

# *Länger und gesünder leben*

Durch orthomolekulare Therapie

und

PRO – Biotischer Therapie

**von Carlo Weichert, Heilpraktiker**

Alle Rechte vorbehalten.  
Kopien und Nachdruck nur mit Genehmigung des Autors

## Länger und gesünder leben

Durch orthomolekulare Therapie / Medizin

Viele Menschen meinen, wenn sie sich vielseitig und in ausreichender Menge ernähren, dann sei das auch gleichzeitig vollwertig und gesund, denn in ihrer Nahrung sei „ja alles drin“. Die Nahrungsmittelindustrie unterstützt diese Gedanken mit entsprechender Werbung für ihre Produkte, welche sie als gesunde Ernährung darstellt.

Das aber unsere heutige, meist vorverarbeitete und – und mit allen möglichen chem. Stoffen belastete Nahrung noch lebendig, und voll von gesunden Nähr- und Vitalstoffen sei, darf – auch auf dem Hintergrund vieler Untersuchungen - durchaus in Frage gestellt werden.

Seit Jahren weisen nun Ernährungswissenschaftler mit zunehmender Dringlichkeit darauf hin, dass der wichtige Anteil von Mikronähr- und Vitalstoffen ( Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen usw. ) in Obst, Gemüse, Getreide und unserer allgemeinen Nahrung aufgrund von ausgelaugten Böden und Chemieverarbeitung immer weniger und auf der andere Seite der Anteil belastender Stoffe aufgrund von Spritz- und Düngemittel usw. immer höher wird.

Der gleiche Prozess wird dann aufgrund dieser Defizite zwangsläufig auch durch Störungen des Zellhaushalts in unserem menschlichen Organismus spürbar. Gleichzeitig wird ein Überreiz ( Allergie ) unseres Immunsystems provoziert, welches bei Dauerbelastung einen Zusammenbruch seiner Schlagkraft zur Folge haben kann.

Die Folgen: Der menschliche Organismus „kränkelt“ auf diesem Hintergrund, oder er wird handfest krank und eine klare Ursache ist in diesem Stadium kaum feststellbar.

### Therapie mit Mikronähr- und Vitalstoffen

Diese Tatsachen erkannte der Biochemiker und zweifacher Nobelpreisträger Linus Pauling schon in den siebziger Jahren des letzten Jahrhunderts in den USA. Er führte deshalb die Therapie mit Mikronähr- und Vitalstoffen ( Vitaminen, Mineralstoffen usw.= Orthomolekulare Therapie / Medizin) mit großartigem Erfolg in den USA ein, welche dort bereits 1978 als offizielles Heilverfahren anerkannt wurde.

Heute ist aufgrund der Krebs-, immunologischen- und orthomolekularen Forschung die Bedürftigkeit unserer Zellen nach Mikronähr- und Vitalstoffen bestätigt und wir kennen ihre wichtige Arbeit sehr genau.

### 48 Nähr- und Vitalstoffe, notwendig für unsere Gesundheit

Wir wissen, dass es 48 essentielle d.h. lebenswichtige Nähr- und Vitalstoffe sind, welche unserem Organismus täglich über die Nahrung zugeführt werden müssen, weil er diese nicht selbst herstellen kann.

- **Vitamine**
- **Vitamine**
- **Mineralstoffe**
- **Spurenelemente**
- **Antioxidantien**
- **Essentielle Fettsäuren**
- **Aminosäure**

Diese kommen insbesondere der körpereigenen Abwehr und den Zellen unseres Immunsystems zugute. Sie dienen als Co- Faktoren für unzählige Zellabläufe und der Unterstützung von Zellaufbau und -Regeneration, auch dem Blut und Lymphsystem, sowie dem Aufbau von Knochen- und Muskelgewebe, usw.

Linus fand heraus: Diese Nähr- und Vitalstoffe, insbesondere Vitamine, können nicht nur den Organismus vor Krankheiten schützen, sie können sogar lebensverlängernd wirken, vorausgesetzt, es wird auf eine tägliche Optimalversorgung geachtet, welche allerdings bei Menschen unterschiedlichen Alters und unterschiedlichen Lebensbedingungen sehr verschieden sein kann.

Insbesondere in Zeiten erhöhter geistiger und körperlicher Anstrengung, ( Arbeitswelt, Stress usw. ) bei Krankheit, bei Kindern im Wachstum, bei den vielfältigen Beschwerden älterer Menschen, aber auch um sich gesund, vital, und fitt zu halten, ist die regelmäßige Zufuhr diese Mikronähr- und Vitalstoffe für reibungslose Arbeit unseres Zellhaushalts und wertvolle Arbeit unseres Immunsystems, also für unsere Gesundheit sehr wichtig.

Untersuchungen haben gezeigt, dass selbst bei sog. gesunder Ernährung die Zufuhr dieser wichtigen Nährstoffe heute kaum gegeben ist. So darf davon ausgegangen werden, das bei der sog. „traditionellen“ Ernährung insbesondere älterer Menschen, auch Süß- oder Fastfood – Ernährung jüngerer Menschen, langfristig mit Defiziten in Zellarbeit und Immunleistung zu rechnen ist.

