

Neues über Alpha-Liponsäure

Studien deuten auf einen positiven Einfluss von Alpha-Liponsäure (ALA, Thioctsäure) bei Diabetes mellitus Typ 2, diabetischer Polyneuropathie, onkologischen Erkrankungen, Lebererkrankungen, Katarakt, altersbedingter Makuladegeneration, Schwermetallvergiftungen, degenerativen, neurologischen Erkrankungen sowie zur Prophylaxe von Migräneanfällen hin. Die schwefelhaltige Substanz wirkt antiplagistisch, nerven- und leberschützend. Vor allem Diabetiker sind häufig damit unterversorgt.

Alpha-Liponsäure ist ähnlich wie eine Fettsäure aufgebaut. Sie wird vom Organismus jedoch nur in geringen Dosen synthetisiert. Vor allem in Mitochondrien ist die vitaminähnliche Substanz enthalten, die hauptsächlich durch Fleisch, und zwar besonders Innereien, aufgenommen wird.

Alkohol vermindert übrigens die Wirkung von ALA.

Das lipophil und hydrophil Antioxidans regeneriert nicht nur die Vitamine C und E, Coenzym Q10 und Glutathion, sondern erhöht auch die intrazellulären Level an Vitamin C, Glutathion, Coenzym Q10 und antioxidativ wirksamen Enzymen wie Katalase und Glutathionreduktase.

Thioctsäure kann bei der Fettsäuresynthese Coenzym

A teilweise ersetzen und wirkt als Cofaktor für verschiedene Enzyme (z. B. Pyruvatdehydrogenase). Außerdem ist sie für die Glykolyse, den Zitratzyklus und den mitochondrialen Energiemetabolismus von Bedeutung.

Thioctsäure steigert ebenfalls die Glukoseverwertung und Glykogensynthese. Dadurch verringern sich die Proteinglykosylierung (HbA1c) sowie die oxidative Belastung bei Diabetikern.

Bei der diabetischen Neuropathie greift die Substanz hauptsächlich in die Pathomechanismen der Nerven- und Gefäßschädigung ein.

Alpha-Liponsäure steigert nicht nur den Energiestoffwechsel, sondern auch den axonalen Transport und die Stimulation des Nervenwachstumsfaktors. Auch die Bildung von AGEs (Advanced Glycation Endproducts) werden inhibiert. Sowohl die orale als auch die I.-v.-Zufuhr von ALA können bei der diabetischen Polyneuropathie zu einer Linderung der Sensibilitätsstörungen und Schmerzen führen sowie die Nervenleitgeschwindigkeit und den Temperatursinn verbessern. Durch den Einsatz von ALA lassen sich vermutlich auch makrovaskuläre Komplikationen verhindern. Diverse Studien offenbaren, dass ALA bei Patienten mit gestörter Glukosetoleranz und Typ-2-Diabetes die Endotheldysfunktion positiv beeinflusst, wobei vor allem Patienten mit erhöhten oxidativen Stressmarkern davon profitieren.



Alpha-Liponsäure bei klinisch manifester diabetischer Polyneuropathie

Eine in Bihac (Bosnien-Herzegowina) durchgeführte Studie mit 20 Typ-2-Diabetikern, die unter diabetischer Neuropathie litten, belegt den positiven Einfluss von ALA bei diabetischer, distaler, sensomotorischer Neuropathie, wobei dieser Effekt bei Patienten mit guten Blutzuckerwerten noch stärker ausgeprägt ist. Die Patienten wurden in 2 Gruppen eingeteilt (HbA1c < 7 % und HbA1c > 7 %) und erhielten über einen Zeitraum von 4 Monaten neben oralen Antidiabetika bzw. Insulin zusätzlich ALA (1).

Alpha-Liponsäure bei erektiler Dysfunktion

Die Prävalenz der erektilen Dysfunktion bei Männern mit Diabetes mellitus liegt bei 28 bis 75 %, wobei sich der Prozentsatz mit zunehmendem Alter und mit der Dauer des Diabetes erhöht. An der randomisierten, prospektiven, offenen, klinischen Vergleichsstudie nahmen 45 Männer teil, die unter erektiler Dysfunktion und Typ-2-Diabetes litten. Die Probanden erhielten über einen Zeitraum von 12 Wochen entweder ALA (600 mg, parenteral, für 7 Tage, gefolgt von 600 mg per os) oder Testosteron transdermal (50 mg täglich). Durch die Testosteron-Therapie nahm der Body-Mass-Index (BMI) signifikant ab, die Testosteron-Konzentrationen und die Werte des Sexualhormon-bindenden Globulins (SHBG) erhöhten sich. Zudem verbesserten sich die Blutzuckerwerte und das Lipidprofil. Bei den Patienten, die mit ALA behandelt wurden, reduzierten sich signifikant BMI, HbA1c, Gesamt-Cholesterin und Triglyzeride. Die In-

dikatoren für die erektile Dysfunktion verbesserten sich in beiden Gruppen ebenfalls statistisch signifikant (2).

Nebenwirkungen

Nebenwirkungen treten bei der Behandlung mit ALA sehr selten und vereinzelt auf. Bekannt geworden sind u. a. allergische Hautreaktionen sowie Hypoglykämie aufgrund besserer Glukoseverwertung.

Fazit

Alpha-Liponsäure (enthalten z. B. in Unilipon® Filmtabletten oder Infusionslösungskonzentrat mit jeweils 600 mg ALA) ist ein potentes Antioxidans, das bei Diabetes mellitus gefäß- und nervenschützend wirkt. Derzeit ist ALA in erster Linie bei diabetischer Polyneuropathie indiziert, wobei Studienresultate wesentlich mehr Anwendungsgebiete vermuten lassen.

Literatur

- (1) Ibrahimovic, K.: Alpha lipoic acid and glycaemic control in diabetic neuropathies at type 2 diabetes treatment. *Med Arh.* 2013;67(1):7-9
 - (2) Mitkov, M.D.; Aleksandrova, I.Y.; Orbetzova, M.M.: Effect of transdermal testosterone or alpha-lipoic acid on erectile dysfunction and quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus. *Folia Med (Plovdiv).* 2013 Jan-Mar;55(1):55-63
 - (3) Burgerstein, L.: Burgersteins Handbuch Nährstoffe. 9. Aufl., Haug-Verlag, Heidelberg 2000
 - (4) Gröber, U.: Mikronährstoffe in der Orthomolekularen Medizin. Wissenschaftliche Verlagsges. mbH, Stuttgart 2002
- (Weitere Studien bei der Verfasserin)

Verfasserin

Heike Lück-Knobloch
Heilpraktikerin
Everskamp 8
40885 Ratingen
E-Mail: Heike_lueck@gmx.de
www.lueck-knobloch.de



Die WHO warnt in ihrem neuesten Bericht eindrücklich vor den Gefahren von Antibiotikaresistenzen, die weltweit auf dem Vormarsch sind. Ärzte sollten Antibiotika nur dann gezielt verschreiben, wenn diese unbedingt nötig sind.¹ Harnwegsinfektionen zählen zu den häufigsten bakteriellen Infektionen im ambulanten Bereich.² Daher bieten sich als Alternative bei leichten Harnwegsinfekten natürliche Arzneimittel in Kombination mit einer erhöhten Trinkmenge von ca. zwei Litern pro Tag an.³

Über Jahrzehnte bewährt hat sich das pflanzliche Arzneimittel Solidagoren® Liquid. Das Phytopharmakon enthält wirksame Pflanzenextrakte aus Goldrute, Gänsefingerkraut und Ackerschachtelhalm. Diese exakt aufeinander abgestimmten Inhaltsstoffe wirken adstringierend, was es den Bakterien erschwert, sich in der Schleimhaut des Harn-

Neuer WHO-Bericht: Antibiotikaresistenzen nehmen zu

Mit Solidagoren® Liquid Harnwegsinfektionen rechtzeitig und natürlich behandeln

traktes einzunisten, und schwemmen diese durch ihre diuretische Wirkung gleichzeitig aus.^{4, 5, 6, 7} Zudem lindert Solidagoren Liquid durch seine antiphlogistische Wirkung das Brennen beim Wasserlassen, beruhigt die Blase durch den spasmolytischen Effekt und wirkt so dem ständigen Harndrang entgegen.^{5, 8, 9, 10}

Antibiotikagabe nur im Notfall

Da Harnwegsinfekte zu häufigen Rezidiven neigen, ist diese Behandlungsstrategie bei leichteren Ausprägungen geeignet, denn der wiederholte Einsatz von Antibiotika kann mit vielen Nachteilen behaftet sein.^{11, 12} Im Besonderen besteht die Gefahr einer Resistenzentwicklung, in deren Folge selbst bei gewöhnlichen Infektionen und kleineren Verletzungen, die über Jahrzehnte hinweg gut behandelt werden konnten, wieder mit schwereren Verläufen zu rechnen ist.¹ Zudem haben Antibiotika einen negativen Einfluss auf das Scheidenmilieu¹³ und können bei wie-

derholter Anwendung das Auftreten von Harnwegsinfekten begünstigen.¹⁴

Aus diesen Gründen empfiehlt auch die Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin (DEGAM) und Familienmedizin bei unkomplizierten Harnwegsinfekten zunächst eine rein symptomatische Therapie als Alternative zur Antibiotikatherapie.³

