



Vitamin-Kombinations-Präparate: Nutzen oder Schaden?

© 1999 Barbara Teves HP; veröffentlicht in SYNESIS Nr. 5/1999

Im Rahmen meiner Tätigkeit als Heilpraktikerin werde ich zur Zeit mit einer Flut von Werbematerial eingedeckt über Produkte, die bei einer Erkrankung die Gesundheit wieder herstellen sollen. Angepriesen werden sie als Allheilmittel, ungeachtet der Krankheitsursache. Allen voran wird den Vitaminkombinationen eine große Heilkraft nachgesagt.

Da ich bei meinen Patienten die bestmögliche Therapie einsetzen möchte, habe ich mich bei Fachtagungen über den Wirkungsmechanismus der verschiedenen Vitamine, in Zusammenhang mit Spurenelementen und Enzymen, informiert. Bei richtigem Einsatz und bei Gewährleistung der richtigen Verwertung durch den menschlichen Organismus ist eine adjuvante (ergänzende) Gabe von entsprechenden Vitaminen bei körperlichen Mißempfindungen sicherlich sinnvoll. Es ist jedoch nicht empfehlenswert, einfach irgendwelche Vitamin-Kombi-Präparate in sich hineinzustopfen - nur weil es zur Zeit "in" ist und als "gesund" propagiert wird.

Seit einiger Zeit läuft in Deutschland (und wohl auch in Österreich) eine Werbeaktion für ein Produkt, das dann hier nicht einmal erhältlich ist. Man muss es in einem nördlichen Land bestellen und von dort zusenden lassen. Doch ganz so einfach ist es dann doch nicht: Es steckt eine Struktur-Verkaufs-Strategie dahinter.

Zunächst erhält man eine Einladung zu einer Informations-Veranstaltung, die meist abends stattfindet. Das entsprechende Produkt wird als das neueste Ergebnis der Forschungen auf dem Gebiet der Gesundheit dargestellt. Anschließend berichten Anwesende über die tollen Erfolge durch die Einnahme der Pillen. Danach erscheint der Veranstalter des Abends auf der Bildfläche und erklärt, dass die Produkte in Deutschland nicht direkt käuflich zu erwerben sind. Sie können nur über einen Struktur-Vertrieb in einem nördlichen Land bestellt werden. Das eigentliche Ziel an diesem Abend besteht also darin, Verkäufer zu werben. Dieses neue Struktur-System auf dem Markt hat nun folgende Variante: Jeder kann als "Gesundheitsberater" jedem das Mittel empfehlen. Bestellen muss man es selbst - in besagtem Ausland - und der Berater erhält dann eine Beratungsprovision!

Und wieder einmal mehr muss die deutsche Pharmaindustrie als Begründung herhalten, weshalb der potentielle Kunde erst einmal Berater werden muss:

"Die Arzneimittelhersteller sind aus wirtschaftlichen Gründen nicht daran interessiert, Krankheiten zu heilen".

Dazu möchte ich ganz klar feststellen, dass einem geschulten Therapeuten hier in Deutschland von verschiedensten Firmen hergestellte, absolut wirkungsvolle Kombinationspräparate zur Verfügung stehen (s.u.)

Nun, von welchen Produkten ist die Rede? Bei genauerer Betrachtung werden hier Nahrungsergänzungsmittelangeboten: Nahrungsergänzungsmittel sind Mittel, die einen oder mehrere Nährstoffe in konzentrierter Form enthalten (überwiegend Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente) und üblicherweise eine lebensmitteluntypische Form (Tabletten, Kapseln, Pulver) aufweisen.

