

---

Subject: Gesundheitstheorie

Posted by [REMOLAN](#) on Tue, 20 Dec 2022 14:05:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo allerseits.

Wer kennt es nicht- den Irrgarten aus Ernährungstipps wie Sand am Meer, Nahrungsergänzungen wo gefühlt jedes 2. essentiell sein soll, Berichte über heimtückische Gifte, Parasiten, Viren,...

Nur auf die Körperlichen Faktoren bezogen, ganz vereinfacht, ist es doch so: der Körper will immer wieder in einen Zustand, in dem möglichst viele abgestorbene Zellen durch "fehlerfreie" funktionsfähige Zellen ersetzt werden, das Verhältnis zwischen Anabolismus und Katabolismus sich in Waage hält,...

Der Alterungsprozess betrifft alle verstärkt, die ihre Geschlechtsreife bereits erreicht haben,.. Und wenn man viel Stress und wenig Regeneration hat, umso mehr. Mängel verstärken das noch mal. Und dann kommen da noch Störfaktoren wie Schwermetalle, Xenobiotika, Parasiten,...

Doch unabhängig davon könnte man doch behaupten, dass zu viel oder zu wenig von irgend einem eigentlich essentiellen Stoff verheerende Auswirkungen haben kann (Beispiel: zu viel Vitamin D3: Nierenleiden, Gefäßverkalkung, oder zu viel Vitamin B6: Neuropathien).

Meiner Meinung nach ist das die Zukunft: Ein möglichst akkurates Testen auf Versorgung mit essentiellen Stoffen und der gezielte Ausgleich ohne sich auf gut Glück irgendwelche Pulver oder Multivitamine reinzuballern, Tests auf die Belastung mit gängigen Schwermetallen, Xenobiotika, Parasiten und geeignete Ausleitungsverfahren dazu,... etc. Dem Übergeordnet eventuell DNA-Tests, um erbliche Faktoren mit einzubeziehen, wie zB eine 5-MTHFR-Mutation, wodurch evtl Supplemente essentiell werden, um Neurotransmitter etc ausreichend herzustellen.

Also gezielteres Vorgehen, als jetzt wo wir eigentlich immer noch meistens im Dunkeln auf Spatzen schießen, sei es mit NEM oder Medikamenten bei HA.

Dazu am Rande die Frage:

Gibt es bereits aussagekräftige Tests insbesondere für Schwermetalle und Mikronährstoffe, um festzustellen, ob in der Zelle/Gewebe genug oder zu viel bzw toxische Mengen vorhanden sind? Die Angebote bisher sehen irgendwie nicht sehr überzeugend aus.

---