

Nutrition-Press

Fachzeitschrift für Mikronährstoffe



Thomas Büttner
Neue Rechtsprechung
zur Health Claims
Verordnung



Delia Germeroth
Fisetin – ein sekundärer
Pflanzenstoff mit vielen
Wirkungen



Andreas Binninger
Was ist gesunde
Ernährung?



Manfred Scheffler
Freiheit und Ge-
rechtigkeit kommen
selten von allein

Europäischer Gerichtshof, Luxemburg

Mikronährstoffe

Vitalstoffe

Nahrungsergänzungsmittel

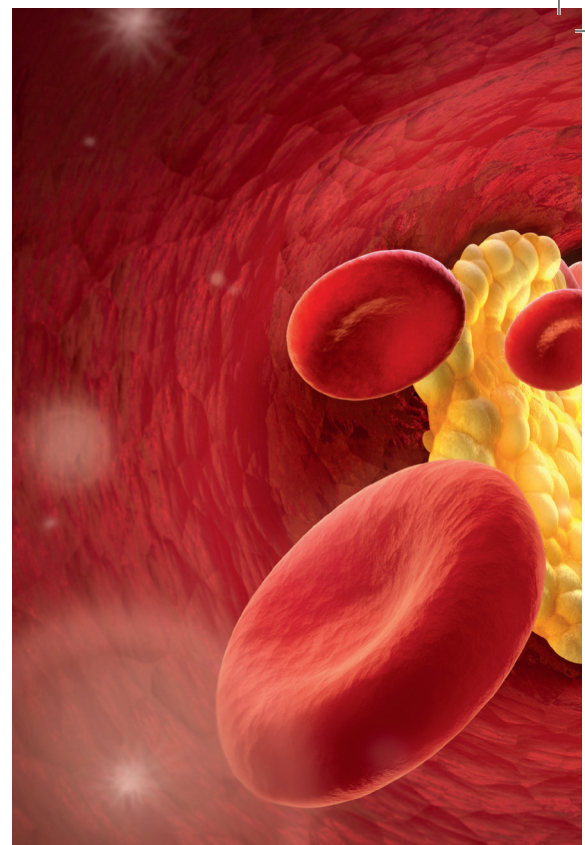
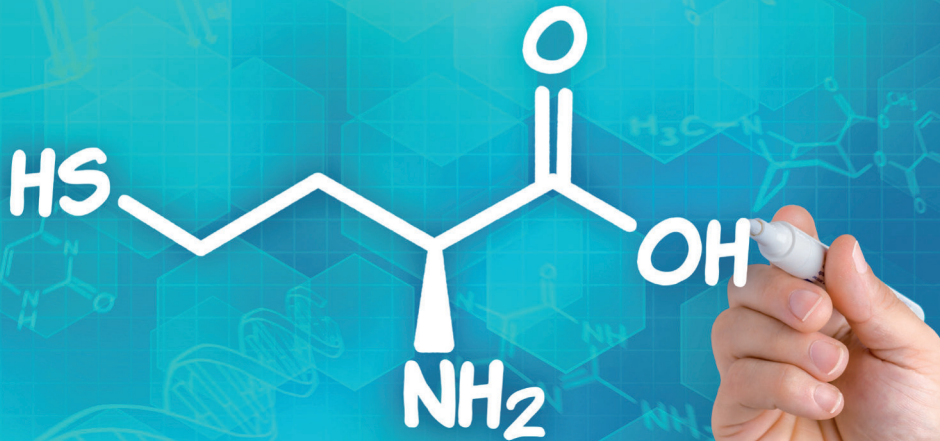
Hersteller und Vertriebe

Freiheit für gesunde Nahrung – ein Schritt weiter!

Etappensieg für den Verbraucher erreicht



HOMOCYSTEIN



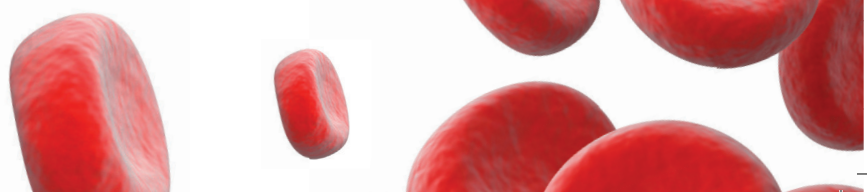
Warum ist Homocystein so interessant?