Literatur

- WHO-Hauptbüro: Antimikrobielle Resistenz. Globaler Bericht über Surveillance-Maßnahmen; 2014
- Wagenlehner, M.E. et al.: Unkomplizierte Harnwegsinfektionen. Deutsches Ärzteblatt; 2011, Heft 24
- Schnieman, G. et al.: Brennen beim Wasserlassen. DEGAM-Leitlinien Nr. 1, Anwenderversion der S3-Leitlinie Harnwegsinfekte; Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DEGAM); 2009
- Leuschner, J.: Anti-inflammatory, spasmolytic and diuretic effects of a commercially available *Solidago gigantea* herb. extract; *Arzneim.-Forsch./Drug Res.*; 1995. 45(I), Nr. 2
- Yarnell, E. et al.: Botanical medicine for cystitis; *Clinical Botanical Medicine*; 2009. 2nd Edition, Chapter 9: 93–110
- Tomczyk, M. et al.: Variation in total polyphenolics contents of

aerial parts of *Potentilla* species and their anti-cariogenic activity; *Molecules*; 2010. 15: 4639–4651

- Radulovic, N. et al.: Composition and antimicrobial activity of *Equisetum arvense* L. essential oil. *Phytotherapy Research*; 2006. 20: 85–88
- Harnischfeger, G.; Stolze, H.: *Bewährte Pflanzendrogen in Wissenschaft und Medizin*. Notamed Verlag; 1983
- Wichtl, M.: *Teedrogen*. Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft; 1989
- Wagner, H.: *Arzneidrogen und ihre Inhaltsstoffe*; *Pharmazeutische Biologie* Bd. 2; Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft; 1999
- Scheiner, D.: *Rezidivierende Harnwegsinfekte bei der Frau*; www.tellmed.ch/tellmed/Fachliteratur/Medizin_Spektrum/Rezidivierende_Harnwegsinfekte_bei_der_Frau.php; 2006
- AWMF: *Harnwegsinfektionen*; S3-Leitlinie AWMF-Register-Nr. 043/044; 2010
- Butzlaff, M.; Konecny, N.: *Harnwegsinfekt Volltext*; http://evidence.de/Leitlinien/leitlinien-intern/HWI_Start/HWItext/1.1.1hwitext.html; 2007
- Ludwig, M.; Hoyme, U.B., Weidner, W.: *Rezidivierende Harnwegsinfektionen der Frau*; *Der Urologe*; 2006. 45(4): 421–428

Quelle: Dr. Klein

Neue Studie belegt Gewichtsabnahme mit Cefamagar® Tabletten

Die prospektive, offene, multizentrische, nicht interventionelle Beobachtungsstudie (1) mit Cefamagar® Tabletten wurde mit 79 erwachsenen Frauen und Männern mit der Diagnose Übergewicht oder Adipositas in 26 Arztpraxen in Deutschland durchgeführt. Rekrutierungs- und Beobachtungszeitraum war Juli bis Dezember 2013.

Nach der dreimonatigen Therapie mit 3x1 Cefamagar-Tablette täglich – meist kurz vor dem Essen eingenommen – zeigte sich eine Abnahme des Körpergewichtes von

durchschnittlich 4,5 kg ($\pm 4,6$ kg) und eine Verminderung von Taillen- und Hüftumfang um 3,6 cm ($\pm 3,7$ cm) bzw. 3,1 cm ($\pm 4,6$ cm). Zudem verbesserten sich anfänglich hochnormale Blutdruck-, Blutzucker-, HbA1c- und Blutfettwerte. Cefamagar-Tabletten hatten einen sehr deutlichen positiven Einfluss auf das Ernährungsverhalten durch Senkung von Heißhungerattacken, Verbesserung des Sättigungsgefühls und die Kontrolle der Zusammensetzung und der Menge des Essens. Die Stimmung

und die Lebensqualität stiegen durch die Therapie deutlich an. Auch das Bewegungsverhalten zeigte eine positive Entwicklung.

Die Therapie wurde von allen Ärzten mit sehr gut und gut verträglich und bei 90 % der Patienten als wirksam bewertet. Die hohe Akzeptanz des Präparates und der Therapie zeigte sich darin, dass drei Viertel aller Patienten (75,9 %) die Therapie nach Studienende weiter fortführten.

Weitere Informationen können angefordert werden:



Tel. (0831) 5740115
Fax an (0831) 57401-55

Literatur

- Prospektive, offene, multizentrische, nicht interventionelle Beobachtungsstudie mit Cefamagar® Tabletten bei Patienten mit Übergewicht oder Adipositas, Wittig K, promovierte Biologin, Kaiserslautern, 17.3.2014, Literatur bei Cefak KG

Quelle: Cefak

Rückruf von MCP-Tropfen

Studie spricht für Iberogast® als Alternative bei gestörter gastrointestinaler Motilität

