

Behandlungskonzepte für die
naturheilkundliche Praxis

Siegfried Sulzenbacher

Stoffwechsel- und Verdauungsstörungen

LESEPROBE

Stoffwechsel- und Verdauungsstörungen

Siegfried Sulzenbacher



Wichtige Hinweise:

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Alle Angaben erfolgen jedoch ohne Gewähr. Weder der Autor noch der Verlag haften für eventuelle Nachteile oder Schäden, die möglicherweise aus der Anwendung der nachfolgenden Hinweise und Therapieempfehlungen resultieren könnten. Da jeder Patient anders ist, kann Dosierung und Indikation nicht allgemein verbindlich festgelegt werden. Dies ist die ausschließliche Verantwortung des Behandlers gegenüber seinem Patienten.

Die aufgeführten Präparatenamen sind lediglich Beispiele, die der Praxiserfahrung des Autors entsprechen. Es bedeutet nicht, dass nicht auch mit anderen Präparaten gute Ergebnisse erzielt werden können.

1. Auflage 2020

© 2020 ML Verlag in der
Mediengruppe Oberfranken – Fachverlage GmbH & Co. KG, Kulmbach

Druck: Generál Nyomda Kft., H-6727 Szeged

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Vervielfältigung, Übersetzung, Mikroverfilmung und Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme ist unzulässig und strafbar.

Lektorat: Martin Klose

Titelbild: © Romolo Tavani – stock.adobe.com

www.ml-buchverlag.de

ISBN: 978-3-96474-201-8

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Einführung	11
Fundamentale Stoffwechselfvorgänge	14
Anabolismus	14
Katabolismus	14
Kohlenhydratstoffwechsel	15
Eiweißstoffwechsel	15
Fettstoffwechsel	15
Mineralstoffwechsel	16
Vitaminstoffwechsel	16
Übersicht über den Stoffwechsel	17
Stoffwechselstörungen	18
Konstitution – Disposition	18
Einfluss der Lebensweise auf den Stoffwechsel	19
Einfluss der Umwelt auf den Stoffwechsel	19
Basistherapie Entgiften und Ausleiten	23
Das Bindegewebe	25
Das chronisch überlastete Bindegewebe	26
Wie können wir das Bindegewebe entlasten	27
Der Wasser-, Säure- und Basenstoffwechsel	31
Diffusion	33
Osmose	34
Osmotischer Druck – kolloidosmotischer Druck	36
Wasserhaushalt	37
Säure- und Basen-Haushalt	39
Der pH-Wert	39
Puffersysteme	42
Die Puffersysteme des Blutes	42
Die pH-Regulierung durch Lunge und Nieren	44
Die Niere	45
Anatomie der Niere	47
Physiologie der Niere	47
Aufgaben	47

Die Harnbildung	48
Wasserhaushalt und Blutdruckregelung	49
Erkrankungen der Niere	51
Oligurie	51
Anurie (Harnsperre)	52
Polyurie	52
Proteinurie	52
Hämaturie	53
Pyelonephritis	53
Tubulo-interstitielle Nephritis (Glomerulonephritis)	59
Chronische tubulointerstitielle Nephritis (CTIN)	62
Eklampsie	65
Nierenstein	66
Calciumoxalatstein	67
Calciumphosphatsteine	67
Infektsteine	68
Uratsteine (Harnsäuresteine)	68
Die Nebenniere	71
Anatomie der Nebenniere	73
Funktion der Nebenniere	73
Adrenalin	74
Noradrenalin	76
Cortisol	78
Aldosteron	80
Dehydroepiandrosteron	81
Der Regelkreis Hypothalamus – Hypophyse – Nebenniere	82
Erkrankungen der Nebenniere	84
Nebennierenrindeninsuffizienz (Mb. Addison)	84
Cushing-Syndrom	86
Die Schilddrüse	89
Anatomie der Schilddrüse	91
Funktion der Schilddrüse	92
Der Regelkreis Hypothalamus – Hypophyse – Schilddrüse	94
Schilddrüsenerkrankungen	95
Schilddrüsenüberfunktion	96
Schilddrüsenunterfunktion	100
Schilddrüsenkrebs	103

Naturheilkundliche Therapie bei Schilddrüsenstörungen	104
Schilddrüsenüberfunktion (ohne Kropf)	104
Schilddrüsenunterfunktion (ohne Kropf)	105
Kropf	106
Der Elektrolytstoffwechsel	109
Ionenbindung	111
Mengenelemente	112
Natrium	112
Chlorid	114
Kalium	116
Calcium und Phosphat	117
Magnesium	120
Spurenelemente	123
Eisen	123
Kupfer	127
Bor	130
Chrom	133
Jod	135
Mangan	137
Selen	139
Zink	142
Die Vitamine	145
Tagesvitaminbedarf	147
Antivitamine – Vitaminantagonisten	148
Vitamin K Antagonist	148
Vitamin-B6-Antagonist	149
Folsäure-Antagonisten	149
Wasserlösliche Vitamine (B-Gruppe, C, H)	150
Die Gruppe der B-Vitamine	150
Fettlösliche Vitamine (A, D, E, K)	172
Vergiftung – Unverträglichkeit – Allergie	191
Gift und Vergiftung	193
Nahrungsmittelunverträglichkeit	196
Diagnose	196
Therapie	197
Histaminunverträglichkeit	203

Allergie	207
Grundsätzliches zur Allergie	207
Die Verdauung	213
Akutes Abdomen	215
Schmerzen	215
Ursachen	216
Orientierung – Bauchschema	216
Organe und Projektionen	218
Das Verdauungsrohr	219
Die mikrobielle Besiedelung des Verdauungskanals	220
Grundsätzliches zu Bakterien im Menschen	220
Bakterien im Verdauungstrakt	221
Der Mund (Stoma)	222
Die Zähne (Dens)	222
Die Zunge (Glossa)	223
Der Rachenraum (Pharynx)	226
Mundgeruch	227
Der Speichel	227
Der Kehlkopf	229
Die Speiseröhre (Oesophagus)	229
Der Magen (Gaster, Ventriculus)	232
Magenschleimhautentzündung, Gastritis	233
Magengeschwür (Ulcus ventriculi)	236
Fehlen der Magensäfte (Achylië)	242
Appetitmangel	242
Leber	245
Lage der Leber	245
Gallenblase – Galle	250
Gallenblasenerkrankungen	250
Pankreas (Bauchspeicheldrüse)	255
Exokrine Funktion	255
Endokrine Funktion	255
Erkrankung des Pankreas	256
Dünndarm	258
Zwölffingerdarm (Duodenum)	258
Leerdarm (Jejunum) und Krummdarm (Ileum)	259
Erkrankungen des Dünndarms	260

Dickdarm	267
Erkrankungen des Dickdarms	268
Enddarm – Anus	272
Hämorrhoiden	272
Darmblutung (Gastrointestinale Blutung)	275
Heilmittel für eine kranke Verdauung	278
Mzyme®	278
Herkömmliche Arzneimittel zur Sanierung der Darmflora	279
Diabetes mellitus	283
Klinisches Bild	285
Einteilung	285
Grundlagen	286
Exokrine Pankreasfunktionen	286
Endokrine Pankreasfunktionen	287
Die Wirkung von Insulin	287
Die Wirkung von Glucagon	288
Weitere Einflüsse auf den Blutzucker	288
Diagnostik des Diabetes mellitus.	289
Das metabolische Syndrom.	289
Der Body-Mass-Index (BMI).	289
Wesentliche Symptome des Diabetes mellitus.	290
Diagnose des manifesten Diabetes	291
Laboruntersuchungen beim Diabetes	293
Die Behandlung des Diabetes mellitus.	296
Der Typ1-Diabetiker	296
Der Typ 2-Diabetiker	299
Die Bewegungstherapie	301
Therapie mit oralen Antidiabetika	302
Beeinflussung durch Arzneimittelnebenwirkungen	304
Die Insulin-Therapie des Typ 2	305
Die naturheilkundliche Behandlung des Typ 2.	305
Der Diabetiker als Notfallpatient.	309
Akuter Myokardinfarkt	309
Infekte	309
Das diabetische Koma	310
Die Hypoglycämie	311
Merkzettel für Diabetes mellitus	316

Der Fettstoffwechsel	317
Fettaufnahme	319
Fetttransport	320
Funktionen der Lipide	321
Nahrungsmangel	321
Leistungssport bzw. schwere körperliche Arbeit	321
Fettstoffwechselstörungen	322
Der Cholesterinstoffwechsel	325
Physiologie des Cholesterins	327
Funktion des Cholesterins	329
Leukozyten	329
Erythrozyten	329
Nervenzellen	330
Hormone und Gallensäuren	330
Die Regulation des Cholesterinspiegels	331
Cholesterinüberschuss	331
Cholesterinmangel	331
Cholesterinstörungen	332
Atherosklerose – Arteriosklerose	335
Der Harnsäurestoffwechsel – Gicht	343
Referenzbereich der Harnsäure	346
Erkrankungen durch Harnsäure	346
Harnsäuremangel	346
Harnsäureüberschuss, harnsaure Diathese	346
Anhang	357
Meine therapeutische Arbeitsweise	359
Akupunktur	359
Arzneimitteltherapie	359
Stichwortverzeichnis	361
Literaturhinweise	370
Bildquellenverzeichnis	371

Vorwort

Als Stoffwechsel oder Metabolismus bezeichnet man die biochemischen Vorgänge in einem lebenden Organismus, welche erforderlich sind, um ihn am Leben zu erhalten.

Die Körpersubstanz wird aufgebaut und erhalten. Die für die Körperfunktionen notwendige Energie wird erzeugt. Die notwendigen Stoffe werden mit der Nahrung und über die Atmung aufgenommen. Enzyme, Hormone und das Nervensystem steuern den Stoffwechsel.

Diese fein aufeinander abgestimmten Vorgänge reagieren sehr empfindlich auf Störungen. Da wir heute durch die moderne Chemie und unsere veränderte Lebensweise mit sehr viel mehr Einflussgrößen als früher zu kämpfen haben, ist es nicht verwunderlich, dass die Stoffwechselkrankheiten zunehmen.

Während früher Diabetes und andere Stoffwechselstörungen hauptsächlich bei älteren Menschen vorkamen, leiden zunehmend auch junge Menschen an diesen Krankheiten.

