



Orthomolekulare Medizin

*Sehr geehrte Patientin,
sehr geehrter Patient*

Eine wichtige Rolle für den Erhalt der Gesundheit spielt die **ausreichende Versorgung** des Organismus mit **Mikronährstoffen**. Da diese Stoffe nicht oder nicht immer in ausreichender Menge vom Körper selbst hergestellt werden können, müssen sie dem jeweiligen Bedarf entsprechend von außen zugeführt werden.

Der individuelle Bedarf ist von verschiedenen Faktoren abhängig, z. B. vom Alter, von den Ernährungs- und Lebensgewohnheiten, von Stress, Umwelteinflüssen und vom allgemeinen Gesundheitszustand.

Bereits eine leichte Unterversorgung kann die Leistungsfähigkeit einschränken, Alterungsprozesse fördern und einen Risikofaktor für die Entstehung chronischer Krankheiten darstellen.

Ziel der orthomolekularen Medizin

Grundsatz der orthomolekularen Medizin ist die Stärkung der Widerstandskraft gegen Erkrankungen durch eine optimale Zufuhr von Substanzen, die im gesunden Körper normalerweise vorkommen und den reibungslosen Ablauf aller Stoffwechselprozesse gewährleisten. Diese als **Mikronährstoffe** oder auch als Vitalstoffe bezeichneten Substanzen sind u.a. **Vitamine, Antioxidanzien, Mineralstoffe, Spurenelemente, Fettsäuren und Aminosäuren.**

In der richtigen Dosierung und Kombination bieten sie optimalen **Gesundheitsschutz:**

- Prävention ernährungsbedingter (z. B. Diabetes mellitus) und chronisch-degenerativer (z. B. Morbus Alzheimer) Krankheiten,
- Verbesserung des individuellen Gesundheitsstatus
- Optimierung der Pharmakotherapie
- Erhalt der Vitalität und Leistungsfähigkeit im Alter

Die orthomolekulare Medizin ist u.a. auch **Grundlage der Anti-Aging-Medizin.**

Lebensnotwendige Mikronährstoffe

Die Entstehung eines Mikronährstoffmangels ist die **Folge einer lang andauernden Unterversorgung** des Organismus mit essenziellen Nährstoffen, an deren Ende charakteristische **Krankheitssymptome und irreversible Schäden** stehen.

- **Vitamine**

Sie sind u.a. **Bestandteile des antioxidativen Zellschutzsystems** und wirken bei zahlreichen enzymatischen Stoffwechselprozessen mit.



- **Mineralstoffe und Spurenelemente**



Die essenziellen Mineralstoffe, wie Calcium, Kalium, Phosphor und Natrium, **regulieren** u.a. den **Wasser- und Elektrolythaushalt**, **die Nervenfunktion und die Muskelkontraktion**. Sie sind am Aufbau der Knochen sowie an der Blutgerinnung beteiligt. Die Spurenelemente Eisen, Selen, Zink und Jod erfüllen ihre physiologischen Aufgaben vor allem als **Bestandteil von Enzymen und Hormonen**.

- **Antioxidanzien**

Ein **komplexes System** aus Enzymen und Antioxidanzien **schützt** in einem gesunden Organismus die Zellen **gegen den Angriff freier Radikale**. Entzündungen, Umweltgifte oder auch Stress können durch Überforderung des antioxidativen Systems zu einem Ungleichgewicht führen.



- **Mehrfach ungesättigte Fettsäuren**



Ω -3- und Ω -6-Fettsäuren sind wesentliche **Bausteine aller Zellmembranen** und damit für das Wachstum und die Regeneration der Zellen essenziell.

- **Aminosäuren**

Aus den α -Aminosäuren, wie z. B. Histidin, Isoleucin, Leucin, Valin und Lysin, werden im Organismus **Struktur- und Transportproteine, Enzyme, Immunglobuline, Hormone und Neurotransmitter** gebildet.



Die essenziellen Aminosäuren können vom Organismus nicht selbst gebildet werden und müssen mit der Nahrung aufgenommen werden.

Orthomolekulare Therapie

In der orthomolekularen Medizin werden für die Prävention und Therapie von Krankheiten **körpereigene Substanzen** verwendet. Dabei wird davon ausgegangen, dass Krankheiten mit einem biochemischen Ungleichgewicht im Körper einhergehen und dass heutzutage durch die Ernährung häufig keine **optimale Versorgung mit den erforderlichen Mikronährstoffen** gewährleistet ist. Da eine physiologische Imbalance i.d.R. nicht durch das Fehlen einer einzelnen Substanz charakterisiert ist, werden meist Kombinationen mehrerer Substanzen als Nahrungsergänzungsmittel verabreicht. Folgende Wirkstoffe werden angewendet:

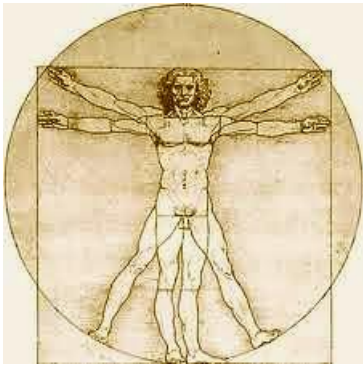
- Vitamine
- Antioxidanzien
- Mineralstoffe
- Spurenelemente
- Fettsäuren
- Aminosäuren



Die Dosierungen bei der orthomolekularen Therapie liegen deutlich über den offiziell empfohlenen Verzehrsmengen und sind unter Medizinern und Ernährungsexperten bis heute umstritten.