Seit Kurzem sind Metoclopramid-Tropfen mit einem Wirkstoffgehalt von mehr als 1 mg/ml vom Markt, für Domperidon empfiehlt die European Medicines Agency (EMA) neue Anwendungseinschränkungen hinsichtlich z.B. Dosierung und Indikationen – was sind die therapeutischen Alternativen? Eine retrospektive, epidemiologische Kohortenstudie bei funktioneller Dyspepsie mit fast 1000 Patienten unter der Leitung von Prof. Dr. Richard Raedsch, Wiesbaden, spricht für den Phytoklassiker Iberogast®: Unter Praxisbedingungen erzielte die Kombination aus neun Heilpflanzen um die zentrale Komponente Iberis amara im direkten Vergleich mit MCP sogar eine höhere Beschwerdefreiheit bei allen wichtigen Symptomen der funktionellen Dyspepsie, wie zum Beispiel Übelkeit und Völlegefühl.[1]

Der Rückruf von MCP-Tropfen (Wirkstoffgehalt > 1 mg/ml) hat für große Verunsicherung gesorgt und die Frage nach therapeutischen Alternativen aufgeworfen. Zwar sind metoclopramidhaltige Tabletten, Zäpfchen und Injektionslösungen weiterhin verfügbar und unter Beachtung der Indikation (z.B. Zytostatika-Erbrechen) verordnungsfähig – da das Nebenwirkungsrisiko aber

mit der Anwendungsdauer steigt, sollten MCP-haltige Präparate generell nicht mehr zur Dauerbehandlung chronischer Erkrankungen, wie z.B. der funktionellen Dyspepsie, gegeben werden.

Ein Phytotherapeutikum, das seit Jahrzehnten erfolgreich eingesetzt wird, um unter anderem die gastrointestinale Motilität bei funktioneller Dyspepsie günstig zu beeinflussen, ist Iberogast: Das Multi-Target-Therapeutikum kann den Fundus entspannen und erweitern und damit die Volumenadaptation des Magens erhöhen. Gleichzeitig kann das Antrum in seiner Funktion als Magenpumpe aktiviert werden, so dass es zu einem geregelten Transport des Mageninhalts in den Dünndarm kommt. Damit kann der Magendruck verringert werden.

Vergleichsstudie mit MCP spricht für Iberogast

In einer retrospektiven, epidemiologischen Kohortenstudie wurde die Wirkung und Verträglichkeit des Phytopharmakons bei funktioneller Dyspepsie im Vergleich zu MCP untersucht. Primäres Zielkriterium war die Symptomfreiheit bei zehn dyspeptischen Symptomen eines validen gastrointestinalen Symptomens-

cores (GIS)*. Dabei waren 490 Patienten mit der Phyto-kombination behandelt worden, 471 Patienten mit MCP – bei vergleichbaren anamnestischen Daten. Die Auswertung der Erhebung unter Praxisbedingungen indiziert eine vergleichbare bis höhere Effektivität des pflanzlichen Arzneimittels – vor allem hinsichtlich Beschwerdefreiheit, Beschwerdedauer und Lebensqualität. Bei fast allen Symptomen konnte sogar eine signifikante Überlegenheit gegenüber MCP ausgewiesen werden. Zudem zeigte die natürliche Alternative eine deutlich bessere Verträglichkeit: Unerwünschte Arzneimittelwirkungen wurden im Rahmen der Untersuchung ausschließlich unter MCP dokumentiert. [1]

Iberogast kann nicht nur sicher und effektiv helfen, sondern auch schnell – und das bereits nach der ersten Einnahme. Das zeigte eine aktuelle nicht interventionelle Studie von Prof. Dr. Richard Raedsch vom St. Josefs Hospital in Wiesbaden: Rund zehn Prozent der Patienten spürten eine Linderung sogar binnen der ersten fünf Minuten – bei über 47 Prozent der 272 Studienteilnehmer besserten sich bereits 15 bis 30 Minuten nach der Einnahme die Magen-Darm-Beschwerden. [2]

Andere Alternativen?

Erst vor Kurzem hat die EMA bezüglich des Dopaminantagonisten Domperidon eine Anwendungsbeschränkung wegen kardialer Nebenwirkungen wie QT-Strecken-Verlängerung empfohlen. Unter anderem soll demnach Domperidon nicht mehr bei Blähungen oder Sodbrennen zum Einsatz kommen. Ebenso empfiehlt die EMA, die Anwendungsdauer auf eine Woche zu beschränken und Leberfunktionsstörungen sowie Herzrhythmusstörungen in die Liste der Kontraindikationen aufzunehmen. Es ist noch offen, wann diese Empfehlungen umgesetzt werden.

