

## Wenn Medikamente zu Vitalstoff-Räubern werden

---

Liebe Leserinnen und Leser,



Im heutigen Gesundheitsbrief möchte ich Ihnen schwerpunktmäßig über das Thema „Wenn Medikamente zu Vitalstoff-Räubern werden“ berichten. Damit möchte ich ein Versprechen einlösen, welches ich in einem der letzten Briefe vor meinem Urlaub gemacht hatte:

**Gesünder krank sein, das geht! Im Grunde bekommen Sie also heute die Fortsetzung zu diesem Gesundheitsbrief.**

Mein letzter Gesundheitsbrief mit dem Thema "Wenn die Atmung streikt (chronisch obstruktive Lungenerkrankung)" war leider kaum leserlich. Der Grund war ein technisches Problem. Ich kann nichts dafür, möchte mich aber trotzdem dafür entschuldigen.

Dieser letzte Gesundheitsbrief ist inzwischen in das Archiv eingespeichert worden (wie auch die übrigen Briefe aus den letzten Wochen). Ich kann leider keine einzelnen Briefe versenden, deshalb heute meine Bitte:

**Sie können den letzten Gesundheitsbrief ab sofort im Archiv nachlesen.**

## Wechselwirkungen von Medikamenten und Mikronährstoffen und was man unbedingt darüber wissen sollte!

---

Dank der verdienstvollen Arbeit einer Mitarbeiterin können wir Ihnen jetzt einen besonderen Service anbieten: Listen von Arzneimittel-Gruppen, bei denen es besonders auffällige Interaktionen zwischen Medikamenten und Mikronährstoffen gibt. Mit Informationen, die Sie auf keinem Beipackzettel finden.

Im Vitalstoff-Journal gibt eine Rubrik „Aus der Forschung“. Dort sammeln wir alle uns bekannt werden wichtigen Forschungsergebnisse zu Vitalstoffen. Diese Rubrik ist gegliedert nach den Stichworten Vitamine, Mineralstoffe, Aminosäuren, Bioflavonoide und Kräuter, Salvestrole, Fettsäuren, Heilverfahren und Medikamente.

**Die Informationen zu Medikamenten sind überschrieben mit „Wenn Medikamente zu Vitalstoff-Räubern werden“.**

„Medikamente sind zweifellos praktisch. Der Arzt weiß meist sofort, welche Pille er bei welchen Beschwerden verschreiben muss. Das gibt ein Gefühl von Sicherheit. Nicht gerade selten aber folgt der Medikamenteneinnahme eine gewisse Ernüchterung. Denn Medikamente haben bekanntermaßen Nebenwirkungen. Sie rauben dem Körper wertvolle Vitalstoffe. Auf dieser Seite wollen wir Ihnen so viel wie möglich Informationen darüber geben, was Sie tun können, um die durch Arzneimittel entstehenden Nährstoffdefizite auszugleichen.“

Wir haben zwei wichtige Übersichten erstellt, die Ihnen einen ersten Einstieg in die Problematik geben können.

Die erste Übersicht mit dem Namen „**Mikronährstoffdefizite bei älteren Menschen**“ zeigt auf, dass bei älteren Menschen, die ja bekanntlich viele Medikamente regelmäßig einnehmen (müssen), besondere Nährstoff-Defizite entstehen.

Eine zweite Übersicht mit dem Titel „**Symptome bei Mikronährstoffmangel**“ zeigt, worauf man achten sollte, wenn man regelmäßig Arzneimittel einnimmt.

## **Informationen, die Sie auf keinem Beipackzettel finden**

---

Unsere medizinische Fachkraft hat nun aus dem Buch von Uwe Gröber mit dem Titel „Interaktionen, Arzneimittel und Mikronährstoffe“ (ISBN 978-3-8047-2375-7, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH Stuttgart), zum Teil verändert bzw. ergänzt mit weiteren uns vorliegenden Informationen, eine Fülle sehr grundlegender Informationen zusammengestellt. Das bemerkenswerte Ergebnis dieser Arbeit (die ich eigentlich nicht hoch genug schätzen kann) finden Sie seit der vergangenen Nacht im Internet auf den Seiten des Vitalstoff-Journals.

