

## Fachbuch (Grundwerk) der Orthomolekularen Medizin:

Dr. Lothar Burgerstein † „Burgersteins Handbuch Nährstoffe – Vorbeugen und heilen durch ausgewogene Ernährung: Alles über Spurenelemente, Vitamine und Mineralstoffe“  
11. Auflage, ISBN: 978-3-8304-2194-8 (Preis 39,95 €)

Anmerkungen:

1. Das Buch behandelt umfassend alle Nährstoffe des menschlichen Körpers, deren Bedeutung, Wirkung und Dosierung. In einem gesonderten Abschnitt werden zahlreiche Krankheiten, meistens Mangelkrankheiten, und deren Therapie mit ausgewählten Nährstoffen erläutert. Der Grundsatz ist ausschließliche Therapie mit Bio-Stoffen ohne chemische Medikamente soweit das natürlich möglich ist. Arthrose im Endstadium ist als Beispiel damit nicht mehr therapierbar.

2. In der 10. Auflage (habe ich mir zugelegt) fehlt noch jeder Hinweis auf Glucosamin und Chondroitin bei der Behandlung von Arthrose / Osteoarthritis. Dieser Mangel wird mit einer umfassenden Abhandlung in der 12. Auflage behoben (siehe meine Anfrage an den Haug-Verlag). Mit dem Erscheinen dieser Auflage ist leider nicht vor 2010 zu rechnen. Zumindest gibt es in der 11. Auflage eine kürzere Empfehlung dieser Supplemente.

Bernd Michael  
Bestensee



## Kundenrezensionen bei Amazon

★★★★★ **Unglaubliche Heilerfolge für Jedermann**, 13. April 1999

Von **Ein Kunde**

Diese Rezension stammt von: [Burgersteins Handbuch Nährstoffe. Prävention und Therapie \(Gebundene Ausgabe\)](#)

Ein Muß für Jedermann. So wichtig wie die Bibel. Die Inhalte sind sehr verständlich geordnet und leicht lesbar geschrieben. Es ist für uns ein unentbehrlicher Leitfaden geworden und wir sind überzeugt, daß so wie wir jeder Laie zurecht kommen wird. Wenn Lothar Burgerstein wüßte, wie sehr er uns damit geholfen hat und wie dankbar wir ihm dafür sind. Die Erfahrungen die wir aus der Anwendung dieses Buches sammeln konnten, haben wir nicht für möglich gehalten. Da beinahe jeder in unserem Umfeld über Beschwerden klagt, haben wir uns nach unseren persönlichen Erfolgen aufgerufen gefühlt mit diesem Buch Ratschläge und Hinweise zu erteilen. Die Erfolgsberichte der Heilungsfortschritte erstrecken sich von Arteriosklerose, Herzrhythmusstörungen, Durchblutungsmangel, Diabetes, Nierenversagen, Asthma, diverser Arthroseerscheinungen, Übergewicht, Depressionen, Morbus Chron, Immunschwäche, Prostatabeschwerden und vielen anderen Krankheitsbildern in denen die Chancen der schulmedizinischen Pharmaprodukte ausgereizt und ergebnislos verliefen. Unser Gesundheitssystem wird sich nicht länger in die Richtung eines Krankheitssystems entwickeln, wenn mehr und mehr Einzelpersonen Ihre Chance wahrnehmen, das große Nährstoffmanko der Industrienahrung richtig zu ergänzen. So, daß Krankheitsbilder aufgrund von Nährstoffmangel nicht mehr so epidemische Erscheinungsformen annehmen könnten. Dieses Buch hat uns Mut gegeben eine ständig wachsende Initiavite ins Leben zu rufen, die derzeit von ca. 60 Einzelpersonen unterstützt wird, in der wir die Anwendung der Ratschläge dieses Buches konsequent durchführen und mit anderen teilen. Die großartigen Erfolge unserer Anwendung geben Herrn Burgerstein und allen reichlich vorhandenen Quellennachweisen mehr als nur Recht.

★★★★★ **Die "Bibel" unter den Ernährungsbüchern**, 19. Juli 2000

Von [Janez Sok](#) -

Diese Rezension stammt von: [Burgersteins Handbuch Nährstoffe. Vorbeugen und heilen durch ausgewogene Ernährung \(Gebundene Ausgabe\)](#)

Ich schätze dieses Werk von Burgersteiner sehr. In unserer von Industrie- und Wirtschaftsgiganten regierten Welt, ist die Gesundheit des Einzelnen auf dem Spiel. Das dickste Geld wird mit den vielfältigen Augenwischereien rund um die Ernährung und das Gesundheitswesen gemacht. Dieses Werk ist zwar ein hochsachliches und total unpolitisches Buch, jedoch werden einem während der Arbeit und Lektüre die Chancen und Möglichkeiten für eigenverantwortliches Handeln in Bezug auf Gesundheitsvorsorge sehr deutlich. Nährstoffergänzungen gewinnen in diesem Kontext immer mehr an Bedeutung. Hier ist auch die große Chance für aufgeschlossene Ärzte, die ihren Hippokratischen Eid ernst nehmen. Der Leitsatz des Hippokrates "Deine Nahrung sei Dir Medizin und die Medizin Deine Nahrung" wird zunehmend wieder das Maß der Dinge werden. Je mehr das Bewußtsein des Einzelnen in Bezug auf dieses Thema wächst, der Bücher wie dieses Werk als Orientierung wählt, umso mehr werden die zähflüssigen staatlichen Regelwerke folgen müssen. Ich kann und werde nicht nachlassen, meinen Teil beizutragen.

★★★★★ **DAS Nahrungsergänzungsbuch!!!**, 18. August 2000

Von [D. Schwarz "Cholesterin-Berater.com"](#) (Austria) -

Diese Rezension stammt von: [Burgersteins Handbuch Nährstoffe. Vorbeugen und heilen durch ausgewogene Ernährung \(Gebundene Ausgabe\)](#)

Von allen Büchern über Nahrungsergänzungen (auch allen ENGLISCHEN) ist dieses einfach unschlagbar!! Es hat mir in meiner Praxis als Berater im Nahrungsergänzungsbereich sehr geholfen und unterstützt meine Tätigkeit bei LIFE PLUS!

★★★★★ Genial..., 2. Mai 2009

Von [Saiht Tam "Journalist"](#) -

...sind sowohl das Buch als auch - völlig verdient - die bisherigen Rezensionen. Sie haben das zu Sage-  
de bereits auf den Punkt gebracht. Mir bleibt nur folgende Ergänzung: Es ist faszinierend, dass ein Sach-  
buch diese Qualität erreichen kann!

5 Sterne, weil mehr nicht möglich sind.

★★★★★ absolut "lebenswert" :-), 27. März 2009

Von [Wolfgang Engelbrecht "win-win-idee.de"](#) (Leck/Nordfriesland) -

[Burgersteins Handbuch der Nährstoffe](#)

Ein Ratgeber wie er in jedem Haushalt sein sollte, wenn, ja wenn man sich für Gesundheit interessiert.  
Hier wird ganz klar gezeigt wo die Ursachen liegen. Auch der eine oder andere Hinweis auf unser "kran-  
kes" Krankensystem fehlt nicht. Wer Krankheit behandeln will, ist hier falsch beraten, wer Gesundheit  
sucht, wird hier fündig!!

Eine der wichtigsten Lektüren in meiner Sammlung!

Wolfgang Engelbrecht