

Mögliche Ursache von Krankheiten & Beschwerden – oft unbeachtet.

Die nachfolgende Information soll keine Anregung sein, willkürlich Mikronährstoffe einzunehmen.

Vielmehr soll diese Information dazu beitragen, einige beachtenswerte Zusammenhänge zwischen Biologie, Biochemie, Physiologie, Medizin und Pathologie / Pathophysiologie besser verstehen zu können. Dies kann möglicherweise dazu beitragen, die Ursache und Entstehung von Beschwerden, Symptomen und Krankheiten sowie deren Verlauf besser zu verstehen.

Daraus könnten sich möglicherweise interessante Behandlungsansätze für Betroffene ergeben.

Dies liefert zudem vielleicht auch eine interessante Antwort zur Frage von manchen Patienten:

„Was soll ein Mediziner für Naturheilkundeverfahren oder ein Heilpraktiker anders machen, als mein Arzt?“

Wir beobachten seit über einem Jahrzehnt bei der Behandlung von Patienten - die oft im Vorfeld schon jahre- oder jahrzehntelang von Ärzten behandelt wurden - dass ein Mangel bzw. einer Unterversorgung mit Mikronährstoffen ein möglicher Faktor sein kann, dass Beschwerden oder Krankheiten ursächlich begünstigt werden.

Chemikalien, Gift- & Schadstoffe, Bewegungsmangel, Stress, zu geringe Trinkmenge sowie industriell verarbeitete Nahrungsmittel können heute oft einen schleichenden **Mangel an Mikronährstoffen** begünstigen.

Gleichzeitig ist heute oft der **Nährstoffbedarf** aufgrund höherer (Umwelt)Belastung, chronischen Krankheiten oder [Lebensstilfaktoren](#) höher als vor 20, 30 oder 40 Jahren.



Sind diese Mikronährstoffe vermindert, werden wir i.d.R. nicht sofort krank.

Da aber bei einem Mikronährstoffmangel meist **körpereigene biochemische Prozesse** verlangsamt oder vermindert werden, können so schleichend Verschleißprozesse, entzündliche Prozesse begünstigt werden und zudem die Leistung der Immunabwehr, Entgiftung, Energieproduktion, Zellerneuerung, Regeneration u.a. vermindert werden. [Grafik](#)

[– Entwicklung zugelassene Industriechemikalien](#)

Dies können somit oft Faktoren sein, die dazu beitragen könnten, dass Beschwerden, Symptome und Krankheiten begünstigt werden. Das mögliche Ergebnis zeigt sich ernüchternd bei der Entwicklung der sogenannten „[Volkskrankheiten](#)“ und „[Zivilisationskrankheiten](#)“, die die moderne Standardmedizin schon lange nicht mehr im Griff hat.

Mikronährstoffe sind im Körper vereinfacht vergleichbar mit **„Betriebsstoffen beim Auto“**.

Im Auto gibt es sieben essentielle „Betriebsstoffe“ – im Körper sind es knapp 50.

Fehlen diese im Auto ist die „Funktion eingeschränkt“.

*Beim Auto handeln wir i.d.R. jedoch weit intelligenter als beim Thema „Gesundheit“ und achten **„vorbeugend“** (... Inspektion, Kontrolllampen) auf mögliche Mängel um **Risiken zu vermindern!***

Aus diesem Grund kombinieren wir im Rahmen unserer Arbeit die **„Osteopathische Medizin“** mit der **„Mikronährstoffmedizin“** (Orthomolekulare Medizin) und versuchen im Rahmen unser Behandlung mögliche Nährstoffmängel auszugleichen.

Auch im Hinblick auf **„Krankheitsprävention“** ist dies sinnvoll - und ein wesentlicher Teilbereich der Naturheilkundemedizin.

Diese Kombination mag auf den ersten Blick erstaunen, doch dabei ist zu berücksichtigen, dass die Entwicklung der **„Osteopathische Medizin“** durch Ärzte vor zirka 180 Jahren begann. Damals war

die Belastung mit Chemie, Strahlung, denaturierten Lebensmitteln, Stress u.ä. nicht in dem Umfang gegeben, wie im 21. Jahrhundert.

Das Konzept der „**Mikronährstoffmedizin**“ wurde erst in den 1980er Jahren durch Biochemikern entwickelt und von Ärzten angewandt, die erkannten, dass die Unterversorgung von Nährstoffen dazu beitragen kann, dass Beschwerden und Krankheiten begünstigt werden könnten.

