

DIE ORTHOMOLEKULARE MEDI ZIN

Gesunderhaltung und Therapie mit Spurenelementen, Vitaminen und Aminosäuren

Orthomolekulare Medizin ist die Erhaltung guter Gesundheit und die Behandlung von Krankheiten, durch Veränderungen der Konzentration von Substanzen im menschlichen Körper, die normalerweise im Körper vorhanden und für die Gesundheit erforderlich sind.
(Linus Pauling)

Die Orthomolekulare Medizin sieht sich ergänzend zur Schulmedizin und versucht in erster Linie Defizite an Mikronährstoffen zu verhindern bzw. bereits vorhandene Defizite auszugleichen. Moderne Ernährungsgewohnheiten, der beschleunigte Lebensstil und die heutige Lebensmittelproduktion führen häufig zu einer Verminderung von essentiellen Nähr- und Schutzstoffen. Die Folge ist ein Überschreiten unserer hervorragenden Schutzsysteme. Besonders Raucher, Freizeitsportler, in Zeiten besonderer Belastung, bei Stress, Kälte, in der Schwangerschaft, bei unregelmäßigem Schlaf oder Erkrankungen erhöht sich der Bedarf an Mikronährstoffen deutlich. Vorsicht ist jedoch vor wahllosem Einnehmen von Vitaminmischungen geboten. Die Mikronährstoffe greifen in die biochemischen Reaktionen des Körpers ein. Nur eine ausreichende Abklärung, mit genauer Anamnese des Lebensstils und der Ernährungsgewohnheiten und unter Einschluss von Laborparametern sollten Mikronährstoffe therapeutisch angewendet werden. Kenntnisse des Therapeuten über die wissenschaftlichen Grundlagen der Biochemie und Physiologie setze ich hiermit voraus.

Einsatzgebiete der orthomolekularen Medizin: Good-Aging, Freizeitsport ohne Schaden, Lebensübergänge (Schwangerschaft, Stillzeit, Wechsel), Ernährungsumstellung, Entgiftung, Unterstützung und Therapie von akuten und chronischen Erkrankungen