auslöst und zu Hirnblutungen** führen kann. Unfassbar.

**Dabei haben wir mit PEA einen natürlichen körpereigenen Stoff**, der Demenz nicht nur stoppen kann, sondern auch vor Demenz schützt, das ist durch Studien belegt.

Aber für die Pharmaindustrie ist es natürlich viel **lukrativer**, wenn wir uns mit Chemie "vollpumpen", die dann wieder neue Erkrankungen hervorruft. **Ein nicht endender Teufelskreis.**

## **Und bei Schmerzen geht der Skandal weiter!**

**1000 Millionen Euro** gaben die Deutschen in 2024 für frei verkäufliche Schmerzmittel aus. **Tendenz in 2025: ein Plus von 5 %.**

Die **Nebenwirkungen** sind oft **drastisch!** Das müssten wir uns alles nicht antun, wenn wir einmal hinschauen.

**Seit 38 Jahren** weiß die Wissenschaft, dass wir mit PEA einen natürlichen Stoff nutzen können, der gegen Schmerzen ebenso gut wirkt wie zum Beispiel Ibuprofen.

### **Mein Wunsch: Viele Menschen sollen PEA kennenlernen und es nutzen.**

- gegen ihre Schmerzen
- gegen die Demenz
- gegen Allergien
- gegen Asthma

Es gibt natürlich keine Wundermittel, aber: **PEA ist ein kleines Wunder.** Entdecken wir PEA und nutzen wir es für unsere Gesundheit. Und die unserer Tiere!

*Liebe Grüße,*

*deine Sara Herz*

*Medizinjournalistin beim SPEKTRUM NATURMEDIZIN*

### **Das erwartet dich in diesem PDF:**

- Dosierungsempfehlungen
- Studien
- Erfahrungsberichte
- Fragen und Antworten

**Die Ärzte und Heilpraktiker vom SPEKTRUM NATURMEDIZIN empfehlen das PEA von Waldkraft**

- Es wird natürlich hergestellt
- Es ist ultramikronisiert. Das ist bei PEA die höchste Qualitätsstufe. In **Studien** wird ausschließlich **mikronisiertes** PEA verwendet, weil es eine **bessere Wirksamkeit** hat als nicht mikronisiertes.  
Ultramikronisiertes PEA ist **noch hochwertiger** als mikronisiertes.

Hier kaufen:

<https://www.waldkraft.bio/search?sSearch=PEA&spartner=endlichgesund5>

**Mit diesem Link sparst du 5%!**

# Erfahrungen mit PEA, Studien Einnahmeempfehlungen

## Was ist PEA?

PEA (Palmitoylethanolamid) ist ein fetthaltiger Stoff, den unser Körper selbst produzieren kann - natürlicher geht es also gar nicht. In geringer Konzentration kommt PEA auch in Eigelb (Huhn), Bio-Fleisch, Olivenöl und Erdnüssen vor. Über Lebensmittel erreichen wir allerdings keine positive Wirkung auf unsere Gesundheit.

Rein technisch gesehen ist PEA ein „pro-resolvierendes, Lipide signalisierendes Molekül“.

PEA bekämpft Entzündungen und zellulären Stress. Diese Wirkung ist durch mehr als 500 Studien belegt. (Stand 2024)

## PEA kann aber noch mehr!

Die Wissenschaft beschäftigt sich hauptsächlich mit dem Einsatz von PEA bei Schmerzen, aber das Anwendungsspektrum ist viel größer, wie tausende Erfahrungsberichte von Patienten und Tierhaltern belegen. So gibt es positive Berichte und auch einige Studien zu positiven Effekten bei Depressionen, Multipler Sklerose, Übergewicht, Autismus und Störungen des Stoffwechsels.

## Wie erkenne ich Qualität?

### Kaufe nur PEA, das

- natürlich hergestellt wurde
- ultra mikronisiert ist (bessere Wirksamkeit). In Studien wird ausschließlich dieses hoch wirksame PEA verwendet.
- von einem Unternehmen stammt, das kontrolliert wird

## PEA einnehmen

### Einschleichen:

Tag 1-3 400 mg

Tag 4-8 800 mg

Ab Tag 9: 1200 mg

Wichtig: Je nachdem wie stark deine Beschwerden sind, kannst du auch mit 1,2 Gramm starten (3 Kapseln). Achte einfach darauf, wie es dir bekommt. Das Schlimmste, was passieren kann, ist Durchfall, das vergeht aber schnell wieder.

### Wichtig

- PEA wird nicht nach Gewicht dosiert, das heißt, ein Hund mit 10 Kilo bekommt ebenso viel wie ein Mensch mit 60 Kilo oder ein Pferd mit 500 Kilo.
- Normalerweise braucht PEA einige Zeit, bis es wirkt. Manche Menschen berichten aber auch, dass die Wirkung schon nach 2-3 Tagen eintritt.
- Nimm PEA zu den Mahlzeiten ein, da es fettlöslich ist. Die Mahlzeit sollte natürlich auch eine Menge Fett enthalten.

## Geduld und Achtsamkeit!

Wenn du PEA einnimmst, brauchst du beides.

Es kann bis zu 8 Wochen dauern, bis PEA wirkt. Bei manchen Menschen wirkt es nach einer Woche, bei anderen nach 10. Wir sind eben alle Individuen.

### Wenn PEA nicht wirkt, dann liegt es entweder daran, dass

- jemand diese Geduld nicht hat
- zu niedrig dosiert

## So findest du deine individuelle Dosis

Schleiche PEA ein, bis du 1,2 Gramm erreicht hast. Jetzt kommt die Achtsamkeit ins Spiel: Achte gut auf deinen Körper und dosiere so weit hoch, bis deine Beschwerden weg sind.

Nach einer Zeit kannst du beginnen, wieder runter zu dosieren und zu schauen, ob du auch mit weniger auskommst.

Da PEA im Gegensatz zu Schmerzmitteln nicht nur den Schmerz bekämpft, sondern auch eine heilende Komponente hat (bekämpft Entzündungen, schützt

Nerven), kann es durchaus sein, dass du nach einiger Zeit die Dosis verringern kannst.

### Wichtig

- PEA hat keine Nebenwirkungen
- PEA hat keine Wechselwirkungen mit Medikamenten, außer bei Antidepressiva sollte man aufpassen. PEA kann die Wirkung verstärken. Da PEA aber sehr gut gegen Depressionen wirkt, sind diese oftmals gar nicht notwendig!

## Wie PEA im Körper wirkt

### PEA schützt die Zellen

Unsere Körperzellen sind ständig in Gefahr. Sauerstoffmangel, Entzündungen, Toxine, Stress, falsche Ernährung, freie Radikale setzen unseren Zellen zu.

### So schützt PEA unsere Zellen:

#### 1. Entzündungshemmung

PEA reduziert die Produktion von entzündungsfördernden Botenstoffen (z.B. TNF- $\alpha$ , IL-1 $\beta$ ). Weniger Entzündung bedeutet weniger Zellstress und -schädigung.

Alle Menschen, die an Krankheiten leiden, die mit Entzündungen einhergehen, sollten PEA einnehmen, dabei ist es vollkommen gleichgültig, wo diese Entzündungen auftreten.

#### 2. Reduktion von oxidativem Stress

PEA stabilisiert die Zellmembranen und hilft, freie Radikale in Schach zu halten, die sonst Zellbestandteile zerstören könnten.

#### 3. Schutz von Nervenzellen

PEA aktiviert spezielle Rezeptoren (wie PPAR- $\alpha$ ), die für Zellschutz und Energieproduktion wichtig sind. Besonders Nervenzellen profitieren davon, z.B. bei Schmerzen oder neurodegenerativen Erkrankungen.

PEA ist also neuroprotektiv, was für Krankheiten wie Alzheimer und Multiple Sklerose eine große Bedeutung hat.

#### 4. Unterstützung für das Immunsystem

PEA bringt überaktive Immunzellen (z.B. Mastzellen) wieder ins Gleichgewicht. Dadurch wird unnötige Zellzerstörung durch ein überschießendes Immunsystem verhindert. Deswegen ist PEA für Menschen mit **Allergien** und **Autoimmunerkrankungen** so hilfreich.

Das Immunsystem wird **beruhigt**, ohne aber in seiner "Schlagkraft" gegen Viren und Bakterien eingeschränkt zu sein.

Diese Nebenwirkungen haben konventionelle Mittel, die bei Allergien und Autoimmunerkrankungen verschrieben werden. Resultat: Das Immunsystem wird heruntergefahren und kann sich nicht mehr richtig gegen Viren und Bakterien wehren.

Wir bekommen mehr Infekte wie Grippe, Lungenentzündung etc. Das passiert mit PEA nicht.

#### 5. Zellregeneration

Indem PEA Entzündung und Stress abbaut, schafft es ein besseres Milieu für Heilung und Zellneubildung.

Im Gegensatz zu Schmerzmitteln, die nur den Schmerz wegdrücken, hat PEA also auch eine heilende Wirkung.

### PEA wirkt schmerzstillend

PEA wirkt als Schmerzmittel, indem es die Ursachen von Schmerzen direkt an den Nervenzellen und Immunzellen reguliert, und nicht einfach nur die Symptome betäubt wie klassische Schmerzmittel.

Die wichtigsten Mechanismen:

#### Beruhigung überaktiver Immunzellen (Mastzellen)

- Bei Entzündungen schütten Mastzellen jede Menge Schmerz- und Entzündungsbotenstoffe (wie Histamin, Prostaglandine) aus.
- PEA wirkt wie ein "Bremsen" auf diese Zellen – es verhindert die Überreaktion und reduziert dadurch die Reizung von Nervenenden.

**Ergebnis:** Weniger Entzündungsreiz = Weniger Schmerzsignal.

### **Aktivierung des PPAR- $\alpha$ -Rezeptors**

- PPAR- $\alpha$  ist ein Zellkernrezeptor, der Entzündungen und Schmerzen systematisch herunterfährt.
- PEA dockt hier an und steuert die Genaktivität so, dass Entzündungsenzyme und Schmerzbotenstoffe gehemmt werden.

**Ergebnis:** Die Schmerzkaskade wird *an der Wurzel* reguliert, nicht nur überdeckt.

### **Schutz und Stabilisierung der Nervenzellen**

- PEA stabilisiert die Membranen von Nerven, die oft durch Entzündungen hypersensibel werden.
- Es reduziert die „Überfeuerung“ von Schmerzrezeptoren (z.B. TRPV1, das auch bei Hitzeschmerz aktiv ist).

**Ergebnis:** Die Nervenzellen senden weniger Schmerzsignale ans Gehirn.

### **Entourage-Effekt auf das Endocannabinoid-System**

- PEA verstärkt indirekt die Wirkung körpereigener Cannabinoide wie Anandamid.
- Anandamid wirkt wie ein natürliches Schmerz- und Entspannungsmolekül – wenn PEA seine Wirkung unterstützt, wird der Schmerzreiz zusätzlich

gedämpft.

**Ergebnis:** Körperinterne Schmerzregulation wird hochgefahren – ohne die Nebenwirkungen von klassischen Opioiden oder NSAIDs.

### **Zusammengefasst:**

PEA wirkt *multidimensional gegen Schmerzen:*

- Es beruhigt Entzündungen,
- schützt Nervenzellen,
- stabilisiert Zellfunktionen,
- und stärkt körpereigene schmerzlindernde Systeme.
- Und das ohne Nebenwirkungen wie Magenprobleme, Herz-Kreislaufprobleme etc. bei Schmerzmitteln.

### **PEA wirkt stimmungsaufhellend (Depression/Ängste)**

PEA beeinflusst die Stimmung, Depression und Angst direkt und indirekt.

#### **1. PEA bekämpft chronische Entzündung im Gehirn**

Bei Depressionen und Angststörungen findet man oft eine neuroinflammatorische Situation – also stille Entzündungen im Gehirn.

PEA reduziert Mikroentzündungen durch Aktivierung von PPAR- $\alpha$  und Beruhigung von Immunzellen wie Mikroglia.

Ergebnis: Das Gehirn "kommt zur Ruhe" → Stimmung hellt sich auf, Grübeln werden weniger.

#### **2. Unterstützung des Endocannabinoid-Systems**

Unser körpereigenes Endocannabinoid-System reguliert Gefühle von Entspannung, Freude und Stressabbau.

PEA verstärkt die Wirkung von Anandamid (Linderung von Angstzuständen und Depressionen), ohne selbst ein klassisches Cannabinoid zu sein.

Ergebnis: Wir werden ruhiger, sind emotional stabiler, haben weniger Stress.

### 3. Schutz der Nervenzellen (Neuroprotektion)

Chronischer Stress und Depression schädigen Nervenstrukturen, besonders im Hippocampus (Gedächtnis und emotionale Verarbeitung).

PEA schützt Nervenzellen und unterstützt sogar die **Neubildung neuronaler Verbindungen** (Neurogenese).

Ergebnis: Bessere Stressresilienz, schnellere Erholung von seelischer Erschöpfung.

### 4. Modulation von Neurotransmittern

Studien zeigen, dass PEA auf Systeme wie Serotonin und Dopamin wirkt, also genau auf die Botenstoffe, die bei Depression und Angst gestört sind.

Besonders in Kombination mit Therapien oder natürlichen Antidepressiva (wie Safran oder Rosenwurz) kann PEA die Wirkung verstärken.

Ergebnis: Mehr Antrieb, mehr Lebensfreude, weniger innere Unruhe.

### Zusammengefasst:

PEA wirkt bei Depression und Angst...

- entzündungshemmend im Gehirn,
- schützend auf Nervenzellen,
- verstärkend auf Glücksmoleküle,
- und ausgleichend auf emotionale Stresssysteme.

## Neuropathische Schmerzen und andere Anwendungsgebiete von PEA

Unter normalen Bedingungen produziert der Körper ausreichende Mengen an PEA. Bei chronischen Entzündungen und Schmerzen sinkt jedoch die PEA-Produktion. Die vielversprechendste Anwendung von PEA liegt im Bereich neuropathischer Schmerzen.

Die Mechanismen, durch die PEA Nervenschmerzen lindert, basieren auf verschiedenen Prozessen, die die Neuroinflammation reduzieren:

- **Herunterregulierung des Kernrezeptors PPAR:** Dies reduziert entzündliche Reaktionen.
- **Wirkung auf Cannabinoid-Rezeptoren (CB1, CB2, GPR55):** PEA moduliert diese Rezeptoren, die an der Schmerzübertragung beteiligt sind.
- **Hemmung von überaktiven Mikrogliazellen, Mastzellen und Immunzellen:** Diese Zellen spielen eine Schlüsselrolle bei entzündlichen Prozessen.

PEA hat sich insbesondere bei sogenannten „Neurokompressionssyndromen“ als hilfreich erwiesen. Dazu gehören Ischias, Bandscheibenvorfälle (Hernien) und das Karpaltunnelsyndrom. Weitere Einsatzbereiche sind:

- Diabetische Neuropathie
- Postzosterische Neuralgie
- Nervenschmerzen durch Chemotherapie
- Zahnschmerzen

## Einsatzbereiche von PEA

PEA ist vielseitig einsetzbar und zeigt Wirksamkeit bei folgenden Schmerzzuständen:

- **Chronische Schmerzen:** Fibromyalgie, Osteoarthritis, rheumatoide Arthritis, Arthrose
- **Neuropathische Schmerzen:** Zentral oder peripher bedingt (z. B. durch Verletzungen oder Erkrankungen)
- **Rückenschmerzen:** Lumbaler Typ, zervikaler Ischias
- **Allergien**
- **Asthma**

- **Arthrose und Karpaltunnelsyndrom**
- **Chronische Unterleibs- und Vaginalschmerzen**
- **Diabetesbedingte Schmerzen:** Kribbeln und Nervenschmerzen
- **Schlaganfall:** Reduziert Schmerzen und Spastik
- **Postoperative Zahnschmerzen oder Schmerzen durch Chemotherapie**
- **Neurodegenerative Erkrankungen:**
  - Parkinson: Verlangsamung des Krankheitsverlaufs
  - Multiple Sklerose: Linderung von Schmerzen
  - Alzheimer: Schützende Wirkung und Verlangsamung des neuronalen Abbaus
  - Epilepsie: Reduktion von Muskelkontraktionen
  - Migräne

## Weitere gesundheitliche Vorteile von PEA

- **Entzündliche Darmerkrankungen:** Reduziert Entzündungen und verbessert die Lebensqualität.
- **Augenglaukom:** Lindert Entzündungen.
- **Allergien:** Begrenzung der Entzündungsreaktionen bei Luft-, Nahrungsmittel- oder Kontaktallergien. Außerdem wird die Histaminausschüttung reguliert.

# Studienlage

## PEA besser als Ibuprofen

## Übersicht über fast alle Anwendungsgebiete von PEA mit Studien

### PEA und Depression

- <https://consensus.app/results/?q=Palmitoylethanolamid%20und%20Depression&pro=on&lang=de>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30391203/>
- <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165032718315994>
- <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29486338/>
- <https://bpspubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/bph.15071>

## Bakterien

Hirnhautentzündung, Darmentzündung, Bakterien allgemein

### Stimulation der Phagozytose

PEA hat die Fähigkeit, die Phagozytose von Bakterien durch Mikrogliazellen zu stimulieren. In vitro-Studien zeigen, dass PEA die Phagozytose von Escherichia coli K1 und Streptococcus pneumoniae R6 durch murine Mikroglia signifikant erhöht, was darauf hindeutet, dass PEA die Resistenz des Gehirns gegen ZNS-Infektionen steigern kann.

### Phagozytose

Phagozytose ist ein biologischer Prozess, bei dem spezielle Zellen, sogenannte Phagozyten, feste Partikel wie Krankheitserreger, Zelltrümmer oder andere schädliche Substanzen aufnehmen und abbauen. (Bakterien werden vernichtet)

<https://gepris.dfg.de/gepris/projekt/270676532?context=projekt&task=showDetail&id=270676532&>

<https://consensus.app/results/?q=palmitoylethanolamid%20bakterien&pro=on&lang=de>

<https://www.mdpi.com/?fbclid=IwAR2kArLBn-7bAC5N3mBNkOTkv4YbHnFZ51KGesbcJBkOv1g1w3ZdII344dQ>

<https://www.mdpi.com/2072-6643/15/6/1350>

## Schmerzen

PEA ist als natürliches Schmerzmittel gut erforscht (Chronische Schmerzen, neuropathische Schmerzen)

Zusammenfassung (verschiedene Studien):

<https://consensus.app/results/?q=Welche%20Rolle%20spielt%20Palmitoylethanolamid%20bei%20Schmerzen%3F&pro=on&lang=de>

## Darmgesundheit

PEA beeinflusst das Mikrobiom im Darm positiv

<https://consensus.app/results/?q=Welche%20Rolle%20spielt%20Palmitoylethanolamid%20bei%20der%20Mikrobiota%3F&pro=on&lang=de>

## Erkältungen abfangen und lindern mit PEA

<https://www.naturepower.de/vitalstoff-journal/aus-der-forschung/fettsaeuren/pea-palmitoylethanolamid-gegen-grippe-und-erkaeltung>

## PEA wirksam bei Migräne

<https://lady.health/neues-aus-der-forschung/endocannabinoid-artiges-pea-zur-akutbehandlung-von-migraene/>