Auch wenn wir pflanzliche Wirkstoffe oder homöopathische Präparate einsetzen, ist dieses Vorgehen i.d.R. sinnvoll, da diese Wirkstoffe unter anderem dazu beitragen könnten, dass körpereigene Stoffwechselprozesse stimuliert werden.

Dies ist somit damit vergleichbar, dass ich im Auto auf's Gaspedal drücke.

Eine „optimale Wirkung“ kann nur dann erzielt werden, wenn in meinem Auto dafür auch alle notwendigen Betriebsstoffe ausreichend verfügbar habe.

Laut Dr. Ben Lynch gibt es im Körper ca. 150.000 verschiedene biochemische Prozesse. Pro Sekunde laufen davon ca. 30 Billionen Prozesse im Körper gleichzeitig ab. Sind diese Prozesse verlangsamt, weil essentielle Mikronährstoffe fehlen, können Beschwerden und Krankheiten schleichend begünstigt werden.

Schulmedizin & Mikronährstoffe

Jeder Medizinstudent lernt im ersten Semester von einem Biochemiker, wie wichtig Mikronährstoffe sind, damit im Körper Zehntausende biochemische Prozesse ablaufen können. Diese Prozesse werden durch „Enzyme“ beschleunigt, vermindert, reguliert und moduliert. „Mikronährstoffe“ sind dabei die notwendigen Elemente, damit Enzyme zum Beispiel aktiviert oder ausgeschaltet werden.

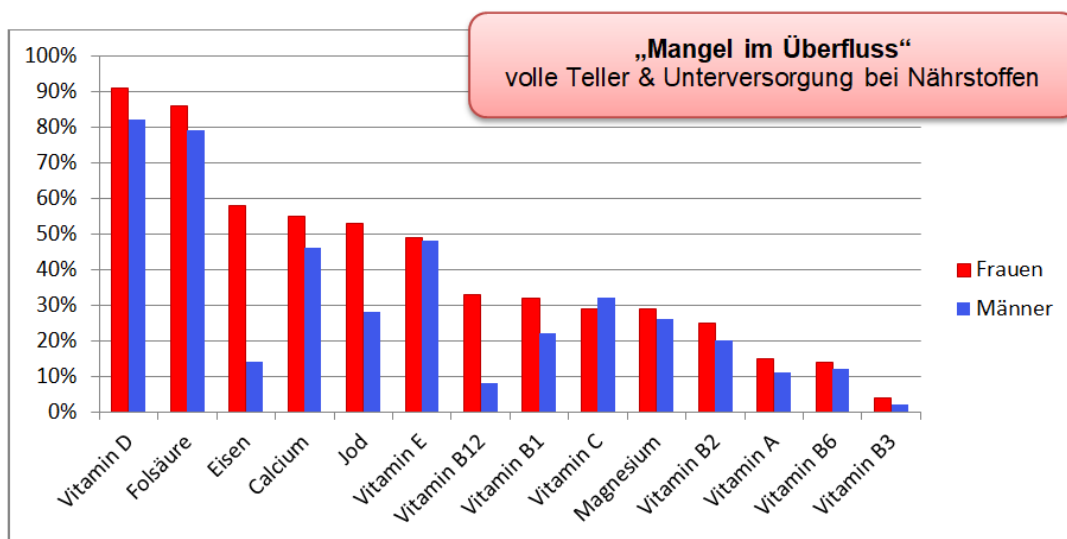
Der Bereich der Akut- und Notfallmedizin ist der Bereich, wo die Schulmedizin herausragendes leistet.

Im Bereich der chronischen Krankheiten konzentriert sich die Schulmedizin überwiegend darauf mögliche Symptome mit pharmazeutischen Medikamenten zu lindern oder zu hemmen (was sehr wichtig sein kann!) und Laborparameter „einzustellen“.

Der mögliche Mangel von Mikronährstoffen findet dabei so gut wie gar keine Beachtung, obwohl diese durch entsprechende Laborwerte leicht und kostengünstig untersucht werden könnten.

Aus diesem Grund sind heute i.d.R. weder im „Kleinen Blutbild“ noch im „Großen Blutbild“ (Differenzialblutbild) körpereigene Mikronährstoffe enthalten, obwohl bekannt ist, dass es oft eine erhebliche Unterversorgung geben kann und somit auch biochemische Prozesse vermindert werden.