* Epigastische Schmerzen, Bauchkrämpfe, retrosternale Missempfindungen, frühes Sättigungsgefühl, Appetitlosigkeit, Völlegefühl, Übelkeit, Brechreiz, Erbrechen, saures Aufstoßen/Sodbrennen

Literatur

- [1] Raedsch, R. et al.: Wirksamkeit und Unbedenklichkeit des Phytopharmakons STW 5 versus Metoclopramid bei funktioneller Dyspepsie unter Praxisbedingungen – eine retrospektive Kohortenstudie. Gastroenterol 2007; 45; 1041–1048
- [2] Vinson, B.R.; Holtmann, G.: Digestive Disease Week 2013; Abstract #1881

Quelle: Steigerwald

Neu: Torniplex®

Homöopathisches Arzneimittel bei nervösen Erkrankungen

Nervöse Erkrankungen können die Folge psychischer und physischer Überlastung, aber auch die Begleiterscheinung von Erkrankungen (z. B. Hyperthyreose oder Restless-legs-Syndrom) und die Nebenwirkung von Arzneimitteln sein. Ebenso facettenreich stellen sich die

Symptome dar. Betroffene leiden häufig unter Angst, Konzentrations- und Schlafstörungen, Magen-Darm-Beschwerden, Zittern, Gereiztheit und einigen anderen Symptomen, die es nicht einfacher machen, den Teufelskreis nervöser Erkrankungen zu durchbrechen.

Mit dem Homöopathikum Torniplex® stellt Steierl-Pharma nun eine neue Option für die naturheilkundliche Therapie nervöser Erkrankungen vor. Das Präparat enthält mit dem homöopathischen Komplex aus

- Myristica fragrans Dil. D6



- Phosphorus Dil. D6
 - Strychnos ignatii Dil. D6
- drei klassisch für diese Indikation eingesetzte Einzelmittel, die eine gute Alternative bzw. Ergänzung zu pflanzlichen Wirkstoffen wie z. B. Melisse, Lavendel oder Hopfen bieten.

Das aus der **Muskatnuss** (*Myristica fragrans*) gewonnene homöopathische Heilmittel wird u. a. bei nervösen körperlichen Beschwerden angewandt. Kennzeichnend sind dabei äußerste Niedergeschlagenheit, Verwirrungen und geschwächtes Gedächtnis. Die Beschwerden verursachen Schläfrigkeit. Dabei ist die Stimmung des Patienten nervös, reizbar und ärgerlich, er kann unter Gedächtnisverlust,

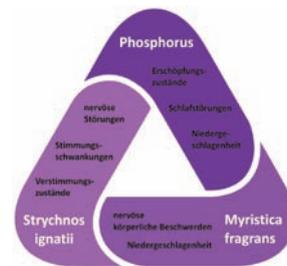
Stumpfsinn, Gleichgültigkeit und Hysterie leiden.

Phosphorus als Polychrest hat sich in homöopathischen Zubereitungen u. a. bei Erschöpfungszuständen, Nerven- und Kopfschmerzen, Verhaltensauffälligkeiten und Verstimmungszuständen bewährt. Der Patient leidet mitunter an großer Niedergeschlagenheit und Benommenheit, Hirnmüdigkeit, Gedächtnisverlust, verringerter Sensibilität, Gleichgültigkeit, Schwindel und Schlaflosigkeit bzw. häufigem Erwachen.

Als Folge ist der Betroffene nervös, ärgerlich, gereizt, ver-gesslich, schwer besinnlich, konzentrationslos und aufgrund von Einschlafproblemen

und quälenden Träumen auch erschöpft.

Strychnos ignatii, das auch unter Ignatia bekannte Einzelmittel, ist u. a. indiziert bei nervösen Störungen und Verstimmungszuständen. Die homöopathische Fachliteratur beschreibt den Ignatia-Patienten folgendermaßen: wach, nervös, besorgt, verkrampft, zitternd, introvertiert, schweigsam brütend, mit schnellem Umschlagen des geistigen und körperlichen Zustands ins Gegenteil. Sehr leichter Schlaf durch Kummer und Sorgen. Ignatia ist ein erstklassiges Stimmungsmittel für feinnervige, streitsüchtige, wechselhafte, seufzende und gährende Hysteriker. Es ist



angezeigt bei Schädigungen der seelischen Harmonie durch emotionelle Traumata wie z. B. Kummer.

Torniplex (50 ml)
PZN 10090547, 12,92 Euro (empf. AVP inkl. MwSt.).
Weitere Informationen beim Hersteller.

Quelle: Steierl-Pharma

Neue Wege zur Gesundheitsförderung

Online-Gesundheitstagebuch und steuerfreie Gesundheitsförderung von Mitarbeitern

Das Gießener Unternehmen Pascoe geht neue – durchaus nachahmenswerte – Wege der Gesundheitsförderung seiner Mitarbeiter. So stellt Pascoe unter anderem ein Online-Gesundheitstagebuch bereit, das Mitarbeiter – aber auch alle anderen Interessierten – für sich nutzen können.

Eine weitere Neuerung: Jedem Pascoe-Mitarbeiter stehen ab sofort zusätzlich zum Gehalt steuerfreie Leistungen in Höhe von maximal 500 Euro pro Jahr zur Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands zur Verfügung. Diesen Steuerfreibetrag kann jeder Mitarbeiter individuell zur Gesundheitsförderung nutzen und sich aus verschiedenen Angeboten sein ganz persönliches Gesundheitsprogramm zusammenstellen. Eine übersichtliche Budgetfunktion in dem neuen Online-Tagebuch gibt Auskunft über den aktuellen persönlichen Kontostand.