Die Heilung von Stoffwechselstörungen ist nicht einfach. Daher kommen auch Patienten in die Naturheilpraxis, die schon eine längere Odyssee hinter sich haben. Tatsächlich kann mit den Methoden der Naturmedizin in vielen Fällen eine deutliche Verbesserung und auch eine Heilung erreicht werden. Dies erfordert jedoch die konsequente Mitarbeit des Patienten. Wer nicht bereit ist, lieb gewonnene Gewohnheiten falls erforderlich zu verändern, wird auch von der Naturheilkunde enttäuscht werden.

Mit dieser Schrift soll ein Überblick über die Methoden der Naturheilkunde bei Stoffwechselkrankheiten und Verdauungsstörungen gegeben werden. Bei allen beschriebenen Zuständen sind Therapien aufgeführt, die sich in meiner über 40-jährigen Praxis bewährt haben.

Damit will ich meinen Kollegen bei ihrer täglichen Praxisarbeit helfen und kranken Menschen eine Hoffnung geben.

*München, im Herbst 2019
Siegfried Sulzenbacher, Heilpraktiker*



Einführung

Unter Stoffwechsel oder Metabolismus versteht man streng genommen biochemische Vorgänge, welche innerhalb der Zellen ablaufen. Im erweiterten Sinn kann man darunter auch die Nahrungsaufnahme und letztlich sogar die Ausscheidungsvorgänge verstehen.

Der Körper nimmt Nahrung, Wasser und Atemluft auf. Die zugeführten Nährstoffe, Vitamine und Mineralien werden durch die Verdauung aufbereitet und danach von den Zellen aufgenommen. Die Zellen gewinnen aus den Nährstoffen Energie und die für den Körper notwendigen Baustoffe. Die Steuerung dieser Prozesse erfolgt durch Enzyme, Hormone und durch das Nervensystem.

Enzyme (oder Fermente¹)

sind Biokatalysatoren, also Stoffe, die eine biochemische Reaktion beschleunigen, ohne selbst dabei verändert zu werden. Sie können im Körper bereits vorhanden sein oder sie müssen von außen zugeführt werden.

Hormone

sind chemische Botenstoffe, die durch Drüsen im Körper erzeugt oder von außen zugeführt werden. Bekannte Drüsen sind die Hypophyse, die Schilddrüse und die Nebennieren. Aber auch die Muskeln und das Fettgewebe erzeugen Hormone.

Das Nervensystem

arbeitet mit dem Hormonsystem sehr eng zusammen. Besonders das vegetative oder autonome Nervensystem² ist untrennbar mit dem mit dem Stoffwechsel verbunden. Der Körper sorgt fortwährend dafür, dass alle lebensnotwendigen Vorgänge jederzeit ordnungsgemäß ablaufen.

Umweltfaktoren

wie z. B. die Raumtemperatur und die Tageszeit können ebenfalls den Stoffwechsel beeinflussen. Die Tageszeit und das Tageslichts haben Einfluss auf das Hormon Melatonin.

Chemieprodukte

stellen eine besondere Herausforderung für unseren Stoffwechsel dar. Der Körper muss ständig daran arbeiten, mit diesen immer häufiger anzutreffenden Fremdstoffen zurecht zu kommen.

1 Ferment ist ein älterer Begriff, der heute nur noch selten verwendet wird. Enzym ist heute gebräuchlich.

2 Das vegetative Nervensystem ist der Teil des Nervensystems, der die inneren Organe, einschließlich Blutgefäße, Magen, Darm, Leber, Nieren, Harnblase, Genitalien, Lunge, Pupillen, Herz, Schweiß- und Speicheldrüsen sowie Verdauungsdrüsen versorgt. Das vegetative Nervensystem besteht aus zwei wichtigen Abschnitten, dem Sympathikus und dem Parasympathikus. Quelle: <https://www.msmanuals.com/de-de/heim/stoerungen-der-hirn-,rueckenmarks-und-nervenfunktion/stoerungen-des-vegetativen-nervensystems/ueberblick-ueber-das-vegetative-nervensystem> (Stand 2019-07-01)

Fundamentale Stoffwechselfvorgänge

Anabolismus

Energie, die aktuell nicht benötigt wird, kann gespeichert werden. Der Körper baut damit Muskelmasse auf oder legt Fettpolster an.

Aber auch die Leber dient als Energiespeicher. Ein Teil der Glukose (Einfachzucker), die vom Blut in die Zellen gelangt, wird in der Leber wieder zu Stärke (Mehrfachzucker) aufgebaut und gelagert.

Muskelmasse und Fettpolster sind Langzeitspeicher, während die Leber ein Kurzzeitspeicher mit schnellerer Zugriffsmöglichkeit ist.

Die aufbauende Stoffwechselsituation nennt man **anabol**.

Katabolismus

Muss der Körper in Notzeiten auf seine Depots zurückgreifen, dann findet ein Abbau der Leberreserven, der Fettpolster und der Muskelmasse statt. Die in den Depots gespeicherten Nährstoffe werden in ihre biochemischen Bestandteile zerlegt und dem Stoffwechsel erneut zur Verfügung gestellt.

Stärke wird wieder zu Einfachzucker abgebaut und dem Stoffwechsel in Form von Glukose bereit gestellt. Dadurch bleibt der Blutzuckerspiegel in etwa konstant und das Gehirn und die Muskeln können ausreichend mit Energie versorgt werden.

Die abbauende Stoffwechselsituation nennt man **katabol**.

Kohlenhydratstoffwechsel

Damit der Körper seine Aufgaben erfüllen kann, benötigt er Energie. Die Energieträger Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße sowie Mineralstoffe und Vitamine müssen von uns aufgenommen werden.

Der Körper kann Kohlenhydrate und Eiweiße nur aufnehmen, wenn diese die Darmwand passieren. Dazu werden sie sehr klein aufgespalten. Dies erledigen im Darm die

Pankreasenzyme Amylase³ und Protease⁴. Die durch die Amylasen aufgespaltenen Kohlenhydrate passieren die Darmwand und werden über die Pfortader zur Leber transportiert. In der Leber werden sie gespeichert und weiterverarbeitet.

Eiweißstoffwechsel

Die Eiweiße (Proteine) werden durch die Proteasen in ihre Bausteine, die Aminosäuren zerlegt. Sie gelangen über die Blutbahn zu den Zellen. Dort dienen sie einerseits der Energiegewinnung, andererseits sind Aminosäuren⁵ die Bausteine sämtlicher Proteine (Enzyme, Strukturproteine usw.).

Die Abbauprodukte der Aminosäuren werden zur Energiegewinnung und zur Synthese von Fettsäuren, Cholesterin und zur Gluconeogenese genutzt.

Viele Aminosäuren (Glutamat, Glycin, Aspartat) und ihre Derivate (GABA, L-Thyroxin, Dopamin, Adrenalin und Noradrenalin, Serotonin und Histamin) fungieren als Transmittersubstanzen bzw. Hormone.

Der Körper kann einige Aminosäuren in der Leber selbst aufbauen, die meisten sind jedoch essentiell, müssen also mit der Nahrung aufgenommen werden.

Fettstoffwechsel

Fette dienen der Energiegewinnung in den Zellen und sind wichtige Energiespeicher. Was der Körper aktuell nicht braucht, lagert er in den Fettzellen für „schlechtere“ Zeiten.

Die mit der Nahrung aufgenommenen Fette werden im Darm durch die Gallensäuren emulgiert und durch die Lipase⁶ aufgespalten. Danach können sie die Darmwand passieren. Nach der Darmpassage werden die Fette in den Lymphgefäßen transportiert und anschließend über den Blutkreislauf der Leber zugeführt.

3 Amylasen spalten Kohlenhydrate. Amyla (griechisch) bedeutet „Stärke“.

4 Proteasen spalten Protein (Eiweiße) in ihre Aminosäuren auf.

5 Quelle: https://de.wikibooks.org/wiki/Biochemie_und_Pathobiochemie:_Aminosäuren-Stoffwechsel (Stand 2019-07-01)

6 Lipasen spalten Fette. Lipos (griechisch) bedeutet „Fett“.

Mineralstoffwechsel

Neben den Energieträgern Kohlenhydrate, Eiweiß und Fett benötigen wir auch Mineralstoffe. Sie müssen in ausreichender Menge mit der Nahrung aufgenommen werden. Der Körper kann diese Stoffe nicht selbst erzeugen, sie sind „essentiell“.

- Ohne Calcium und Phosphor können keine Knochen aufgebaut werden. Calcium ist auch für die Muskelarbeit und für die Funktion des Nervensystems unerlässlich.
- Ohne Eisen und Mangan kann kein Blut gebildet werden.
- Ohne Kochsalz (Natriumchlorid) ist die Verdauung unmöglich, da keine Magensäure aufgebaut werden kann.

Diese Aufzählung könnte man lange fortsetzen.

Mineralsalze und wasserlösliche Vitamine lösen sich auf ihrem Weg durch den Verdauungstrakt in Wasser auf und werden überwiegend im Dickdarm resorbiert. Damit gelangen sie in die Blutbahn.

Vitaminstoffwechsel

Vitamine sind ebenfalls Stoffe, die der Körper nicht selbst herstellen kann⁷, die er aber für lebenswichtige Funktionen benötigt. Chemisch bilden die Vitamine keine einheitliche Stoffgruppe.

Sie sind komplexe organische Verbindungen⁸, die von Pflanzen, Bakterien oder Tieren aufgebaut werden.

Vitamine sind für viele Funktionen des Stoffwechsels erforderlich. Ihre Aufgabe besteht in der Regulierung der Verwertung von Kohlenhydraten, Eiweißen (Proteine) und Mineralstoffen. Sie sorgen für deren Abbau beziehungsweise Umbau und dienen somit auch der Energiegewinnung. Vitamine stärken das Immunsystem und sind unverzichtbar für den Aufbau und die Erhaltung von Zellen.

Einige Vitamine werden dem Körper als Vorstufen (Provitamine) zugeführt. Diese muss der Körper dann erst in das benötigte Vitamin umwandeln.