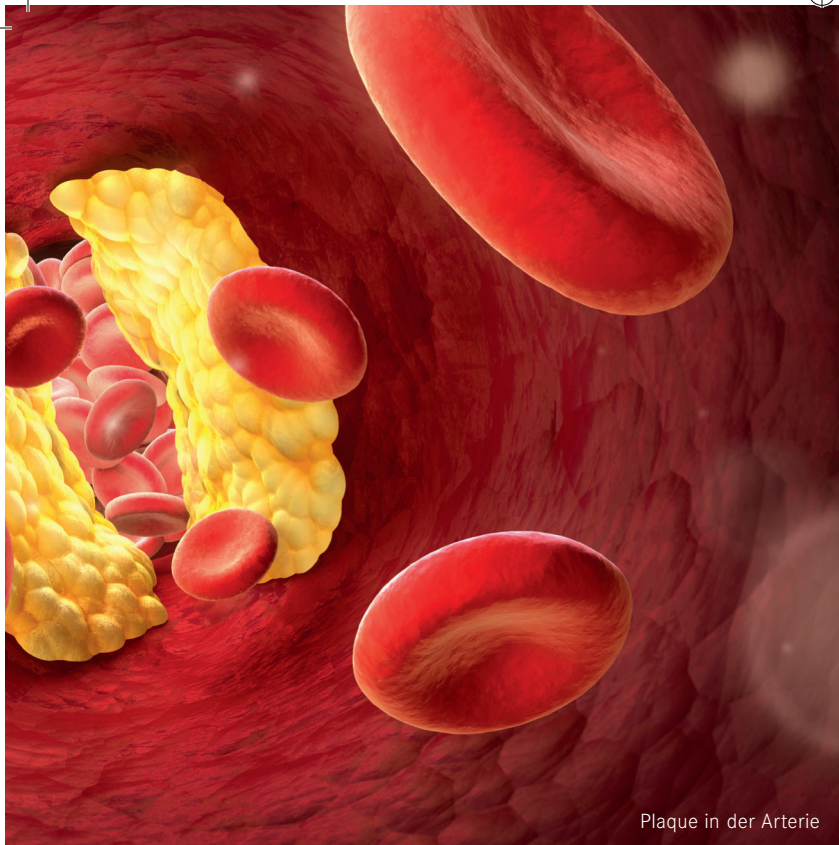
Homocystein entsteht aus dem Methylierungszyklus, einem Stoffwechselweg in unserem Organismus. Dieser Stoffwechselweg dient hauptsächlich der Synthese von S-Adenosylmethionin, ein Cosubstrat fast aller Enzyme. Durch die Methylgruppen werden die Biomoleküle übertragen. Diese Methyltransferasen sind an Biosynthesen und Regulationsprozessen unseres Stoffwechsels beteiligt.

Die Aminosäure Homocystein kann zu Cystein umgewandelt werden. Diese Aminosäure dient zur Synthese von Glutathion.

Homocystein ist ein kurzlebiges Zwischenprodukt aus dem Stoffwechsel, wenn der Organismus mit allem gut versorgt ist und keine entsprechenden Störungen aufweist. Das bedeutet, je niedriger der Plasmaspiegel im Blut, umso besser für den Organismus.

Eine Erhöhung im Plasma findet dann statt, wenn die intrazelluläre Konzentration zunimmt. In diesem Falle entlastet sich die Zelle und führt das Homocystein ins Blut ab. Bei zunehmendem Anstieg im Plasma spricht man von der Hyperhomocysteinämie. Dies kann besonders mit zunehmendem Alter einhergehen.





Plaque in der Arterie

Eine Veränderung, die auch heute noch immer unterschätzt wird und in der täglichen Praxis wenig Beachtung findet, obwohl diese Erkenntnisse seit 1962 bekannt sind.