Trotzdem ist heute die Phrase „bei ausgewogener Ernährung gibt es keine Mängel“ weit verbreitet.



Quelle [Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz „Verzehrstudie“](#)

In nachfolgenden **Videos** können Sie dazu einige ganz interessante Informationen von **kompetenten Fachleuten** erhalten

Mikronährstoffe – Mangel oder Überfluss?

Prof. Dr. med. Jörg Spitz und Apotheker Uwe Gröber

<https://www.youtube.com/watch?v=falBpoTw2zs>

Deutschlands kranke Kinder (Mangelversorgung bei Kindern)

Prof. Dr. med. Jörg Spitz und Frau von Aufschneider

<https://www.youtube.com/watch?v=oK5tFOt5WgI>

Optimale Versorgung – Unterversorgung – Mangel

Jedem Autofahrer ist – wenn er z.B. den Ölstand oder die Tankanzeige anschaut – klar, dass es sinnvoll ist eine „optimale Versorgung“ zu haben. Besteht eine „schleichende Unterversorgung“ wird reagiert.

Im medizinischen Bereich handeln wir i.d.R. nicht so intelligent – und wundern uns, warum wir schleichend immer mehr Beschwerden oder Krankheiten entwickeln. Letztendlich erklären wir uns dann oft selbst „das liegt am Alter“ – beachten jedoch eine mögliche Unterversorgung nicht. Noch viel schlimmer ist, dass wir sie i.d.R. nicht einmal – wie wir es beim Auto tun – überprüfen.

Dies hat meist fatale Folgen, denn – anders als beim Auto – werden Stoffwechselprozesse oft bereits vermindert, wenn eine schleichende Unterversorgung beginnt.

Aus diesem Grund werden wir i.d.R. auch nicht „über Nacht krank“, vielmehr entstehen Krankheiten meist schleichend über Jahre..

So dauert es i.d.R. ca. 8 bis 12 Jahre bis eine Krebserkrankung entsteht, eine Demenzerkrankung beginnt oft schleichend im Alter von 45 bis 50, Gelenkerkrankungen entwickeln sich über Jahre bzw. Jahrzehnte bis entsprechende Diagnosen gestellt werden.

Würde man somit im Rahmen der Standardmedizin vorbeugend auch „Betriebsstoffe“ im Körper regelmäßig untersuchen, bei denen häufig ein Mangel zu beobachten ist, könnte ggf. oft das Risiko für Krankheiten vermindert werden. *Leider aber auch der Profit.*

Ziel sollte es dabei eine „optimale“ Versorgung anzustreben – nicht das „Minimum“.



Medikamente & Mikronährstoffe

... bei vielen Menschen muss berücksichtigt werden, dass sie Medikamente einnehmen müssen, die auch die Aufnahme und Verwertung von Mikronährstoffen hemmen können.

Durch diesen Sachverhalt können möglicherweise vermeintliche „**unerwünschte Nebenwirkungen**“ oder Beschwerden begünstigt werden.



Medikamente als Mikronährstoffräuber

Prof. Dr. med. Jörg Spitz und Apotheker Uwe Gröber

<https://www.youtube.com/watch?v=fCWv9jYqtc&t=6s>

Eine **tabellarische Übersicht**, welche Medikamente ggf. welche Nährstoffe hemmen können, finden Sie in nachfolgendem PDF

[http://heilpraktiker-](http://heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Medikamente+als+Mikron%C3%A4hrstoffr%C3%A4uber.pdf)

[osteopathie.info/resources/Medikamente+als+Mikron%C3%A4hrstoffr%C3%A4uber.pdf](http://heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Medikamente+als+Mikron%C3%A4hrstoffr%C3%A4uber.pdf)

Es aber geht nicht darum notwendige Medikamente zu vermindern oder abzusetzen
– sondern darum möglicherweise **dadurch begünstige Nährstoffmängel auszugleichen.**

Wie wirken Mikronährstoffe?

Anders als Betriebsstoffe im Auto haben Mikronährstoffe meist mehrere Funktionen. Manchmal mehrere Hundert oder Tausend.