Die neue Regelung soll Mitarbeiter dazu anregen, aktiv

und eigenverantwortlich Maßnahmen zur Gesundheitsförderung auszuprobieren und Gesundheitsplus-Punkte zu sammeln. Geschäftsführer Jürgen F. Pascoe erklärt: „Ziel unseres betrieblichen Gesundheitsmanagements ist es, unseren Mitarbeitern den gezielten Ausgleich gesundheitlicher Probleme und Beschwerden zu ermöglichen. Dadurch wollen wir die Zufriedenheit, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität unserer Mitarbeiter erhalten und steigern und somit natürlich den Krankenstand der Mitarbeiter konstant niedrig zu halten.“

Sämtliche Möglichkeiten der Gesundheitsförderung werden im neuen Online-Tagebuch – einer Weiterentwicklung und Optimierung der bisherigen Gesundheitskarte des Unternehmens – ansprechend und übersichtlich dargestellt. Das Tagebuch enthält Informationen zu den Gesundheitsplus-Punkten, die sich mehrheitlich aus eigen-

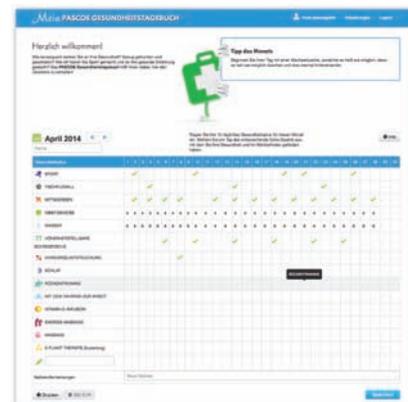
verantwortlichen Maßnahmen zusammensetzen, sowie zu den ergänzenden Gesundheitsangeboten, die über die betriebliche Förderung angeboten werden, beispielsweise Massagen oder ein spezielles Rückentraining.

Damit ermöglicht das elektronische Gesundheitstagebuch eine sichere und leichte Handhabung mit taggenauer Dokumentation, präsentiert Möglichkeiten der Gesundheitsförderung, liefert regelmäßig Gesundheitstipps und schafft optimale Transparenz. Datensicherheit steht dabei an

oberster Stelle: Alle eingegebenen Daten werden komplett verschlüsselt und ein Zugriff ist nur über ein persönliches Kennwort möglich.

Interessierte können sich anmelden unter: www.pascoe.de/service/pascoe-gesundheitstagebuch/

Quelle: Pascoe



Neue Bachblüten von Innovapharm

Die vitOrgan-Tochter Innovapharm® hat ihr Programm mit einer neuen Auswahl an Bachblüten mit Organfaktoren erweitert. Einzigartig an diesen Bachblütenprodukten ist, dass sie zusätzlich Organfaktoren enthalten, die zugleich gezielt Organe unterstützen.

Gedanken bestimmen unser Handeln, das Wohlbefinden und nicht zuletzt die Gesundheit. Dr. Edward Bach erkannte die Bedeutung der psychischen Verfassung für die körperliche Gesundheit – und er

fand mit den „Bachblüten“ bislang verborgene Wege zur Seele. Bachblüten können auf feinstofflicher Ebene helfen, mit negativen Einflüssen auf den Seelen- und Gemütszustand (wie innere Anspannung, Ungeduld, Antriebslosigkeit oder Unsicherheit) umzugehen und diese zu überwinden.

Mit den neuen Bachblütenprodukten werden zusätzlich gezielt Organe angesprochen und unterstützt, damit Seele und Körper wieder in Ein-

klang finden. Die Harmonisierung der Seele ebnet den Weg für die körperliche Unversehrtheit, so wie umgekehrt die Krankheit dazu dient, den Menschen auf Unstimmigkeiten im Seelenleben aufmerksam zu machen.

So verschieden die Menschen sind, so vielfältig sind die Blütenkompositionen zur Stabilisierung und Entfaltung der Persönlichkeit. Je nach Konstitution und seelischer Verfassung werden mit den neuen Bachblütenkombinationen folgende Schwerpunkte etzt:

-Tropfen – zur Unterstützung einer Diät. Wem es an der nötigen Willenskraft fehlt, dem verhilft die richtige Blütenkomposition zu Mut und Selbstbewusstsein. Leichtigkeit des Seins.

• G-Tropfen – für Menschen, bei denen Liebe, Lust und Leidenschaft im Vordergrund stehen. Damit wieder Freude ins Leben kommt.

• L-Tropfen – für Menschen, bei denen geistige Frische und Konzentration im Vordergrund stehen. Die Flut an Informationen und Anforderungen kann einen leicht überfordern. Die klei-

nen Helfer tragen dazu bei, dass man sich wieder besser konzentrieren kann.