## Erfahrungen mit PEA beim Menschen

### Depressionen



**Lena Böhm**  
16. März · 🌐



#erfahrungsbericht

#PEA

Ich nehme seit Dienstag PEA wegen einer Platzwunde auf dem Fuß als Unterstützung, vorher nur spordarisch bei Schmerzen/Verletzungen/Krankheit und für meinen Haflinger aber Leute, kann mir mal jemand sagen wo meine Depressionen sind?! Ich bin nicht leicht beeinflussbar und darüber hinaus ein sehr guter Herr meiner Sinne. Ich nehme 3x am Tag jeweils 2 ML (800mg) über 3 Tage eingeschlichen. Und ich fühle mich so gut und fit und aktiv wie seit Jahren nicht mehr ( und ich bin "erst" 27) ich weiß, das ist traurig. Aber jeder der das kennt wird genau wissen was ich meine. Als kleine Info, ich habe noch nie Antidepressiva genommen trotz mehrfacher Empfehlung über Jahre weil das nichts für mich persönlich ist, aber es sind genug diagnosen da 😞 . Es ist ganz ungewohnt für mich sich wirklich mal Gut und glücklich zu fühlen, weil ich dieses Gefühl garnicht mehr kannte und es mir selbst auch nicht gegönnt hat. Aber, was soll ich machen? Seit Donnerstag Strahle ich über beide Ohren und hab Energie für 10, bin morgens früh wach und ausgeschlafen wie schon Jahre nicht mehr. 😊

In dem Sinne euch allen einen schönen Samstag. ❤️



Silke Arensmeier, Susanne Geyer und 152 weitere Personen

33 Kommentare

## Depressionen II



Jasmin

27. März · 🌐



Update nach 13 Wochen PEA:

Meiner Stute geht es deutlich deutlich besser 🙏 sie entlastet wieder regelmäßig beim Dösen, beim Spazieren gehen hat sie wieder ein schönes motiviertes Tempo, die Einlaufphasen sind kaum noch vorhanden und das Beste! Ich konnte die Equioxx-Dosis halbieren! 🎉🥳 Ich gebe ihr nach wie vor ca 1.2g einmal am Tag in ihr Mash und merke keine Nebenwirkungen! Werde erst mal so weiter machen 😊

Jetzt zu meinem Mann und seinen Depressionen!

ICH KANN ES EINFACH NUR JEDEM, MIT DIESER SCH... KRANKHEIT, ANS HERZ LEGEN ES ZU PROBIEREN!

Mein Mann ist wie ausgewechselt!

Da es bei ihm leider chronisch ist, gibt es immer bessere und schlechtere Zeiten aber die schlechten nimmt er leichter hin, ist bei Weitem nicht mehr so gestresst und seine Angstzustände sind deutlich besser und seltener!!! Sein Humor ist auch wieder da und er kann wieder viel mehr am Leben teilhaben.

Er selbst sagt er fühlt sich viel positiver und entspannter.

Er nimmt regelmäßig 2 mal am Tag 0.7g, ohne das ich ihn erinnern muss. Ein gutes Zeichen 😊😊

Er darf es nur nicht zu spät nehmen, da er dann Probleme mit dem Einschlafen hat, fühlt sich dann etwas aufgedreht.

Das Problem mit seine Schulter ist jedoch unverändert.

Seine Beschwerden an der LWS sind jedoch vorbei. Vor ca 2 Wochen ist ihm aufgefallen das er gar keine Schmerzen mehr hat 😊 Geduld zahlt sich also aus 😊

## PEA Nervenschmerzen

Weitere Antworten ansehen



★ 925 Punkte

Ich habe eine pudendusneuralgie - also starke Nervenschmerzen. Ich habe aus persönlichen Gründen die Dosis halbiert und war bei 1,2g. Und meine Schmerzen sind nach einigen Tagen wieder deutlich zu spüren gewesen - sehr deutlich. Konnte wieder kaum sitzen usw - jetzt bin ich wieder bei 2,4 bzw 3,2g - ich habe es nochmal erhöht und es wird von Tag zu Tag besser. Ich gehöre zu denen, bei denen es schnell geht - andere brauchen eben länger. Ich verstehe deinen Frust nach 8 Wochen aber ich würde weitermachen und höher gehen

13 Wo. Gefällt mir Antworten

11

## PEA nach Covid

Gestern kam es an aber ich war zu müde um abzumessen und es einzunehmen. Heute habe ich die erste Babydosis PEA eingenommen, 400 mg fürs erste um zu sehen wie der Körper darauf reagiert. Mit einem instabilen Darm habe ich sowieso zu tun also dachte ich mich diesbezüglich schlimmer kann's eh nicht werden. Da kam aber bei mir gar nichts. Im Gegenteil, ich war heute Mal nicht dröfltausendmal auf dem Klo. Auch mal angenehm.

Ich habe ein paar Minuten nach der Einnahme ein Kribbeln auf dem Kopf und im Nacken wahrgenommen. Das war's. Und ich hatte heute einen Tag, ich weiß nicht wann ich das letzte Mal so einen Tag hatte!! Leistungsstark, wach (einmal eine kleine Sekunde in der ich kurz wieder bleierne müde wurde, die verging aber irgendwie von selber wieder), meine Kraft war zurück. Ich habe am Stall geackert wie schon lange nicht mehr und das beste - ich bin müde, aber voll normal müde. Ich war nicht außer Atem, in der Lage was zu arbeiten. Der Kopf ist klar, fühlt sich nicht so schwer an, der "Nebel" ist weg. Muskelkater vom schuften aber alles im normalen Bereich. Es fühlt sich einfach nur SO GUT an. Erschreckend, dass es sich normal immer so anfühlen sollte und ich weiß tatsächlich nicht, wann ich mich das letzte Mal so gefühlt habe. Und ich hätte nicht gedacht, dass ich doch noch Mal etwas finde das mich aus diesem Loch zieht. Wie viele "Wundermittel" ich schon ausprobiert habe und nie hat etwas auch nur im Ansatz geholfen..

## PEA bei Asthma



**[Redacted Name]** ips

1 Tage · 🌐

⋮

PEA beim Menschen Asthma

Hallo an alle,

ich habe vor ein paar Wochen einen Post geschrieben, wo ich euch erzählt habe wie gut mir PEA wegen meinem Asthma bekommt. Heute war ich bei meiner halbjährlichen Untersuchung und mein Arzt war begeistert. Ich bin noch immer ohne Kortisin 🙌 und mein FEV 1 Sollwert hat sich von 34% auf 52% erhöht. Er hat noch nicht mal ein pfeifen beim abhören wahrgenommen. Ich habe ihm berichtet was ich gemacht habe und ihm auch was zum lesen über PEA geschickt. Er wollte sich das mal anschauen, weil er eine positive Veränderung wahrgenommen hat. Ich bin so glücklich und froh PEA durch diese Gruppe gefunden zu haben. Ein dickes DANKE dafür dass es Euch gibt 🥰🍀🍀




86

27 Kommentare

## Herpes



**[Redacted Name]** n

3 Tage · 🌐

⋮

PEA und Herpes

Wer kennt es nicht, dieses fiese Gefühl, wenn sich Herpesbläschen ankündigen? Bei mir hatte sich gestern schon morgens an der Unterlippe eine größere Infektion angekündigt und ich war unterwegs und konnte nichts tun... Und am späten Abend, als ich wieder zu Hause war, stellte ich fest, dass ich auch keine Salbe mehr im Hause habe. Also kurzerhand die normale Arthroседosis PEA (also die Dosis, die ich normal nehme) verdoppelt und siehe da: es ist nur die Hälfte der Bläschen aufgeblüht und

## Schmerzen



23. November um 17:31 · 🌐

LWS Beschwerden

Auch ich möchte euch heute über meine Erfahrungen mit Pea berichten.

Es betrifft mich . Ich habe seit Jahren Rückenschmerzen LWS bedingt durch Verschleiß ?Krankengymnastik, Osteopathie habe alles durch.

Zeitweise nahm ich Tilidin, Naproxen und Novalgin ( alle 3 zusammen) Das gehen mehr als 1 km war schon fast nicht mehr möglich

Mein Mann ist Mediziner und hat für mich die bestmögliche Schmerztherapie zusammengestellt.

Dann hab ich von Pea gehört und bin durch Zufall in diese Gruppe gekommen . Mein Mann hat ein bisschen recherchiert. Und meinte probiere es aus .

Jetzt sind 8 Wochen vergangen.

Mein Fazit.

Kaum mehr Schmerzmittel ( außer ich habe nicht auf meinen Mann gehört und habe z.b. Tüten die ca 15 kg wiegen in die erste Etage getragen )

Das rächt sich natürlich sofort .

Und heute sind wir ca 5 km zum Weihnachtsmarkt ( je Strecke 2,5 km) gelaufen und mir geht es gut.

Also ich kann nur sagen das Pea mir geholfen hat . Natürlich ist der Verschleiß da aber ich muss viel weniger Schmerzmittel nehmen .

Und das freut mich natürlich sehr .

Und ob ihr es glaubt oder nicht:

mein Mann empfiehlt PEA. Ich gebe auch immer die Gruppe an und habe sogar eine Patientin die kein Facebook hat und bestelle für sie.

In diesem Sinn wünsche ich euch ein schönes Restwochenende .

Ig aus dem Ruhrpott



Ariane Dienst, Susanne Geyer und 117 weitere Personen

32 Kommentare

## Schmerzfrei trotz Rheuma



24. November um 09:20 · 🌐

WARUM KENNT SCHEINBAR KEIN ARZT PEA 😞

Guten Morgen 🌞

Ich war letzte Woche zuerst bei meiner Hausärztin, dann bei meiner Neurologin und dann noch bei meinem Rheumatologen. Lege die Termine oft in eine Woche damit bestimmte Fragen und Themen direkt geklärt werden können.

Keiner dieser Ärzte kennt PEA

Ich habe schon ein Selbstversuch hinter mir und konnte aufgrund von meines M. Bechterew von täglich 90 mg Etoricoxib ( Arcoxia ) auf 1200mg PEA wechseln und war komplett Schmerzfrei.

Auch wurde mir von einer Ernährungsberatung davon abgeraten, da es synthetische hergestellt sei und nichts natürliches und somit auch nicht gesund sein könnte.