Des Weiteren ist im Hinblick auf biochemische Prozesse zu berücksichtigen, dass diese oft schon verlangsamt werden könnten, wenn Nährstoffe vermindert sind, jedoch noch über dem „unterem Normbereich“ liegen, der oft fälschlicherweise als „alles gut“ bezeichnet wird

Einige Information zur **Wirkung von Nährstoffen** können Sie in nachfolgenden PDFs finden:

https://www.biokrebs.de/images/download/Therapie_Infos/Vitamine.pdf

<http://www.i-lueger.com/wp-content/uploads/2018/12/Bioenergetic.pdf>

<https://deutschlandskrankekinder.de/basiswissen-naehrstoffe/>

hier finden Sie eine Übersicht, wie sich ein **Mangel auswirken könnte** – auch bei **Kindern**

Mikronährstoffe & **Immunabwehr**

... und besonders beachtenswert im Hinblick auf mögliche Risiken bzgl. Infektion durch Viren und Bakterien, Krebs, Autoimmunerkrankungen und um den Verlauf von chronischen sowie entzündlichen Krankheiten zu beeinflussen

Mikronährstoffe die wichtig sind für die körpereigene Immunabwehr

Siehe **PDF** & auch der „**Energiestoffwechsel** sowie „**Entgiftung**“beachtenswert

Auch **eine Impfung kann übrigens die körpereigene Immunabwehr nicht ersetzen**, da Impfstoffe i.d.R. nur möglicherweise einen verbesserten Schutz gegen bestimmte Erreger bieten.

Die körpereigene Immunabwehr hat jedoch weit komplexere Funktionen und Aufgaben.

Schwere Verläufe von Infektionskrankheiten könnten oft begünstigt werden, wenn Nährstoffmängel bestehen. Siehe Fachliteratur. Dies kann leicht über Laborwerte abgeklärt werden.

Mikronährstoffe & **Energiestoffwechsel** „ständig müde“

In unseren Zellen gibt es „Kraftwerke“ (Mitochondrien) für die Energieproduktion (ATP).

Diese Energie hat nicht nur Einfluss auf unsere Leistungsfähigkeit oder die Funktion eines Organs, sondern z.B. auch auf den Schutz der Zellen, die Fortpflanzung (Kinderwunsch) und die Immunabwehr.

Wichtige Nährstoffe für Mitochondrien / Atmungskette – sowohl für Energieproduktion, als auch Schutz - sind unter anderem:

Eisen, Selen, Kupfer, Mangan, Magnesium, Vitamin A, B1, B2, B3, B5, B12, D3, E, Q10, Taurin, L-Carnitin, Glutathion, Kreatin, D-Ribose



Manche **chemischen Stoffe, Gifte, [Desinfektionsmittel](#), [Medikamente](#), Viren, Bakterien** können diese Kraftwerke schädigen oder zerstören, da Mitochondrien ursprünglich Bakterien waren. Verschiedene Publikationen weisen darauf hin, dass diese Nährstoffe auch von Bedeutung sein könnten bei der Behandlung von **Long-Covid** oder **Nebenwirkungen der Corona Impfstoffen**, da hier möglicherweise ebenfalls Mitochondrien geschädigt werden.

Laut Berichten von [ARD / MDR](#), [Charite](#) und [MedScape](#) sind möglicherweise **schwere Nebenwirkungen** durch die Corona-Impfstoffe **40 Mal häufiger**, als die Daten des Paul-Ehrlich-Institut, da viele Nebenwirkungen nicht gemeldet werden wie z.B. [Focus](#) u.a. berichtet haben. Zudem informierte [Biontech](#) (04-2022) die Börsenaufsicht und Aktionäre bzgl. der „zunehmende Problematik mit Nebenwirkungen“ der Corona-Impfung und weist darauf hin, dass möglicherweise eine ordentliche Medikamentenzulassung nicht möglich ist.

Politiker, PEI, RKI und Medizin schweigen bisher dazu.

Weitere Berichte zu Corona-Impfstoffen [DasErste](#) [MDR](#) [Berliner Zeitung](#) [Welt](#) [Fachpublikation](#)

Hinweis wegen **Long-Covid** und / oder **Nebenwirkung der Corona-Impfung**

*Wenn Sie Beschwerden haben, dann ist es oft hilfreich, wenn Sie unseren Fragebogen ausfüllen. Hier sind die häufigsten Beschwerden, die wir (bisher) bei Betroffenen behandelt haben, enthalten. Auch die Untersuchung bestimmter **Laborwerte** kann ggf. hilfreiche Informationen liefern um Ihre Behandlung zu optimieren. [Link zum Fragebogen](#)*

Mikronährstoffe & **entzündliche Prozesse**

Wichtige Co-Faktoren für die körpereigene Heilung von Entzündungen sind u.a.

