

Wirkstoffe von Medikamenten können die Aufnahme und / oder Verstoffwechslung von Mikronährstoffen direkt oder indirekt erheblich beeinflussen oder hemmen. Durch den daraus entstehenden schleichenden <b>Nährstoffmangel</b> können wiederum unerwünschte <b>Neben- und Wechselwirkungen</b> sowie <b>Krankheiten</b> maßgeblich begünstigt werden. **	Vit. A	Vit. B1 Thiamin	Vit. B2 Riboflavin	Vit. B3 Niacin	Vit. B6	Folsäure (B9)	Vit. B12	Vit. C	Vit. D	Vit. E	Vit. H (Biotin)	Vit. K	Eisen	Jod	Q10	L-Carnitin	Kalium	Calcium	Magnesium	Selen	Zink
<b>Abführmittel (Laxantien)</b>	X								X	X		X					X	X	X	X	
<b>Antibiotika / Sulfonamide</b>	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X			X	X	X	X	X	X
<b>Antidepressiva</b>			X												X						
<b>Antidiabetika orale (z.B. Metformin)</b>						X	X								X			X			
<b>Antiepileptika</b>		X	X		X	X			X	X	X	X				X		X	X	X	X
<b>Antirheumatika</b>				X	X	X			X			X									X
<b>Appetitzügler (Anorektika)</b>	X	X	X		X	X	X	X	X	X		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
<b>Aspirin / ASS / Acetylsalicylsäure</b>	X					X	X	X					X				X	X			
<b>Beruhigungs- und Schlafmittel (Barbiturate, Sedativa)</b>	X			X		X		X	X									X			
<b>Blutdrucksenkende Medikamente / Betablocker / ACE Hemmer</b>	X				X		X								X			X	X	X	X
<b>Cholesterinsenker / Lipidsenker / Statine</b>	X				X	X	X		X	X		X	X		X			X	X	X	
<b>Cortison (Prednisolon) / Glukokortikoide</b>	X				X			X	X				X				X	X	X		X
<b>Harttreibende Mittel (Diuretika, Furosemid)</b>	X	X			X	X	X								X		X	X	X	X	X
<b>"Magenschutz" / Magensäureblocker (Antazida, PPI z.B. Omeprazol)</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X			X	X	X	X	X
<b>Osteoporosemedikamente (Bisphosphonate)</b>																			X		
<b>Pille * (Kontrazeptiva)</b>	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X			X					X	X	X	X
<b>Schmerzmittel (z.B. Ibuprofen, Diclofenac) - Analgetika / NSAR</b>					X			X		X		X	X	X			X				
<b>Chemotherapeutika / Zytostatika</b>	X	X	X	X	X	X		X	X	X	X				X	X	X		X	X	X
<b>Strahlentherapie</b>	X				X					X										X	X

Kein Anspruch auf Vollständigkeit, Irrtum vorbehalten

\* Mangel auch nach Absetzen der Pille > ggf. **Risikofaktor für Komplikationen in der Schwangerschaft**

Weiterer Risikofaktor: *Vitamin D Mangel und erhöhter Homocysteinspiegel*

\*\* Süddeutsche Zeitung: "Bis zu **25.000 Todesfälle und ca. 300.000 Erkrankungen jährlich durch Neben- und Wechselwirkungen von Medikamenten**" [Link](#) Welt: **So gefährlich sind die beliebtesten Medikamente** [Link](#)

[Fachartikel bzgl. Nebenwirkungen](#)

[Interessante Laborwerte um Mängel frühzeitig zu erkennen](#)

**Der Mangel eines Mikronährstoffes kann weitere Mängel begünstigen:** Fehlen B-Vitamine wird Rückresorption von Magnesium in der Niere eingeschränkt - Vitamin B6 Mangel begünstigt Selenmangel - Zinkmangel begünstigt Vitamin A Mangel - Mangel an Zink, Mangan und / oder Vit. B2 vermindert Aktivierung von Vitamin B6 u.s.w.

Fachliteratur Pharmazie, Orthomolekulare Medizin von

**Uwe Gröber** - Apotheker, Leiter der Akademie für Mikronährstoffmedizin

**Dr. med. Peter Holzhauser** – Facharzt für Innere Medizin, Naturheilverfahren, Herausgeber der Deutschen Zeitschrift für Onkologie (DZO)

**Chefarzt Prof. Dr. med. Klaus Kisters** – Facharzt für Innere Medizin, Nephrologie, Klinische Geriatrie, Hypertensiologe DHL/ESH, Intensivmedizin, Transplantationsbeauftragter

**Dr. med. Raimund von Helden** - Facharzt Allgemeinmedizin, Diabetologe DDG, Vitamin-D-Fachkunde

## Welche Medikamente nehmen Sie ?

[www.Heilpraktiker-Osteopathie.info](http://www.Heilpraktiker-Osteopathie.info)