- N-Tropfen – für Menschen, die ständig im Stress sind und nicht mal mehr nachts zur Ruhe kommen. Ziel ist es, das Gedankenkarussell zu stoppen und für Entspannung zu sorgen.
- H-Tropfen – für Menschen, die ihre empfindsame Haut gerne als Spiegel der Seele zur Schau stellen. Besänftigung fürs Gemüt wirkt wie Balsam für gereizte Haut.
- E-Tropfen – wenn Leistungsdruck und Versagensangst sich zur unbezwingbaren Urgewalt verbrüderern, muss kosmische Energie fließen. Sie bringt Kraft und Lebensfreude und frischen Wind in den grauen Alltag.
- Akut-Tropfen – in kritischen Situationen braucht man Gelassenheit und Trost und Kraft für die Seele. Innere Ruhe für die Stürme des Lebens.

Der Einsatz von Bachblüten zusammen mit den richtigen Organfaktoren zur rechten Zeit kann verhindern, dass negative Einflüsse sich ins Leben einschleichen und in Form von organischen Er-



krankungen manifestieren. Vorsicht ist geboten, denn bei der Speicherung von Erinnerungen im Hippocampus wird besonders intensiv die emotionale Wertung durch die Amygdala im Gedächtnis registriert. So Gespeichertes steht im Unterbewusstsein weit schneller auf Abruf bereit als bei Speicherung in der vergleichsweise langsam arbeitenden Großhirnrinde. In der Folge können bei Angst oder Stress unerwünschte Emotionen und Reaktionen auftreten. So weit sollte es erst gar nicht kommen!

Die Bachblüten für die neuen Kombinationen werden aus England bezogen. Die hochwertigen Produkte sind exklusiv in Apotheken oder im Online-Shop von vitOrgan erhältlich. Der Einführungspreis liegt bei 9,90 Euro pro Stück. Weitere Informationen und Flyer unter www.vitorgan.de.

Quelle: vitOrgan

Bluttest sagt Alzheimer-Risiko voraus

Weltweit leiden rund 35 Millionen Menschen an Alzheimer. Aufgrund der fortschreitenden Überalterung der Bevölkerung wird die Zahl in den kommenden Jahren noch weiter ansteigen. US-Wissenschaftler haben jetzt einen Test entwickelt, der vorhersagen kann, ob ein Mensch an Alzheimer erkranken wird.

Im Rahmen ihrer Forschungsarbeit sammelten die Wissenschaftler Blutproben von 525 gesunden Personen, die mindestens 70 Jahre alt

waren. Drei Jahre später wurden 53 Probanden untersucht, die in den vergangenen Jahren Alzheimer entwickelt hatten oder eine leichte kognitive Störung, d.h. eine mögliche Vorstufe einer Demenzerkrankung, aufwiesen. In Vergleichstests mit Blutproben von 53 gesunden Senioren konnten zehn Lipide in unterschiedlichen Konzentrationen nachgewiesen werden.

Weitere Tests zeigten, dass mittels dieser Lipidmarker zu 90 Prozent vorausgesagt wer-

den konnte, wer in den nächsten drei Jahren eine Alzheimer-Demenz oder eine milde kognitive Einschränkung entwickeln wird. Durch einen solchen Test könnten künftig bei Menschen mit Alzheimer-Risiko frühzeitig Therapiemaßnahmen getroffen werden, um das Ausbrechen von Alzheimer zu verhindern. Bevor der Test auf den Markt kommt, sind noch weitere klinische Versuche notwendig.

Bis dahin kann man seine geistige Fitness auf natürli-

chem Weg unterstützen. Durch die Zufuhr des Eiweißbausteins Arginin werden die Gefäße geweitet. Damit wird eine gute Durchblutung im gesamten Körper und somit auch im Gehirn sichergestellt.

Fragen zur Wirkung von Arginin beantwortet die Med.-Wiss. Abteilung der Fa. Quiris.

Quelle: Quiris; nach: Pressemitteilung des Georgetown University Medical Center, 2014

Neueinführung: Olive Heart®

Erstes Olivenöl mit Health Claim exklusiv in der Apotheke

Speziell für die Apotheke wurde jetzt Olive Heart® mit einem besonders hohen Anteil an Oliven-Polyphenolen entwickelt. Olive Heart ist das erste und einzige Olivenöl mit einem Health Claim. Dieser lautet: Oliven-Polyphenole tragen dazu bei, Blutfette vor oxidativem Stress zu schützen

Um diesen EFSA*-genehmigten Health Claim tragen zu dürfen, muss Olive Heart mindestens 25 mg des natürlichen Oliven-Polyphenols Hydroxytyrosol pro 100 g Öl enthalten. Bereits ein täglicher Verzehr von nur 20 g Olive Heart (etwa vier Esslöffel) deckt die erforderliche Tagesmenge von 5 mg des Oliven-Polyphenols, welche notwendig sind, um Blutfette wie LDL-Cholesterin vor Oxidation zu schützen. Damit leisten schon kleinen Mengen Olive Heart, die sich leicht in die tägliche Ernährung integrieren lassen, einen Beitrag zum Oxidationsschutz der Blutfette – ohne den Körper unnötig mit Fett und Kalorien zu belasten.