Omega-3-Fettsäuren, Vitamin B3, Zink, Magnesium. Enzyme

Darüber hinaus ist eine gute Versorgung mit Vitamin D (gewichtsbezogen dosiert), Selen, Vitamin C und Enzyme empfehlenswert.

>> Engagierte **Freizeitsportler und Leistungssportler** sollten auf eine gute Versorgung mit diesen Nährstoffen achten, da hier oft kleine oder größere Verletzungen begünstigt werden

Mikronährstoffe & **körpereigene Bildung von Hormonen und Botenstoffen im Nervensystem**

Siehe [PDF](#) & auch der „**Energiestoffwechsel**“ und „**Entgiftung**“ sollte gut sein

Oft im Hinblick auf Demenz, Krankheiten der Psyche u.ä. beachtenswert.

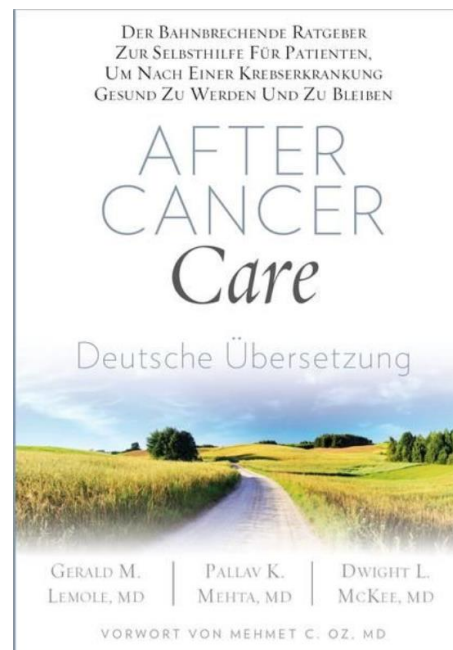
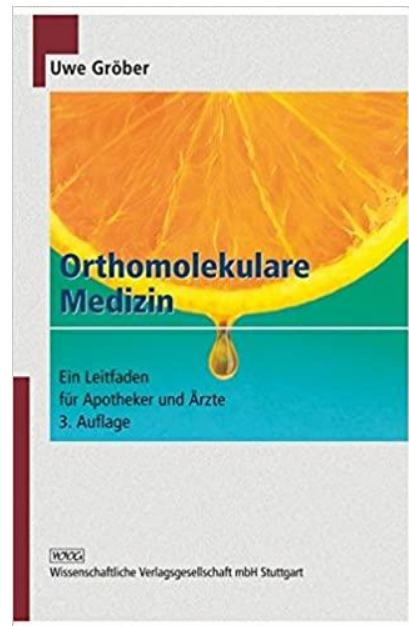
Mikronährstoffe & **körpereigene Entgiftungsprozesse**

Folgende Mikronährstoffe sind unter anderem von Bedeutung, damit körpereigene Entgiftungsprozesse auf Zellebene und speziell in der Leber ablaufen können.

Vitamin A, C, D, E, B2, B3, B6, B12, B9 (Folsäure), Alpha Liponsäure, Calcium, Quercetin, Coenzym Q10, Cystein / NAC, Methionin, Glutathion, Glycin, Glutaminsäure, Magnesium, Eisen, Molybdän & auch die „**Energieproduktion**“ muss optimal sein

Wenn es Menschen im Rahmen einer „**Entgiftungskur**“ schlechter geht, kann die mögliche Ursache sein, dass speziell bei diesen Nährstoffen ggf. Defizite bestehen.

Buchempfehlungen für Ärzte, Apotheker, Therapeuten & interessierte Patienten



.... empfehlenswert, wenn Ihnen „Gesundheit“ und „Krankheitsprävention“ auch wichtig sind

Besonders beachtenswert ist das Buch „**Die Blut Wert Lüge**“, da sehr oft falsche Laborwerte gemessen werden und somit auch deren Bewertung falsch ist.

Ebenfalls wird in der Zeit der „schnellen Medizin“ oft nicht beachtet, dass z.B. laut Fachliteratur einige Laborwerte „nüchtern“ gemessen werden müssen um korrekte Werte zu erhalten.