## **Es sind folgende 26 Seiten mit Beschreibungen der Wechselwirkungen zwischen Medikamentengruppen und Vitalstoffen entstanden:**

---

**Analgetika (Schmerzmittel) und Vitalstoffe**

**Antazida und Säureblocker (Arzneimittel zur Neutralisierung der Magensäure) und Vitalstoffe**

**Antiadiposita (Schlankheitsmittel) und Vitalstoffe**

**Antianämika (Mittel zur Behandlung von Anämie) und Vitalstoffe**

**Antiasthmatika (Mittel zur Behandlung von Asthma) und Vitalstoffe**

**Antidiabetika (Mittel zur Behandlung von Diabetes) und Vitalstoffe**

**Antibiotika und Vitalstoffe**

**Antiepileptika (Mittel zur Behandlung von Epilepsie) und Vitalstoffe**

**Antihypertonika (Mittel zur Behandlung von erhöhtem Blutdruck) und Vitalstoffe**

**Antikoagulantien (Mittel zur Hemmung der Blutgerinnung) und Vitalstoffe**

**Antirheumatika und Antiphlogistika (Entzündungshemmende Medikamente) und Vitalstoffe**

**Corticosteroide (Kortison-Derivate) und Vitalstoffe**

**Diuretika (Entwässerungsmittel) und Vitalstoffe**

**Gichtmittel und Vitalstoffe**

**Immunsuppressiva (Medikamente die das Immunsystem unterdrücken) und Vitalstoffe**

**Kardiaka und Koronarmittel (Herzmittel) und Vitalstoffe**

**Laxanzien (Abführmittel) und Vitalstoffe**

**Lipid- und Cholesterinsenker und Vitalstoffe**

**Migräneprophylaktika und Vitalstoffe**

**Neuropathie-Präparate (Mittel zur Behandlung der peripheren Nerven) und Vitalstoffe**

**Osteoporosemittel und Vitalstoffe**

**Psychopharmaka und Vitalstoffe**

**Parkinsonmittel und Vitalstoffe**

**Schilddrüsentherapeutika und Vitalstoffe**

**Sexualhormone und Antiöstrogene und Vitalstoffe**

**Virusstatika und Vitalstoffe**

**Zytostatika (Chemotherapeutika) und Vitalstoffe**

## **Wozu dienen die Informationen?**

---

Diese Informationen sollen in erster Linie medizinischem Fachpersonal dienen. Wir würden uns natürlich freuen, wenn diese Informationen in Zukunft stärker berücksichtigt werden würden, wenn bestimmte Medikamente verschrieben werden. Das ist die eine Sicht. Wir denken, dass wir dazu auch die Anschaffung des Buchs von Uwe Gröber empfehlen sollten. Es enthält eine Fülle vertiefender Informationen, auf die wir in unserem Rahmen nicht eingehen können.

## **Die Liste kann aber auch für Patienten wichtig sein.**

---

Wir möchten Ihnen dazu aber einen sehr dringenden Rat mit auf den Weg geben: Verwenden Sie diese Informationen nicht, um Ihre Medikation eigenhändig zu verändern. Nutzen Sie die Informationen, um mit dem Arzt oder Therapeuten Ihres Vertrauens Ihre besondere Situation zu besprechen. Ihr Arzt wird Ihnen dankbar sein, wenn Sie ihn auf das Buch von Uwe Gröber hinweisen.

# Wichtiger Hinweis und Warnung

---

Sollten Sie bei der Durchsicht dieser Aufstellungen Beschreibungen finden, die auf ihre Situation passen, konsultieren Sie bitte ihren Hausarzt. Verändern Sie bitte nicht eigenständig ihre Medikation, die Folgen könnten dramatisch sein. Sprechen Sie die Supplementierung mit Mikronährstoffen mit ihrem Arzt / Therapeuten ab.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihre Newsletter-Redaktion



## Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

**Preise und Versandkosten: Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.**

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

---

[www.vitalstoff-journal.de](http://www.vitalstoff-journal.de)

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln