

## Forschungsergebnisse zu Nährstoffen

---

Liebe Leserinnen und Leser,



heute möchte ich Ihnen wieder einige kurze Mitteilungen zu verschiedenen Forschungsergebnissen rund um das Thema Nährstoffe zusenden. Die gesammelten Forschungsergebnisse finden Sie übrigens auf unseren speziell dafür eingerichteten Seiten:

### **Forschungsergebnisse zur Naturheilkunde und orthomolekularen Medizin**

Doch zuerst möchte ich noch einmal meine Bitte erneuern, sich an der Aktion gegen den Anbau von Gen-Mais zu beteiligen:

## **Fordern Sie von Ilse Aigner ein Verbot des Gen-Mais MON810:**

---

Die Zeit drängt: Bereits im April soll die Aussaat des Gen-Mais MON810 beginnen, der einzigen bisher bei uns kommerziell angebauten Gentechnik-Pflanze. Jetzt muss Landwirtschaftsministerin Ilse Aigner für ein sofortiges Verbot von MON810 sorgen und damit die Aussaat des Gen-Mais verhindern.

Das Online-Netzwerk Campact hat gemeinsam mit einem breiten Bündnis aus Umwelt-, Bio- und Imkerverbänden eine dringende Online-Aktion an die Ministerin gestartet.

<http://www.campact.de/gentec/sn3/signer>

**Appellieren Sie an Frau Aigner!** Informieren Sie Freunde!

## **Gen-Mais: Kein Anbau in Europa!**

---

Derzeit wird in Europa nur eine Gentechnik-Pflanze kommerziell angebaut: der Mais MON810 des multinationalen Saatgut-Konzerns Monsanto. Ein Riesen-Fehler: Die Pflanzen geben permanent Gifte ab. Der Mais wird verfüttert und landet damit als Käse, Milch, Eier und Fleisch auf unseren Tellern. Obwohl die Auswirkungen auf unsere Gesundheit weitgehend unerforscht sind. Wind und Insekten verbreiten die Pollen des Gen-Maises über viele Kilometer und verunreinigen die Ernten gentechnikfrei wirtschaftender Landwirte sowie den Honig vieler Imker.

Im April soll bereits die Aussaat des Gen-Mais beginnen. Rund 3.750 Hektar Fläche sind 2009 zum Gen-Mais-Anbau angemeldet. Landwirtschaftsministerin Ilse Aigner kann die Aussaat noch verhindern, wenn sie jetzt sofort ein Anbauverbot für MON810 in Deutschland erlässt. Sie hat bereits angekündigt, ein solches Verbot zu prüfen!

**Nun muss Ilse Aigner ihren Worten Taten folgen lassen!**

**Appellieren Sie an Frau Aigner!** Informieren Sie Freunde!

## **Aminosäuren als natürliche Alternative zu Antidepressiva**

---

Eine erhöhte Verfügbarkeit von Botenstoffen im menschlichen Körper führt zu positiver Stimmung. Während moderne Antidepressiva, die zudem oft Nebenwirkungen zur Folge haben, die vorhandenen Botenstoffe auf chemischem Wege aufstocken, stellen Aminosäuren dem menschlichen Körper auf natürliche Weise genügend Baustoffe für die Synthese dieser Botenstoffe zur Verfügung.

Grundlage hierfür ist ein Bluttest, nach dessen Auswertung ein individuelles Aminosäuren-Präparat erstellt wird. „Mit einem maßgeschneiderten Aminosäuren-Präparat lassen sich schwere Depressionen selbst bei jenen Patienten verbessern, die schon mit Antidepressiva behandelt worden sind“, so Univ.-Prof. Dr. Jürgen Spona. Diese natürliche Behandlung erlaubt sehr häufig nicht nur eine Dosisreduktion, sondern in vielen Fällen sogar ein Absetzen der Psychopharmaka.

## **Aminosäuren helfen bei Depressionen**

---

Depressive Stimmungen können durch ein optimiertes und individualisiertes Aminosäuren-Präparat verringert werden. Dies zeigt eine wissenschaftliche Studie der Arbeitsgruppe rund um Univ.-Prof. Dr. Jürgen Spona, dem ehemaligen Leiter des Ludwig Boltzmann Instituts für zelluläre Endokrinologie, in Zusammenarbeit mit der Klinik für Psychiatrie der Med. Uni Graz und der Firma Vitalogic. Das Ergebnis des vierjährigen Forschungsprojekts, das vom Land Steiermark gefördert wurde, ist in der April-Ausgabe der wissenschaftlichen Zeitschrift *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience* nachzulesen.

