

# Nährstoffe heilen

Thema | Hatte Linus Pauling Recht?



#Nährstoffe #Migräne #Vitamine  
#Orthomolekulartherapie #Wohlbefinden

## Dr. E. Blaurock-Busch MSc und PhD Yvette M. Busch BSc

### Geschichtliches

Nährstoffe heilen – das war die Überzeugung namhafter Chemiker und Mediziner. Die in den 1960er-Jahren ins Leben gerufene orthomolekulare Medizin (OM) sollte dies bestätigen. Als Wegbereiter wird meist Linus Pauling (1901-1994) zitiert. Der Träger des Chemie- und Friedensnobelpreises prägte erstmals 1967 den Ausdruck „orthomolekular“.

**Der Begriff stammt aus dem Altgriechischen:**  
**orthós = „richtig“ und molekular = „Molekül“.**

1974 formulierten Pauling und sein Kollege Arthur B. Robinson ihre Theorie wie folgt: „Wir glauben, dass eine signifikante Verbesserung der Gesundheit und eine Verringerung der altersspezifischen Morbidität und Mortalität bei verschiedenen Krankheiten erreicht werden kann, indem die Konzentrationen der normalerweise vorhandenen Moleküle im Körper variiert werden, von denen viele lebensnotwendig sind. Das entsprechende Gebiet wird als Orthomolekulare Medizin bezeichnet.“

Während dieser Zeit lebte ich in den USA und konnte diese Entwicklung mitverfolgen. Linus Pauling erlebte ich während einer Vorlesung. Im Hörsaal der Boulder-Colorado-Universität drängten sich Studenten und Professoren – selbst um Stehplätze. Der Vortrag des bereits betagten Redners war überzeugend und voller Energie. Er nehme täglich mehr als zehn Gramm Vitamin C zu sich, sagte er. Mit seinen Forschungen dokumentierte er, dass die OM krebsverhütend wirkt und allgemein der Gesundheit dient.

Paulings Zeitgenossen waren Carl C. Pfeiffer (1908-1988) und der Kanadier Abram Hoffer (1917-2009). Beide promovierten in Biochemie wie auch in Psychiatrie. Beide konzentrierten ihre Forschung auf biochemische Störungen und wiesen nach, dass die gezielte, teils sehr hohe Zufuhr an Nährstoffen einen direkten Einfluss auf psychiatrische Erkrankungen wie Schizophrenie oder bipolare Störungen hat.

Hoffer wie auch Pfeiffer waren der Überzeugung, dass es für jedes Medikament eine natürliche Substanz gibt, die dieselbe Wirkung erzielen kann und dass biochemische Ungleichgewichte für viele psychologische Probleme verantwortlich sind.

Pfeiffer gründete das Princeton Brain-Bio Center, das sich voll und ganz dieser Therapie verschrieb. Er half auch bei der Leitung einer stationären Behandlungseinrichtung in Skillman, bekannt als „Earth House“. Diese wurde von einer ehemaligen Schizophreniepatientin Pfeiffers gegründet, gefördert und geleitet.

Der Kanadier Abram Hoffer gründete 1967 das „Journal of Schizophrenia“, das später in „Journal of Orthomolecular Medicine“ umbenannt wurde. Dieses Fachmagazin existiert noch heute. Die damaligen Vertreter der OM widmeten sich vor allem psychiatrischen und neurovaskulären Erkrankungen. Doch nicht nur diese wurden erfolgreich mit Nährstoffen behandelt.

### Migräne

Dieses neurovaskuläre Problem plagt regelmäßig 6-18% aller Männer und Frauen, kann jedoch mit der Zufuhr an Nährstoffen wie Magnesium, Niacin, Riboflavin, Cobalamin, Coenzym Q10, Carnitin,  $\alpha$ -Liponsäure wie auch Vitamin D erfolgreich behandelt werden.<sup>1</sup> Information der Harvard Medical School bestätigen, dass die OM bei chronischen Erkrankungen wie Arthritis oder Herzerkrankungen unter bestimmten Voraussetzungen Symptome lindern und auch heilen kann.<sup>2</sup>

Außerdem sollen orthomolekular-therapeutische Behandlungen die Lebensqualität der Krebskranken verbessern und