In prospektiven Kohorten Studien (Fraingham, Hordaland) konnte nachgewiesen werden, dass die Risiken für **Schlaganfall, Herzinfarkt, Venentrombosen, Demenz, Osteoporose, Depression und weitere psychische Störungen zunehmen.**

Warum wird dieser Erkenntnis so wenig Bedeutung in der täglichen Praxis geschenkt? Ein wichtiger Grund ist sicherlich, dass hier die Prävention im Vordergrund steht und des Weiteren nicht Medikamente sondern die B-Vitamine zum Einsatz kommen müssen.

Homocystein fördert gleich mehrere arteriosklerotische Prozesse, ein Beispiel (die Oxidation von LDL, Schaumzellbildung, Thrombozytenaggregation). Homocysteinerhöhung im Plasmaspiegel kann gleichfalls als Risikofaktor für artereothrombotische Gefäßprozesse angesehen werden.



Hier können besonders die Bereiche Koronarien der kleinen Hirnarterien sowie der peripheren Arterien betroffen sein. Bereits eine geringe Erhöhung der Homocystein-konzentration kann das Endithel schädigen, wodurch Gerinnungsprozesse ausgelöst werden.

Was bedeutet dies alles?

Erhöhte Konzentration von Homocystein erhöht die Produktion von sehr aggressiven Sauerstoffradikalen (H^2O^2) und vermindert die Bildung von Stickstoffmonoxid. Diese körpereigene Substanz wirkt gefäßerweiternd. Durch H^2O^2 ausgelöste freie Radikale können nun die Innenwände der Arterien (Endothelschicht) verletzt oder zerstört werden. Durch diese Verletzung entstehen Gerinnungsprozesse die mit Ablagerung von Blutplättchen und Fibrin einhergehen. Ist dieser Prozess einmal eingeleitet, können sich in der weiteren Entwicklung fettthaltige Substanzen ablagern und es kommt zur Plaquebildung. Der Cholesteringehalt der abgelagerten Plaques liegt bei ca. 1 Prozent. Durch die ständigen Ablagerungen verengen sich die Arterien bis zum Totalverschluss.

Senkt ein niedriger Homocysteinspiegel das Schlaganfallrisiko?

Seit mehr als 10 Jahren wird die Hypothese diskutiert, ob ein Einfluss von Homocystein auf das Schlaganfall oder Herzinfarkttrisiko besteht.

Ja, ein solches Risiko besteht neben anderen Risikofaktoren wie Rauchen, Übergewicht, hohe Blutfettwerten, Bluthochdruck. Diese Risiken kann der Betroffene selbst beeinflussen, nicht die Erkennung seines erhöhten Homocysteins. Hier muss eine entsprechende Untersuchung vorgenommen werden.

Eine Senkung des Homocysteinspiegels um 3 $umol/l$ lässt das Schlaganfallrisiko um 10 Prozent sinken, eine Senkung des Homocysteinspiegels um 25 Prozent lässt das Risiko um 20 Prozent sinken. Metaanalysen zeigen jedoch, dass die Risikoabschwächung erst nach ca. 3 Jahren greift. Dies benötigt eine lange Behandlungszeit. Ein gesunder Wert sollte unter 10 $umol/l$ liegen. Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, daher sollte hier immer eine Zeitnahe Überprüfung durchgeführt werden und nicht abwartend, ob der Wert eine steigende Tendenz aufweist.

Eine sinnvolle Behandlung ist die Zuführung der Vitamine B12, B6, und Folsäure. B12 ist zudem wichtig für die Zellkernreifung. Warum besteht die Gefahr, dass B12 dem Organismus nicht mehr ausreichend zugeführt wird? Ein wichtiger Grund ist der Rückgang des Intrinsic Factor (wird im Magen gebildet) er ist ein spezielles Transportmolekül, was von den Belegzellen neben dem Transportprotein Haptocorrin im Magen gebildet wird. Nachdem das Vitamin B12 im Magen durch Enzyme aus der



