

Länger und gesünder leben

aktuell · anzeigefrei
15 Jahre im Dienst Ihrer Gesundheit
unabhängig

VITALSTOFF-MEDIZIN

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

In dieser Ausgabe

Natürliche Heilung

Wie Sie die Vitalstoffmedizin vor den 15 gefährlichsten Krankheiten schützt 1

Diagnostik von Vitalstoffmängeln

Krank ohne Grund? Diese Blutwerte sollte Ihr Arzt unbedingt bestimmen 4

Vitalstoffmängel

Unglaublich: 9 von 10 Deutschen nehmen zu wenig Vitamine auf .. 6

Krankheiten heilen

Bei fast jeder Krankheit können Ihnen Vitalstoffe wirklich helfen .. 8

Neben- und Wechselwirkungen

Wie Sie Vitamine und Mineralstoffe garantiert sicher einnehmen 10

Praktische Anwendung

Nicht immer einfach: So finden Sie Vitalstoffexperten und gute Präparate 11

Natürliche Heilung

Wie Sie die Vitalstoffmedizin vor den 15 gefährlichsten Krankheiten schützt

In jedem Heft von *Länger und gesünder leben* finden Sie mindestens einen längeren Beitrag, in dem wir Ihnen Vitalstoffe empfehlen – sei es zur Vorbeugung oder zur Heilung von Krankheiten. Auf vielfältigen Leserwunsch geben wir Ihnen in diesem Spezialreport einen Gesamtüberblick darüber, was die Vitalstoffmedizin (Orthomolekulare Medizin) für Ihre Gesundheit leisten kann: Wie wirken die Substanzen, welche Dosierungen benötigen Sie, und wie lässt sich ein Mangel überhaupt feststellen?

Die Therapie mit Vitalstoffen hat längst den Bereich der „alternativen Medizin“ verlassen und findet immer mehr Anerkennung auch in schulmedizinisch ausgerichteten Arztpraxen. Dazu beigetragen haben zahlreiche wissenschaftliche Studien, die in den letzten 20 Jahren die Wirksamkeit der natürlichen und sanften Substanzen zweifelsfrei belegen konnten. Warum sollten Sie sich deshalb weiterhin nur noch auf neben-

wirkungsreiche Medikamente verlassen? Diese bekämpfen meist nur Symptome und packen das Übel nicht an der Wurzel. Ganz anders die Vitalstoffe: Sie wirken vorbeugend und heilend zugleich.

Deshalb sind sie ein ideales Mittel, mit denen es Ihnen gelingen wird, bei bester Gesundheit ein möglichst hohes Lebensalter zu erreichen.

Dieser besondere Zweig der Medizin wird auch als Orthomolekulare

Das bietet Ihnen

Länger und gesünder leben

Länger und gesünder leben ist ein aktueller Informationsdienst für gesundheitsbewusste Menschen, die sich wissenschaftlich fundiert über ganzheitliche Medizin informieren und die Vorzüge der Schulmedizin mit denen der alternativen Medizin verbinden möchten. Er berichtet über allerneueste, oft wenig bekannte Behandlungsmethoden sowie Heilmittel aus der komplementären und orthomolekularen Medizin, recherchiert an Forschungszentren weltweit. Weitere Schwerpunkte bilden Wirkungen von Nahrungsergänzungsmitteln, Vitaminen und Mineralien zur Vorbeugung und Therapie. Sie erhalten detaillierte, im Alltag leicht umsetzbare Informationen über Anwendung, Dosierung und Bezugsquellen. Ein Netzwerk von Autoren und Gutachtern, bestehend aus anerkannten Medizinern, Ernährungswissenschaftlern und Humanbiologen, garantiert die Verlässlichkeit der medizinischen Informationen. So können Sie Krankheiten vorbeugen, Ihre Lebensspanne verlängern und noch in fortgeschrittenem Alter das Leben bei höherer Lebensqualität genießen.

Vitalstoffmangel: Auch in Deutschland häufig

| | |
|-------------------------|------|
| Vitamin D | 90 % |
| Folsäure | 90 % |
| Eisen | 58 % |
| Kalzium | 55 % |
| Jod | 53 % |
| Vitamin E | 50 % |
| Vitamin C ₃ | 30 % |
| Vitamin B ₁ | 30 % |
| Magnesium | 30 % |
| Vitamin B ₁₂ | 25 % |

Trotz aller Beschwichtigungsversuche: Viele Deutsche erreichen nicht die empfohlenen täglichen Mindestmengen. Besonders drastisch: Folsäure und Vitamin D – fast 90 % nehmen zu wenig davon auf.