

Praxis für Osteopathie

- Praxismgemeinschaft -
Meitinger Str. 7
86672 Thierhaupten
Tel. 08271 421 79 41

www.Heilpraktiker-Osteopathie.info



Unser erster Vitamin-D-Vortrag – und die nächsten Veranstaltungen!

Am 7. Oktober haben wir erstmals in **Thierhaupten** einen Vitamin-D-Vortrag durchgeführt und die Resonanz war sehr positiv.

Besonders die Möglichkeit im Anschluss an den Fachvortrag von **Dr. med. Daumann** – der jährlich bei ca. 300 Patienten den Vitamin-D-Spiegel misst - persönliche Fragen zu stellen wurde intensiv genutzt.

Die nächsten Vitamin-D-Vorträge sind in **Donauwörth** und **Meitingen** – und natürlich sind Hebammen, Ärzte, Apotheker, Heilpraktiker **herzlich eingeladen**, da wir den **Austausch von Erfahrungen** begrüßen
<http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Vitamin+D+Vortrag++Aushang.pdf>



Krebs – medizinische Studien bzgl. Entstehung, Verlauf und Sterblichkeit

Im Auto haben wir einen Sicherheitsgurt. Und obwohl wir wissen, dass dieser kein Garant dafür ist, dass wir bei einem Autounfall nicht verletzt oder sogar getötet werden, schnallen wir uns bei jeder Autofahrt an. Selbst der Staat übernimmt dabei eine wichtige (Fürsorge-)Rolle: wenn wir uns nicht anschnallen handeln wir fahrlässig und bekommen auch noch einen Strafzettel.

Deutsches Krebsforschungszentrum & Ärztezeitung & Ärzteblatt informieren ...

Geht es um Krebs, gibt es keine Strafzettel, wenn mögliche risikomindernde Faktoren nicht beachtet werden.

Am 9. Juli 2014 wurde vom **Deutschen Krebsforschungszentrum DKFZ** in Heidelberg eine Arbeit mit der Überschrift **„Ungünstige Krebs-Prognose bei niedrigem Vitamin D-Spiegel“** veröffentlicht in der darauf hingewiesen wurde, dass die **Sterblichkeit bei Krebs um ca. 57 % erhöht ist**, wenn der **Vitamin-D-Spiegel zu niedrig** ist.

<http://www.dkfz.de/de/presse/pressemitteilungen/2014/dkfz-pm-14-33-Unguenstige-Krebs-Prognose-bei-niedrigem-Vitamin-D-Spiegel.php>

20 Tage später wurde im **Deutschen Ärzteblatt** ebenfalls ein Artikel mit der Überschrift **„Niedriger Vitamin D Spiegel – ein Blick ins Grab?“** veröffentlicht.

<http://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/herzkreislauf/article/865933/marker-niedrige-vitamin-d-spiegel-blick-grab.html>

Auch bei der Krebsentstehung scheint ein guter Vitamin-D-Spiegel von Bedeutung zu sein: **„Vitamin D könnte immunologische Abwehr fördern“** – Deutsches Ärzteblatt vom 16. Januar 2015

Ein „könnte“ reicht beim Autofahren aus, dass wir uns täglich anschnallen – darüber sollten wir vielleicht beginnen auch mal mit „offenen Verstand“ nachdenken, wenn es um Krebs geht.

In der nationalen Datenbank der US-Gesundheitsbehörde gibt es mehr als 8.500 Studien bzgl. Vitamin D und Krebs – und ca. 90 % der Menschen haben eine Unterversorgung.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=vitamin+d+cancer>

Trotzdem wird der Vitamin-D-Spiegel im Rahmen einer Krebsvorsorge bzw. Krebsbehandlung i.d.R. in der Leitlinien-Medizin nicht untersucht. An den Kosten – ca. 20 Euro – kann es eigentlich nicht liegen.

Das Auffüllen des Vitamin-D-Spiegels auf den **„optimalen präventiven Wert“** von ca. **60 ng/ml** bzw. 150 nmol/l würde ca. 20 Euro kosten, die jährliche „Erhaltungsdosis“ ca. 40 Euro im Jahr.

2003 gab es ca. 330.000 Krebsneuerkrankungen – 2015 sind es bereits 500.000. Bei dieser Entwicklung macht es Sinn, mal (mehr) über **Krankheitsvorbeugung** und z.B. Vitamin D nachzudenken.