Ich finde es so schade dass man es so schlecht redet 😞



Jutta Steenmann, Britta Grajewski und 45 weitere Personen

71 Kommentare

## Schmerzen Mensch und Hund



**Carola Kneig**

12. Dezember um 08:56 · 🌐



[#schmerzenmensch](#) [#arthrosehund](#)

Erfahrungsbericht Mensch:

Ich hatte 2004 einen schweren Reitunfall...damals wurde ein Stück vom Beckenkamm entnommen und in die Wirbelsäule eingesetzt. Die vernarbten Stellen, v.a. am Becken aber auch die damals für die OP durchtrennten Muskel- und Gewebeschichten schmerzen/ziehen eigentlich immer, die Beweglichkeit ist eingeschränkt. Frau gewöhnt sich ja an alles 😊

Vor etwa einem Jahr habe ich mit PEA begonnen, eigentlich für den Arthrosehund, aber ich probiere immer alles mit aus.

Ich wurde tatsächlich mit der Zeit nahezu schmerzfrei und viel beweglicher.

Seit einer schwereren Grippe vor über einem Monat ließ ich PEA weg, es half mir ja nicht gegen die Grippe 😞 und die Schmerzen waren mir nicht mehr so in Erinnerung 😞😞😞

Nach 2 Wochen waren die Schmerzen/das Ziehen leicht und nach 3 Wochen wieder voll da, hilfe, ich hatte völlig vergessen, dass die so heftig waren. Dauerte ein wenig, bis ich den Zusammenhang verstand, schließlich lag ich über 3 Wochen mit der Grippe richtig flach.

Seit 2 Wochen nehme ich reumütig wieder PEA, 4 Tabletten am Tag, vormals 3. Nach einer halben Woche merkte ich eine leichte Besserung, inzwischen bin ich noch nicht ganz schmerzfrei, aber viel besser.

Bleibt also künftig dauerhaft in der Pillendose bzw. werde ich auch auf Pulver wechseln.

## Schmerzen, Restless legs, Harndrang



24. August · 🌐

Mein [#Erfahrungsbericht](#) über PEA bei mir und meinem Hund

Ich kam erst für meinen 10kg Hund auf pea, da er von April bis September unter Pollenallergie stark leidet mit starken Juckreiz der Haut. Es hat tatsächlich bei ihm etwas länger gedauert, bis es die volle Wirkung zeigte, aber dann waren seine Symptome seiner Allergie komplett weg. 🥰 Er hat auch eine leichte( Grad 1) Patellaluxation, die auch zusätzlich noch mal sehr viel besser geworden

Dann dachte ich mir, ich wage es auch. Da ich auch laß, dass es bei Histaminintoleranz hilft. Darunter leide ich erst seit kurzem. Ich bin ja mega begeistert. Mir geht es unter der Gabe von PEA sehr viel besser. Kann in kleinen Mengen auch schon Lebensmittel essen, die vorher gar nicht gingen. Auch scheint es meine Triggerpunkte, massive Histaminausschüttung bei Stress, Sommerhitze sehr stark verbessert. Ich bin mal gespannt, ob es vielleicht noch weitere Verbesserungen gibt. Nebenbei sind endlich meine Verspannungen im Interkostalraum ( zwischen den Rippen) weg, die kein Physiotherapeut weg bekam.

I love it 🥰 nie mehr ohne



19 Kommentare

## Allergie Hund, Histaminintoleranz Mensch



marlene [redacted]

29. Oktober · 🌐



Hier der Erfahrungsbericht einer Pferdekundin von mir ohne Facebook. Sie hat auf meinen Rat hin Pea für sich genommen.

Meine Erfahrungen bis jetzt mit Pea24

Bin weiblich 63 Jahre und habe pea ausprobiert wegen meiner Arthrose in den Knien. Ich war bei drei Orthopäden, jedesmal diagnostiziert: OP neue Gelenke.

Nun nehme ich seit zwei Wochen morgens 400mg pea und schon nach nur drei Tagen waren meine Schmerzen weg. Ja es ist unglaublich, aber sie sind weg. Natürlich hat mein Gang nix elfengleiches, aber egal, ich gehe ohne Schmerzen, wow. Nach so vielen Jahren ist es ein Traum. Habe selber Übungen nach Liebscher und Bracht gemacht, die helfen ohne Frage, machen aber die Schmerzen nicht fort. Wenn die Knie zu dick sind mache ich eine Traumeel Kur. Dazu sei gesagt, ich habe KEINE Schmerzmittel eingenommen, auch wenn die Ärzte das gar nicht glauben können, ich nehme nur einen Blutverdünner und eine Herztablette ein.

Zudem ist mein Harndrang auf ein Minimum reduziert. Meine Erschöpfung gegen die ich so kämpfen muss, nach Covid, ist Geschichte. Abends lege ich mich hin und schlafe einfach ein, ohne Gedankenkarussell. Mein unruhigen Beine nerven auch nicht mehr. Es ist fast etwas unheimlich und ich bin vorsichtig optimistisch, dass mein Allgemeinzustand so bleibt.

Ich bin trotz meinen körperlichen Einschränkungen ein sehr sportlich aktiver Oldi, zwischen 12000 bis 20000 Schritte am Tag, durch großen Hof und Pferdehaltung.

Durch den fehlenden Schmerz ist mein Leben so leicht. Mal sehen wo die Reise mit pea hingehen wird. Bleibe erstmal bei 400mg weil es für mich ausreichend ist. Also ich kann es nur empfehlen mal auszuprobieren, bei mir läuft es prima.

Gunda

## Weniger Heißhunger, weniger Gewicht



[redacted]

Also ich nehme PEA seit längerem (Erfahrungsbericht kommt noch) und habe meinen schlimmen Heißhunger auf Süßes damit deutlich reduzieren können. Dadurch habe ich jetzt 4 Kilo abgenommen. Ich weiß nicht wie die Wirkung zu erklären ist aber freue mich natürlich über die „nette“ Begleiterscheinung.

10 Wo. Gefällt mir Antworten



## Chronische Kopfschmerzen



[Redacted Name]

20. Juli 2023 · 🌐

⋮

Erster vorsichtiger Erfahrungsbericht bei chronischen Kopfschmerzen

Mein Freund hat chronische Kopfschmerzen, selten vergeht ein Tag ohne. Da er nicht täglich Schmerzmittel nehmen will und auch die nur bedingt helfen, lebt er damit.

Ich bin jetzt vor 2,5 Wochen mit dem PEA um die Ecke gekommen. Langsam einschleichend hat er davon nichts bemerkt. Wir haben dem PEA aber nochmal eine Chance gegeben und einfach höher dosiert. Inzwischen nimmt er so 1,6 g am Tag und schau her, es zeigt Wirkung. Er hatte jetzt etwa 5 Tage KOMPLETT ohne Kopfschmerzen (was bei ihm echt mega selten ist) und an dem einen Tag an dem er morgens Kopfschmerzen hatte, waren sie etwa eine Stunde nach der PEA-nahme weg.

Natürlich kann das noch Zufall sein. An einen Placebo-Effekt glaube ich hier nicht, da er dem PEA selbst absolut keine Chance gegeben hat und es nur mir zu liebe probiert hat.

Wir werden weiter testen, auch inwieweit wir vielleicht wieder reduzieren können. Einzige Nebenwirkung bei ihm bis jetzt ist gelegentliches leichtes Magengrummeln.


Monika Hannawacker und 44 weitere Personen

26 Kommentare


Gefällt mir


Komentieren


Kopieren

## Verschiedene Erfahrungen



[Redacted Name]

2

Hufrollenbefund beim Pferd - mit Pea läuft er fluffiger. Keine positive Auswirkung auf Allergie/copd

1 Jahr
Gefällt mir
Antworten



[Redacted Name]

Beim Pferd Knochenzyste im Fesselgelenk - gegen die Schmerzen.

1 Jahr
Gefällt mir
Antworten

2 

 **1.885 Punkte**

Athrose, Spat Pferd  
 HD , Athrose Hund  
 Darmentzündung, Athrose bei Menschen

1 Jahr **Gefällt mir** Antworten 2 

[Alle 7 Antworten ansehen](#)

 **764 Punkte**

Hund:Arthrose  
 Pferde: MIM (PSSM2), IR (Insulinresistenz) und EMS

1 Jahr **Gefällt mir** Antworten 

 **868 Punkte**

Mensch :  
 Influenza, innerhalb von 3 Tagen mit pea durchgestanden.  
 Fiebersenker  
 Effektives Schmerzmittel bei plötzlichen Zahnschmerzen.

Pferd  
 Hufgelenksarthrose, verkalkte sehne, schale, Pferd belastet wieder bis zu 100% läuft lahmfrei seit erstmals 10 Jahren durch pea.

Alles andere ist gerade noch im test. 😊

1 Jahr **Gefällt mir** Antworten 11 

[Alle 8 Antworten ansehen](#)



Schmerz-Reduktion jeglicher Art, bei Mensch Pferd, Katze  
 Pssm/mim Pferd beschwerdefrei  
 Chronischer Katzenschnupfen verbessert, Schleim geht ab  
 Migräneanfälle verringert  
 Abwehr von Grippalen Infekten.  
 Influenza deutlich abgeschwächt und nicht so langwierig



**Katja Mauser** ★ 855 Punkte

Beim Menschen: Arthrose in der Schulter, beidseitig Hüftdysplasie  
Katze: Spondylose und beginnende Arthrose, beides im Lendenwirbelbereich

1 Jahr [Gefällt mir](#) [Antworten](#)



**Dagmar Scholz** ★ 1.079 Punkte

Katze Nebennierendefekt, Verstopfung, Darmentzündung, Arthrose ( 17) fast wie neu  
Pferde: Oldie, 30, bissele Arthrose, Schale, Cushing. Topfit  
Junger ( 17) verknöchender osteolytischer Spät...läudt top, kriegt es Kurweise.  
Mensch: ich : Tennisarm, Dauerkreuzschmerzen

Alles gebessert, bei jedem. 😊

1 Jahr [Gefällt mir](#) [Antworten](#)

7

[Alle 8 Antworten ansehen](#)