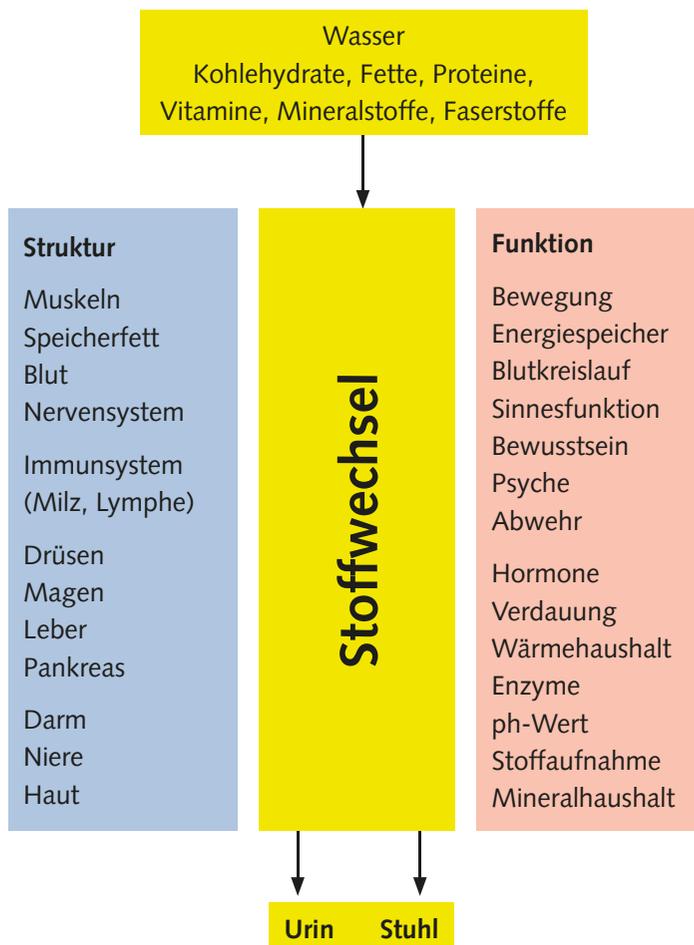
7 Ausnahme: Vitamin D wird teilweise vom Körper selbst hergestellt.

8 Die organische Chemie behandelt chemische Verbindungen, die auf Kohlenstoff basieren. Organische Moleküle enthalten neben Kohlenstoff häufig Wasserstoff, Sauerstoff, Stickstoff, Schwefel und die Halogene Chlor, Jod, Brom und Fluor. Halogen bedeutet Salzbildner.

Man unterteilt Vitamine in fettlösliche (lipophile) und wasserlösliche (hydrophile) Vitamine.

Fehlen Vitamine oder sind sie im Körper in zu geringer Menge vorhanden, dann stellen sich ernsthafte Krankheiten ein. Durch Vitamin C Mangel (Ascorbinsäure) über längere Zeit, erkrankt der Mensch an Skorbut. Bis ins 18. Jahrhundert war Skorbut die häufigste Todesursache auf längeren Seereisen. Durch die Zufuhr von Vitamin C in Form von Zitronensaft und Sauerkraut konnte Skorbut verhindert und geheilt werden.

Übersicht über den Stoffwechsel



Stoffwechselstörungen

Eine Stoffwechselstörung liegt vor, wenn die Aufnahme oder die Verwertung einzelner Nährsubstrate nicht richtig funktioniert oder wenn sie nicht dort ankommen, wo sie der Körper benötigt.

Metabolische Störungen sind die Ursachen vieler Krankheiten. Zum Beispiel ist eine Störung des Kohlenhydratstoffwechsels die Ursache für die Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus). Eine Störung des Purinstoffwechsels kann zu Gicht (Arthritis urica) führen.

Auch der Fett-, Eiweiß-, Mineralstoff- und Vitaminstoffwechsel können gestört sein. Im Prinzip kann jede Stoffwechselschiene gestört sein, mit mehr oder weniger gravierenden Auswirkungen auf den Gesamtorganismus.

Stoffwechselstörungen werden durch die ererbte Veranlagung begünstigt. Sehr viele Stoffwechselstörungen entstehen jedoch durch eine falsche Lebensweise und durch die allgegenwärtigen Umweltgifte.

Konstitution – Disposition

Unter **Konstitution** versteht man die von den Vorfahren ererbten Eigenschaften.

Wenn jemand besonders leicht erkrankt oder ungewöhnlich lange Erholungszeiten nach einer Krankheit braucht, dann führt man das in der Regel auf seine ererbte Veranlagung, seine Konstitution zurück. Auch die Anfälligkeit oder die Resistenz gegen Stoffwechselstörungen wie Diabetes, Gicht, Steinleiden usw. ist oft erblich bedingt.

Anders formuliert: Wenn die Eltern zu dick sind und an Diabetes oder an Gallensteinen leiden, dann werden die Kinder mit fortschreitendem Alter wahrscheinlich auch dieses Problem bekommen.

Unter **Disposition** versteht man eine organische, psychische oder durch die Lebensweise erworbene Anfälligkeit für die Ausbildung von Krankheiten.

Wenn ein gesunder Mensch ein starker Raucher ist, dann kann daraus eine Disposition, eine Veranlagung für eine Erkrankung der Atmungsorgane und des Kreislaufs entstehen. Er bekommt leichter eine chronische Bronchitis oder sogar Lungenkrebs, als wenn er seine Organe nicht laufend geschädigt hätte.

Einfluss der Lebensweise auf den Stoffwechsel

Es ist heute allgemein bekannt, dass Rauchen, zu hoher Alkoholkonsum und zu wenig Bewegung Stoffwechselkrankheiten hervorrufen können. Aber auch Unter- und Überernährung sind bedeutende Krankheitsursachen.

Während Rauchen, Alkoholkonsum, Bewegungsmangel und Überernährung von den Betroffenen grundsätzlich selbst reguliert werden könnten, ist es mit der Unterernährung nicht so einfach. Ich denke hierbei nicht primär an Entwicklungsländer, sondern an den alten Menschen, der wegen Armut, Krankheit, psychischer Belastung oder defekter Zähne nicht mehr richtig essen kann.

Dieses Problem ist keine medizinische, sondern vor allem eine soziale Aufgabe.

Die Lösung können wir natürlich dem Staat und seinen Organen anvertrauen, schließlich zahlen wir ja unsere Steuern. Nur sollten wir eines bedenken: Jeder von uns wird jeden Tag älter und kann damit in eine Situation der Hilfsbedürftigkeit gelangen, womit er nie gerechnet hat. Wenn wir heute unseren Kindern nicht beweisen, dass wir für unsere Eltern und Großeltern sorgen, dann werden sie für uns auch nicht sorgen, weil sie es nie gelernt haben.

Einfluss der Umwelt auf den Stoffwechsel

Unter „Umwelt“ verstehen wir Einflüsse, die von außen auf uns einwirken und die wir nicht vermeiden oder nur wenig beeinflussen können.

Wetterfähigkeit

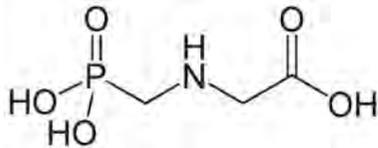
Viele Menschen sind wetterfällig. Das bedeutet, dass sie mit Veränderungen von Luftdruck, Wind, Luftfeuchtigkeit, Temperatur aber auch mit einer Veränderung der Mondphasen z. B. mit Vollmond nicht gut klar kommen. Sie reagieren darauf mit Kopfschmerzen, Migräne, Schlaflosigkeit oder mit Konzentrationsstörungen.

Chemische Einflüsse

Durch die hohe Besiedelungsdichte und die intensive Nutzung der Agrarflächen müssen in der Landwirtschaft immer mehr Düngemittel und Pflanzenschutzmittel eingesetzt werden.

Die Kombination Tierzucht (Rinder und Schweine) mit Ackerbau bedingt einen massiven Einsatz von Gülle⁹ als biologischen Dünger. Somit kommen auch durch den biologischen Landbau immer mehr Düngemittelrückstände in das Grundwasser. In in manchen Gegenden muss bereits davor gewarnt werden, Babynahrung mit Leitungswasser zuzubereiten, da der Nitratgehalt des Grundwassers zu hoch ist.

Glyphosat



Glyphosat gehört in die Gruppe der Phosphorverbindungen. Es ist ein „Herbizid“, also ein Pflanzentilgungsmittel¹⁰.

Die Firma Monsanto¹¹ hat dieses Mittel Ende der siebziger Jahre auf den Markt gebracht. Das interessante dabei ist, dass Monsanto gleichzeitig einige Nutzpflanzen (Mais, Soja, Getreide) gentechnisch so verändert hat, dass sie trotz Glyphosateinsatz nicht absterben. Diese Pflanzensamen sind patentiert.

Weltweit ist Glyphosat seit Jahren der bedeutendste Inhaltsstoff in allen Unkrautvertilgungsmitteln. Im Jahr 2011 wurden von der Landwirtschaft in den USA insgesamt mehr als 110.000 Tonnen verbraucht, davon ein Großteil im Soja- und im Maisanbau.

Umweltorganisationen stufen das Mittel jedoch als krebserregend ein. Glyphosat geht auch in die Muttermilch über.

Arzneimittel und Hormone

Arzneimittel sind biologisch hochaktive Stoffe, die gezielt in den Organismus eingreifen. Sie können zum Beispiel den Stoffwechsel beeinflussen, das hormonelle Gleichgewicht verschieben oder die Signalübertragung von Zelle zu Zelle verändern.

Viele Arzneimittel werden vom menschlichen Organismus durch die Nieren wieder ausgeschieden. Dies trifft auf Blutdruckmittel (Betablocker), auf die Anti-Baby-Pille und auf viele andere Wirkstoffe zu.

Für viele Arzneimittel kann man das tatsächliche Umweltrisiko noch nicht einzuschätzen. Es fehlen vor allem die nötigen Langzeituntersuchungen.

9 Gülle ist ein in der Landwirtschaft natürlich anfallender Dünger, der hauptsächlich aus Urin und Kot besteht. Gülle fällt insbesondere bei der Schweine- und Rinderhaltung an.

10 Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Glyphosat> (letzter Aufruf 26.12.2017)

11 Monsanto wurde 2017 von Bayer aufgekauft. Inzwischen gibt es in den USA Gerichtsurteile, die Glyphosat als krebserzeugend einstufen. (<https://www.zeit.de/wirtschaft/unternehmen/2019-03/bayer-monsanto-glyphosat-klagen-aktienkurs-werner-baumann>, letzter Aufruf 2019-05-10)

Ein bekanntes Beispiel dafür sind synthetische Hormone wie zum Beispiel 17α Ethinylestradiol (EE2), der Wirkstoff einer Anti-Baby-Pille. EE2 beeinträchtigt bereits in sehr niedriger Konzentration (Nanogramm/Liter) die Fortpflanzung von Fischen.

