

Vitalstoff Journal Unabhängiger Informationsdienst für Naturheilkunde und orthomolekulare Medizin

Regulierung von Vitaminen und anderen Mikronährstoffen – Neue Nachrichten (1)

Regulierung von Vitaminen und anderen Nährstoffen – Neue Nachrichten (1)

Zusammen mit einer kleinen Reihe anderer Vertreter von Nahrungsergänzungen hat Nature Power in den letzten Jahren einen erheblichen finanziellen Beitrag zur Finanzierung einer Studie geleistet, die sich mit den Dosierungsvorschriften für Vitamine beschäftigt. 2017 wurde diese Studie von TNO (ein Forschungs-Institut in den Niederlanden) fertiggestellt und inzwischen veröffentlicht.

Seit etwa 3 Monaten haben wir die gesamte Studie in deutscher Übersetzung im Vitalstoff-Journal veröffentlicht. Da die Studie ziemlich wissenschaftlich und auch sehr umfangreich ist, habe ich auf die zusätzliche Veröffentlichung in meinen Gesundheitsbriefen verzichtet.

Ich möchte den Kundigen unter Ihnen aber die Lektüre empfehlen:

Quantifizierbare Nutzen-Risiko-Bewertung von Mikronährstoffen: Von der Theorie zur Praxis

Ich möchte Sie - mit dem heutigen Gesundheitsbrief beginnend - über die wichtigsten Details informieren und einige Hintergrundinformationen liefern. Das Thema werde ich in den nächsten Briefen noch etwas vertiefen.

Breites Spektrum von Wirkungen der B-Vitamine

Die B-Vitamine arbeiten zusammen, um ein außerordentlich breites Spektrum von günstigen Wirkungen hervorzubringen, in das mehrere Systeme des Körpers involviert sind, im Besonderen das neurologische und kognitive System, das Entgiftungssystem, das Energiesystem und das Herz-Kreislauf-System. B-Vitamine können außerdem dazu beitragen, das Krebsrisiko zu senken.

Von allen B-Vitaminen sind jedoch Vitamin B6 und Folat für die Pharmafirmen von größtem Interesse und zwar aufgrund ihrer weitreichenden Wirkungen bei der Bewältigung zentraler Bedingungen und Erkrankungen, die von Herzerkrankungen und Krebs bis hin zum Verlust kognitiver Funktionen und Alzheimer reichen. Besonders im Fall von B6 steht die geistige und emotionale Gesundheit ganz oben auf der Liste, und das sind, wie Sie wissen, gewaltige Kassenschlager in Bezug auf Psychopharmaka.

Folat, gewöhnlich in Form von Folsäure und neuerlich auch in der stabilisierten, naturidentischen, reduzierten Form von Folat (5-MTHF), spielt bei der Bildung neuer Zellen eine entscheidende Rolle. Daher führt ein Mangel bei Schwangeren zu einem erhöhten Risiko von Neuralrohrdefekten wie Spina bifida (offene Wirbelsäule). Da dieses Erfordernis in hohem Maß anerkannt ist (eine Mindesteinnahme von ca. 400 mcg/Tag ist notwendig), war es den Behörden und Pharmafirmen nicht möglich zu versuchen, den Folat-Spiegel auf einen Wert zu begrenzen, der keine günstigen Wirkungen ergibt.

Vitamin B6

Bei Vitamin B6 ist die Sachlage anders. Vitamin B6 ist ebenfalls ein sehr wichtiges Vitamin und eine starke Unausgewogenheit führt zu peripherer Neuropathie und pellagra-ähnlichem Syndrom, mit seborrhoischer Dermatitis, Glossitis (Erkrankungen des Zungenkörpers), Cheilosis (Erkrankungen der Lippen), und bei Erwachsenen kann dies zu Depression, Verwirrung, EEG Anomalien und Krampfanfällen führen [1]. Der erlaubte Mindestwert für die tägliche Verzehrmenge (bezogen auf den Nährstoffbezugswert (NRV) in Europa) verhindert solche auftretenden Mangelkrankungen.

Es gibt jedoch ein breites Spektrum günstiger Wirkungen, die durch die Einnahme von Vitamin B6 in einer Dosierung herrühren, die weit oberhalb dieses Wertes liegt. Zusammen mit anderen B-Vitaminen scheinen diese günstigen Wirkungen zumindest teilweise mit den Wirkungen von Vitamin B6 bei der Verringerung der Homocystein-Werte im Blut (ein Risikofaktor bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen) – was mit einer anhaltenden, geringgradigen Entzündung im Körper assoziiert wird – in Zusammenhang zu stehen. Eine geringgradige Entzündung an sich ist die Grundlage für das Entstehen chronischer Erkrankungen.

Zu den fest etablierten günstigen Wirkungen gehören:

- Reduziertes Risiko von Herzerkrankungen [2-4]
- Reversion milder kognitiver Einschränkungen in Verbindung mit Alzheimer [5-6]
- Rückgang bei postmenopausalem Brustkrebs [7]
- Bewältigung menopausaler und prämenstrueller Symptome (PMS)
- Bewältigung von Angstzuständen, Depressionen, bipolaren Störungen und Schizophrenie durch die Rolle von Vitamin B6 bei der Erhöhung des Wohlfühl-Hormons Serotonin.