1 Eshtivani EN et al. The role of nutrients in the pathogenesis and treatment of migraine headaches: Review. Biomed Pharmacotherapy 2018 Jun;102:317-325

2 Antinora L. Can Diet Improve Arthritis Symptoms? Harvard Health Publ 2013, upd 2017. Can diet improve arthritis symptoms? Harvard Health

## → Yvette M. Busch BSc

ist Geschäftsführerin und leitet den Laborbetrieb Micro Trace Minerals (MTM) seit über 15 Jahren. Sie begleitet und förderte Forschungsarbeiten der Firma, ist Co-Autorin deutsch- wie auch englischsprachiger Artikel und Bücher, organisierte Seminare und internationale Kongresse und referierte weltweit. Sie ist Alumna der Universität Boulder, Colorado.



Kontakt: [www.kontaktseite.de](http://www.kontaktseite.de)

Nebenwirkungen nach erfolgter Bestrahlung oder Chemotherapie reduzieren.<sup>3</sup>

Als ein weiterer Vorteil der Nährstofftherapie gilt, dass sie bei gezielter Anwendung andere Behandlungsmethoden nicht blockiert, sondern weitgehend unterstützt.

## Vitamin C und Viren

OM-Therapeuten berufen sich auf die biochemische Funktion der Nährstoffe. Vitamin C wirkt antiviral, was seit nahezu 100 Jahren bekannt ist. In China und Korea wird Vitamin C seit Anfang der Corona-Krise zum Schutz und zur Behandlung von COVID-19 eingesetzt.

Der Koreaner Dr. Hyoungjoo Shin berichtete im Februar 2020: „In meinem Krankenhaus in Daegu, Südkorea, nehmen seit letzter Woche alle stationären Patienten und alle Mitarbeiter Vitamin C oral ein. Ein paar hatten diese Woche leichtes Fieber, Kopfschmerzen und Husten. Diese Personen bekamen 30.000 mg (= 30 Gramm) Vitamin C intravenös verabreicht. Einigen ging es nach zwei Tagen besser, und bei den meisten verschwanden die Symptome nach einer einzigen Injektion.“<sup>4</sup>

Mediziner des Second Affiliated Hospital der Xi'an-Jiaotong-Universität in China berichteten ebenfalls über die erfolgreiche „Vitamin-C-Behandlung“ bei Corona-Patienten. Patienten, die unter einer starken, durch COVID-19 verursachten Lungenentzündung litten, erholten sich nach einer Hochdosisbehandlung mit Vitamin C. Inzwischen empfiehlt die Shanghai Medical Association Vitamin C zur Bekämpfung des Coronavirus.<sup>5</sup>

## Sonnenvitamin D

Der jahreszeitbedingte Vitamin-D-Mangel der Menschen, die in sonnenarmen Ländern leben, ist bekannt. Der Ökotrophologe

3 Hoffer A. Integrative, Complementary Treatment for Cancer with Orthomolecular Medicine. Preventive Disease.com 2010

4 Yeung J et al. CNN Updated 2:36 p.m. ET, February 28, 2020

5 Saul AW. Shanghai Government Officially Recommends Vitamin C for COVID-19. Orthomolecular Medicine News Service, Mar 3, 2020

Professor Dr. Nicolai Worm von der Deutschen Hochschule für Gesundheitsmanagement Saarbrücken weist auf eine Untersuchung des Bundesforschungsinstituts für Ernährung und Lebensmittel (Max-Rubner-Institut) aus den Jahren 2005-2008 hin. Diese zeigt, dass mehr als 67% der Bevölkerung in den Wintermonaten einen Vitamin-D-Mangel haben.

Mediziner der Universität Lübeck bestätigten dies. Insbesondere im stationären Bereich waren ohne Ausnahme alle untersuchten Personen mit Vitamin D unterversorgt. In den Monaten Januar bis April zeigten mehr als 30% der untersuchten Personen einen schweren Vitamin-D-Mangel.<sup>6</sup>

## Vitamin B12, Herpes und Neuralgien

Nach Schätzung des Medizinischen Dienstes der Krankenkassen leiden in Deutschland etwa 1,6 Millionen der über 60-Jährigen an wenigstens einer chronischen Mangelernährung. Vitamin-B12-Mangel ist häufig, vor allem bei Vegetariern.

Zwar ist Vitamin B12, auch Cobalamin genannt, das einzige wasserlösliche Vitamin, das der Körper über mehrere Jahre speichern kann. Doch wer sich vegan ernährt, läuft Gefahr, nicht ausreichend Vitamin B12 aufzunehmen. Chronische Gastritis oder Morbus Crohn können Mangelsymptome auslösen, wie Blutarmut oder Neuralgien, einschließlich der postherpetischen Neuralgie.

1967 berichteten Gupta und Mital über die Behandlung von Vitamin B12 bei Herpes Zoster. Patienten wurde täglich 500 µg Vitamin B12 intravenös verabreicht. Bereits nach 2-3 Tagen zeigten sich dramatische Besserungen. Bei keinem der Patienten traten postherpetische Neuralgien auf.<sup>7</sup>

2018 evaluierten Wang und Kollegen vier Studien mit insgesamt 383 Teilnehmern. Im Vergleich zu den Placebo-Gruppen verbesserte die Vitamin B12-Zufuhr die Lebensqualität der Postherpetischen Neuralgie-Patienten deutlich. Der Analgetika-Konsum konnte deutlich gesenkt werden.<sup>8</sup>

## Diabetes und Magnesium

Der kanadische Mediziner, Biochemiker und Hormonforscher Dr. med. Hans Selye (1907-1982) bestätigte vor Jahrzehnten, dass Stress den Bedarf an Nährstoffen wie Magnesium deutlich erhöht.

### Krankheit ist Stress.

6 Kramer et al\_Vitamin D 2008-2010\_DGIM 2012.ppt [Kompatibilitätsmodus] (uni-luebeck.de)

7 Gupta AK, Mital HJ. Cyanocobalamin (vitamin B 12) in the management of herpes zoster. Indian Pract 1967; 20(7):457-9.

8 Wang JY et al. Vitamin B12 for herpetic neuralgia: A meta-analysis of randomised controlled trials Complement Ther Med 2018 Dec; 41:277-282.

## Eleonore Blaurock-Busch MSc PhD

arbeitete von 1968 bis 1972 im Forschungsinstitut 3M in Minnesota, USA, Abteilung Qualitätskontrolle. Danach gründete sie die Laborbetriebe Micro Trace Minerals in Deutschland und Trace Minerals International in Colorado, USA, Bereich Metalltoxikologie.



Sie lehrte weltweit an Universitäten, Fachschulen, Ärzte- und Heilpraktiker-Vereinigungen, veröffentlichte Artikel und etliche Bücher in deutscher und englischer Sprache, die teilweise auch als Lehrmaterial an Hochschulen dienen. Sie war Gast einiger Radio- und Fernsehshows in Deutschland, den USA und anderen Ländern. Weltweit leitete sie umweltmedizinische Forschungsprojekte, die z.B. die Wirkung von Toxinen auf die Gesundheit und insbesondere die Krebsentwicklung beeinflussen. Sie nimmt eine beratende Funktion bei verschiedenen Organisationen ein. Nebenbei studierte sie englische Lyrik und ist Alumna der Edinburgh Universität.

Kontakt: Ebb.blaurock@gmx.de

Weltweit leiden etwa 425 Millionen Menschen unter Diabetes.<sup>9</sup> Dass diese Krankheit über Jahre hinweg Folgeschäden an Gefäßen und Nerven verursacht ist bewiesen. Bekannt ist auch, dass Diabetes mit einem erhöhten Magnesiumbedarf einhergeht. Nachdem der Körper von Diabetikern den lebensnotwendigen Zucker nicht mehr in die Zellen aufnehmen kann, wird dieser vermehrt mit dem Urin ausgeschieden. Dabei geht u.a. auch Magnesium verloren.

**Langzeitstudien zeigen, dass Menschen mit ausreichender Magnesiumversorgung wesentlich seltener an Diabetes erkranken als Menschen deren Magnesiumbedarf nicht ausreichend gedeckt ist.**

Magnesiummangel fördert die Insulinresistenz.<sup>10</sup>

## Molybdän und Gicht

Gicht ist eine Störung des Purinstoffwechsels. Ursache ist zu viel Harnsäure im Blut, die sich in Kristallform an verschiedenen Körperstellen ablagert. Gicht tritt häufiger bei Männern als bei Frauen auf (20:1). Nierenfunktionsstörungen oder medikamentöse Behandlungen können Auslöser sein. Begünstigt werden Anfälle durch purinreiche Nahrungsmittel wie Fleisch (außer Geflügel), Linsen, Bohnen, Erbsen sowie durch Alkoholmissbrauch. Bei 25-35% der Gichtpatienten liegen ein latenter Diabetes sowie Störungen im Kohlenhydratstoffwechsel vor.