**Alexandra De**

Pferd: Arthrose, Entzündungen der Zähne, Sarkoide durch Pea zurück gebildet bzw teilweise getrocknet und abgefallen, Beweglichkeit wurde verbessert, bei Magengeschwüren hilft es unterstützend, Husten bzw Brochialbeschwerden deutlich besser, Neurologische Beschwerden (Trigeminus) deutlich besser  
Beim Mensch: gegen Zahnschmerzen, Kopfschmerzen, Verspannungen, Gelenkschmerzen, Long-covid Problematiken, bei Erkältungen,

**Steffi Schneider**

Mensch: Rheuma, Darmentzündung, CMD sowie PMS/Periodenschmerzen

1 Jahr Gefällt mir Antworten

[Alle 3 Antworten ansehen](#)**Viola Jackson**

Pferd: Rehe, hoffentlich Lunge &amp; Haut (noch in Testung)

Mensch: Gelenkschmerzen, Wetterfühligkeit, Schmerzen bei verkalkter Schulter, Migräne,

1 Jahr Gefällt mir Antworten

[Alle 6 Antworten ansehen](#)**Charlotte Rose** ★ 1.364 Punkte

Kater, 2 Jahre alt, mit OCD/Arthrose, dadurch Deformation der Pfoten: deutliche Reduktion der Schmerzen, Verlangsamen der fortschreitenden Pfotendeformation, Anschwellen der Gelenke, mehr Bewegungsfreude

Pferd, 20 Jahre, diverse Gelenkprobleme (Hufknorpelverknöcherung, Hufgelenksarthrose): Verbesserung des Gangbildes, weniger Probleme beim Schmied, da er besser die "kaputten" Beine belasten kann



Mensch: Zahnschmerzen

1 Jahr Gefällt mir Antworten



Katze - HD und Arthrose - läuft deutlich runder und generell etwas bewegungsfreudiger

1 Jahr Gefällt mir Antworten

3

[Antwort ansehen](#)

Bei mir selbst: chronische Fußschmerzen aufgrund von Hallux Valgus: Schmerzen sind fast verschwunden 😊

Beim Hund wegen Arthrose: Dank PEA ist sie wieder viel agiler und fröhlicher 😊

1 Jahr Gefällt mir Antworten

2

[Alle 3 Antworten ansehen](#)

Pferd: Mein Wallach mit Karpalgelenksarthrose, Spat und Kniegelenksarthrose jeweils auf beiden Seiten weg vom Schmerzmittel und an guten Tagen richtig lauffreudig 🥰

Alle 5 Antworten anzeigen

MENSCH:

Hüftschmerzen durch Entzündung der Sehne ist nach 1 Jahr rumdoktern weg.

HUND 1:

Zwischenzehengranulom ist trotz Antibiotika nicht verschwunden. Sind innerhalb 14 Tagen verschwunden und OP konnte abgesagt werden.

HUND 2:

Massive Arthrose durch Leishmaniose, ohne mehrere Schmerzmittel geht gar nix.. Mit PEA hochdosiert : Schmerzmittel können bis auf ein Minimum reduziert werden bzw sogar ganz weg gelassen werden. Er läuft super.

HUND 3:

Seit Wochen grüner Schnodder, läuft massig aus der Nase. Antibiotika hilft nur bedingt. Ebenso inhalieren. Bekommt nachts kaum Luft. Ist halt im Winter so.. lt. Tierarzt. Nach 5 Tagen PEA: kein Schnodder mehr! Schläft viel ruhiger.

1 Jahr Gefällt mir Antworten



Punkte

Pferd: Stute, 16 Jahre, MIM n/p2, Sprunggelenksarthrose, Kussing Spines, Funktionsstörung im linken Hinterbein nach Unfall -> Geschmeidigerer Bewegungsablauf, schneller aufgewärmt, lauffreudiger, Muskulatur weicher, schneller Losgelassenheit in der Arbeit.

Pferd: Wallach, 14 Jahre, Headshaking, hypermobil -> Trigger greifen weniger heftig, Shaken deutlich verringert, dadurch besser sinnvolle Arbeit möglich, da er sich weniger aufregt. Berührungen am Kopf besser möglich.

Hund: Rüde, 18 Jahre, Arthrose linke Hüfte, Demenz -> bessere Bewegung, Tagesablauf wieder geregelter, nachts durchschlafen

Mensch: Rheuma, Nervenschmerzen in den Händen nach Unfall in der Jugend, Regelbeschwerden -> Rheumabeschwerden nahezu komplett ausgeschaltet, Nervenschmerzen deutlich verringert von Schmerzstufe 8-9 auf Stufe 2-4, Regelbeschwerden deutlich verringert.

1 Jahr Gefällt mir Antworten



★ 790 Punkte

Mensch: Asthma, Arthrose Hüfte, Bandscheibenvorfall, Periodenschmerz, Kopfschmerz, Neurodermitis, Diabetes Typ 2

Ich:

besserer Schlaf, keine Müdigkeit und Abgeschlagenheit, Stoffwechsel läuft auf Hochtouren, Gewicht verloren, stabile Psyche, Glücksgefühle, bin motiviert....

Nur gegen meine Schmerzen hilft's leider nicht, dafür sind meine Leiden zu gravierend. Ich werde für IMMER dabei bleiben.

Ein neues, tolles Lebensgefühl!!! 🥰

 **[REDACTED]**  
 Hund 12 Jahre Arthrose.  
 Lläuft, hüpf, spielt wieder wie mit 5.  
 1 Jahr Gefällt mir Antworten 2 

[Alle 10 Antworten ansehen](#)

 **[REDACTED]**  
 Bei mir, Daumengelenkathrose, Knochenhautentzündung, Sehnenscheidenentzündung  
 1 Jahr Gefällt mir Antworten

 **[REDACTED]**  
 Mir hilft es bei Arthrose Schmerzen allgemein, besonders in der Hüfte. Wenn ich es rechtzeitig einnehme kann ich manchmal die Migräne damit abfangen. Und wie bei einigen schon beschrieben, sobald Erkältung, Bronchitis Co im Anflug sind sind die Symptome auch milder und es ist schneller durchgestanden. Außerdem ist mein Husten den ich immer heftig bekomme, auch deutlich weniger.  
 Katzen: Teste ich gerade bei Mama Tumor und Arthrose und chronischer Blasenentzündung. Sie laufen beide wieder besser und sind deutlich agiler.  
 1 Jahr Gefällt mir Antworten 

## Heuschnupfen

 **[REDACTED]**  
 Das freut mich. Ich konnte, seit ich PEA nehme, erstmals seit 40 Jahren auf Heuschnupfen Tabletten verzichten. Kann die Wirkung bei Allergien also durchaus bestätigen.  
 49 Min. Gefällt mir Antworten

 Antwort an Monika Müller     



### Die Ärzte und Heilpraktiker vom SPEKTRUM NATURMEDIZIN empfehlen das PEA von Waldkraft

- Es wird natürlich hergestellt
- Es ist ultramikronisiert. Das ist bei PEA die höchste Qualitätsstufe. In **Studien** wird ausschließlich **mikronisiertes** PEA verwendet, weil es eine **bessere Wirksamkeit** hat als nicht mikronisiertes. Ultramikronisiertes PEA ist **noch hochwertiger** als mikronisiertes.

Hier kaufen

<https://www.waldkraft.bio/search?sSearch=PEA&spartner=endlichgesund5>

**Mit diesem Link sparst du 5%!**

## Rückenschmerzen, Nasennebenhöhlen, Menstruationsschmerzen

Am Wochenende hatte sie einen kleinen Durchhänger und hat viel geschlafen- könnte an der Umstellung gelegen haben.  
Seit Montag ist sie wieder gut unterwegs.  
PEA abends scheint kein Problem zu sein.

Wenn die Blasenentzündung ausgeheilt ist werde ich das Metacam wieder weglassen und schauen ob wir erhöhen müssen oder ob die Dosis reicht.

-----  
Mensch:

Ich habe dann am Freitag (03.05.2024) auch das erste Mal PEA genommen,  
- da ich seit vielen Monaten sehr schlecht schlafen  
- meine Menstruation bekommen (die Schmerzen sind immer sehr heftig),  
- ständig Rückenschmerzen,  
- immer verstopfte Nasennebenhöhlen habe

Ich habe PEA abends genommen, bevor ich ins Bett bin. Ich habe geschlafen wie ein Stein und bin früh ausgeruht aufgestanden.  
Dann dachte ich mir- nimmst du gleich nochmal 400mg- und dann gingen die Regelschmerzen aber so richtig los. Ich hatte solche Schmerzen das ich mich übergeben musste. Gegen Mittag war der ganze Spuk vorbei und mir ging es super. Schmerzmittel brauchte ich nur noch die Hälfte und das nur an diesem Tag.  
Samstag Abend wieder PEA- geschlafen wie ein Stein.  
Sonntag morgen habe ich es nicht genommen- hatte echt Angst, aber ich war Sonntag schmerzfrei und Montag war ich durch mit dem... entschuldigt bitte- Mist.  
Auch meine Rückenschmerzen (die besonders schlimm während meiner Menstruation ist) waren kaum spürbar.

Also seit 5 Tagen nehme ich es Abends- schlafe super, bin fit für den Tag (kein ständiges ausgelaugt sein) und bin auf die nächste Menstruation gespannt (das erste Mal seit Jahren), meine Nase ist freier und ich kann überwiegend durch die Nase atmen.

👍👏 20 8 Kommentare

## Schmerzen bei Krebserkrankung



**Manuela Jacobs**

Mitglied mit Top-Beteiligung · 21. September um 13:35 · 🗨️

PEA und Schmerzen bei Krebserkrankung

Erfahrung bei einer Patientin mit Lungenkrebs und Metastasen in den Rippen. Diese lösten starke Schmerzen aus. Die Patientin erhielt vom Arzt morphinhaltige Schmerzmittel, die so gerade halfen, den Schmerz aushaltbar zu machen. Nach dem ersten Chemozyklus begann die Patientin PEA einzunehmen. Die Tabletten gegen Schmerzen hat sie abgesetzt. 3 Tage nach dem Beginn mit PEA (2 mal täglich 400 mg) ist die Patientin schmerzfrei.

