

Gesund durch Mikronährstoffe- Beispiele und Einsatzbereiche

Eine orthomolekulare Therapie behandelt zunächst nach Diagnosestellung die Mangelzustände. In den letzten 30 Jahren wurden für die wesentlichen akuten und chronischen Krankheitsbilder Therapiekonzepte entwickelt.

Zu den **Anwendungsbereichen** gehören:

- Allergien und allergische Erkrankungen
- Infektanfälligkeit und Immunschwäche
- Hobby- und Leistungssport
- Rheumatische Erkrankungen
- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Magen- und Darmerkrankungen
- Nervenerkrankungen
- Allgemeine Schwächezustände
- Stoffwechselleiden

Neu an der Orthomolekular- Medizin ist das Prinzip, dass mit einer Vielzahl von sorgfältig aufeinander abgestimmten und individuell ausgewählten reinen Substanzen gearbeitet wird. Neu ist weiters die **Mega-Vitamin-Behandlung** mit sehr hohen Dosen einzelner Vitamine, die nach individuellen Anforderungen miteinander kombiniert werden. Die Orthomolekulare Behandlung eröffnet ein weites Feld an neuen therapeutischen Möglichkeiten. Die Orthomolekulare Medizin therapiert zunächst nach genauer Analyse und Diagnose die Mangelzustände. Es werden verschiedene Nahrungsergänzungsmittel dafür verwendet. Die Behandlung enthält mehrere Komponenten:

1. Ein **Basisprodukt** das 2-3x täglich eingenommen wird.
2. **Zusatzsubstanzen**, die nach individuellen Bedürfnissen und Anforderungen verabreicht werden.
3. Eine ausgewogene und gesunde Ernährung, gut zubereitet und in Ruhe genossen.

Die Orthomolekulare Medizin Therapie mit hochdosierten Vitaminen

Die Therapie erfolgt schrittweise und beinhaltet folgende Punkte:

1. **Anamnese-** Ausführliches Gespräch.
2. **Lifestyle-** Bestimmung des individuellen Risikos.
3. **Erfassung von Mangelversorgungen und Vitamindefiziten.**
4. **Blut- und Harnbestimmungen.**
5. **Beratung und Supplementierung.**
6. **Anleitung zur Lebensstiländerung.**
7. **Verlaufskontrolle** und Anpassung der Vitamintherapie.

Eine orthomolekulare Therapie kann im allgemeinen nicht nur mit einer einzigen Tablette durchgeführt werden. In vielen Fällen ist nur eine dauerhafte und langfristige Zufuhr von Nahrungsergänzungen wirksam und sinnvoll. Chronische Erkrankungen kann man nicht behandeln und vorbeugen, indem man nur kurze Zeit oder gelegentlich Multivitaminab-
letten nimmt. Die Orthomolekular-
Medizin bietet durch die Verwendung von körpereigenen Substanzen eine vernünftige und sanfte Möglichkeit, Krankheitszustände positiv zu beeinflussen, chronische Erkrankungen auszuheilen und die Entstehung von Krankheitsbildern im Vorfeld zu verhindern.



Jeder Mensch hat seinen individuellen
Bedarf an Nährstoffen.

Rufen Sie an und vereinbaren Sie einen Termin!

Vitamine und Mineralstoffe sind lebensnotwendig-
Wir stellen für Sie Ihren ganz individuellen Bedarf an
Nährstoffen zusammen.

Gute Gesundheit wünscht:

Dr. Alexander Zieger

„Gesundheit ist nicht alles, aber ohne Gesundheit
ist alles nichts.“

(Arthur Schopenhauer, Philosoph und Naturwissenschaftler)



Immer ein offenes
Ohr für Sie

Dr. Alexander Zieger

Facharzt für Hals-, Nasen- und Ohrenheilkunde
2500 Baden, Erzherzog Rainer Ring 14
2700 Wr. Neustadt, Hauptplatz 13/1

ORTHOMOLEKULARE MEDIZIN

Gesünder Leben mit Vitaminen und
Spurenelementen



„Deine Nahrung
soll deine Medizin
sein“
(Hippokrates,
griechischer Arzt
400 v. Christus)

Vitamine- Bausteine des Lebens

*

Gesund durch Mikronährstoffe

*

Beispiele und Einsatzbereiche

Die Beseitigung von Mangelzuständen, die Zufuhr von Mikronährstoffen in Zeiten eines erhöhten Bedarfs, die Ausnützung von hochdosierten Vitaminen und Spurenelementen, sowie der vorbeugende Einsatz von Originalteilen ist die Aufgabe der **Orthomolekularen Medizin.**

Informationen und weitere Auskünfte

Telefon: 02252/47 500

oder 02622/21112

www.hno-baden.at

Vitamine – Bausteine des Lebens

Sich ändernde Ernährungsgewohnheiten, die Vorliebe für neue Supermarkt-Lebensmittel, schnelle Zubereitungsarten und der Verlust traditioneller Kochgewohnheiten brachten es mit sich, dass massive Einbrüche in der Versorgung mit Vitalstoffen (**Vitaminen, Spurenelementen, Mineralstoffen, Aminosäuren und Fettsäuren** etc.) auftraten.

Warum ist es heutzutage nicht möglich diesen Bedarf über die normale Ernährung zu decken? Dafür gibt es mehrere Gründe: Einerseits sind wir einer Vielzahl an toxischen/giftigen Stoffen ausgesetzt, wie Kunstdünger, Lösungsmittel, Pestizide, Konservierungsmittel und vielen anderen mehr. Andererseits verarmt auch der Boden durch die derzeitige Art der Bewirtschaftung, und darüber hinaus werden bei der Verarbeitung der Nahrungsmittel



Nicht alles was gut schmeckt ist auch gesund.

große Mengen an Spurenelementen, wie Zink, Magnesium und Selen entfernt oder vernichtet. Früchte werden grün vom Baum genommen, wobei sie längst nicht mehr so viele Vitamine bilden können, wie normalerweise. Oft werden Gemüse und Obst noch zusätzlich bestrahlt, um ihre Haltbarkeit zu verlängern.

