

## Patienteninformation – Krankheitsprävention

Es gibt einige Mikronährstoffe bei denen ein Mangel laut entsprechender **Fachliteratur** und der **Nationalen Verzehrstudie II** (2008) des Bundesforschungsinstituts für Ernährung und Lebensmittel **besonders häufig auftritt** (> bei ca. 60 bis 90 Prozent der Menschen):

<b>Vitamin D 25(OH) Calcidiol Vitamin D3</b> > Falls Sie bereits regelmäßig Vitamin D einnehmen, ist es wichtig mit der Einnahme vor einer Blutentnahme ca. eine Woche zu pausieren, da ansonsten falsch hohe Werte angezeigt werden. Warum? <a href="http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Medizinische+Studien+zu+Vitamin+D.pdf">http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Medizinische+Studien+zu+Vitamin+D.pdf</a>	ng/ml oder µg/l oder nmol/l
<b>Homocysteinspiegel im Serum</b> > Blutabnahme muss nüchtern erfolgen Warum? <a href="http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Risikofaktor+Homocystein.pdf">http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Risikofaktor+Homocystein.pdf</a>	µmol/l
<b>Selen im Vollblut</b> (identisch mit Selenspiegel in der Leber) oder Serum Warum? <a href="http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Selen.pdf">http://www.heilpraktiker-osteopathie.info/resources/Selen.pdf</a> Die Messung des Selenspiegels im <b>Vollblut</b> ist vorzuziehen, da bei deutlichem Selenmangel durch <b>Zellschädigung</b> (z.B. bei Krankheiten) im Serum ein <b>falsch</b> hoher Wert gemessen werden kann.	µg/l

Die Kosten (pro Laborwert ca. 25 €) werden i.d.R. nicht durch die gesetzliche Krankenversicherung übernommen, sofern noch keine entsprechende Krankheit besteht, was dazu führt, dass diese Laborwerte i.d.R. im Rahmen der Leitlinienmedizin nahezu nie untersucht werden, obwohl der Krankheitswert in der Fachliteratur und ins Studien dokumentiert ist.

**Warum diese Empfehlung?** Die Unterversorgung kann die Entstehung vieler (Volks)Krankheiten begünstigen, die in unserer Gesellschaft besonders häufig auftreten und deren Entwicklung die Medizin schon lange nicht mehr im Griff hat.

Möglicher begünstigender Risikofaktor für (*)	Niedriger Vitamin D Spiegel	Niedriger Selenspiegel	Erhöhter Homocysteinspiegel
Alzheimer, Demenz, Parkinson	X	X	X
Asthma	X	X	
Augenerkrankungen		X	X
Bluthochdruck	X	X	
Chronische Entzündungen / Erkrankungen	X	X	X
Nervensystem, Depression, Burnout, Psyche, Gehirn	X	X	X
Diabetes, Stoffwechselerkrankung	X		
Gelenkerkrankungen, Rheuma, Fibromyalgie, Knorpel-, Knochen-, Muskelerkrankungen, Osteoporose	X	X	X
Hauterkrankungen	X	X	
Herzkrankungen / Gefäßkrankungen	X	X	X
Krebs, Tumor	X	X	
Lymphstauung / -ödem		X	X
Multiple Sklerose	X	X	X
Schilddrüsenerkrankung	X	X	
Schlaganfall		X	X
Schwaches Immunsystem, Stoffwechselerkrankungen	X	X	
Schwangerschaft / Komplikationen / Fruchtbarkeit	X	X	X
Thrombose		X	X
<b>Optimaler präventiver Blutspiegel (*)</b> Liegt der gemessene Laborwert nicht in diesem Bereich ist eine „Auffüllung“ empfehlenswert, so wie Sie z.B. auch Motoröl bei Ihrem Auto nachfüllen würden, wenn die untere Messmarke erreicht ist.	<b>50 - 60 ng/ml</b>	<b>Vollblut</b> <b>140 – 160 µg/l</b>  <b>Serum</b> <b>120 – 140 µg/l</b>	<b>&lt; 8 µmol/l</b>
<b>Referenzbereich – Normbereich Labor ca.</b>	<b>30 bis 60 ng/ml</b>	<b>74 - 139 µg/l (S)</b>	<b>&lt; 12 µmol/l</b>

Auszug

**Im Sinne einer intelligenten, echten und sinnvollen Krankheitsvorbeugung** – vergleichbar mit einer Inspektion beim Auto - **empfehlen wir Patienten diese Werte durch eine Laboruntersuchung überprüfen zu lassen** und das Ergebnis (mit Angabe des Körpergewichts) an uns weiter zu geben.

Der „optimale präventive Blutspiegel“ ist kein Garant dafür, dass keine Krankheit entsteht – doch Risikofaktoren können so ggf. früher erkannt und reduziert werden. **Den Wert zu überprüfen ist präventiv sinnvoll.**

(\*) Weiterführende medizinische / biochemische / pharmazeutische Fachliteratur z.B. von Prof. Dr. med. Klaus Kisters, Apotheker Uwe Gröber, Dr. med. Raimund von Helden, Dr. med. Peter Holzhauser, Prof. Dr. med. Michael Holick, Prof. Dr. Uwe Till, Grünes Kreuz, WHO u.a.  
 >> Kostenfreie / öffentliche Nationale Bibliothek für Medizin der US Gesundheitsbehörde: [www.pubmed.org](http://www.pubmed.org)

Aufgrund der publizierten Fachliteratur ist eigentlich nicht nachvollziehbar, warum manche Ärzte eine Untersuchung ablehnen / abraten – wie uns Patienten mitgeteilt haben - da aus der Überprüfung der Werte kein Schaden entsteht und der Patient die Laboruntersuchung selbst bezahlen muss.