Das Überprüfen des Vitamin-D-Spiegel birgt KEIN RISIKO. **Der Mangel**, der laut Studien bei ca. 90 % der Menschen besteht, schon - laut medizinischer Studienlage.

Wenn Sie also Ihre Kinder und sich selbst im Auto den Sicherheitsgurt anlegen, denken Sie mal darüber nach, ob Ihr Vitamin-D-Spiegel auch „angeschnallt“ ist.

Wichtige Frage: Um wieviel Prozent erhöht eine vorgeschlagene Therapie die „Überlebenschance“ / Lebenszeit?
Nur so können auch mögliche Risiken und Nebenwirkungen beurteilt werden.

Wir empfehlen auch den **Homocystein-Spiegel** (im Serum) und **Selen** (im Vollblut!) messen zu lassen [Link](#)

Warum wir Osteopathie & Mikronährstoffmedizin in unserer Praxis kombinieren

Vor ca. 140 Jahren wurde die Osteopathie von Ärzten als selbstständiges medizinisches Behandlungskonzept - bei dem der Mensch als „eine Einheit betrachtet wird - entwickelt und seitdem empirisch bewährt.

Behandelt werden im Rahmen der Osteopathie Organe, Nerven, Bewegungsapparat, Blut- und Lymphsystem – und es bildete sich die Lehrmeinung, dass durch eine Funktionsverbesserung die Entwicklung von Krankheiten beeinflusst werden kann.

Vor einigen Jahren haben wir in unserer Praxis nun begonnen – im scheinbarem Widerspruch zu dieser osteopathischen Lehrmeinung – uns auch mit der Mikronährstoff- bzw. Orthomolekularmedizin zu beschäftigen. Somit stellt sich durchaus die berechtigte Frage nach dem „Warum?“.

Um unsere Gedanken besser nachvollziehen zu können muss man die aktuelle Entwicklung kurz beleuchten: Wir haben eines der teuersten und besten Gesundheitssysteme der Welt in Deutschland.

Trotzdem sind mittlerweile ca. 40 bis 50 % der Deutschen chronisch krank und alle Volkskrankheiten (Diabetes, Demenz, Herz-, Gelenkerkrankungen u.a.) – deren Entwicklung die Medizin schon lange nicht mehr im Griff hat – nehmen immer zu. Auch im Bereich Krebs ist die Tendenz steigend – jährlich gibt es mittlerweile ca. 500.000 erkannte Neuerkrankungen.

Im Rahmen der Osteopathie ist ein besonderer Schwerpunkt darauf ausgerichtet, mögliche ursächliche Faktoren zu erkennen, da aus Sicht der Osteopathischen Medizin eine reine symptombezogene Behandlung wenig Nutzen bringt.

Wenn somit in einer Gesellschaft „Krankheit“ immer mehr zur „Norm(alität)“ definiert wird, ist es sinnvoll über mögliche Faktoren nachzudenken, die diese Entwicklung in der heutigen Zeit begünstigen können.

Im Rahmen unserer Arbeit begannen wir uns auch mit Mikronährstoffen wie Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Fettsäuren und Aminosäuren zu beschäftigen.

Sensibilisiert wurden wir für das Thema schon in unserer Osteopathie-Ausbildung an der [Medizin & Lebenskunst Akademie](#).

Weiter inspiriert wurden wir z.B. durch den Chemiker und zweifachen Nobelpreisträger **Dr. Linus Pauling**, dem Apotheker **Uwe Gröber**, dem Chefarzt **Prof. Dr. med. Kisters**, dem Internisten **Dr. med. Holzhauer** (Herausgeber der Deutschen Zeitschrift für Onkologie), dem Gynäkologen **Dr. med. Daumann** und z.B. den medizinischen Studien-Publikationen in der **Nationalen Datenbank der US Gesundheitsbehörde**.

Ein Ausgangspunkt unserer Überlegungen war dabei die Frage „**was hat sich in den letzten 50, 20, 10 Jahren so dramatisch verändert**“, dass „Krankheit“ mittlerweile zur „**gesellschaftlich akzeptierten Normalität**“ erhoben wurde. (Eine Sichtweise, die wir für katastrophal halten!)

Im Rahmen unserer Arbeit erkannten wir, dass heute ca. **70 % der Lebensmittel in einem Supermarkt „denaturiert“ sind**.

Dies bedeutet, dass diese Lebensmittel kaum noch ausreichend die Mikronährstoffe liefern können, die der mensch-

liche Organismus benötigt um lebenswichtige biochemisch Vorgänge korrekt durchführen zu können: **Herstellung von Botenstoffen für das Nervensystem, Entgiftung des Körpers, Abbau von Schadstoffen und Abfallprodukten, Abwehr gegen Krankheiten, Zerstörung von entarteten Zellen, Regeneration von Organen, Nerven, Gehirn, Knochen, Geweben, Gefäßen** u.s.w..

Gleichzeitig erkannten wir an Hunderten von Patienten - die aus freien Willen meist aus Verzweiflung zu uns kamen – dass es immer mehr Faktoren gibt, durch die auch der **Bedarf an Mikronährstoffen** immer größer wird: immer mehr Stress, immer größere chemische Belastung aus der Umwelt, Nahrung, Kosmetik, Belastung durch Gifte und Strahlung.

Diese (erhöhten Verbrauchs-)Faktoren - in Verbindung mit mangelhafter Ernährung (= verminderte Zufuhr von Mikronährstoffen) - sind fatal für die Gesundheit und begünstigen letztendlich nachhaltig die Entstehung aller Krankheiten.

Die Struktur und Funktion von Organen, Nerven und Gelenken oder z.B. die Lymph- und Blutzirkulation zu verbessern ist mit der Osteopathie gut möglich.

Wie wir aber erkennen mussten, kann man nur in einem begrenzten Umfang einen Mangel an lebensnotwendigen Mikronährstoffen (z.B. durch die Verbesserung der Verdauung und der Stoffwechselprozesse), ausgleichen.

Aus diesem Grund haben wir im Rahmen unserer Tätigkeit den Bereich Osteopathische Medizin und Mikronährstoffmedizin kombiniert.

Im Rahmen unserer Behandlungen geben wir deshalb auch Ernährungsempfehlungen (und ggf. auch Mikronährstoffe) – und stellen bei den Patienten fest, die diese umsetzen, dass sich damit die Entwicklung und der Verlauf von Krankheiten durchaus beeinflussen lässt, wie es schon Dr. Pauling ausgeführt hat.

Eigentlich ist das Konzept recht simpel – so wie beim Auto:

Ein Auto benötigt bestimmte „Nährstoffe“ wie z.B. Benzin, Motoröl, Bremsflüssigkeit, Luft in den Reifen, Batteriestrom. Besteht ein Mangel werden „Störungen“, „Defekte“ und „Verschleiß“ begünstigt.

Und wer immer Vollgas gibt (wäre z.B. Stress im menschlichen Körper), braucht **mehr** „Nährstoffe“ und eine „Unterversorgung“ wird stärker und schneller begünstigt.

Fazit:

Aufgrund dieses Sachverhaltes – auch im Hinblick auf die Entwicklung der „Volks Gesundheit“ und der Zunahme der „Volkskrankheiten“ – stellt sich somit die Frage, wie sinnvoll es wirklich ist, dass im Rahmen der schulmedizinischen Diagnostik (z.B. „kleines“ / „großes Blutbildes“ **kein einziger lebenswichtiger Mikronährstoff** untersucht wird.

Auch in den meisten medizinischen Leitlinien zur Behandlung von Krankheiten ist dies kaum vorgesehen – obwohl bekannt ist, dass alle **lebensnotwendigen biochemischen Vorgänge im Körper** nur dann korrekt ablaufen können, wenn diese **Mikronährstoffe** in **ausreichendem Umfang** und **Qualität** im Körper vorhanden sind.

Homocystein – eine giftige und lebensbedrohliche Aminosäure

Wenn wir Eiweiße essen, entsteht im Rahmen unseres Stoffwechsels das giftige Homocystein, das z.B. **Gefäßschädigend** ist und **Demenz, Schlaganfall, Lebererkrankungen, Osteoporose / Gelenkerkrankungen** und **Thrombosen** begünstigen kann.

„**Viel-Fleisch-Esser**“ sind somit besonders gefährdet – besonders wenn dieses Fleisch aus **Massentierhaltungen** kommt. Die **gesundheitlichen Folgen** können wir an der Entwicklung bzw. Zunahme diverser „Volkskrankheiten“ in unserer Gesellschaft gut beobachten.

Diese **giftige Verbindung Homocystein** wird normalerweise im Stoffwechsel durch die Mikronährstoffe **Vitamin B12, Vitamin B6 und Folsäure** abgebaut, wenn diese im ausreichenden Umfang vorhanden sind.

