

Editorial..... 1

OM aktuell

**α-Liponsäure:
Neue therapeutische
Option bei Alzheimer**

Uwe Gröber 4

**Vitamin-D-Mangel erhöht
das Mortalitätsrisiko**

Uwe Gröber 4



Quelle: MEV.

OM Wissen

Beim atopischen Ekzem kommt es zu einer Überempfindlichkeit der Haut und der Schleimhäute. Uwe Gröber beschreibt das Krankheitsbild mit Symptomen und Ursachen und erläutert den Einsatz von anti-entzündlich wirksamen und immunmodulierenden Mikronährstoffen wie γ-Linolensäure und Selen. Den Hauterkrankungen atopisches Ekzem, Akne und Wundheilungsstörung liegt die gleiche Ursache zugrunde, nämlich primär entzündliche Prozesse. Hierdurch bietet sich ein Ansatzpunkt für die orthomolekulare Therapie mit Zink. Dr. Christine Reinecke berichtet über den vielfältigen Einsatz dieses Mineralstoffs.

OM Wissen

**Das atopische Ekzem –
adjuvante Therapie mit
antientzündlichen und
Immunmodulierenden
Mikronährstoffen**

Uwe Gröber..... 6

**Wintersport, Sonne
und UV-Belastung –
wie wichtig sind Anti-
oxidanzien für die Haut?**

Michaela Döll 10

**Zink bei Hauterkran-
kungen – Neues über
Akne, Neurodermitis
und Wundheilung**

Christine Reinecke..... 14

OM Praxis

Praxistipps

**Hautschutz durch
Mikronährstoffe**

Hans-Peter Friedrichsen... 18

Kasustik

**Gezielte individuelle Mikro-
nährstoff-Supplementierung
nach Analytik bei chronisch
entzündlichen Darmerkran-
kungen (CED)**

Uwe Gröber 21

Interaktionen

**Protonenpumpenhemmer
und Vitamin B₁₂**

Uwe Gröber 23

Nährstoff-Spezial

Biotin

Uwe Gröber 25

OM Service

FEOS-Nachrichten..... 22

Buchbesprechung..... 27

Forum der Industrie..... 28

OM-Termine..... 30

Autorenrichtlinien 31

Impressum 32

Die Haut ist ein komplex aufgebautes Organ mit vielfältigen Funktionen. Aufgrund ihrer Oberfläche und Zusammensetzung ist sie anfällig für UV-bedingte oxidative Zellschäden sowie die resultierenden Alterungsprozesse und pathogenetischen Folgen. Welche Bedeutung in diesem Zusammenhang den Antioxidanzien zukommt, vor allem bei erhöhter UV-Exposition, erläutert Dr. Michaela Döll in ihrem Beitrag.

OM Praxis

Über den Hautschutz durch Mikronährstoffe informiert auch Dr. Hans-Peter Friedrichsen. Er erläutert die durch UV-Licht ausgelösten Prozesse in der Haut und die Funktion der Mikronährstoffe als Hautprotektoren. Sie wirken zum einen als Anti-

oxidanzien wie die Vitamine C und E oder β-Carotinoide. Zum anderen blockieren sie inflammatorische Prozesse an der Haut wie die α-Liponsäure oder Omega-3-Fettsäuren und fungieren als Promotoren reparativer Prozesse.

In der Rubrik „Nährstoff Spezial“ stellen wir Ihnen in dieser Ausgabe das Vitamin Biotin vor. Dieser zur Gruppe der B-Vitamine gehörende Nährstoff ist ein essenzieller Kofaktor verschiedener Carboxylasen und somit an einer Vielzahl von Stoffwechselprozessen im Intermediärstoffwechsel beteiligt. Welche dies im Einzelnen sind, wann ein erhöhter Bedarf besteht, welche Mangelsymptome auftreten und welche Dosierungen in diesen Fällen empfehlenswert sind, erfahren Sie in dem Artikel von Uwe Gröber.