Aufgrund protektionistischer Maßnahmen der Pharmafirmen, die geschichtlich gesehen die wesentlichen Geldgeber in der

Vitaminforschung sind, wurden valide durchgeführte Studien über menopausale und psychiatrische Erkrankungen nicht veröffentlicht.

Die günstigen Wirkungen werden jedoch von vielen Ärzten in der integrativen Medizin oder von Naturheilpraktikern allgemein anerkannt.

Niacin

Wie bereits erörtert wird die gesamte Grundlage der Risikobewertung, wie sie von Behörden zur Bewertung von Nahrungsergänzungsmitteln (z.B. die National Institutes of Health und das Institute of Medicine in den USA; die Europäische Kommission und die Europäische Behörde für Nahrungsmittelsicherheit (EFSA) in Europa) angewendet wird, lediglich auf einen Risiko-Ansatz heruntergebrochen. Der Zweck dieses Ansatzes besteht darin, Risikomanagement-Ansätze (normalerweise Verordnungen) zu entwickeln, die jegliches Risiko oder unerwünschte Wirkung – wenn auch nur schwach oder reversibel – ausschließen, auch für Personen, die am empfindlichsten reagieren.

Für Niacin bedeutet dies, dass Personen vor der allgemein bekannten ‚Wallung‘ bewahrt werden, die eine Prostaglandin-Reaktion ist, die keine physiologischen, unerwünschten Wirkungen aufweist; sie ist lediglich ein unangenehmes Gefühl für jemanden, der an diese Reaktion nicht gewöhnt ist. Wie Sie wissen verschwindet die Reaktion, wenn durch die Anwendung von Niacin über Tage oder Wochen hinweg eine Verträglichkeit aufgebaut wird.

Die Tatsache, dass günstige Wirkungen durch die Einnahme einer Menge entstehen, die weit über der Menge liegt, die bei der am empfindlichsten reagierenden Person eine Wallung hervorruft, ist allgemein bekannt. Während lediglich nur an einem Risiko-Ansatz festgehalten wird, erwägen die meisten Behörden, dass dies beutet, dass jegliche günstige Wirkungen durch die Einnahme von Medikamenten hervorgerufen sein müssten, die in höheren Dosierungen als Nahrungsergänzungsmittel für die Anwendung zugelassen sind. Die Behörden halten außerdem die entscheidenden, therapeutischen günstigen Wirkungen für medizinische Wirkungen, die auf zugelassene Medikamente beschränkt werden sollten.

Gründe für die Durchführung einer Risiko/Nutzen Analyse von Vitamin B6 und Nicacin

Durch die Anwendung des Ansatzes von TNO, um für Vitamin B6 und Niacin eine Risiko/Nutzen Bewertung auszuarbeiten, gibt es eine noch größere Chance, die Behörden zu beeinflussen und sie die unsinnige und ungerechte Natur von Ansätzen erkennen zu lassen, die nur auf Risiken ausgelegt sind und darauf basieren, die Allgemeinheit vor der empfindlichsten ‚unerwünschten‘ Wirkung zu schützen.

Vitamin B6 ist aufgrund seines sehr breiten Spektrums günstiger Wirkungen seit langem ein Ziel der Arzneimittelbehörden, während Niacin ein Modellbeispiel eines Nährstoffes ist, der eine riesige Lücke in den Dosierungsbereichen aufweist: Zwischen der empfindlichsten unerwünschten Wirkung und jenen Wirkungen, die sich als günstige Wirkungen bei der Bewältigung von Blutfett und Glucose und bei Angstbewältigung gezeigt haben.

Letztes Jahr im Februar 2017 hatte die ANH ein sehr produktives Meeting mit dem stellvertretenden Generaldirektor von DG Sante in der Europäischen Kommission, Dr. Ladislav Miko. Das Meeting hatte primär zum Ziel, die Europäische Kommission auf den von TNO entwickelten neuen Risiko/Nutzen Ansatz hinzuweisen, der kürzlich zur Veröffentlichung in einem einflussreichen Peer-Review Journal akzeptiert wurde [13]; das Meeting war für 45 Minuten angesetzt, aufgrund des gezeigten Interesses dauerte es jedoch ungefähr zwei Stunden! Dr. Miko war sehr an diesem Ansatz interessiert und informierte uns darüber, dass dessen praktische Anwendung auf einzelne Nährstoffe entscheidend sein wird, gefolgt von der Rechtsprechung entweder auf nationaler Ebene oder durch den Europäischen Gerichtshof. gezeigt haben.

Zusammen mit Anforderungen der Anwälte, die die Fälle in Schweden und den Niederlanden bearbeiten, war dies für uns ein maßgeblicher Impuls, um die Risiko/Nutzen Bewertungen durchzuführen.