Das Schmerzmittel Diclofenac (Handelsname Voltaren®) schädigt bei Fischen die Leber und Niere.

Im medizinischen Alltag häufig verwendete Antibiotika töten nicht nur Bakterien, sondern hemmen auch das Wachstum von Algen und Pflanzen.

Antibiotika-Resistenzen gegen Bakterien sind ein schwerwiegendes Problem des öffentlichen Gesundheitswesens. In Kläranlagen und in Fließgewässern unterhalb von Kläranlagen-Abläufen, wurden schon oft antibiotikaresistente Keime nachgewiesen. Dies ermöglicht die große Verbreitung des multiresistenten Staphylokokkus Aureus (MRSA). MRSA ist ein Problemkeim, der für viele Krankenhausinfektionen verantwortlich ist. Er ist gegen die meisten Antibiotika bereits resistent geworden.

Die Süddeutsche Zeitung schrieb am 22. Mai 2010 folgendes auszugsweise:

„In der Kläranlage findet man die gesamte Apotheke“, sagt der Koordinator des Poseidon Projektes, Thomas Ternes von der Bundesanstalt für Gewässerkunde.

„Röntgenkontrastmittel, Psychopharmaka, Antibiotika, Schmerzmittel... entweder die Substanzen oder ihre Abbauprodukte.“

Ein großer Teil durchläuft die Klärwerke weitgehend ungehindert.

„Die Kläranlagen können den Großteil der Stoffe nicht entfernen“, sagt Ternes. „Dafür wurden sie nicht konzipiert.“

Zwar lassen sich viele Rückstände mit moderner Technik aus dem Wasser entfernen. Aber alle Verfahren haben Nachteile: Die sogenannte Nanofiltration ist extrem teuer, bei der Reinigung mit Aktivkohle fällt stark kontaminierter Klärschlamm an, und bei der energieaufwändigen Ozonierung entstehen Nebenprodukte, deren Giftigkeit oft unbekannt ist.

Am 8. November 2017 schrieben die „Medizinische Nachrichten – univadis“ folgendes:

In den USA sind bei neun von zehn Einwohnern Herbizide¹², Insektizide¹³, Fungizide¹⁴ oder sogar Rodentizide¹⁵ im Urin nachweisbar. Um den Einfluss dieser Pestizide auf die Fruchtbarkeit zu untersuchen, wurden insgesamt 325 Frauen, die sich in Boston

12 Herbizid = Unkrautbekämpfungsmittel

13 Insektizid = Insektenvertilgungsmittel

14 Fungizid = Pilzvertilgungsmittel

15 Rodentizid = Rattengift

einer IVF Therapie¹⁶ unterzogen, zu ihren Ernährungsgewohnheiten befragt. Dabei wurde auch danach gefragt, wie oft sie ihre Lebensmittel im Biomarkt einkaufen. Die Frauen wurden daraufhin in verschiedene Gruppen eingeteilt, je nachdem wie viel belastete oder wenig belastete Nahrungsmittel sie verzehrten. Dabei zeigte sich, dass Frauen, die sehr häufig mit Pestiziden verunreinigtes Obst und Gemüse essen, zu 18 % seltener schwanger ... wurden.

Diesen äußeren Einflüssen sind wir nahezu schutzlos ausgeliefert. Wir können es nicht vermeiden, diese Stoffe in uns aufzunehmen. Das einzige, was wir tun können, ist dafür zu sorgen, dass wir die aufgenommenen Schadstoffe möglichst schnell wieder ausscheiden. Damit kommen wir zu einer sehr wichtigen therapeutischen Maßnahme der Naturheilkunde: „Entgiften und Ausleiten!“

¹⁶ IVF = In Vitro Fertilisation = künstliche Befruchtung



Die Vitamine

Vitamine sind organische Stoffe, die der menschliche Körper nicht oder nicht ausreichend selbst herstellen kann. Sie müssen ständig mit der Nahrung aufgenommen werden, sie sind „essentiell“¹²⁴, also lebensnotwendig. Vitamine sind erforderlich für den Aufbau von Enzymen und Hormonen und für viele andere Aufgaben.

Da der Körper viele Vitamine speichert, bemerkt man eine zu geringe Zufuhr nicht sofort. Es dauert Wochen oder Monate, bis sich entsprechende gesundheitliche Störungen einstellen.

Der Bedarf an Vitaminen ist artspezifisch. Der Mensch muss Vitamin C (Ascorbinsäure) zuführen, da er es nicht selbst herstellen kann. Die meisten Tiere¹²⁵ können in ihrem Stoffwechsel Vitamin C selbst herstellen, müssen es also nicht zwingend von außen zuführen.

Viele Vitamine werden von Pflanzen aufgebaut, z.B. Vitamin C, andere wiederum werden von Mikroorganismen synthetisiert, wie z.B. Vitamin B₁₂.

Es gibt wasserlösliche und fettlösliche Vitamine.

Wasserlösliche Vitamine (Vitamin C und alle B Vitamine)

müssen fortlaufend zugeführt werden, da die Niere sie ständig ausgescheidet. Daher besteht auch nur eine geringe Gefahr der Überdosierung. Eine Speicherung wasserlöslicher Vitamine erfolgt im Körper nur in geringem Ausmaß.

Fettlösliche Vitamine (Vitamin A, D, E, K)

bilden im Körper Depots. Sie können daher auch in Einzelgaben, z.B. 1x pro Woche, zugeführt werden. Theoretisch besteht die Möglichkeit einer Überdosierung. In der Praxis jedoch ist diese Gefahr sehr gering. Das Problem der Unterversorgung ist meistens viel größer.

Tagesvitaminbedarf

Der Mensch benötigt von den jeweiligen Vitaminen unterschiedliche Mengen. Während beim Vitamin B12 ein Tagesbedarf von ca. 0,003 mg ausreichend ist, benötigen wir von Vitamin C täglich ca. 100 mg, also mehr als 30.000 mal so viel.

¹²⁴ essentiell = wesentlich (aus dem Lateinischen) // Bedeutung in der Biologie „lebensnotwendig“

¹²⁵ Auch Primaten (Menschenaffen) und Meerschweinchen können Vitamin C nicht selbst herstellen.

Der Tagesvitaminbedarf ist auch keine feste Größe, sondern er ändert sich mit den Anforderungen. In Wachstumsphasen und unter Stress kann der Vitaminbedarf stark ansteigen. Er ist auch von der Art der Ernährung abhängig. Ernähren wir uns eiweißreich, benötigen wir mehr Vitamin B₆, da Vitamin B₆ (Pyridoxin) eine wichtige Funktion im Eiweißstoffwechsel einnimmt. Ernähren wir uns überwiegend mit Kohlenhydraten, dann benötigen wir mehr Vitamin B₁, da Vitamin B₁ (Thiamin) für den Aufbau des kohlenhydratspaltenden Enzyms Pyruvatdehydrogenase erforderlich ist.

Antivitamine – Vitaminantagonisten

Es gibt Stoffe, die in ihrer chemischen Struktur den Vitaminen sehr ähnlich sind und anstelle dieser den Wirkungsort des Vitamins besetzen können. Da sie jedoch die Aufgaben des Vitamins nicht erfüllen, wirken sie als Vitaminhemmung.

Ein Überschuss an Vitamin kann das Antivitamin meistens wieder von seinem Bindungsort verdrängen.

Drei Vitamine können durch Antivitamine gehemmt werden:

- Vitamin K (Phyllochinon)
- Vitamin B₆ (Pyridoxin)
- Folsäure

Vitamin-K-Antagonist

Cumarin

hemmt Vitamin K, das für die Synthese von Gerinnungstoffen in der Leber erforderlich ist.

Cumarin¹²⁶ wurde zuerst als Ursache für die Blutungsneigung bei Kühen nachgewiesen, welche als Futter angeschimmelten Klee erhielten. Aus dieser Beobachtung wurden die sehr wirkungsvollen Cumarinpräparate für die Behandlung von thrombose- und emboliegefährdeten Patienten entwickelt. Embolien treten unter anderem bei Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern) auf.

¹²⁶ Cumarin hat einen typischen „Waldmeistergeruch“

Marcumar® ist ein bekanntes gerinnungshemmendes Medikament, das sich von Cumarin ableitet. Ein Vorteil von Marcumar ist, dass seine Wirkung durch ausreichend große Vitamin-K-Gaben (z. B. Konakion®, Hersteller Roche) innerhalb kurzer Zeit abgeschaltet werden kann. Dies kann z. B. nach einem Unfall oder auch schon vor einem Zahnarztbesuch (Zahnextraktion) von Bedeutung sein.

Bei anderen gerinnungshemmenden Arzneimitteln (z. B. ASS, Aspirin® usw.) steht bis heute kein wirkungsvolles Gegenmittel zur Verfügung.

Vitamin-B6-Antagonist

Isoniacid und Penicillamin sind Pyridoxin-Antagonisten.

Isoniazid

ist ein Antibiotikum, das in der Tuberkulosetherapie verwendet wird. Es wird von der Bakterienzelle aufgenommen und hemmt den Bakterienstoffwechsel. Inzwischen sind jedoch viele Bakterien gegen Isoniacid resistent geworden.

Penicillamin

wird in der Rheumatherapie und bei Schwermetallvergiftungen eingesetzt.

Folsäure-Antagonisten

Folsäureantagonisten verhindern die Umwandlung von Folsäure in das von der Zelle benötigte Enzym Tetrahydrofolsäure. Sie werden als Chemotherapeutika eingesetzt. Die verminderte Synthese von Tetrahydrofolsäure hemmt das Wachstum von Zellen. Bekannte Präparate sind Cotrimoxazol¹²⁷, ein Breitspektrumsulfonamid und Methotrexat, ein Krebsmittel.

127 Handelsname Eusaprim®, Bactrim® usw.

Wasserlösliche Vitamine (B-Gruppe, C, H)

Die Gruppe der B-Vitamine

B-Vitamine sind als Coenzyme¹²⁸ an allen Stoffwechselvorgängen beteiligt. Für einen funktionierenden Energie-, Fett-, Kohlenhydrat-, und Aminosäurestoffwechsel ist eine ausreichende Vitamin-B Versorgung entscheidend. Außerdem sind B-Vitamine für den Aufbau und die Regeneration von Nervenzellen sowie für ein funktionierendes Immunsystem unverzichtbar.

Ein erhöhter Vitamin-B Bedarf tritt durch Alkoholmissbrauch, Rauchen und durch verschiedene Arzneimittel auf.

Allgemeinsymptome bei Vitamin-B-Mangel

Bei einem Mangel an B-Vitaminen treten häufig psychische Symptome wie depressive Verstimmung und emotionale Labilität, Reizbarkeit und Kopfschmerzen, Neuralgien¹²⁹ und Neuropathien¹³⁰ auf. Der Patient wird anfälliger für Stress und die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sinkt. Zusätzlich reagiert der Körper mit erhöhter Infektanfälligkeit als Symptom für ein geschwächtes Immunsystem.

Mit einem Vitamin-B Mangel sind auch Anämien verbunden.

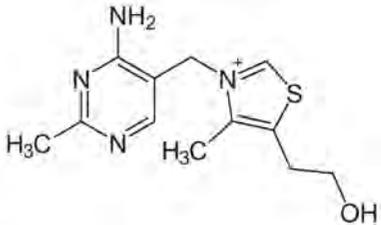
128 Ein Coenzym ist ein Molekül oder eine Molekülgruppe, welche für die Funktion oder die Bildung eines bestimmten Enzyms erforderlich ist.

129 Als Neuralgie bezeichnet man Schmerzen im Versorgungsgebiet eines Nerven. Druck oder Dehnung des Nerven kann die Ursache sein. Häufige Neuralgien sind die Trigeminusneuralgie im Gesicht oder die Ischialgie in den Beinen.

130 Bei einer Neuropathie sind die Nerven generell geschädigt. Die Ursachen sind sehr unterschiedlich. Die weitaus häufigste Ursache ist Diabetes oder eine Chemotherapie zur Krebsbehandlung.

Vitamin B₁ – Thiamin (Aneurin)

Strukturformel



Funktionen im menschlichen Körper

Thiamin ist ein Vitamin, das der Körper unter anderem für die Umwandlung von Kohlenhydraten in Energie benötigt. Von einem Thiaminmangel sind vor allem Zellen und Organe mit hohem Glukosebedarf betroffen, beispielsweise Muskel-, Herz- und Nervenzellen. Ein länger dauernder Mangel kann zu einem lebensbedrohlichen Zustand führen. Dieser klingt aber bei rechtzeitiger Zufuhr von Thiamin in der Regel schnell ab.

Mangelscheinungen

Vitamin B₁ Thiamin kommt konzentriert in der Schale von Reiskörnern vor. Fehlt Thiamin längere Zeit, dann entsteht die Krankheit Beriberi¹³¹. Diese Krankheit führte in Ostasien und Japan im späten 19. Jahrhundert zu vielen Todesfällen, da zunehmend geschälter Reis gegessen wurde.

Der niederländische Arzt Christiaan Eijkman entdeckte das Thiamin und brachte es mit Beriberi in Zusammenhang. Er erhielt 1929 dafür den Nobelpreis.

Latenter Thiaminmangel ist relativ häufig. Er verursacht Appetitmangel, Müdigkeit, Schlaf- und Verdauungsstörungen. Thiamin wird daher im Volksmund auch „*Stimmungsvitamin*“ genannt.

Thiaminmangel tritt bei Alkoholmissbrauch, Leberschaden und Reduktionskost häufig auf. Ältere Menschen und Diabetiker sind ebenfalls gefährdet. Eine vorsorgliche Thiaminzufuhr ist hier sinnvoll.

¹³¹ Quelle <https://flexikon.doccheck.com/de/Beriberi> (zuletzt aufgerufen 2018-05-19)

Bedarf und Zufuhrempfehlung

Thiamin ist sehr gut verträglich. Nebenwirkungen wurden bei oraler Zufuhr noch nie beobachtet. Bei prophylaktischer Zufuhr von Vitamin B₁ empfiehlt Linus Pauling¹³² mindestens 50 mg täglich.

Therapeutische Hauptanwendung

- Neuropathie bei Diabetes oder Alkoholismus
- Zustand nach Chemotherapie
- Leber- und Darmerkrankungen
- Schwangerschaft
- Leistungssport
- Reduktionsdiät
- fortgeschrittenes Lebensalter

Thiaminsubstitution

Da Vitamin-B1-Mangel in der Regel durch Fehlernährung entsteht, ist er oft mit einem Mangel an anderen Vitaminen verbunden. Daher ist der Einsatz eines Multivitaminpräparats sinnvoll.

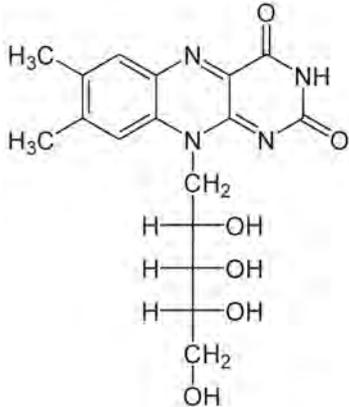
Soll jedoch nur Vitamin B₁ zugeführt werden, stehen einige Präparate zur Verfügung:

- milgamma mono[®], 50/150 mg/Tablette
- milgamma protekt[®], 300 mg/Tablette
- Vitamin B₁ Ratiopharm[®] Injektionslösung 50 mg pro Ampulle
- Vitamin B₁ Winthrop[®] Injektionslösung 100 mg pro Ampulle

132 Linus Pauling in: Dietl/Ohlenschläger, Handbuch der orthomolekularen Medizin, 2.Auflage, Seite 51

Vitamin B₂ – Riboflavin

Strukturformel



Riboflavin kommt in Hefe, Milch, Eiern, Leber, Fisch, Fleisch und Vollkornprodukten vor. Es wird beim Kochen nicht zerstört, jedoch kann es in das Wasser übergehen. Der höchste Riboflavingehalt ist in der Leber.

Technisch wird Riboflavin aus Bierhefe oder aus Molke¹³³ isoliert.

Funktionen im menschlichen Körper

Riboflavin ist ein Coenzym zu wichtigen Enzymen der Atmungskette (Krebszyklus). Daher kommt es besonders in Zellen mit hoher Stoffwechselleistung vor. Der Stoffwechsel von Kohlenhydraten, Aminosäuren, Fetten und anderer Vitamine wird von Riboflavin beeinflusst.

Mangelscheinungen

B2-Mangel ist meistens mit Mangelscheinungen anderer B-Vitamine verbunden. Bei B2-Mangel treten Müdigkeit, Entzündungen der Mund- und Nasenschleimhaut, Augenentzündungen und Veränderungen der Netzhaut auf.

¹³³ Molke ist eine gelbliche Flüssigkeit, die bei der Käse- oder Quarkherstellung als Nebenprodukt anfällt.

Bedarf und Zufuhrempfehlung

Bei vorsorglicher Vitamin-B2-Zufuhr empfiehlt Pauling¹³⁴ mindestens 50 mg täglich.

Ein erhöhter Bedarf tritt während der Schwangerschaft und in der Stillzeit auf. Aber auch Leistungssportler sowie Dialysepatienten benötigen mehr Vitamin B₂, da ihr Stoffwechsel auf Hochtouren läuft bzw. die Ausscheidung durch die Dialyse forciert wird.

Therapeutische Hauptanwendung

Therapeutisch wird Vitamin B₂ angewendet bei

- Senioren
- Diabetikern und Alkoholikern

Nebenwirkungen sind auch bei hoher Zufuhr unbekannt. Es kann lediglich eine intensive Gelbfärbung des Urins auftreten, da Riboflavin wie alle wasserlöslichen Vitamine durch die Niere ausgeschieden wird.

Riboflavinsubstitution

Da Vitamin-B2-Mangel durch erhöhten Bedarf entsteht, ist er oft mit einem Mangel an anderen Vitaminen verbunden. Deshalb ist der Einsatz eines Multivitaminpräparats sinnvoll.

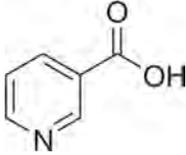
Soll jedoch nur Vitamin B₂ zugeführt werden, steht folgendes Präparat zur Verfügung:

- Vitamin B₂ Jenapharm 10 mg[®]/Tablette

134 Pauling in: Dietl/Ohlenschläger, Handbuch der orthomolekularen Medizin, 2.Auflage, Seite 52

Vitamin B₃ – Niacin (Nicotinsäure)

Strukturformel



Niacin kommt in Vollkornprodukten, Fleisch, Milch und Bierhefe vor.

Funktionen im menschlichen Körper

Niacin ist an zahlreichen biochemischen Vorgängen im Körper beteiligt. Es spielt eine Schlüsselrolle im Lipid- und Kohlenhydratstoffwechsel.

Vitamin B₃ ist auch an der Reparatur und Replikation der Erbsubstanz (DNA¹³⁵) beteiligt. Weiterhin ist es für die Blutzucker- und die Calciumregulierung im Körper unverzichtbar.

Mangelscheinungen

Pellagra¹³⁶ ist eine Erkrankung, die durch Mangel an Niacin entsteht.

Pellagra tritt auf, wenn die Nahrung hauptsächlich aus Mais besteht. Die darin enthaltene Form der Nicotinsäure (Niacytin) kann der Körper nicht verwerten.

Symptome für Pellagra sind unter anderem:

- Demenz, Verwirrung, Halluzinationen
- nervöse Symptome wie Tremor, Lähmungen, Krämpfe
- Kopfschmerzen und Fieber
- Gliederschmerzen und Abgeschlagenheit
- schwere Durchfälle
- braune Hautpigmentierung, meist im Gesicht und an den Händen

Heutzutage tritt Pellagra nur noch in armen Gegenden Afrikas oder bei extremer Fehl- oder Mangelernährung (Magersucht, Anorexia nervosa) auf.

¹³⁵ DNA = deoxyribonucleic acid (englisch); DNS = Desoxyribonuklein säure (deutsch)

¹³⁶ Quelle <https://de.wikipedia.org/wiki/Pellagra> (zuletzt aufgerufen 2017-12-18)

Pellagra führte oft zur Einweisung in psychiatrische Kliniken. In schweren Fällen endet die Krankheit in einigen Wochen letal, meist aber erstreckt der Verlauf sich über Jahre.