Auch wenn noch nicht eindeutig wissenschaftlich belegt, wurde doch in vielen Einzelfallbeobachtungen die Wirksamkeit von Mikronährstoffen in der **Prävention und Therapie verschiedener Erkrankungen** beschrieben. Die Supplementierung mit Mikronährstoffen sollte jedoch stets auf den individuellen Bedarf abgestimmt unter sachkundiger Betreuung durch einen Arzt oder Therapeuten erfolgen.

Unterstützung der körpereigenen Mechanismen



Bei der orthomolekularen Medizin handelt es sich um eine sanfte Medizin, denn sie hat bei richtiger Dosierung kaum Nebenwirkungen. Sie wirkt ausschließlich über die Stärkung der körpereigenen Heilmechanismen.

Was unser Körper normalerweise vermag, nämlich Krankheitserreger abzuwehren, Verletzungen zu reparieren, Gifte zu eliminieren, Organ-Funktionen zu regenerieren, wird durch die passenden orthomolekularen Mikro-nährstoffe optimiert.

In besonders belastenden Situationen (erhöhter Stress), bei Mangelzuständen und auch bei Leistungssteigerungen kann eine zusätzliche Zufuhr von Vitalstoffen zur Stärkung des Organismus erforderlich sein.



siehe auch Info

- Anti-Aging für die Frau
- Anti-Aging für den Mann
- Antioxidanzien
- Oxidativer Stress
- Stress-Profil

Laboruntersuchungen

Laborverfahren sind für die **Indikationsstellung und Verlaufskontrolle** einer orthomolekularen Behandlung unverzichtbar. In Abhängigkeit von der klinischen Fragestellung können Untersuchungen aus verschiedenen Themenbereichen relevant sein.

- **Oxidativer Stress- / Antioxidanzien-Status**
Belastungsparameter und antioxidative Versorgung

Untersuchung	Material
Antioxidative Kapazität (S) Malondialdehyd (Hp) oxidiertes LDL (S) 8-Hydroxy-2-Desoxyguanosin (U) Glutathion (E) Vitamin C, E (S) β-Carotin (S) Coenzym Q10 (S) Zink (Hp) Selen (S)	Serum 2 ml Heparinplasma 2 ml EDTA-Blut 3 ml Urin 5 ml

- **Herz-Kreislaufkrankungen**

Untersuchung	Material
Cholesterin (S) HDL (S) LDL (S) Triglyceride (S) Homocystein (S) Lipoprotein (a) (S) CRP, hochsensitiv (S)	Serum 3 ml, ggf. tiefgefroren

- **Osteoporose / Knochenstoffwechsel**

Verfahren	Material
Cross-Links = Pyridinolin/Desoxypyridinolin (U) (bezogen auf Kreatinin im Urin) Calcium, Phosphat, Kreatinin (U,S)	1. Morgenurin 10 ml
Osteoporose-Risikoparameter: ICTP, Ostase, Vitamin D3 (S) ggf.: Frau: Östradiol, Mann: Testosteron (S)	Serum 2 ml
Genetisches Osteoporose-Risiko: Vitamin D-Rezeptor (E)	EDTA 3 ml

- **Ernährungsstatus**

Vitalstoff-/ Mikronährstoff-Screening

Untersuchung	Material
Vitamin A, Vitamin B6, B12 Vitamin C, E Vitamin D25-OH Coenzym Q10 Folsäure Magnesium Zink, Selen Kalium, Calcium Eisen, Kupfer	Serum 2 ml (ggf. lichtgeschützt) Heparinplasma 2 ml

- **Immunstatus**

Zustand der Immunabwehr

Untersuchung	Material
Großes Blutbild (E) Gesamteiweiß (S) zellulärer Immunstatus (Hp) Zink (Hp) Selen (S)	EDTA-Blut 3 ml Serum 2 ml Heparinplasma 2 ml

Diese Untersuchungen sind generell keine vertragsärztliche Leistung
daher stets → IGeL (auch alle Präventivleistungen außerhalb EBM!)

IGeL: Individuelle GesundheitsLeistungen

Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL) sind Leistungen, die nicht zum **Leistungsumfang der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV)** gehören, dennoch vom Patienten nachgefragt werden, ärztlich empfehlenswert oder aufgrund des Patientenwunsches ärztlich vertretbar sind (z.B. **Präventionsleistungen**).

Neben den Leistungen, die generell von der Leistungspflicht der Krankenkassen ausgeschlossen sind, gibt es Leistungen, die zwar grundsätzlich vertragsärztliche Leistungen sind, die im konkreten Fall aber auf Wunsch des Patienten als privatärztliche Leistung erbracht werden müssen.

Bei Inanspruchnahme dieser **Wunschleistungen** besteht kein Erstattungsanspruch gegenüber Ihrer Krankenkasse. Die Kosten dieser Behandlungen sind von Ihnen zu begleichen.

Die Berechnung erfolgt nach der gültigen amtlichen Gebührenordnung für Ärzte (GOÄ).

Bei Fragen sprechen Sie uns bitte an.

Arztstempel