Bei der primären Manifestation einer Gichtarthritis handelt es sich meist um eine ausgeprägte lokale Entzündung mit massiver

Diabetes mellitus in Zahlen – Die Techniker

<sup>10</sup> Kim DJ, Xun P, Liu K, Loria C, Yokota K, Jacobs DR Jr, He K. Magnesium intake in relation to systemic inflammation, insulin resistance, and the incidence of diabetes. *Diabetes Care*. 2010 Dec;33(12):2604-10..

Schmerzsymptomatik. Diese klingt jedoch nach einigen Tagen wieder ab. Blutuntersuchungen weisen auf erhöhte Entzündungsfaktoren sowie erhöhte Leukozyten-, Serumferritin- und Transferrinwerte hin. Bei Gewebeuntersuchungen zeigten sich Molybdän-, Kupfer- und Eisenablagerungen.<sup>11,12</sup> Johnson diskutiert, dass die verringerte Harnsäureelimination – verursacht durch Molybdän- und Schwefelbindung an Kupfer in den Nieren – sowie eine erhöhte Ablagerung von Natrium-Eisen-Kristallen aufgrund von hohem Ferritin und gesättigtem Transferrin gichtauslösend wirken. Phlebotomie wird als Therapie für Gichtpatienten vorgeschlagen, um akkumuliertes Eisen zu beseitigen. Es wird eine jährliche Blutspende für Männer mit einer Familiengeschichte von Gicht empfohlen, um die Eisenanhäufung zu vermeiden.<sup>13</sup>

Wein evaluierte Studien, die von 1986- 2006 durchgeführt wurden und die den Erfolg einer Vitamin C Supplementierung bestätigten. So sind im Archives of Internal Medicine Ergebnisse von über 1300 gichtkranken Männern veröffentlicht deren Risiko eines Gichtanfalls nach Einnahme von täglich 1500mg Vitamin C um 45% reduziert werden konnte.<sup>15</sup>

## Fazit

Die Nährstoff-Therapie ist nebenwirkungsarm und kostengünstig. Sie ist eine Ursachenbehandlung, die Patienten zu verbessertem Wohlbefinden verhilft.<sup>16</sup>

Das Konzept der klinischen Orthomolekulartherapie ist die Antwort auf die Anforderungen unserer hochindustrialisierten Epoche. Diese zeichnet sich durch fortschreitende Umweltverschmutzung, weit verbreitete, unausgeglichene Fabrikernährung und einen hohen Stresspegel einer immer stärker getriebenen Bevölkerung aus. Es handelt sich um eine nebenwirkungsarme Therapie, die – wie Pauling zitierte – mit den richtigen Molekülen zu heilen versucht.

**AKOM**

11 Richette, P. and T. Bardin, Gout. *Lancet*, 2010. 375(9711): p. 318-28.

12 Choi, H.K., et al., Pathogenesis of gout. *Ann Intern Med*, 2005. 143(7): p. 499-516.  
3. Neogi, T., Clinical practice. Gout. *N Engl J Med*, 2011. 364(5): p. 443-52.

13 Johnson S. Effect of gradual accumulation of iron, molybdenum and sulfur, slow depletion of zinc and copper, ethanol or fructose ingestion and phlebotomy in gout. *Med Hypotheses*. 1999 Nov;53(5):407-12.

14 Stein HB et al. Ascorbic-acid-induced uricosuria: A consequence of metavitamin therapy. *Ann. Int. Med.* 1976; 84(4):385-8

15 Wein H. Vitamin C May Reduce Risk of Gout. National Institute of Health. March 16, 2009.

16 Gehrke I. Leitlinie 2012. Ernährung in der Geriatrie (dgem.de)

## Mehr zum Thema

Blaurock-Busch, E: Lehrbuch der Nährstofftherapie, Grundlagen und Anwendung der Orthomolekularmedizin – Mit Nährstoffen heilen. mgo fachverlage GmbH & Co. KG