Dass hochdosiertes Niacin derzeit nicht aus den Regalen der Reformhäuser entfernt wird, liegt hauptsächlich daran, dass den meisten Käufern bereits bewusst ist, dass die Art der Gabe von Nicotinsäure (nicht Nicotinamid), die gewöhnlich in den USA verfügbar ist (z. B. 500 mg/Kapsel), von den Zulassungsbehörden in Europa sofort als Arzneimittel erachtet werden würde.

Die von den derzeitigen Fällen eingereichten Präzedenzfälle in Bezug auf Vitamin B6 haben auf andere EU Mitgliedsstaaten wahrscheinlich eine große Wirkung – wenn man von der Wichtigkeit der Vertragsverpflichtungen ausgeht (Vertrag über die Funktionsfähigkeit der EU (Treaty on the Functioning of the European Union, TFEU) oder Lissabon-Vertrag 2009) – um die Funktionsfähigkeit des gemeinsamen Marktes sicherzustellen.

NTP29: Vitamin B-Komplex - Preis: 14,90 €

Vitamin B-Komplex ist die Sammelbezeichnung für verschiedene wasserlösliche Vitamine unterschiedlicher chemischer Zusammensetzungen. Neben den B-Vitaminen B1 (Thiamin), B2 (Riboflavin), B6 (Pyridoxin) und B12 (Cobalamin) gehören auch Folsäure, Biotin, Pantothenäure und Nicotinsäure dazu. An zahlreichen Stoffwechselprozessen im menschlichen Körper ist die Gruppe der B-Vitamine maßgeblich beteiligt. Wenn Sie bei uns Ihren Vitamin-B-Komplex kaufen, erhalten Sie ein auserlesenes Produkt, das den Stoffwechsel aktiviert und den Kohlenhydrat-, Fett- sowie Eiweißstoffwechsel reguliert.

B-Vitamine sind essenziell für die Blutbildung und dienen als Radikalfänger.

Auch wenn sie häufig gruppiert genannt werden, sind die B-Vitamine nicht als einheitliche Klasse definiert. Vielmehr handelt sich um chemisch und pharmakologisch völlig unterschiedliche Substanzen. Was alle B-Vitamine jedoch gemein haben: Sie sind wasserlöslich und können daher nicht im menschlichen Körper gespeichert werden. Vielmehr müssen sie in täglich ausreichender Menge von außen zugeführt werden. Sowohl in tierischen als auch in pflanzlichen Lebensmitteln findet sich die Gruppe der B-Vitamine. Um eine ausreichend hohe Zufuhr sicherzustellen, greifen viele Menschen zu Nahrungsergänzungsmitteln. Wenn Sie sich für Nature Power entscheiden, kaufen Sie einen Vitamin-B-Komplex, der Sie bei täglicher Einnahme mit allen wichtigen B-Vitaminen in ausreichender Dosis versorgt. Besonders ist es aus anderer Sicht sinnvoll, die einzelnen Stoffe in Komplex-Form zu sich zu nehmen: Die gemeinsame

Einnahme verstärkt die Wirkung.
Körperprozesse, an denen B-Vitamine beteiligt sind

B-Vitamine sind maßgeblich an unterschiedlichen Abläufen im Körper beteiligt. So haben alle Bestandteile des Vitamin-B-Komplex einen wichtigen Einfluss auf die biochemischen Prozesse im menschlichen Körper. Beispielsweise unterstützen sie die Energieproduktion, Gesunderhaltung von Haut, Haar, Knochen und Muskeln sowie Schleimhäuten, des Magen-Darm-Trakts und der Leber. Als Folge eines Vitamin-B-Mangels treten daher Erschöpfungsanzeichen, Schwäche und ein allgemeiner Vitalitätsverlust auf. Wenn Sie unseren Vitamin-B-Komplex kaufen, erhalten Sie die B-Vitamine in idealer Zusammensetzung für den täglichen Bedarf.

Darum sollten Sie den Vitamin-B-Komplex kaufen - Anwendungsbereiche (exemplarisch):

- Steuerung der Energieproduktion
- Zuständig für Herz-, Nerven- und Gedächtnisleistung
- Blutbildung
- Verdauungstrakt
- Geistiges Wohlbefinden
- Wundheilung
- Eiweißstoffwechsel
- Immunsystem

Vitamin B aktiviert den Stoffwechsel und kann beispielsweise den Fett-, Kohlenhydrat- und Eiweißstoffwechsel regulieren. B-Vitamine wirken zudem gegen freie Radikale und können die Blutbildung, die Wundheilung sowie die Nährstoffaufnahme fördern. Die einzelnen Prozesse im Körper sind davon abhängig, welches Vitamin B ausreichend vorhanden ist.

Mit einem hochwertigen Präparat wie unserem Vitamin-B-Komplex kaufen Sie ein Produkt, das Sie bei täglicher Einnahme dabei unterstützt, die erforderliche Menge aller B-Vitamine zu erreichen. Das Nahrungsergänzungsmittel ist für Vegetarier geeignet und enthält keine Gelatine.

[Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power](#)

© 2018 Com Marketing AG Webdesign: Homepage Helden