



Hausarzt-Praxis
Dr. med. W. Picker-Huchzermeyer

Mikronährstofftherapie / Vitalstoffmedizin

Die **Orthomolekulare Medizin** - auch Vitalstoff- oder Mikronährstoffmedizin genannt - beschäftigt sich mit der **Diagnostik von Vitalstoff-Mangelzuständen** und der **Empfehlung von Vitalstoffen** (Mikronährstoffen) zur Vorsorge und Therapie von Krankheiten.

Die Vitalstoffmedizin beruht auf der Erkenntnis, dass der menschliche Körper für ein gesundes, reibungsloses Funktionieren aller Zellsysteme bzw. Organe zahlreiche Mikronährstoffe (Vitalstoffe) in der richtigen Relation und Konzentration benötigt.

Als **Vitalstoffe** gelten ausschließlich Substanzen, die **bereits im menschlichen Körper** physiologisch, das heißt natürlicherweise, vorhanden sind und zur **Gesunderhaltung** und **Vitalität** benötigt werden.

Einige Vitalstoffe kann der Körper selbst herstellen, viele müssen über die Nahrung aufgenommen werden.

Zu den Vitalstoffen gehören insbesondere:

- Vitamine
- Mineralstoffe
- Spurenelemente
- Essentielle Fettsäuren
- Essentielle Aminosäuren
- Sekundäre Pflanzenstoffe

Ein **optimaler Gesundheitsschutz** ist dann gewährleistet, wenn alle körpereigenen Substanzen in **ausreichender Konzentration im Organismus vorhanden sind**.

Eine Vitalstoff-Unterversorgung kann sowohl durch eine unzureichende Vitalstoff-Zufuhr als auch durch einen individuellen Vitalstoff-Mehrbedarf verursacht werden.

Eine **Vitalstoff-Unterversorgung** kann **durch** eine **Vitalstoff-Analyseermittelt** werden. Diese ermöglicht die Bestimmung des individuellen Vitalstoffbedarfs unter Berücksichtigung von Ernährungsweise, Genussmittelkonsum, Sport, Vorerkrankungen und Dauermedikation.

Durch die Änderung der Ernährungsgewohnheiten und durch die Einnahme von Vitalstoffen kann ein Vitalstoffmangel erfolgreich ausgeglichen werden.

Ihr Nutzen

Die optimale Zufuhr von Vitalstoffen - gemäß Ihrem individuellen Vitalstoffbedarf - ermöglicht die gezielte Vorbeugung und Therapie von Krankheiten.