Darüber hinaus sind die im Rahmen der Massentierhaltung verwendeten Masthilfsmittel und Arzneimittelrückstände, sowie die veränderte Zusammensetzung der Fette für die menschliche Gesundheit nicht sehr zuträglich.

Anderer wichtige Faktoren für Mangelzustände sind Alkohol- und Tabakkonsum, Stress, Einnahme von verschiedenen Medikamenten, sowie körperliche und seelische Überbelastungen.

Durch Zufuhr von Vitaminen, Spurenelementen, etc. wird der Mensch im Gegensatz zur schulmedizinischen Therapie nicht mit Fremdstoffen sondern mit Bausteinen seines eigenen Organismus behandelt. **Die orthomolekulare Medizin** steht heute für einen Zweig der Heilkunde, der das Vorhandensein der richtigen Nährstoffe in richtigen Mengen in unserem Körper als eine unabdingbare Voraussetzung für die Erhaltung guter Gesundheit und die Behandlung von Krankheiten ansieht.

Vitamine und Spurenelemente- Ihre wichtigen Funktionen

Vitamine sind im Organismus von großer Bedeutung für die verschiedensten Stoffwechselschritte und Funktionen. Einer der wichtigsten Einsatzbereiche und Aufgaben der **Vitamine C, E** und **Betacarotin** (zusammen mit Selen, Zink und bestimmten Aminosäuren) ist der als sog. **Radikalfänger**. Freie Radikale sind extrem reaktive Teilchen, die im Körper bei normalen biochemischen Reaktionen entstehen. Ihre Bildung wird aber auch durch energiereiche Strahlung oder auch durch Schadstoffe in der Luft und in der Nahrung verstärkt. Sie führen in der Folge zu Gewebeschädigung und Zellmembranveränderungen. Sie begünstigen die Entstehung von Arteriosklerose und Allergieentwicklungen und fördern degenerative Entwicklungen sowie Alterungsprozesse. Mineralstoffe und Spurenelemente wurden erst in den letzten Jahren eingehender untersucht. Alle Spurenelemente des Körpers zusammen wiegen nur 8-9 Gramm! Die Mineralstoffe **Calcium, Magnesium, Phosphor, Natrium, Kalium, Chlor** und **Schwefel** dienen dem Aufbau und Erhaltung des Skelettsystems, der Aktivierung von Stoffwechselfvorgängen, der Muskelfunktion, dem Nervensystem sowie der Regulation der Körperflüssigkeiten.



Vitamine sind die Lebensnotwendigen Stoffe für unser Leben.

In der Reihe der Spurenelemente ist **Zink** als Kofaktor für viele Reaktionsschritte von enormer Bedeutung. Es dient der besseren Ausscheidung von giftigen Substanzen, stärkt das Immunsystem und ist sehr wichtig für die Schleimhautregeneration.

Ein weiteres wichtiges Element ist **Selen**, das zusammen mit Zink das Immunsystem stärkt und gemeinsam mit Vitamin E in der Krebstherapie angewendet wird. Entzündliche und allergische Probleme können mit Selen oft positiv beeinflusst werden.

Mehr Informationen bei Dr. Alexander Zieger
Mitglied der Österr. Gesellschaft zur Förderung der Orthomolekularen Medizin.

Die Orthomolekulare Medizin- Wirkung und Einsatzbereiche

Die Orthomolekulare Medizin beruht auf der Erkenntnis, dass die Gesundheit des menschlichen Organismus von der richtigen und ausreichenden Zufuhr mit zahlreichen natürlichen Substanzen (Mikronährstoffen) abhängig ist.

Ein Mangel an Mikronährstoffen kann zu zahlreichen Erkrankungen führen. Zur Vorbeugung und zur Unterstützung bei bereits bestehenden Beschwerden und Leiden müssen deshalb dem Körper fehlende Substanzen (z.B. Vitamine, Mineralstoffe, Fettsäuren, Spurenelemente, Aminosäuren) in ausreichender Menge wieder zugeführt werden. Optimale Gesundheit und weitgehender Schutz vor Krankheiten werden nur dann erreicht, wenn alle dazu notwendigen Substanzen



Vitamine und Spurenelemente sind wichtig für unseren Körper

in optimaler Menge vorhanden sind. Optimale Gesundheit ist eine lebenslange Herausforderung und die Orthomolekulare Medizin kann dazu einen entscheidenden Beitrag leisten. Vitamine, Spurenelemente und Aminosäuren sind sehr wichtige Bestandteile unseres Körpers und sollten deshalb in keiner Mahlzeit fehlen. Sie können einem Nährstoffmangel ausgleichen, indem sie dem Körper mit ihm vertrauten und nötigen Substanzen versorgen. **Hinzufügen, was fehlt-** es ist ratsam, die tägliche Ernährung mit guten Verzehrprodukten aus Vitaminen und Mineralstoffen regelmäßig zu ergänzen. Gegenwärtig setzt sich zunehmend die Erkenntnis durch, dass durch Nahrungsergänzungsmittel- „orthomolekulare Medizin“ - jede Therapieweise verbessert werden kann. Das ist für eine stressgeplagte, umweltbelastete und überalternde Bevölkerung von besonderer Bedeutung.