

# Orthomolekulare Medizin

## Ein wirksames Element der Präventivmedizin

Der zweifache Nobelpreisträger Linus Pauling war Begründer und Wegbereiter der Orthomolekularen Medizin (ortho = richtig, gut; Molekül = Baustein von Substanzen).

Er definierte das Wirkprinzip der Orthomolekularen Medizin: die Erhaltung der Gesundheit durch die Veränderung der Konzentrationen von Substanzen, die normalerweise im Körper vorhanden und für die Gesundheit verantwortlich sind, sei dabei das Wesentliche.

Dem Körper müssen täglich ausreichend Mikronährstoffe wie z. B. Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe zugeführt werden, um ihn leistungs- und widerstandsfähig zu erhalten. Da diese von unserem Organismus nicht oder nicht immer in ausreichender Menge selbst hergestellt werden, müssen sie regelmäßig von außen zugeführt werden. Der Umfang ist von verschiedenen äußeren und inneren Faktoren abhängig, z. B. von unseren Lebens- und Ernährungsgewohnheiten, unserem Gesundheitszustand, dem Alter oder von Umwelteinflüssen.

**Dr. med. Dipl.-Psych. Rita R. Trettin**  
Ärztliche Leitung

Fachärztin für Neurologie  
Fachärztin für Psychiatrie  
und Psychotherapie  
Diplom-Psychologin  
Fachpsychologin Diabetes DDG  
Stress- und Businesscoach  
Lizenzierte Trainerin für Walking  
und Nordic Walking

**mcc** MEDICAL COMPETENCE  
CENTER WINTERHUDE  
Prävention - Stressmedizin - Psychodiabetologie

### Ärztehaus Winterhude

Hudwalckerstr. 2-8  
22299 Hamburg  
Gartengeschoss/Souterrain  
Telefon: 040 - 46 48 18

[www.neurologiewinterhude.de](http://www.neurologiewinterhude.de)  
[www.stresszentrum-hamburg-winterhude.de](http://www.stresszentrum-hamburg-winterhude.de)

*Vital!*

### Und so kommen Sie zu uns:

U-Bahn- und Busanbindung  
U1 Station Hudtwalckerstrasse

Buslinien 20, 25 und 118  
bis Hudtwalckerstrasse



## Reserven wieder auffüllen!

## Essentielle Vitalstoffe

Ein erhöhter Bedarf an Vitalstoffen in besonderen Lebenssituationen, z.B. bei chronischen Erkrankungen, kann beim heutigen Lebensstil nur über Supplemente gedeckt werden.

Eine Vitalstoffunterversorgung oder Dysbalance kann demnach einerseits zu Leistungseinbrüchen und zur Manifestation chronischer Erkrankungen beitragen. Andererseits kann der kunstgerechte Einsatz von Vitalstoffen neue Therapieansätze für das gesamte Spektrum der traditionellen und naturheilkundlichen Medizin eröffnen.

Bei der orthomolekularen Medizin handelt es sich um ein wichtiges Element der Präventivmedizin, aber auch um ein „Basis-Tool“, das die Erfolgsaussichten anderer therapeutischer Maßnahmen erhöht.

Sie erhalten hier in der Praxis Präparate zur unterstützenden Behandlung von Stresssymptomen, eingeschränktem Immunsystem, Gelenkerkrankungen, Reizdarm, Krebserkrankungen u.a.

Die orthomolekulare Medizin hat sich als wichtiger Baustein eines ganzheitlichen Therapiekonzepts etabliert. Der Erhalt der Gesundheit und die ernährungsmedizinische Unterstützung bei der Behandlung von Krankheiten ist dabei das oberste Ziel.

Das Produktsortiment ist indikativ breit aufgestellt und bietet als therapiebegleitende Maßnahme vielfältige fachspezifische Anwendungsmöglichkeiten. Sie werden in dieser Praxis von ausgebildeten Orthomolekulartherapeuten umfassend und sehr individuell beraten.

## Die Behandlung bei Stress

Wer viel leistet und unter Stress steht, verbraucht mehr Mikronährstoffe. Natürlicherweise sind diese lebenswichtigen Nährstoffe in Obst und Gemüse enthalten. Doch nicht immer bekommt unser Körper das, was er braucht. Durch Lagerungs- oder Transportzeiten unter ungünstigen Licht-, Luft- und Temperaturverhältnissen nimmt der Mikronährstoffgehalt der Nahrungsmittel ab.

Viele Betroffene versuchen, Mehrfachbelastungen zu kompensieren, indem sie in schwierigen Lebenssituationen z.B. besonders viel oder besonders wenig essen oder sie versuchen, durch erhöhten Nikotin-, Kaffee- oder Alkoholgenuss Momente der Entspannung zu erleben. Dadurch kann es zu einem zusätzlichen Mehrbedarf an speziellen Mikronährstoffen kommen, denn viele Genußgifte gelten als wahre „Vitaminräuber“.

Es kommt zu Veränderungen der physischen und psychischen Leistungsreserven, zu einer Verstärkung der Infektibilität und einer Reduzierung des Oxidationsschutzes.

Der Organismus benötigt spezielle stressrelevante Mikronährstoffe, damit die körpereigenen Depots wieder aufgefüllt werden.



## Das Anwendungsspektrum

Die Mikronährstoffe in höchster Qualität werden in unterschiedlicher Zusammensetzung bei verschiedenen Beschwerden zur Stärkung und Vitalisierung eingesetzt.

**Sprechen Sie uns an oder nutzen Sie unsere eingerichteten Informationssprechstunden. Wir beraten Sie umfassend und individuell.**

Spezielle Produktzusammensetzungen bieten wir u.a. für folgende Krankheitsbilder an:

- Immundefizite
- Arteriosklerose
- Herzrhythmusstörungen
- Herzinsuffizienz
- chronische Erschöpfung
- Burn-out-Syndrom
- stressbedingte Erkrankungen
- arthrotische Gelenkveränderungen
- Osteoporose
- rheumatoide Arthritis
- altersbedingte Augenerkrankungen
- Gedächtnisstörungen

Beachten Sie bitte unsere aktuellen Angebote.