Charakteristisch für Olive Heart sind die hohe Konzentration der Oliven-Polyphenole und der Ölsäure (79 %), eine einfach ungesättigte Omega-

9-Fettsäure, die sich gemeinsam besonders positiv auf die Blutfette auswirken.

Die Oxidationsgefahr von LDL-Cholesterin und somit das Risiko einer Arteriosklerose steigt, wenn der Anteil an mehrfach ungesättigten Fettsäuren in dem Molekül sehr hoch ist. Die hohe Anzahl an Doppelbindungen in diesen Fettsäuren erhöht das Oxidationspotenzial des LDL-Cholesterins. Durch die regelmäßige hochdosierte Aufnahme der einfach ungesättigten Ölsäure hingegen wird die Anlagerung mehrfach ungesättigter Fettsäuren an LDL-Moleküle verdrängt. Der Gehalt der weniger reaktionsempfindlichen Ölsäure im LDL-Cholesterin nimmt zu. So sinkt durch die Stabilisierung des LDL-Cholesterins die Oxidationsgefahr.

Das ist wichtig, da oxidiertes LDL-Cholesterin ein weit aus größeres atherogenes Potenzial als das LDL-Cholesterin selbst birgt. In der oxidierten Form lagert es sich in Gefäßwänden ab und beschleunigt über die Bildung von Schaumzellen den Prozess der Arteriosklerose.

Oliven-Polyphenole wie Hydroxytyrosol und dessen Derivate (z. B. Oleuropein-

Komplex, Tyrosol) können mit ihrem antioxidativen Potenzial diese atherogene Gefahr reduzieren.

Zudem zeigen Studien, dass der Verzehr hochwertiger Premiumöle der höchsten Qualitätsstufe Nativ Extra die Blutwerte des gefährlichen LDL-Cholesterins zugunsten des HDL-Cholesterins reduziert.

Die regelmäßige tägliche Einnahme von 20 g Olive Heart unterstützt somit durch die hohe Konzentration an Oliven-Polyphenolen in Kombination mit dem hohen Anteil an Ölsäure gesunde Blutfette. Damit ist Olive Heart besonders interessant für Risiko-Patienten mit Fettstoffwechselstörungen, Durchblutungsstörungen und Arteriosklerose sowie Diabetiker und Raucher.

Olive Heart sollte vorzugsweise zu kalten Speisen wie Salaten und Rohkost, Bruschetta oder einfach pur zu Brot verzehrt werden. Warmen Speisen wird das Olivenöl erst beim Anrichten zugegeben.

Olive Heart wird exklusiv auf einer Finca in Andalusien hergestellt, die für erstklassige und international ausgezeichnete Olivenöle Nativ Extra bekannt ist. Zur Schonung von Aromen und anderen Inhaltsstoffen werden die frisch ge-



ernteten Früchte binnen weniger Stunden zum fertigen Öl weiterverarbeitet. Eine Prüfergruppe amtlich bestellter Olivenexperten beurteilt die sensorischen Qualitäten. Der für den Health Claim notwendige Polyphenol-Gehalt wird bei jeder Charge überprüft und dokumentiert.

Das neue Premium-Olivenöl der Spitzenklasse Nativ Extra ist nur in Apotheken erhältlich. Angeboten wird Olive Heart in einer dunklen Glasflasche à 250 ml sowie in Portionssticks à 10 ml, jeweils 10 Sticks in einer Faltschachtel. Kostenlose Patientenbrochüren können unter Tel. (02174) 3076227 oder per E-Mail an info@pharmalink-eu.com angefordert werden.

*EFSA = European Food Safety Authority, Verordnung (EU) Nr.432/2012 Health Claims

Quelle: Pharmalink Extracts Europe GmbH

Frauen haben höhere Sterblichkeit beim akuten Herzinfarkt

Frauen haben ein deutlich höheres Risiko, nach einem akuten Herzinfarkt zu versterben als Männer, und zwar bei beiden Formen des Infarkts: Beim ST-Hebungsinfarkt (STEMI) liegt die Sterblichkeitsrate im Krankenhaus bei Frauen bei 16,9 Prozent (Männer: 9,9 Prozent), beim Nicht-Hebungsinfarkt (NSTEMI) beträgt sie bei Frauen (11,7 Pro-

zent), bei Männern 8,7 Prozent. Das zeigt eine Studie des Universitätsklinikums Münster, die bei der 80. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK) im April 2014 in Mannheim präsentiert wurde. <http://www.bkkommunikation.com/de/journalistenservice/aktuell/frauen-haben-hoehere-sterblichkeit-beim-akuten-herzinfarkt/>