Ein Ungleichgewicht von Aminosäuren kann zur Drosselung der Eiweißsynthese und in Folge zu Müdigkeit, depressiver Stimmungslage, Konzentrationsschwierigkeiten und verminderter Immunabwehr führen. „Ein Mangel an Aminosäuren entsteht zum Beispiel durch Stress, Krankheiten oder Wachstums- und Alterungsprozesse“, erläutert Univ.-Prof. Dr. Jürgen Spona, wissenschaftlicher Leiter der Firma Vitalogic. „Durch eine geregelte Zufuhr von Aminosäuren wird sowohl die physische als auch die mentale Leistungsfähigkeit des Körpers gestärkt.“

## **Die zusätzliche Gabe von Folsäure könnte gegen Arteriosklerose schützen**

---

An der Universität von Pisa, Italien wurde eine zwölfwöchige, randomisierte placebokontrollierte Studie mit 60 gesunden, aber übergewichtigen Versuchspersonen mit einer normalen Glucosetoleranz durchgeführt, bei welcher gezeigt werden konnte, dass die Folsäuregabe die

Insulinsensitivität verbesserte und die Blutspiegel bestimmter Entzündungsmediatoren, unabhängig von einer Gewichtsreduktion, senkte.

Die Versuchspersonen erhielten randomisiert entweder Folsäure oder ein Placebo. Am Ende der Behandlungsperiode zeigten sich bei denjenigen Personen, welche Folsäure erhalten hatten, reduzierte Homocysteinspiegel, eine verbesserte Insulinsensitivität und ein signifikanter Abfall der Konzentrationen im Blut, verglichen zu den Ausgangswerten von folgenden Mediatoren: Monocyte Chemoattractant Protein 1 (MCP-1), Interleukin-8 und C-reaktives Protein. Allerdings konnten bei der Folsäure-Gruppe am Ende der Behandlung keine signifikanten Änderungen im BMI oder der Fettmasse beobachtet werden.

Trotzdem lassen die Ergebnisse darauf schließen, dass eine kurzzeitige Gabe von Folsäure einen schützenden Effekt gegenüber Arteriosklerose und Herzkreislauferkrankungen bei gesunden, übergewichtigen Personen haben kann.

**Solini A, Santini E, et al, *Int Obes (lond.)*, 2006 Feb 21; [Epub ahead of print]**

## **Niedrige Plasma Vitamin E-Spiegel sind verknüpft mit Demenz und kognitiven Störungen**

---

Bei einer populationsbasierenden Kohorten-Studie, welche 1033 Personen im Alter von 65 oder älter umfasste, konnten niedrige Vitamin E-Plasmaspiegel mit einer größeren Wahrscheinlichkeit, unter Demenz und kognitiven Störungen zu leiden, verknüpft werden.

Bei allen Versuchspersonen wurden die Vitamin E-Spiegel (durch Blutproben), die Ernährung, die Wahrscheinlichkeit, dement zu sein, und die Wahrscheinlichkeit, unter kognitiven Störungen zu leiden (durch klinische und neuropsychologische Untersuchungen), bewertet.

Die Ergebnisse, welche nach Korrektur von Alter, Geschlecht, Bildung, Lipidspiegel, Kalorienaufnahme, Rauchen und der Vitamin E-Einnahme gefunden wurden, konnten zeigen, dass Personen mit dem niedrigsten Vitamin E-Plasmaspiegel ein zweieinhalbfach höheres Risiko hatten, an einer Demenz zu erkranken oder unter kognitiven Störungen zu leiden, als Personen mit dem höchsten Vitamin E-Plasmaspiegel.

Diese Resultate geben einen Hinweis darauf, dass gleichbleibend hohe Vitamin E-Plasmaspiegel für ältere Personen einen Schutz gegen kognitive Störungen und Demenz darstellen könnte.

**Quelle: Cherubini A, Martin A, et al, *Neurobiol Aging*, 2005; 26(7): 987-94**

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



### **Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin**

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu

den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

**[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)**

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln