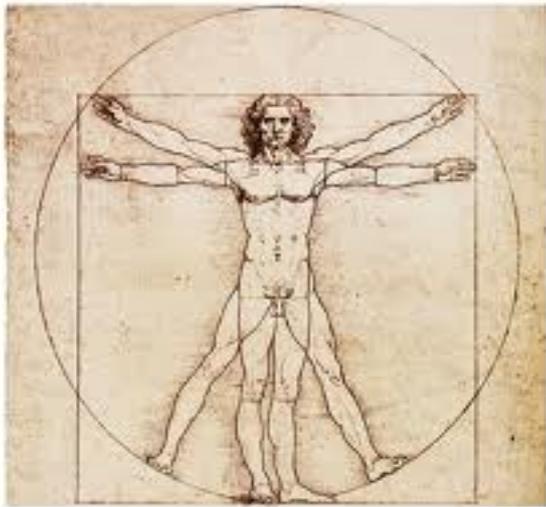


## Orthomolekulare Medizin



Die **orthomolekulare Medizin** (aus lat. für „Baustein“) ist eine maßgeblich von **Linus Pauling** beeinflusste alternativmedizinische Methode.

Im Mittelpunkt steht die **hochdosierte** Verwendung von **Vitaminen, Spurenelementen, Aminosäuren, Enzyme, bioaktive Pflanzenstoffe, Fettsäuren** und **Mineralstoffen** zur Vermeidung und Behandlung von Krankheiten.

Als Wegbereiter gilt **Linus Pauling**, Träger des Chemie- und **Friedensnobelpreises**, der den Ausdruck 1968 erstmals in einem Aufsatz über orthomolekulare Psychiatrie gebrauchte. Orthomolekulare Medizin ist nach Pauling

*„die Erhaltung guter Gesundheit und Behandlung von Krankheiten durch die Veränderung der Konzentrationen von Substanzen im menschlichen Körper, die normalerweise im Körper vorhanden und für die Gesundheit erforderlich sind.“*

Ausgangspunkt der orthomolekularen Lehre ist, dass es heutzutage kaum noch möglich ist, sich über ausgewogene Ernährung ausreichend mit Vitalstoffen zu versorgen, weil die Lebensmittel aufgrund von **unnatürlicher Züchtung, Transport, Lagerung** und Zubereitung nur noch einen Bruchteil der ursprünglich vorhandenen Stoffe enthalten. Dies führt zu chronischem Mangel beim überwiegenden Teil der Bevölkerung.

Eine ausreichende Zufuhr ist damit unabdingbar für die Erhaltung einer funktionierenden Gesundheit. Die orthomolekulare Medizin berücksichtigt also die **natürlichen Vorgänge** des **Stoffwechsels** und es ist ein Grundsatz, dass dabei keine körperfremden Substanzen zum Einsatz kommen.

Damit eine gezielte Zufuhr von **Mikronährstoffen** vorgenommen werden kann empfiehlt sich eine vorgängige **Haarmineralanalyse**.

**Therapieerfolge** in der orthomolekularen Medizin hängen ganz wesentlich von der **Qualität der Rohstoffe** ab. Die Wahl von geeigneten Verbindungen mit bester **Bioverfügbarkeit** (Aufnahme und Verwertbarkeit) verlangt viel Wissen und Erfahrung. Sollen die Mikronährstoffe wirken, müssen sie schnell und gut aufgenommen werden und am Wirkungsort - in jeder einzelnen Zelle - in ausreichender Menge zur Verfügung stehen.