Will man eine sichere Therapie durchführen, um Homocystein abzubauen, sind gleichfalls Vitamin B6 und Folsäure sinnvoll. Nach mehr als 40 jähriger Erfahrung konnte ich den Betroffenen mit der Injektionstherapie und den späteren oralen Verabreichungen helfen. Bei den Therapien müssen die möglichen Verursacher mittherapiert werden. Hier gilt besonders der Lehrsatz „Ursachenbehandlung und nicht nur Symptome bekämpfen.“

Vitamin B6 ist durchaus ein Multitalent in unserem Stoffwechsel. Unter dem Begriff Vitamin B6 sind 3 wichtige Formen vereint: Pyridoxal, Pyridoxin und Pyridoxamin. Pyridoxal-5-Phosphat ist die Form von B6 die als Coenzym in wichtigen Stoffwechselprozessen vorkommt und hat somit in unserem Stoffwechsel eine große Bedeutung. Bei Mangel an B6 sind neben dem Abbau von Homocystein in Cystein und damit die Risikosenkung für kardiovaskuläre Erkrankungen weitere Erkrankungen möglich z.B.: Hauterkrankung (Seborrhea), Depression, Erschöpfung, Verwirrtheit, Tremor, usw.

Nahrung gelöst wurde, wird es mit dem Haptocorrin in den Dünndarm transportiert. Hier kann dann das B12 an den Intrinsic Factor angebunden werden und über entsprechende Rezeptoren in die Schleimhaut weiter in den Körper gelangen. Da in der täglichen Nahrung nur geringe Mengen von B12 vorhanden sind, wird verständlich wie wichtig ein ausreichender Intrinsic Factor ist.

Ein Rückgang kann schon früh eintreten, besonders ist hier der Raucher angesprochen. Mit zunehmendem Alter, etwa ab 50 Jahre sollte auch der Homocysteinspiegel überprüft werden. Dieser sinkt mit zunehmendem Alter. Menschen, die oft unter Gastriden leiden, sollten immer ihren Homocysteinspiegel überprüfen lassen.

Bei einem reduzierten Intrinsic Factor sollten die täglichen Gaben von B12 in kleinen Mehrfach-Dosen erfolgen, ein Zuviel wird nutzlos ausgeschieden.

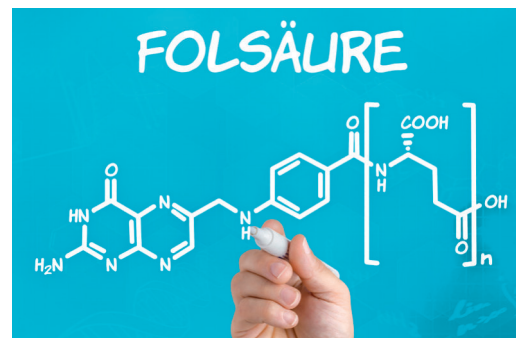
Vitamin B6 bringt Verbesserung z.B.: Senkung des Homocysteinspiegels und Verringerung des kardiovaskulären Risikos, Hemmung der Virenentwicklung bei Herpes, Unterstützung des Immunsystems, positive Wirkung bei Karpaltunnelsyndrom usw.

Folsäure ein weiteres wichtiges Vitamin aus der Reihe der B-Vitamine

Folsäure und Vitamin B12 stehen in einer engen Beziehung. Beide Vitamine bewirken im Zusammenspiel die

So sollte am Anfang immer die Injektion stehen

Nach entsprechendem Aufbau des Magens mit naturheilkundlichen Mittel kann dann mit der oralen Einnahme begonnen werden. Bei Risikopatienten sollte jedoch in entsprechenden Abständen weiter eine Injektion verabreicht werden.



Literatur

- The American Journal of Clinical Nutrition Derminaten der Plasmagesamthomocysteinkonzentration in der Framingham offsprin – Kohorte 1, 2, 3, 4
- Institut für Medizinische – Diagnostik Berlin – Potsdam
- Abels, J., Vegter, J.J.M., Woldring, M.G., Jans, J.H. and Nieweg, H.O. (1959), The Physiologie Mechanism of Vitabin B12 Absorption.
- Acta Medica Scandinavia, 165: 105- 113
- Without Intrinsic Factor. David Rotter
- Zentrum für Humangenetik, Homocystein Netzwerk,
- Neue Risikofaktoren Universitätskrankenhaus Eppendorf – Hamburg
- Deutsches Grünes Kreuz für Gesundheit e.v.
- Dachliga Homocystein



Vom Rohstoff zum Fertigprodukt - Alles aus einer Hand.

Wir bieten Ihnen Full-Service in den Bereichen:

- Nahrungsergänzungsmittel
- Diätetische Lebensmittel
- Funktionelle Lebensmittel
- BIO-Produkte gemäß Öko-VO
- Kosmetika und
- Ergänzungsfuttermittel



Dreh- und Angelpunkt ist Dr. Stefan Werner. Von der Ausbildung zum Chemiker/Naturstoffchemiker bringt Dr. Werner langjährige internationale Erfahrung in der Nahrungsergänzungsmittelbranche ein. Er begegnet jeder Herausforderung mit dem Leitsatz: „Der Kunde steht im Mittelpunkt“.

„Der Kunde steht im Mittelpunkt“.

Innovative Produkte entwickeln – das machen wir seit 20 Jahren. Während dieser Zeit haben wir mehrere 1000 Produkte initiiert, die Produkte bis zur Markteinführung durch unsere Kunden betreut und produziert.

Besonders stolz sind wir auf unsere Innovationen und unseren hohen Qualitätsmaßstab, bestätigt durch einen internationalen Innovationspreis und häufig gelobte, „für gut befundene“ Produkte in deutschen Warentests.

DR. WERNER PHARMAFOOD GmbH
 Karl-Böhm-Str. 122
 D-85598 Baldham
 Tel.: +49-(0)8106-307375
 Fax.: +49-(0)8106-308769
 email: info@dr-werner-pharmafood.de

Bildung von Purin und Pyrimidin. Die Folsäure nimmt auch bei der Transformation an einigen Aminosäuren teil, so beispielweise an der Umwandlung von Homocystein zu Methionin. Durch diese Möglichkeit kann das kardiovaskuläre Risiko gesenkt werden.

Folsäure-Mangel kann zu Müdigkeit, Depression, Verdauungsstörungen führen, um nur einige Bereiche aufzuführen. Es gibt keine Lagerstätte in unserem Körper, so macht sich eine Mangelernährung kurzfristig bemerkbar. Mangelerscheinungen können auch auftreten bei: Störung der Resorption im Darm, Alkoholismus, bei Einnahme bestimmter Medikamente, um auch hier nur einige zu nennen.

Überprüfen wir unsere Nahrungskette

Vieles ist in unserer heutigen Ernährung nicht mehr oder nur noch in abgeschwächter Form enthalten. Besonders müssen Veganer und Vegetarier auf eine unterstützende Ernährung achten, um die notwendigen Vitamine zu erhalten.

Immer deutlicher wird die Zuführung von Nahrungsergänzungsmitteln auf Grund solcher Erkenntnisse. Oft gibt es umfangreiche Diskussionen mit den Krankenkassen und Versicherungen oder ihrer Gutachter, ob hier eine Erstattung möglich ist, weil B-Vitamine auf Grund von Untersuchungen insbesondere bei erhöhtem Homocystein sinnvoll sind.

Da hilft ein Gerichtsurteil (AZ: 30C 502/03-75):

„Nahrungsergänzungsmittel, die nicht zum Zweck der Ernährung oder des Genusses verschrieben werden, sind zu erstatten.“

Im medizinischen Bereich kann man über viele Dinge viele Jahrzehnte diskutieren, wenn aber vieles dafür spricht, Risiken auszuschalten, Menschen zu helfen, sie vor schweren körperlichen Schäden zu bewahren, kann die Diskussion nur im Hintergrund geführt werden. Das Gebot der Stunde ist, nach der Erfahrung und den heutigen Erkenntnissen zu helfen.



Peter Abels
 Heilpraktiker,
 Vorsitzender des EFN – European Federation for Naturopathy E.V.
 und Kooperationspartner des NEM e.V.
 Leiter des Steinbeis-Transfer-Instituts
 Gesundheitsprävention, Therapie
 und Komplementärmedizin
 Fachlicher Beirat des NEM e.V.