Dass Vitamine die Verwertung von Nährstoffen im Organismus gewährleisten, kann mittlerweile als erwiesen angesehen werden. Bei Krankheitszuständen, die durch Vitaminmangel verursacht werden, ist eine gezielte und ausgewogene Substitution (Zuführung von außen) der einzelnen Vitamine wichtig. Durch die Einnahme von industriell - meist linksdrehend (!) - hergestellten Multivitaminpräparaten kann eine Überdosierung spezifischer Vitamine (Hypervitaminose) im Organismus produziert werden. Mögliche Reaktionen auf diese anhaltenden Überdosierungen können dann Allergien und Hautirritationen mit Juckreiz, Ekzemen und Rötungen sein. Deshalb sollten die Vitamine über Pflanzeninhaltsstoffe dem menschlichen Körper zugeführt werden. Selbst der Verzehr von eingelagertem Obst und Gemüse wie Kartoffeln, Kohl, Sauerkraut u.a., die durch die Lagerzeit bedingte Vitaminverluste erlitten haben, bietet noch genügend aktive Vitaminanteile für den Organismus.

Bei einer Zusatzeinnahme von Vitaminen, Mineralien oder Spurenelementen in Tabletten- oder Pulverform muss unbedingt gewährleistet sein, dass der Organismus in der Lage ist, das Angebotene richtig zu erkennen und zu verwerten. Nur wenn die Systeme im Körper richtig ineinandergreifend arbeiten, können die Wirkstoffe zur Heilung beitragen. Dazu gehört auch, dass die Transportwege innerhalb des Regelkreises zur Verfügung stehen und nicht durch Toxine (Gifte) und andere Ablagerungen (z.B. Chemikaliengifte) verstopft sind. Bei Überladung der Immunzellenoberflächen durch Fehlinformationen fließen die teuer bezahlten Stoffe einfach durch den Körper hindurch und werden ungenutzt über die Nieren wieder ausgeschieden. Das jedoch kann wiederum zu Nierenschädigungen führen, wenn nicht umgewandelte Wirkstoffe im Übermaß durch die Nieren wandern. Es wird zuviel Harnsäure produziert, und bei Nichtbewältigung über die Urinausscheidung wird sie ans Blut abgegeben. Dieser Vorgang lagert die Harnsäure als Störung in den Gelenken und/oder im Bindegewebe ab. Damit haben wir dann die berühmte berüchtigte Übersäuerung als hausgemachtes Problem.

Mit anderen Worten kann hier gesagt werden: Weniger kann mehr sein!



Lassen Sie im Zweifelsfall zunächst einmal überprüfen (u.a. durch Kinesiologie), ob die Substitution von Wirkstoffen überhaupt notwendig ist. Wie bereits darauf hingewiesen, sind die industriell hergestellten Multivitaminpräparate kaum empfehlenswert. Es sind gute, entsprechend des individuellen Bedarfs notwendige, Präparate von deutschen Herstellern auf dem Markt. Durch die in Deutschland geltenden Gesetze haftet der pharmazeutische Unternehmer für die pharmazeutische Qualität und Unbedenklichkeit, sowie für die ordentliche Kennzeichnung. Hinzu kommt, dass durch die Gebrauchsinformation auch der Patient mit in die Verantwortung genommen wird. Letztlich kommt natürlich auch eine Haftung des Therapeuten hinzu, die sich jedoch weniger auf das Mittel (Qualität und Unbedenklichkeit) richtet, sondern auf den richtigen Einsatz des Mittels, auf die Beachtung von Kontraindikationen (Gegenanzeigen) und Wechselwirkungen, sowie der ordnungsgemäßen Dosierung.

Da das Marktangebot von Vitaminpräparaten groß und vielfältig ist, ist es nicht leicht, ein wirklich geeignetes Mittel zu finden, das sich in Bezug auf Qualität, Substanzanbindung und Bioverfügbarkeit auszeichnet. Es sollten daher vor allem Produkte verwendet werden, die unter den Aspekten der biologischen Verwertbarkeit, hohen Wirksamkeit und minimalem allergischem Potential hergestellt wurden.

Nicht alles was teuer ist, ist auch gut!

Barbara Teves, Am Stutenanger 3A
D-85764 Oberschleißheim
Tel./FAX: 089-3150260