Die Entdeckung, dass Pellagra mit Bierhefe¹³⁷ erfolgreich behandelt werden kann, bewirkte in den betroffenen Gebieten eine schnelle Heilung vieler psychisch Kranker.

Bedarf und Zufuhrempfehlung

Pauling¹³⁸ gibt 300 mg pro Tag als Mindestmenge an. Der Mindestbedarf ist schwer abzuschätzen, da der Körper aus Tryptophan ebenfalls Vitamin B₃ synthetisieren kann.

Erhöhter Bedarf tritt in Schwangerschaft und Stillzeit, sowie bei Leistungssportlern, auf. Aber auch Alkoholmissbrauch, Hämodialyse und Karzinome führen zu einem Mehrbedarf an Vitamin B₃.

Therapeutische Hauptanwendung

Risikogruppen sind Personen mit einseitiger Ernährung, chronischem Durchfall, Alkoholiker und Tumorpatienten.

Therapeutisch senkt Niacin zu hohe Blutfette. Weiter kommt es in Betracht bei

- Tumorerkrankungen
- psychischen Störungen (Depression, Demenz, Schizophrenie)
- zur Vorbeugung von koronarer Herzkrankheit
- Hyperlipidämie

Niacinsubstitution

- Nicotinsäureamid 200 mg Janapharm®, Tabletten

Niacin ist auch in vielen Nahrungsergänzungsmitteln und Fitnesspräparaten enthalten.

¹³⁷ Bierhefe könnte man als Multivitamin-Multimineralstoff-Präparat bezeichnen.

siehe: https://www.philognosie.net/gesundheit/biolabor_bierhefe_inhaltsstoffe_wirkung (Stand 2017-12-27)

¹³⁸ Pauling in: Dietl/Ohlenschläger, Handbuch der orthomolekularen Medizin, 2.Auflage, Seite 53

Stichwortverzeichnis

A

Abdomen, akut	215
Abführmittel	116, 269, 301
Abneigung Nahrungsmittel	197
Abwehrschwäche	141
Acetylsalicylsäure	163
Achylie	242
Adalat	305
Adenosintriphosphat	118
Adernverkalkung	337
ADH	49
Adipositas	179
Adipositaschirurgie	129
Adipozyten	321
Akne	173
Aktivität körperliche	306
Akutes Abdomen	215
Albumin	126
Aldosteron	80
Alkalien	114
Alkalose	42
Alkohol	236, 314, 323
Alkoholiker	122
Alkohol polycyclischer	327
Allergie	142, 207
Allergiekalender	210
Allergiepass	212
Allopurinol	60, 352
Alpha-Glukosidase-Hemmer	303
Altinsulin	297
Ameisenlaufen	118
Aminosäuren	15
Amöbenruhr	271
Amylase	15, 255, 259, 286
Anabolismus	14
Anämie	162, 166, 237, 349
Ananas	205
Aneurin	151
Angina	54
Angiotensin	49
Anionen	111
Anode	111
Anokryo- Kältestab	273
Antibabypille	163
Anti-Baby-Pille	20, 305
Antibiotikabehandlung	261
Antidepressiva	276
Antihistaminika	211
Antioxidans	182
Antivitamin	148
Antriebsverarmung	346
Anurie	52
Anus	272
Aortenaneurysma	215
Apathie	311
Aperitif	243
Apfeleisen	125
Apfelessig	337
Apoplex	313
Apoptose	179
Appendizitis	216, 270
Appetitmangel	119, 138, 242, 310
Appetitzügler	301
AP-Serie	241
Arteriosklerose	335
Arthrose	132
Artischocke	248, 307
Arzneimittelunverträglichkeit	60
Ascorbinsäure	168
Aspirin	304
ASS	163, 236, 304
Astronauten	119
Atherosklerose	335
Atmungskette	153
Atmung tief	311
Auberginen	205
Ausleitungstherapie	28
Ausscheidungsgastritis	349
Autoimmunerkrankung	98
Azeton	292
Azetongeruch	311
Azidose	42
B	
Bakterien	21, 220
Bakterienruhr	271
Ballaststoffe	268, 306, 337
Ballondilatation	336
Banane	314
Basalinsulin	297
Basedow	97f
basisch	40
Bauchhöhlenschwangerschaft	270
Bauchschmerzen	215
Bauchspeicheldrüse	255
Bauchspeicheldrüsenentzündung	216
Baufett	321
Beloc	304
Benzbromaron	351
Bepanthen	158
Beriberi	151

Berufskrankheit	133, 138	Cholesterinbestimmung	333
Betablocker	20	Cholezystitis	250
Beta-Lactam-Antibiotika	60	Cholsäure	330
Bewegungstherapie	301	Chrom	133
Bewusstseinsentrübung	290	Chromasthma	133
Bierhefe	153, 156	Chromstahl	133
Biokatalysatoren	13	Chylomikronen	319
Biotin	160	Chylus	258
Bittermelone	307	Chymus	258, 319
Bittersalz	122	Cimetidin	60
Bitterstoffe	230, 234, 242	Ciprofloxacin	60
Blähungen	201f, 260	Clostridium botulinum	193
Blinddarm	267	Coca-Cola	263
Blinddarmentzündung	216, 270	Colchicin	351
Blutbildung	123	Colibakterien	193
Blutdruck	179	Coli-Bakterien	59
Blutgerinnung	137, 186	Colibiogen	279
Blutung gastrointestinal	275	Colon	267
Blutzucker	129, 134	Cortisol	78
Blutzuckersollwerte	298	Cortison	78, 211, 305
Body-Mass-Index	289	Cotrimoxazol	149
Bohnenkaffee	243	CRH	83
Bombage	194	Cumarin	148
Bor	130	Cuprum	127
Borax	130	Curcuma longa	279
Borum	130	Cushing-Schwellendosis	88
Braunstein	137	Cushing-Syndrom	86
Broca-Index	289	Cyanocobalamin	165
Brustkrebs	136		
Bumetanid	60	D	
Burning-Feet-Syndrom	158	Dapagliflozin	304
Buscopan	239, 254	Darmaktivität	201
Butylscopolamin	55	Darmblutung	275
B-Vitamine	150	Darmflora	199, 201, 221
Bypass	336	Darmmotilität	201
B-Zellen	285	Darmsanierung	282
		Darmverschluss	216, 260
C		Darmvorfall	277
Calciferol	176	Darmzone	216
Calcium	117	Dehydratation	113
Calciuminjektion	119	Denshichi-Karotten	279
Calciummangel	118	Depression	170, 346
Calciumoxalatstein	67	Depressionsschwelle	346
Calciumphosphatstein	67	Dexpanthenol	157
Calciumüberschuß	119	Dextro-Energen	314
Candidose	224	DHEA	81
Captopril	60, 80	Diabetes	139, 141, 179, 285, 323
Carbamazepin	60	Diabetes mellitus	285
Carbo Königsfeld	226	Diabetes-Merkzettel	316
Carcinome	242	Diabetesnotfall	309
Cardia	229	Dialysepatienten	154
Carotinoide	172	Diarrhoe	261
Chlorid	114	Dickdarm	267
Cholecystokinin	255	Diclofenac	21, 60, 236
Cholesterin	129, 252, 327	Diffusion	33

Digitalis	243
Diphtherie	54
Disposition	18
Dissoziation	40
Diuretika	116, 305, 350
DNA	155
DNS	345
Domperidon	201
DPP-4 Hemmer	303
Drei-Gläser-Probe	53
Ductus thoracicus	320
Düngemittel	19
Dünndarm	258
Duodenum	258
Durchfall	96, 113, 116, 261, 265
Durst	290, 310
Dysenterie	271
Dysto Loges Tropfen	104
E	
Echinacea Mundspray	226
Eileiterschwangerschaft	215f, 270
Einer-Regel	300
Einlauf	202, 264
Eisen	123, 143, 184
Eisenaufnahme	124
Eisenbedarf	124
Eisenmangel	170
Eisenmangelanämie	167
Eisenresorption	126
EKG	117, 119
Eklampsie	65
Ekzeme	133
Elektrolyte	38
Elektrolytersatz	262
Enddarm	272
Entbindung	220
Entgiftung	27
Entzündung	129
Enzymaktivität	116
Enzyme	13
Enzymmangel	197
Enzynorm	242
Epigastrium	216, 217
Erbrechen	114, 310
Erbrechen, blutig	238
Erbrechen, kaffeesatzartig	238
Erbsubstanz	155
Erdbeeren	205
Erregungsleitung	116
Erythrozyten	329
Ethambutol	60
Euglucon	302
Exsiccose	311
F	
Fastenkur	350
Fenoprofen	60
Fermente	13
Ferro-Fol-Gamma	126
Ferrum	123
Fertilitätsstörung	138
Fettleber	246
Fettstoffwechsel	15, 288
Fettstoffwechselstörung	289, 322
Fettsucht	289
Fettverdauung	250
Fettzellen	38, 321
Fieber	52
Fitnesstraining	306
Flankenschmerzen	54
Folsäure	162
Folsäureantagonist	149
Fruktosemalabsorption	196
Fruktoseunverträglichkeit	200
Furosemid	60
G	
Gallenblase	250
Gallenblasenentzündung	233, 250
Gallenkolik	216, 254
Gallensäure	252
Gallensteine	252, 334
Gallensteine auflösen	69, 253
Gallentee	252
Gallentropfen	251
Gastrin	255
Gastritis	233, 242
Gebissdefekt	233
Gehirn	332
Gelbsucht	246
Gelbwurz	279
Gelusil lac.	239
Gemüse	171
Gewichtsabnahme	290
Gewichtsnormalisierung	246
Gewichtsverlust	290
Gicht	345
Gichtanfall	347
Gichttherapie	351
Gichttophus	347
Gift	193
Giftpflanzen	194
Glandosane-Spray	228
Gletscherleiche Ötzi	233
Glinide	303
Glomerulonephritis	59
Glomerulus	48
Glossitis	223
Glucagon	255, 287