Wie jedoch schon im Jahre 2008 im Rahmen der größten durchgeführten **Ernährungsstudie** festgestellt wurde, haben ca. 90 % der Menschen eine Unterversorgung bei Folsäure

Des Weiteren besteht auch oft bei Vitamin B12 und B6 ein erheblicher Mangel. Dieser Mangel wird zudem durch viele Medikamente begünstigt wie z.B. **Pille, „Magenschutz“-Medikamente** (= PPI Protonenpumpenhemmer wie Omeprazol >> sollten laut Beipackzettel nicht länger als 14 Tage eingenommen werden!!!) oder z.B. **Metformin** (= Diabetesmedikament).

>>>> Hier muss somit die Zufuhr vieler Mikronährstoffe erheblich erhöht werden!

**Risikofaktor
Homocystein-Spiegel
& Schwangerschaft**

Erhöhte Homocystein-Spiegel sind außerdem ein **Risikofaktor für Komplikationen in der Schwangerschaft und für Missbildungen**. Dieses Risiko könnte - *leicht und preiswert* - reduziert werden, wenn man bei Schwangeren den Homocysteinspiegel untersuchen (Kosten ca. 20 Euro) und absenken würde. Diese Untersuchung ist aber in der derzeit praktizierten Leitlinien-Medizin nicht vorgesehen.

In einer klinischen Studie von Prof. Dr. C.-P. Siegers (Universitätsklinikum Schleswig-Holstein) mit 476 Patienten mit erhöhten Homocystein-Spiegel wurden schon 2013 interessante Details veröffentlicht. [Link](#)

Zum einem muss eine ausreichend Dosierung beachtet werden, da ansonsten der Homocystein-Spiegel auch bei Einnahme der notwendigen Vitamine nicht abgesenkt werden kann.

Ein weiteres Detail dieser Studie ist von besonderer Bedeutung in der Schwangerschaft:

Laut Leitlinien-Medizin ist bei Schwangerschaft vorgesehen, dass **Folsäure** gegeben wird. Wie sich jedoch in der Studie zeigte **erhöht** diese **Monotherapie** bei ca. 20 % der Patienten paradoxerweise den Homocystein-Spiegel.

Interessant für
Hebammen und
Schwangere

Weiterhin sind natürliche bioaktive Vitamine synthetischen Vitaminen vorzuziehen (z.B. Vitamin B12: anstatt synthetisches Cyanocobalamin lieber natürliches bioaktives Methylcobalamin u.s.w.)

*Ein Grund warum dieser Sachverhalt bis heute jedoch kaum beachtet wird, könnte der Umstand sein, dass diese Studie nicht im Rahmen der **Frauenheilkunde und Geburtshilfe / Hebammen**, sondern im Rahmen von **Behandlungen von Lebererkrankungen** veröffentlicht wurde.*

Ein weiteres **Risiko für Komplikation in der Schwangerschaft** (Frühgeburt, Notwendigkeit eines Kaiserschnitts) – und auch für Störungen im Kindesalter (AD(H)S, Krebs, Gelenkschmerzen u.a.) – ist, wie zahlreiche Studien zeigen, ein **niedriger Vitamin-D-Spiegel**.

Auch dieses Risiko wäre vor / in der Schwangerschaft leicht und kostengünstig zu überprüfen (Kosten ca. 20 Euro) – ist aber in der Leitlinien-Medizin nicht vorgesehen.

Jeder Mensch
muss selbst
verantworten,
was er tut - und
was nicht

Ein Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, der seit mehreren Jahrzehnten tätig ist, meinte dazu in einem persönlichen Gespräch mit mir, dass dies aus klinischer Sicht nicht lukrativ ist, da im klinischen Bereich z.B. eine Frühgeburt schnell mit ca. 100.000 Euro kalkuliert wird.

Ich habe diese Aussage nicht weiter überprüft, weil das für unsere Arbeit keine Relevanz hat, da man mit „philosophischen“ oder „ethischen“ Diskussionen keinem Patient helfen kann.

Stattdessen habe ich mich mit den entsprechenden veröffentlichten medizinischen Studien beschäftigt und empfehle allen Patienten – besonders auch bei Kinderwunsch – die entsprechenden Laborwerte einfach zu überprüfen ... <http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Vorsorge+Diagnostik+-+Labor.pdf>

In der nationalen Datenbank der US-Gesundheitsbehörde gibt es mehr als 2.900 veröffentlichte Studien bzgl. Vitamin D und Schwangerschaft <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=vitamin+d+pregnancy>