👍👏👤 Sabine Scholz, Susi Mey und 110 weitere Personen

49 Kommentare

👍 Gefällt mir

💬 Kommentieren

📄 Senden

## Arthritis

## Silvias Beitrag



Lese mal mit.

51 Wo. Gefällt mir Antworten



1.574 Punkte

Ich hatte immer mal wieder leichte Arthritisschübe (Ursache (noch) nicht klar). Seit ich aus anderen Gründen PEA nehme, nicht mehr (seit 3/4 Jahr). Für mich aus medizinischer Sicht eine ganz klare Indikation für PEA.,

51 Wo. Gefällt mir Antworten



Verfasser/in

besch wieviel PEA nimmst du ein?

51 Wo. Gefällt mir Antworten



1.574 Punkte

im Schnitt ca 1.2g morgens

51 Wo. Gefällt mir Antworten



Silvia Plancher Verfasser/in

Gibts noch mehr Erfahrungen?

49 Wo. Gefällt mir Antworten



1.574 Punkte

Silvia Plancher Mönin gerne PN. Habe auch RA und bin mittlerweile komplett schmerz- und medikamentenfrei

49 Wo. Gefällt mir Antworten

## Nervenschmerzen

Weitere Antworten ansehen



**[Redacted Name]** ★ 925 Punkte

Ich habe eine pudendusneuralgie - also starke Nervenschmerzen. Ich habe aus persönlichen Gründen die Dosis halbiert und war bei 1,2g. Und meine Schmerzen sind nach einigen Tagen wieder deutlich zu spüren gewesen - sehr deutlich. Konnte wieder kaum sitzen usw - jetzt bin ich wieder bei 2,4 bzw 3,2g - ich habe es nochmal erhöht und es wird von Tag zu Tag besser. Ich gehöre zu denen, bei denen es schnell geht - andere brauchen eben länger. Ich verstehe deinen Frust nach 8 Wochen aber ich würde weitermachen und höher gehen

13 Wo. Gefällt mir Antworten

11

## Erfahrungen mit PEA beim Hund

### Allergie, Demenz, Arthrose, Spondylose



**[Redacted Name]** pp  
25. April ·



Erfahrung bei Allergie, Spondylose und Arthrose sowie Demenz bei Hund

UPDATE in Bezug auf die Demenz 07.08.2024:

Wir hatten, aufgrund von PEA Leerlauf, für über 1,5 Wochen aussetzen müssen. Die Nächte wurden wieder zu Tag, das Umherlaufen/-irren fing nach ca 4 Tagen auch wieder an. Orientierungslos, ängstlich und unruhig, hecheln, Appetitlosigkeit war wieder extrem. Seit 4 Tagen bekommt er nun wieder sein PEA und er ist geistig wie ausgewechselt. Ich gebe ihm aktuell 2 gr., was er gut nach dem Aussetzen und Wiedereinstieg verträgt. Ich kann auf jeden Fall bestätigen, das PEA auch bei Demenz des Hundes unterstützend hilft. Körperlich konnte ich selbstverständlich auch die ein oder andere Fitness erkennen. So läuft er wieder aktiver und froher

### Arthrose beim Hund



9. März · 🌐

...

### Erfahrungsbericht PEA Hund | 35 kg | mehrere Op's | Spondylosen | Arthrose

Seit 3 Monaten bekommt unsere Hündin ( 8 Jahre ) das Wunderpulver , anfangs 1,6 g dann nach kurzer Zeit 2 g & jetzt sind wir bei 2,5 g . Da bleiben wir auch , da es so gut passt momentan .

Zoey hatte eine große Rücken Op mit 3 Jahren ( Caudaequina ) & eine TPLO ( Kreuzbandriss ) + mehrere kleine Op's , zudem war sie schon im MRT & im CT , deswegen weiß ich bestens wie stark die Spondylosen & die Arthrose fortgeschritten ist . Da sie des Öfteren große Schübe von Spondylose hat , bin ich über eine Freundin auf PEA umgestiegen . Seit dem hatte sie nur einen kleinen Schub , von 2 Tagen , normal dauerte es immer über eine Woche .

Zudem steht sie von ihrem Bett auf wie ein junger Hüpfen & nach Wanderungen ( zuletzt 20 km ) gibt's kein Lahmen mehr . Sie geht alle 2 Wochen zur Physio & zuhause wird sie massiert & mit dem Novafon behandelt ❤️

Ich bin unendlich froh dass es ihr mit PEA , so gut mittlerweile geht dass sie wieder mit wandern / Rad fahren und aktiv sein kann , jeder kennt sein Hund natürlich am besten & weiß bis zu welcher Grenze man gehen kann / soll ❤️

Wir sind sehr zufrieden damit & ich , als Mensch habe jetzt auch angefangen es zu nehmen .

Freunde von uns geben es ihrer 13 jährigen Hündin , die nun auch nochmal total aufgeblüht ist & neue Lebensenergie bekommen hat ❤️🥹

## Hund Inkontinenz



[Redacted Name]

3. Dezember um 09:28 · 🌐

...

### PEA bei Inkontinenz

Hallo! Meine Cane Corso Hündin war im Schlaf inkontinent! Laut Tierarzt und Chiropraktiker leiden Molosser oft an Problemen im hinteren Rücken, was zu Verspannungen, Lahmheit usw und auch zur Inkontinenz führen kann! Andere gesundheitliche Ursachen wurden ausgeschlossen, diverse Therapieversuche mit Heilpilzen, Vitaminen usw halfen nicht! Im September startete ich mit PEA, erst 2ML und dann 3ML pro Tag, also ca 1,5g für 42kg Hund! Seitdem ist sie trocken und wir können wieder große Runden spazieren ohne Angst zu haben dass ihr Rücken Probleme macht und sie ausläuft 🥹 ich bin so happy, die Inkontinenz war schon sehr belastend

152

33 Kommentare

## Hund: Lahmen



[Redacted Name]

22 Std. · 🌐



Erfahrungen mit PEA: Hund, 9 Jahre, monatelanges Lahmen

Mein Hund Hubert fing irgendwann im Juli vorne links hin und wieder an zu lahmen. Ab August war es so schlimm, dass er kaum noch spazieren gehen konnte. Der Tierarzt fand nichts und verschrieb Schmerzmittel. Die Tabletten halfen gar nicht. Ich ließ das Bein röntgen. Man fand zwei mögliche Ursachen: eine leichte Arthrose im Ellenbogen und etwas Unklares (eventuell eine Entzündung) zwischen Elle und Speiche. Es gab wieder Schmerzmittel und Antibiotika. Beides half leider überhaupt nicht. Er humpelte weiter. Vor allem nach Spaziergängen war das Lahmen sehr stark. Auch im Stehen entlastete er das Bein.

Zufällig stieß ich auf einen Bericht über PEA und wollte es ausprobieren. Ich schlich es langsam ein und gab nach ein paar Tagen dann 800 mg. Erst merkte man nichts, dann wurde es allmählich besser. Nach 5 Wochen kann ich sagen, dass er so gut wie lahmfrei ist (ab und zu humpelt er z.B. nach dem Aufstehen ganz leicht). Ich bin wirklich überrascht und sehr begeistert. Er kann jetzt wieder lange Wanderungen laufen und freut sich des Lebens!

## Erfahrungen mit PEA beim Pferd

### Sommerekzem

 Mitglied mit Top-Beteiligung · 18. September um 09:03 · 🌐

[#Erfahrungsbericht](#)  
[#sommerekzem](#)[#allergie](#)[#MIM](#)

Langsam beginne ich, dem Frieden zu vertrauen.

Wir haben eine 14jährige Lusitanostute, die auf so ziemlich alles allergisch ist, seit sie 1,5 Jahre alt ist. Damals haben wir bei Laboklin testen lassen: Pollen, Insekten, Pilzsporen und Milben.....

Das Pferd verbrachte die ersten 5 Lebensjahre in einer Burka, weil sie sich sonst die Haut vom Leib scheuerte. Und das von Anfang März bis tw. Anfang Dezember.

Wir haben viel an der Fütterung usw. gemacht, sie bekam immer wieder Hyposensibilisierungskuren und es wurde von Jahr zu Jahr etwas besser.

Seit sie 8 ist, kann sie mit einer normalen Fliegendecke+Halsteil+Fliegenmaske und 10-20 Allergietabletten ganz gut leben. Viel waschen mit klarem Wasser und etwas Kill-Itch halber gut.

Seit Februar 2023 bekommt sie nun um die 1500mg PEA (500kg Pferd) auf 2 x aufgeteilt. Unser Sommer war ungewöhnlich lange kühl, wir hatten für unsere Verhältnisse hier viel Regen und so begann der echte Insektenwahnsinn hier erst im Juni (das geht hier normalerweise Anfang Mai los - mit den Bremsen. Kriebelmücken gibts hier ab März)

Richtig heiß wurde es erst im Juli und August. Da gabs dann Überschwemmungen und danach eine noch nie dagewesene Gelsenplage (und wir sind hier wirklich viel gewöhnt!

Pferd brauchte heuer keine einzige Allergietablette!!!!!!!!!!!!f

### Hufrehe, Mensch: Gelenkschmerzen

 Nic [REDACTED] · 4 Std. · 🌐

Erfahrungsbericht PEA bei mir (Gelenkschmerzen) und Shettymann (Hufrehe)

Hallo ihr Lieben

Seit 3 Wochen nehme ich - nach Einschleichen - 1x abends 400 mg PEA. Meine seit Monaten anhaltenden Schmerzen im Knie und Handgelenk sind einfach weg. Dies nach 4-5 Tagen. Es ist einfach wunderbar.👍👍👍

Mein Vater hat gestern begonnen und ich bin gespannt 😊

Mein Minishetty (137 kg) erhält aufgrund seiner Hufrehe 2x tägl. 600 mg. Es tut sich seit 3 Wochen noch nichts, ich bleibe aber dran und erhöhe sukzessive die Dosis.

## Pferd & Katze: Arthrose

Renates Beitrag X

---



**Renate** [redacted]  
2 Tage · 

...

Erfahrungsbericht Pferd (25) und Kater (14) beide mit Arthrose  
 Nachdem meine Stute seit ca 5 Wochen tgl. 4 ML PEA ins Futter bekommt, stelle ich eine ständige Verbesserung fest. Sie wird noch 1 mal wchtl. geritten + 1mal Equikinetik, dabei ist sie zunehmend aktiver und der Trab beim Reiten wird immer besser.  
 Beim Kater hat es schon nach 2 Tagen angeschlagen ( ca.2ML). Ich hoffe, die Wirkung bleibt lange so gut.



18

3 Kommentare

---


Gefällt mir


Kommentieren


Senden

---

Top-Kommentare ▼



**Heike** [redacted]  
Das ist ja toll! Wie fütterst du das dem Kater? Du schreibst ml, sind das 2 Gramm?

2 Tage



**Renate** [redacted] Verfasser/in  
Ich meine mit ML Messlöffel. Ich mische es einfach in das Nassfutter

2

## PSSM



**Diana** [redacted] · 10. März · 

...

Seit Januar gebe ich meinem Pferd nun PEA. Seit drei Jahren habe ich die Diagnose PSSM. Unzählige Male haben diverse Ärzte, Chiropraktiker usw versucht dem Pferd zu helfen und es findet sich einfach nichts. Jedes Jahr im Frühling bekommt er einen Schub. Die Berührungsempfindlichkeit ist einfach schrecklich es ist schrecklich das Pferd so zu reiten. Reiten hilft zwar aber es ist für mich einfach schlimm.  
 Durch PEA habe ich zum ersten Mal etwas gefunden, das tatsächlich eine Besserung erreicht. Mittel vom Tierart, Homöopathie, Physiotherapie, Massagen alles durch. Letztes Jahr CBD.

# Fragen und Antworten

## Warum verschlimmern Schmerzmittel die Probleme?

1

Fast alle Schmerzmittel beeinflussen den **Vitamin-D-Spiegel** negativ. Diese Tatsache vergrößert unser Problem auf lange Sicht: Ein **Mangel an Vitamin D macht die Knochen „weich“**, beschleunigt den Abbau an Knorpel und schwächt die Muskeln.

**Konkret:** Mehr Stürze, Arthrose entsteht und unsere Gelenke nehmen immer mehr Schaden.

2

Regelmäßige Einnahme von Schmerzmitteln macht **schmerzempfindlicher**. Nehmen wir Schmerzmittel regelmäßig (mehr als 10 Tage im Monat) ein, kann der Körper mit verstärkten Schmerzen reagieren, sobald die Wirkung nachlässt.

Wir wissen ja heute, dass Schmerzmittel, eben auch die frei verkäuflichen, drastische **Nebenwirkungen** haben.

- Herzerkrankungen
- Nierenschäden, Leberschäden
- Höheres Risiko für Schlaganfall
- Atemnot, Asthmaanfälle

Viele Schmerzmittel hemmen die Aufnahme von **Mikronährstoffen**, das verursacht dann wieder neue Krankheiten.

Außerdem greifen viele Schmerzmittel den **Magen** an, dagegen verschreibt der Arzt dann **Säurehemmer**. Die Säurehemmer hemmen die Aufnahme von Vitamin B12, Magnesium, Kalzium und Eisen-  
Folge: Osteoporose, Anämie oder Muskelkrämpfen

Auch Säurehemmer können starke Nebenwirkungen haben, bis hin zu einem erhöhten Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden.

**Hier entsteht schnell ein Teufelskreis.**



## Was ist PEA?

PEA ist die Kurzform von Palmitoylethanol-Amid. Es ist ein natürliches Fettsäureamid, das in Zellen von Pflanzen, Tieren und Menschen vorkommt.

Es ist also ein körpereigener Stoff, natürlicher geht es gar nicht.

**PEA ist seit mehr als 30 Jahren bekannt**, die Wissenschaftlerin Rita Levi Montalcini, bekam 1986 den Nobelpreis für ihre Entdeckung.

Seitdem gibt es mehr als 500 Studien zu diesem faszinierenden Stoff und sie sind durchweg positiv. Es gibt sogar Studien, die belegen, dass PEA besser wirkt als Ibuprofen.

## Wie wirkt PEA denn genau im Körper?

Der Körper stellt PEA ständig her, doch oft ist die Menge nicht ausreichend, um Schmerzen effektiv zu lindern.

Schmerzlinderung: PEA wirkt schmerzlindernd und entzündungshemmend. Es unterstützt, dass der Körper die Schmerzen signalisiert, jedoch in einem für die täglichen Aktivitäten erträglichen Maße.

Regulation des Schmerzsignals: PEA hilft, das Gleichgewicht in der Schmerzwahrnehmung wiederherzustellen. Bei chronischen Schmerzen oder Entzündungen kann die natürliche Schmerzregulation gestört sein.

Entzündungen: Es wirkt nicht nur auf Schmerzempfindungen, sondern auch auf entzündungsbedingte Prozesse im Körper. Die Entzündung ist Teil der Heilungsreaktion, und PEA kann dazu beitragen, diese Prozesse zu unterstützen.

Neuroprotektiv: PEA schützt unsere Nervenzellen. Diese werden durch chronische Schmerzen geschädigt.

PEA wirkt auch Gewebe-regenerierend, während chemische Schmerzmittel den Schmerz nur "wegdrücken"

PEA reguliert das Immunsystem, was für Menschen mit Autoimmunkrankheiten und Allergiker interessant ist.

## Wie dosiere ich PEA richtig?

Wichtig:

PEA wird unabhängig vom Körpergewicht dosiert und wir müssen es einschleichen.

Man beginnt mit 400 mg

Nach 4 Tagen steigern auf 800 mg

Nach weiteren 4 Tagen auf 1,2 gr steigern.

Wichtig: Immer gut beobachten, wie unser Körper reagiert. Sind wir schmerzfrei, behalten wir die Dosierung bei, sind wir es nicht, steigern wir so lange, bis der Erfolg eintritt.

## Hat PEA Nebenwirkungen?

Nein, in den vielen Studien, die es zu PEA gibt, wurden keine Nebenwirkungen festgestellt.

Wenn man zu schnell hoch dosiert, können Magen und Darm etwas rebellieren.

Auch Menschen, die PEA dauerhaft einnehmen, haben keine schädlichen Folgen zu befürchten, auch Überdosierung ist kein Problem.

Das Schlimmste, was passieren kann, ist, dass das PEA nicht wirkt.

Warum wirkt PEA bei manchen Menschen nicht?

Wir sind natürlich alle Individuen und alle natürlichen Mittel wirken bei jedem Menschen anders.

Wenn PEA nicht wirkt, kann das zwei Ursachen haben:

Fehler in der Anwendung, also das PEA ist zu niedrig dosiert oder der Patient ist nicht geduldig genug- PEA braucht einige Zeit, um zu wirken.

Ein anderer Grund kann sein, dass die Ursache der Schmerzen kein Fall für PEA ist. Hat jemand eine bakterielle Infektion der Bandscheibe, was starke Schmerzen verursacht, dann greift PEA nicht.

Eine Diagnose ist da natürlich immer wichtig.

## Sollten die Patienten ihre Schmerzmittel sofort absetzen, wenn sie PEA einnehmen?

Das muss man nicht.

Empfehlenswert ist: chemische Schmerzmittel immer weiter runterdosieren und PEA immer höher.

Studien belegen, dass PEA keine Wechselwirkungen mit Medikamenten hat.

### **Kann ich PEA auch bei akuten Schmerzen anwenden?**

PEA ist eigentlich kein Akutmittel, der Körper muss erst einen bestimmten Spiegel aufbauen. Aber es gibt viele Erfahrungsberichte, in denen PEA auch akut geholfen hat. Da muss man natürlich eine höhere Dosis einnehmen. In den Berichten wird von 1,2 - 2 Gramm gesprochen als Einzeldosis am Tag.

Da kann es aber passieren, dass der Magen-Darm-Bereich ein bisschen grummelt.

### **Sollte man dann bei chronischen Schmerzen PEA dauerhaft einnehmen?**

Ja, unbedingt. Die Dosis kann man eventuell im Laufe der Zeit verringern.

Ich kenne viele Menschen, die PEA dauerhaft einnehmen, obwohl sie keine chronischen Schmerzen haben.

Das macht auch Sinn, denn PEA hat zwei faszinierende Eigenschaften, die wir alle nötig haben:

Wie schon gesagt, wirkt es entzündungshemmend. Entzündungen sind ja leider eine Seuche unserer Zeit- durch unseren Lebensstil sind Entzündungen auf dem Vormarsch. Viele Erkrankungen werden durch Entzündungen verursacht.

Und die zweite Eigenschaft, die für PEA spricht: Es wirkt neuroprotektiv. Das bedeutet, dass es auch unsere Gehirnzellen schützt.

### **Bedeutet das, dass PEA auch eine Wirkung bei Demenz hat?**

Was wir durch Studien sicher wissen. PEA schützt Nervenzellen, also auch unsere Gehirnzellen. Außerdem haben Wissenschaftler herausgefunden, dass PEA eine bereits bestehende Demenz verlangsamen kann.

Noch spannender als die Studien sind die vielen tausend Erfahrungsberichte von Anwender, die wir im Internet finden:

Da berichtet zum Beispiel eine Frau, dass ihre demente Mutter massiv an Lebensqualität wiedergewonnen hat, weil sie hochdosiert PEA einnahm.

Ganz besonders beeindruckt hat mich eine Nachricht einer Frau, deren Mann an Demenz erkrankt ist. Sie schrieb mir, dass ihr Mann schon nach 10 Tagen mit einer niedrigen Dosis PEA wacher und geistig klarer ist. Eine Hundehalterin berichtet, dass die Demenz-Symptome bei ihrem Hund komplett verschwanden.

Warum wird das nicht bekannter gemacht, wenn PEA gegen Demenz schützen kann und so sehr die Lebensqualität verbessert?