Glucocorticoide	78	Herzstechen	349
Glucophage	302	Heublumensack	248
Glucoseintoleranz	286, 289	Heuschnupfen	132
Glucose-Toleranz-Faktor	133	Histaminunverträglichkeit	196, 203
Glucosetoleranztest	294	Hitzegefühl	96
Glucuronsäure	27, 250	Holy Seven	236
Glutamat	223	Homocystein	163
Glycocholsäure	330	Hormone	13, 20
Glyphosat	20	Hormontherapie	323
Grimmdarm	267	Humaninsulin	297
Großzehengrundgelenk	347	Hydoxidion	42
Grundumsatz	92	Hydrogencarbonat	255
Gülle	20	Hydrotherapie	239
Gummibärchen	314	Hylac	280
H		Hyperkaliämie	61
Haarausfall	96	Hyperreflexie	313
Haferflockensuppe	234	Hypertonie	65, 289
Haloperidol	138	Hyperurikämie	349
Hamadin	280	Hyperventilation	44
Hämatemesis	275	Hypochondrium	216
Hämatochezie	275	Hypogastrium	217
Hämaturie	53	Hypoglycämie	311
Hämoglobin	43, 123	Hypoglycämiesicherheit	298
Hämorrhoiden	272	Hypophyse	82, 94
Hämorrhoidenblutung	275	Hypothalamus	82, 94
Hämorrhoiden Kältetherapie	273	Hypothyreose	100, 136
Harn	41, 47	Hypotonie	311
Harnglucose	292	I	
Harnleiter	48	Ibuprofen	60
Harnröhre	48	Ikterus	246
Harnsäure	295, 343	Ikterus hämolytisch	247
Harnsäurestein	68	Ileum	259
Harnsperrre	52	Ileus	216, 260
Harnstoff-Stickstoff	295	Immodium	201
Hashimoto Thyreoiditis	100, 140	Immunreaktion	142
Hashitoxikose	101	Immunsuppression	79
Hautfalten	173	Immunsuppressiva	62
Hautjucken	290	Immunsystem	123, 132
HbA1c	294	Imodium	263
HDL	328	Indinavir	60
Heilerde	115, 202, 226, 230, 264	Indometacin	60, 351
Heisse Sieben	263	Infekt	129, 309
Helicobacter pylori	232	Infektanfälligkeit	178
HELLP-Syndrom	65	Infekt, chronisch	134
Henlesche Schleife	48	Infektstein	68
Hepatitis	247	Ingwer	307
Hering	337	Injektionsgebiete	297
Herzfrequenz	96	Insektizid	131
Herzinfarkt	141, 216	Insulin	133, 137, 179, 255, 287
Herzinfarkt-Verdacht	230	Insulinkonzentration	297
Herzinsuffizienz	233, 243	Insulinpumpe	299
Herzklopfen	312	Interferon alpha	60
Herzkranzgefäße	335	Intoleranz	197
Herzrhythmusstörung	116, 119	intrinsischer Faktor	166

Iod	135	Kot	268
Ionen	40	Kot hell	247
Isoniacid	149	Kraftlosigkeit	113
Isoniazid	60	Krampfanfall	131, 313
Isoprenoide	327	Krämpfe	313
J		Kreatinin	295
Jejunum	259	Krebs	141
Jod	135	Krebserkrankung	331
Jod-Akne	136	Krebszyklus	153
Jodetten	106	Kropf	136
Jsostoma-S-Tabletten	234	Krummdarm	259
Juckreiz	247	Kupfer	58, 127, 143
K		Kupferfolie	126
Kaffeekohle	226	Kupfervergiftung	128
Kalium	116	L	
Kaliummangel	116	Lachs	337
Kaliumüberschuß	117	Lagerfett	321
Kaliumverluste	116	Laktose	198
Kältetab	272	Laktoseunverträglichkeit	196
Kamillentee	234	Langzeitinsulin	297
Kamistad-Gel	277	Lansoprazol	60
Karottensuppe	234, 264	Lasix	116, 305
Kartoffelbrei	234	Laudanum	263
Kartoffelsaft	115, 239	Lauge	39
Karzinom, follikulär	103	LD50	193
Karzinom, papillär	103	LDL	328
Katabolismus	14	Leber	245
Kathode	111	Leberentzündung	233
Kationen	111	Leberkomresse	248
Kehlkopf	229	Lebertee	248, 249
Ketoazidose	290	Leerdarm	259
Ketonkörper	292	Lefax	202
Kinderwunsch	332	Leistungsggend	216
Klyso-Gerät	202	Leistungssport	52, 154, 321
Knoblauch	337	Leukämie	349
Knochenmetastasen	119	Leukozyten	329
Knochenstoffwechsel	187	Linsentrübung	134
Kochsalz	40, 112, 228, 242, 300, 337	Lipase	15, 255, 259, 286
Kohle	264	Lipoprotein a	328
Kohlehydrat	134	Lithium	62
Kohlendioxid	44	Logarithmus	39
Kohlenhydratstoffwechsel	155	Loperamid	201
Kohlensäure	44	Löwenzahn	249, 307
Kohlsaft	239	L-Thyroxin	102
Kolik	215	Lugol'sche Lösung	135
Kolitis	270	Lunge	43
Kollagenfasern	173	Lycopus europaeus	104
Koma	313	Lymphatischer Rachenring	226
Koma diabetisches	310	Lymphdrainage	27
Konstitution	18	Lymphhe	25, 259
Konzentrationsausgleich	34	M	
Konzentrationsstörung	116	Magen	232
Kortikosteroide	64	Magenblutung	238

Magendurchbruch	238	Morbus Crohn	129
Magenfeuer	235	Moronal	225
Magengeschwür	216, 236	Moro'sche Karottensuppe	264
Magenhitze	235	Morphium	254
Magenresektion	166	Motilium	201
Magensäfte fehlen	242	Mucin	227
Magensäure	114	Mucoviszidose	129
Magenschleimhautentzündung	233	Müdigkeit	116, 246, 310
Magenspiegel	232	Mukoviszidose163	174
Magentee	239	Mund	222
Magenuntersäuerung	125	Mundgeruch	227
Magermilch	352	Mundisal-Gel	277
Magnesium	120, 338	Mundtrockenheit	228
Magnesium Diasporal 300	105	Muskelkrampf	118
Magnesiumsulfat	65, 122	Muskelschwäche	116, 310
Makrolide	60	Muskelwachstum	132
Makuladegeneration	184	Mutaflor	280
Mandeln	226	Muzin	268
Mangan	137	Myelinscheide	330
Mangandioxid	137	Myoglobin	123
Manifestations Koma	310	Myokardinfarkt	309
Manju	278	Myrrhentinktur	276
Marcumar	148, 304	Myrrhinil-Intest	266
Mariendistel	249, 307	Mzyme	278
Mastzellen	203		
Mb. Addison	84	N	
Medikamente, jodhaltig	97	Nabelzone	216
Meläna	275	Nachtblindheit	173
Menstruation	125	Nahrungsergänzungsmittel	337
Merseburger Trias	99	Nahrungsmangel	321
Mesalamin	60	Nahrungsmittelunverträglichkeit	196
Mesogastrium	217	Naproxen	60
metabolisches Syndrom	286, 289	Natrium	112
Metallkolloid	338	Natriummangel	113
Meteorismus	260	Natriumbicarbonat	230, 286
Metformin	302	Natriumhydrogencarbonat	258
Methionin	68	Natriummangel	50
Methotrexat	149	Natriumsulfat	40
Metoclopramid	201	Natriumüberschuß	113
Miglitol	303	Nebenschilddrüse	119
Mikrobiom	220	Neigung zu Infekten	290
Mikroorganismen	220	Neo-Ballistol	272
Mikrotrim	304	Nephron	48
Milch	195	Nervosität	96
Milchpulver	198	Neurodermitis	183
Milchzucker	198	neutrale Lösung	40
Milieuwechsel	243	Niacin	155
Mineralstoffe	111	Nicotinsäure	155
Minocyclin	60	Niere	47
Miserere	260	Nierenbiopsie	61
Mizellen	259, 320	Nierenkolik	216
Molekularbewegung	33	Nierenstein	66, 348
Molke	153, 198	Nierensteinbildung	119
Molkenpulver	198	Nierentee	55
		Nierenversagen	117

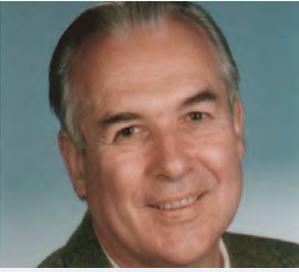
Normalinsulin	297	pH-Schaukel	57
Noroviren	127	pH-Wert	39
Notruf 112	194, 215	Phyllochinon	185
Novalgine	254	Plaques	335
Novanorm	303	Plazentaschranke	220
NSAR	55, 62, 236	Podagra	347
Nüchternblutglucose	291	Polyurie	52
Nüsse	205, 337	Präeklampsie	65
Nystatin	225	Präkoma	243
O		Prämenstruelles Syndrom	139
Oberbauchbeschwerden	310	Prednison	64
Obstipation	268	Pregnenolon	330
Oesophagus	229	Presselin Thyri Badiaga	104
Okoubaka	202	Presselin Thyri Fucus	106
oligodynamischer Effekt	127	Primärharn	48
Oligurie	51	Probenecid	351
Olivenöl	337	Propolistinktur	276
Omeprazol	60, 114	Protease	15, 259
Opiate	215, 243, 254	Proteasen	286
Opium	263	Proteinurie	52, 65
Orbitopathie, endokrin	99	Protonenpumpenhemmer	114
Osmose	34	Provitamine	16
Osteomalazie	178	Psoriasis	349
Osteoporose	129, 139, 187	Psychose	119
Oxacant sedativ	105	Psychotherapie	285
Oxoniumion	42	Ptyalin	227
P		Puffersystem	42
Paidoflor	280	Purinstoffwechsel	345
Pankreas	255, 285	Pyelonephritis	53
Pankreasentzündung	256	Pyridoxin	159
Pankreasinsuffizienz	256	R	
Pankreatitis	216, 256	Racecadotril	201
Papaya	278	Rachen	226
Papilla vateri	258	Rachitis	118, 178
Parathormon	118	Radikalfänger	140, 182
Paspertin	201	Ramipril	80
Pellagra	155	Ranitidin	60
Penicillamin	149	Rauchen	236
Pepsin	232	Read-Formel	92
Pepsinwein	230, 242	Refluxösophagitis	229
Perenterol	281	Rehydratationslösung	262
Peristaltik	232, 319	Reiskleie	279
Peyer-Plaques	259	Rektalblutung	275
Pfefferminztee	234	Rektum	267
Phenobarbital	60	Relaxierung	121
Phenotiazin	138	Renin	49
Phenytoin	60	Renin-Angiotensin-Aldosteron-System	49
PHÖNIX Silybum spag	29	Rephalysin C	281
PHÖNIX Solidago spag	29	Retinol	172
PHÖNIX Thuja Lachesis spag	29	Retterspitz	115
PHÖNIX Urtica Arsenicum spag	29	Rheuma	129
Phosphat	117	Riboflavin	153
Phosphorsäure	43	Rifampicin	60
		Rigidität	313

Rödern	226	Sonnenbäder	105
Röntgenkontrastmittel	97	Sonnenbrand	158
Ruhr	271	Sonografie	98
S		Soor	224
Salbeitee	226	Spasmen	118
Salmonellen	193	Speichel	227
Salviathymol	226	Speicheldrüsen	227
Salzsäure	232	Speichelfluss	228
Säure	39f	Speicherfett	321
Schamgegend	216	Speisebrei	319
Scharlach	54	Speiseröhre	229
Schaufensterkrankheit	335	Spenglersan G	276
Scheidenbazillen	220	Spinat	162
Scheide trocken	332	Spironolacton	80
Schilddrüse	91, 135	Spritz-Ess-Abstand	297
Schilddrüsenautonomie	97	Sprue	129
Schilddrüsenhormon	140	Stauungsgallenblase	250
Schilddrüsenkrebs	103	Stauungsikterus	247
Schilddrüsenüberfunktion	96	Steinabtreibungskur	253
Schilddrüsenunterfunktion	100	Steinauflösung	69, 253
Schläfrigkeit	311	Stent	336
Schlafstörung	121	Steroid	327
Schlafstörungen	96	Stillzeit	154
Schlaganfall	313	Stimmung aggressiv	347
Schmerz	215	Stimmungsschwankung	96
Schmerz endet plötzlich	215	Stoffwechselstörung	18
Schmerzen, unterschiedlich	215	Strahlenschaden	141
Schmerzmittel, Bauchschmerzen	215	Struma	136
Schmerzprojektion	218	Sulfamethoxazol	60
Schonkost	239	Sulfonylharnstoffe	302
Schwäche	311	Symbioflor	282
Schwächezustand	113	Symptom-Tagebuch	196
Schwangerschaft	154, 163	Szintigrafie	98
Schwangerschaft, extrauterin	216, 270	T	
Schwarztee	234	T3	95
Schwermetalle	63	T4	95
Schwitzen	96, 113, 312	Tabak	243
Sectio caesarea	66	Tachykardie)	311
Seetang	279	Tagesvitaminbedarf	147
Sehstörungen	290	Taststellen Bauch	217
Sekretin	255	Tausendgüldenkraut	307
Selen	102, 139	Teepause	234
Selenomethionin	140	Teerstuhl	238, 275
Selenvergiftung	140	Teststreifen	292
SGLT-2 Hemmer	304	Tetanie	118
Sichelzellenanämie	247	Tetrazyklin	60
Simeticon	202	Thiamin	151
Sitagliptin	303	Thiazide	60
Situs inversus	217	Thyreoidea	91
Sitzbad	274	Thyreo Loges Tropfen	104
Skorbut	169	Thyroxin	92
Sodbrennen	114, 229, 349	Tiorfan	201
Solarium	105	Tocopherol	182
Somatostatin	255, 287	Tomaten	205

Tonsillen	226	Vitamin B5	156
Toxikologie	193	Vitamin B6	159
TPO-Antikörper	101	Vitamin B7	160
Tremor	313	Vitamin B9	162
TRH	95	Vitamin B12	165
Triamteren	60	Vitamin C	126, 168
Triglycerid	319	Vitamin D	118, 176
Trijodthyronin	92	Vitamine	16, 147
Trimethoprim	60	Vitamin E	182
Trinkmenge	27	Vitamin H	160
Tropenaufenthalt	261	Vitamin K	185
Tropenkrankheit	261	VLDL	327
TSH	95	Völlegefühl	246
tubulo-interstitielle Nephritis	59	Vollmond	19
Tumor	349	Voltaren	21, 304
U		Volumenmangelschock	310
Übelkeit	246	W	
Ulcus	242	Wachstum	123
Ulcus duodeni	259	Wala Organpräparate	58, 65
Ulcuskomplikation	238	Wasser	40
Ulcus ventriculi	236	Wasserhaushalt	37
Universalgegenmittel	195	Wasserstoffionen	39
Unruhe	96, 312	Wasserumsatz	37
Unterzuckerung	306	Wegwarte	307
Urat	345	wetterfähig	19
Uratstein	68	Wolfstrapp	104
Ureter	48	Wundheilung	331
Urethra	48	Wundheilungsstörung	158
Urikostatika	352	Würmer	242
Urikosurika	351	Z	
Urinanalyse	61	Zähne	222
Urin dunkel	247	Zahnfleischbluten	125, 276
Urinmenge	290	Zahnfleischentzündung	276
Urinstäbchen	54	Zahnprothese	243
Uzara	266	Zellgrenzflächen	331
V		Zentralnervensystem	121, 166
Valproat	60	Zimt	307
Valproinsäure	129	Zink	142, 174
Vancomycin	60	Zinkvergiftung	143
Venenblut	292	Zinn	144
Verbrennung	158	Zittern	312
Verdauungsenzyme	257	Zöliakie	196
Verdauungssäfte	286	Zorn unterdrückt	247
Verdauungsvorgang, Dauer	219	Zunge	223
Vergiftung	193	Zungenbelag	223
Vermeidungsdiät	199	Zungenentzündung	223
Verstopfung	116, 119, 202, 268	Zwölffingerdarm	258
Vesica fellea	250	Zwölffingerdarmgeschwür	216
Vitamin A	172	Zyklusstörungen	96
Vitaminantagonist	148	Zytostatika	62, 141
Vitamin B1	151		
Vitamin B2	153		
Vitamin B3	155		

Literaturhinweise

- Boericke, William;** *Handbuch der homöopathischen Arzneimittellehre*
- Boger, Cyrus;** *Synoptic Key zur homöopathischen Materia medica*
- Bühlmann, Froesch;** *Pathophysiologie, 2. Auflage 1974*
- Cottier, Pathogenese;** *Ein Handbuch für die ärztliche Fortbildung,*
- Dietl, Ohlenschläger;** *Handbuch der Orthomolekularen Medizin*
- Förster, Lacko;** *Physiologische Chemie, 1. Auflage, Enke Verlag Stuttgart*
- Gröber;** *Mikronährstoffe, Beratungsempfehlungen für die Praxis*
- Heintz, Robert;** *Erkrankungen durch Arzneimittel, 2. Auflage, Thieme-Verlag 1977*
- Holford, Patrick;** *Optimale Ernährung für die Psyche*
- Holtmeier – Heilmeier;** *Rezepttaschenbuch der Diätetik, Gustv Fischer Verlag 1967*
- Kliegel, Wolfgang;** *Bor in Biologie, Medizin und Pharmazie, Springer-Verlag 1980*
- PHÖNIX;** *Verordnungsunterlagen dieser Firma*
- Rossak et. al.;** *Angewandte Diabetologie*
- Salter – Heisler;** *Häufige internistische Notfälle – ein Leitfaden für jüngere Ärzte*
- Schulze, Jürgen et. al.;** *Probiotika, Hippokratesverlag 2008*
- SOLUNA;** *Verordnungsunterlagen dieser Firma*
- Sulzenbacher, Siegfried;** *Therapiekonzepte bei psychischen Erkrankungen und Sucht*
- Sulzenbacher, Siegfried;** *3 x 7 Akupunkturpunkte für den Praktiker*
- Sulzenbacher, Siegfried;** *Die Solunate, Dynamische Heilmittel für den Praktiker*
- Thews, Muschler Vaupel;** *Anatomie, Physiologie, Pathophysiologie des Menschen, 3. Auflage, WV Verlag Stuttgart*
- Vermeulen, Frans;** *PRISMA – Das Arcanum der Materia Medica ans Licht gebracht*
- WALA;** *Verordnungsunterlagen dieser Firma*
- WELEDA;** *Verordnungsunterlagen dieser Firma*
- Wenzel, Klaus-Georg;** *Spurenelemente*
- Wikipedia;** *Zum Nachschlagen und zum Vergleich für viele Stichworte*
- Zschocke, Anne Katharina;** *Natürlich heilen mit Bakterien, Gesund mit Leib und Seele, at-Verlag*



Heilpraktiker

Siegfried

Sulzenbacher blickt auf über 40 Jahre Praxiserfahrung zurück. Seit mehr als 25 Jahren hält er Vorträge und Seminare zu Themen wie Soluna-Therapie, Spagyrik und traditioneller chinesischer Medizin. Heute möchte er erprobtes Wissen und bewährte Methoden weitergeben.

In der traditionellen chinesischen Medizin sagt man: „Jede Krankheit ist heilbar, solange der Magen richtig arbeitet“. Dies betont die Wichtigkeit eines funktionierenden Stoffwechsels für die Gesundheit des Menschen.

Heilpraktiker Siegfried Sulzenbacher gibt mit diesem Werk einen leicht verständlichen Überblick über den Stoffwechsel und die Stoffwechselorgane wie Schilddrüse, Niere und Nebenniere sowie den gesamten Verdauungstrakt. Es werden sowohl häufig vorkommende Stoffwechselerkrankungen wie z. B. Diabetes mellitus, Gicht oder Cholesterinstörungen, aber auch seltenere, wie z. B. das Cushing-Syndrom, praxisnah aufgegriffen und aufgearbeitet.

In diesem Buch nimmt neben der Erläuterung der physiologischen und pathologischen Zusammenhänge die Therapie einen breiten Platz ein. Alle Therapievor schläge haben sich in der 40-jährigen Praxis des Verfassers bewährt. Es ist somit ein Buch aus der Praxis und für die Praxis, also für den Praktiker, der schnell und sicher für einen bestimmten Zustand eine praxiserprobte und funktionierende Therapie sucht. Es ist auch für Studierende und für alle, die an Naturheilkunde interessiert sind, gut geeignet, da auch grundlegende Dinge verständlich dargestellt werden.