### **Unser Körper braucht alle gleichzeitig**

Da viele Menschen heutzutage, aufgrund von Publikationen auch Werbung über den Wert von Vitaminen ( z.B. Vit. C ) gut informiert sind, wird dieses Vitamin viel gekauft und gern als „Erkältungsvitamin“ eingesetzt. Das ist zwar gut gedacht, im Grunde für unsere Zellarbeit und Immunleistung aber unvollständig, denn erkrankt ist ja nicht „nur die Nase“, sondern auch bei einem, oft alles andere als harmlosen Schnupfen, der gesamte Organismus.

Die Tatsache ist, dass insbesondere im Krankheitsfall, unsere Zellen für ihre Arbeit und das Immunsystem für seine wertvolle Abwehrarbeit, immer gleichzeitig alle 48 Mikronähr- und Vitalstoffe dringend braucht.

**Unser Zellhaushalt und Immunsystem arbeitet nämlich wie ein großes kompliziertes Räderwerk, wo – um seine Funktion zu gewährleisten - alle Zahnräder da sein und ineinander greifen müssen.**

So gesehen ist die Gabe eines isolierten Vitamins ungünstig, denn der Organismus muss nun, um funktionieren zu können, die restlichen Stoffe aus seinen eigenen Reserven zur Verfügung stellen.

Das kann bedeuten, dass Gesundungs- und Regenerationsprozesse verzögert oder schleppend ablaufen können.

### **Freie Radikale**

Wichtig ist die Gabe eines guten Kombi-Präparates der Orthomolekularen Medizin ( in dem alle 48 Mikronähr- und Vitalstoffe zur Verfügung gestellt werden ) auch deshalb, weil durch Fehlernährung, Stress, Krankheit usw. ständig große Mengen an zellschädigenden sog. **freien Radikalen** entstehen, welche von unserem Immunsystem beseitigt werden müssen.

**Dazu braucht es gleichzeitig die Vitamine A,C,E, Folsäure, Selen und Zink, während die B-Vitamingruppe und Vit. D und K, sowie die Vitaminoide Beta-Carotin, Carnitin, Q10, Alpha-Liponsäure, ebenso die Mineralstoffe und Spurenelementen Calcium,**

**Magnesium, Eisen, Kupfer, Mangan, Jod, Molybdän und Chrom** dem Zellhaushalt und Immunsystem als weitere wichtige Basis-Nähr- und Vitalstoffe zur Verfügung stehen..

**WICHTIG:**

*Bei chronischen Erkrankungen, insbesondere bei Krebs, auch zum Entgiften und Abbau und Vernichten der zellschädigenden Substanzen der Chemo- oder Strahlentherapien und um dem Immunsystem bei seinem Abwehrkampf zu helfen, ist der tägliche Bedarf orthomolekularer Wirkstoffe ungleich höher.*

**Mikronährstoffe und Probiotika:**

**Gemeinsam: Noch bessere Wirkung**

Wie die Praxiserfahrung zeigt, hat sich die gleichzeitige Gabe von **Mikronährstoffen und Probiotika** als sehr sinnvoll erwiesen.

1. durch die Gabe  
PRO-Biotischer Bakterien  
**im Produkt: Lactobact omni FOS**

wird eine gesunde und stabile Darmflora, ihre Eigenabwehr gegen Fremdkeime und Ihre immunstabilisierende Wirkung im Darm und auf der Darmschleimhaut gewährleistet.

2. durch die gleichzeitige Gabe  
orthomolekularer  
Mikronähr- und Vitalstoffe  
**im Produkt: SANO-VITAL**

wird die Arbeit unseres gesamten Zellhaushalts ( Aufbau, Regeneration, Entgiftung ) unterstützt, aber insbesondere die Schlagkraft unseres Immunsystems im gesamten Körperinneren und an seinen Grenzen ( z. B. auch Darmschleimhaut ) aktiviert.

**Therapieempfehlung:**

**Lactobact omni FOS** und **SANO-VITAL**  
Beide gleichzeitig einnehmen.

**Wenn Sie noch speziellen Fragen haben sollten, so rufen Sie mich einfach an, schicken Sie mir eine E-Mail:**

## Beratungs- Hotline

### Für Patienten und Therapeuten

Tel. 08669 – 2121

Fax: 08669 – 2129

Internet: [www.naturheilpraxis-weichert.de](http://www.naturheilpraxis-weichert.de)

Mail: [info@naturheilpraxis-weichert.de](mailto:info@naturheilpraxis-weichert.de)



**NATURHEILPRAXIS**

für

Ganzheitsmedizin

Psycho-, Familientherapie u. Heilhypnose

*Carlo Weichert*

Heilpraktiker

Gesprächs- u. Familientherapeut

Oberweißenkirchen 1, 83349 Palling

☎ 08669/2121

Fax 08669/2129