Auch hier ist die Antwort wieder: Es geht ums Geld. Der geschätzte Umsatz weltweit mit Medikamenten gegen Demenz beträgt 3,52 Milliarden US-Dollar. Für die nächsten Jahre wird eine VERDOPPELUNG erwartet.

Und es geht ja nicht nur um Demenz. PEA hilft bei vielen Krankheiten. Wenn die Menschen mehr Wissen über diesen wundervollen natürlichen Stoff haben, kann das Milliardenverluste im 2-stelligen Bereich für die Pharmaindustrie bedeuten. Und für Apotheken, Ärzte usw.. Es gibt ja so viele, die an unseren Krankheiten verdienen.

### **Die Ärzte und Heilpraktiker vom SPEKTRUM NATURMEDIZIN empfehlen das PEA von Waldkraft**

- Es wird natürlich hergestellt
- Es ist ultramikronisiert. Das ist bei PEA die höchste Qualitätsstufe. In **Studien** wird ausschließlich **mikronisiertes** PEA verwendet, weil es eine **bessere Wirksamkeit** hat als nicht mikronisiertes.

Ultramikronisiertes PEA ist **noch hochwertiger** als mikronisiertes.

[Hier kaufen](#)

<https://www.waldkraft.bio/search?sSearch=PEA&spartner=endlichgesund5>

**Mit diesem Link sparst du 5%!**

### **Ist PEA auch für Haustiere hilfreich?**

Ja, unbedingt. Im Tierbereich gibt es sogar noch mehr spannende Anwenderberichte als bei Menschen.

Hunde mit Problemen des Bewegungsapparates profitieren sehr von PEA. Wir haben Berichte, dass Hunde, die kaum noch laufen konnten, wieder flott unterwegs sind.

Pferde mit Hufrehe, das ist eine potentiell tödliche Krankheit, konnten viel schneller gesund werden als mit konventioneller Therapie.

Allergien sind ja bei Tieren auch auf dem Vormarsch, auch hier ist PEA hoch wirksam.

Generell kann man sagen, dass PEA bei Tieren ebenso wirkt wie bei Menschen, also entzündungshemmend, schmerzstillend, nerven-schützend und ausgleichend auf das Immunsystem.

Viele Hundehalter beispielsweise geben ihren Hunden PEA vorbeugend, denn Demenz ist bei Hunden leider sehr verbreitet und führt zu viel Leid nicht nur für das Tier, sondern auch für den Menschen, der das miterlebt.

## Wie verabreicht man Tieren das PEA - Kapseln sind da ja nicht möglich?

Das ist ganz einfach. PEA gibt es nicht nur als Kapsel, sondern auch als Pulver. Da ist dann ein Messlöffel dabei, das lässt sich ganz einfach dosieren.

Bei Hunden und Katzen gibt man PEA einfach über das Futter, es ist geschmacksneutral und wird von allen Tieren gut gefressen.

Auch Pferden kann man PEA über das Kraftfutter geben

Und Pferden, die kein Zusatzfutter bekommen, kann man es ganz einfach verabreichen, indem man die Tagesdosis mit etwas Kokosöl vermischt. Das lässt man im Kühlschrank fest werden und die Pferde nehmen es wie ein Leckerli.

Alternativ geht auch eine Maulspritze, da vermischt man die Tagesdosis mit 10 ml Wasser.

Was mir ganz wichtig ist: Es gibt einige Anbieter, besonders im Pferdebereich, auf deren Webseiten findet man Dosierungsempfehlungen von 10 Gramm täglich.

Das zeigt einerseits, dass diese Anbieter keine Ahnung von diesem Stoff haben und es zeigt ihre Geschäftstüchtigkeit, die dann letztlich dem Pferd schadet.

10 Gramm sind viel zu viel. Bis 5 Gramm ist kein Problem, aber auch bei Tieren muss immer eingeschlichen werden.

## Und wie wird PEA für Tiere dosiert?

PEA ist unabhängig vom Körpergewicht, das heißt, ein 10 Kilo Hund bekommt genau so viel wie ein Pferd mit 800 Kilo.

Der Tierhalter startet also mit 400 mg täglich und dosiert dann bis auf 1,2 Gramm und schaut dann, ob sich etwas verbessert hat. Sollte das nicht der Fall sein, dann höher dosieren und beobachten.

Bei akuten Fällen, zum Beispiel, wenn ein Pferd Hufrehe hat oder ein Hund akute Schmerzen, kann man auch mit einer hohen Dosis sofort starten.

## Worauf muss ich achten, wenn ich PEA kaufe?

PEA gibt es in 2 Varianten: natürlich hergestellt und synthetisch. Ich würde immer das natürlich hergestellte bevorzugen.

Dann muss man noch unterscheiden zwischen mikronisiertem und nicht mikronisiertem PEA. In Studien wird durchgängig mikronisiertes PEA verwendet, da es eine höhere Wirksamkeit hat.

Leider bieten viele Anbieter nicht mikronisiertes PEA an. Das ist dann zwar billiger, aber letztlich zahlt man mehr, weil man mehr einnehmen muss.

Ich kenne auch etliche Anwender, die erst eine Wirkung erzielten, als sie auf mikronisiertes PEA umgestiegen sind.

Wir beim Spektrum Naturmedizin empfehlen das PEA von Waldkraft, das ist natürlich hergestellt und außerdem sogar ultramikronisiert.

Ein weiterer Grund, warum wir viele Produkte von Waldkraft empfehlen, ist, dass Waldkraft eine eigene Produktion hat.

Die meisten Anbieter sind reine Händler. Sie kaufen das Produkt ein und verkaufen es fertig abgepackt weiter.

Das bedeutet, dass es keine interne Qualitätskontrolle gibt.

Wir empfehlen hauptsächlich Produkte, die von Unternehmen selbst produziert werden und in denen es eine kompetente Beratung gibt.

### **Die Ärzte und Heilpraktiker vom SPEKTRUM NATURMEDIZIN empfehlen das PEA von Waldkraft**

- Es wird natürlich hergestellt
- Es ist ultramikronisiert. Das ist bei PEA die höchste Qualitätsstufe. In **Studien** wird ausschließlich **mikronisiertes** PEA verwendet, weil es eine **bessere Wirksamkeit** hat als nicht mikronisiertes.

Ultramikronisiertes PEA ist **noch hochwertiger** als mikronisiertes.

[Hier kaufen](#)

<https://www.waldkraft.bio/search?sSearch=PEA&spartner=endlichgesund5>

**Mit diesem Link sparst du 5%!**

# PEA Infoblatt

## Für wen ist PEA hilfreich?

### Menschen (Durch Studien belegt)

Schmerzpatienten	Allergien	Nerven	Sonstiges
<b>Arthrose</b> (Achtung: Auch Stoffe für die Gelenke einnehmen) <b>Rückenschmerzen</b> <b>Nackenschmerzen</b> <b>Bandscheibenvorfall</b> <b>Hüftschmerzen</b> <b>Rheuma</b> <b>Kopfschmerzen</b> <b>Migräne</b> <b>Menstruationsschmerzen</b> <b>Endometriose</b> <b>Schmerzen nach Operationen</b>	<b>Heuschnupfen</b> <b>Asthma</b>	<b>Demenz (Auch Vorbeugung)</b> <b>Multiple Sklerose</b> <b>Parkinson</b> <b>ALS</b> <b>Epilepsie</b> <b>Nach Schlaganfall (Schutz der Nervenzellen)</b>	<b>COPD</b> <b>Depression</b> <b>Darmentzündungen (IBD, Morbus Crohn)</b> <b>Blasenentzündung</b> <b>chronische Entzündungen</b> <b>Vaginitis</b> <b>Blasenentzündung</b> <b>Colitis ulcerosa</b> <b>Ängste</b> <b>Autismus bei Kindern</b> <b>Erkältung</b>

### Tiere

Schmerzen	Allergien	Nerven	Sonstiges
<b>Arthrose</b> (Achtung: Auch Stoffe für die Gelenke geben) <b>Allgemeine Schmerzen</b> <b>Alle Erkrankungen der Gelenke</b> <b>Schmerzen nach Operationen</b>	<b>Sommerekzem</b> <b>Asthma</b>	<b>Demenz (Auch Vorbeugung)</b> <b>Multiple Sklerose</b> <b>Parkinson</b> <b>Ataxie</b> <b>Epilepsie</b>	<b>Hufrehe (hochdosiert)</b> <b>Ängste</b>

### Dosierung

Beginne mit 0,4 Gramm

Nach einigen Tagen auf 0,8 Gramm steigern

Dann auf 1,2 Gramm steigern

Beobachten: Sind meine Beschwerden weg?

Ja: Dosis beibehalten

Nein: Dosis steigern, jeweils um 0,4 Gramm

Bei akuten Fällen kannst du auch mit einer hohen Dosis beginnen, einzige

kurzfristige Nebenwirkung können Beschwerden im Magen-Darm Bereich sein.

## Allgemeine Hinweise

<b>PEA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• ist ein Stoff, den wir alle im Körper haben (körpereigener Stoff)</li><li>• hat keine Nebenwirkungen</li><li>• hat kaum Wechselwirkungen mit Medikamenten (Einige werden verstärkt, dann können sie reduziert werden)</li><li>• kann nicht überdosiert werden- auch 5 Gramm täglich sind kein Problem</li></ul>	<b>Wichtig</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• PEA ein paar Tage auszuprobieren, bringt nichts! PEA braucht <b>4- 6 Wochen</b>, bis es wirkt, dann aber zuverlässig.</li><li>• Jeder Mensch muss seine eigene Dosierung herausfinden. Einschleichen, beobachten, erhöhen.</li><li>• PEA am besten zu den Mahlzeiten einnehmen, in Kombination mit Fett wirkt es besser</li><li>• In Studien wurde ausschließlich mikronisiertes oder ultramikronisiertes PEA verwendet, weil es besser wirkt.</li></ul>
--	---

### Empfehlung

Natürlich hergestelltes PEA, ultramikronisiert

<https://www.waldkraft.bio/search?sSearch=PEA&spartner=endlichgesund5>

**Mit diesem Link sparst du 5%!**