



Gesundheitsvorsorge in Eigenregie – Auf die Krankenkassen sollte sich keiner verlassen

Von Navitum

Erstellt am 13 Jan 2014 - 15:39

Wer bisher geglaubt hat, seine persönliche Gesundheitsvorsorge vertrauensvoll, vor allem finanziell in die Hände der Kassen legen zu können, muss sich erneut eines Besseren belehren lassen. Dies wird nicht geschehen. Auch nicht, wenn die Kassen mehr als 3€ pro Versichertem und Jahr für Vorsorgeleistungen ausgeben würden. Wenn noch nicht einmal genügend Geld für die Finanzierung der professionellen Zahnhygiene durch die gesetzlichen Krankenkassen da ist, wo soll denn das Geld für andere sinnvolle Vorsorgemaßnahmen herkommen? Es bleibt also dabei. Auch in Zukunft wird jeder wie bisher auch für Vorsorgeleistungen selbst verantwortlich sein. Das gilt bis auf wenige handverlesene Ausnahmen auch finanziell. Was ist also zu tun? Zunächst erst einmal ganz einfach. Gesund leben und Sport betreiben. Das hilft schon mal. Wer mehr tun möchte, kann dies erfolgreich mit Mikronährstoffen machen, wenn diese gezielt angewandt werden, wie amerikanische Wissenschaftler bewiesen haben.

Millionen Deutsche schlucken tagtäglich diverse Pillen mit Vitaminen, Spurenelementen, Antioxidantien und Mikronährstoffen. Sie alle verbindet die Hoffnung auf ein gesundes, vielleicht sogar längeres Leben. Wenige haben Zweifel daran, das das was bringt. Fragt man Experten, so hängt die Antwort davon ab, welchem Lager sie angehören. Sind es Ernährungswissenschaftler und Ernährungsberater, so hört man häufig die Antwort: „Nein, Pillen bringen nichts. Nur gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse ist gut für die Gesundheit.“ Fragt man einen Arzt der Fachrichtung orthomolekulare Medizin, so könnte die Antwort so klingen: „Sinnvoll ausgewählt, können Pillen mit Mikronährstoffen einen großen Betrag in der Gesundheitsvorsorge leisten.“ Wer hat denn nun Recht? Nun ganz klar: Beide! Wie das? Nun zunächst einmal haben amerikanische Forscher nachgewiesen, dass die zusätzliche Einnahme von Mikronährstoffen was bringt. Sie untersuchten mehrere Hundert Amerikaner, die entweder Mikronährstoffe in Form von Pillen zu sich nahmen, oder die nichts dergleichen taten. Die Ergebnisse waren eindeutig. Die Verwender von Mikronährstoffen standen in allen untersuchten gesundheitsrelevanten Parametern besser da als die Nicht-Verwender. Sie wiesen wesentlich bessere Blutfett- und Cholesterin-Werte auf, hatten einen niedrigeren Blutdruck, erkrankten weniger an Diabetes und hatten einen insgesamt deutlich besseren Versorgungsstatus mit Mikronährstoffen. Nach diesen Ergebnissen macht es also Sinn, gezielt und bedarfsgerecht mit Mikronährstoffen Vorsorge zu betreiben. Die Frage ist allerdings: Womit? Es macht sicherlich keinen Sinn alles quer durch die Angebotspalette zu schlucken oder auf irgendwelche Wundersprüche zu setzen. Auch ist es wenig sinnvoll auf Multivitamin-Multimineral-Präparate zu setzen. Die werden der individuellen Bedarfssituation nicht gerecht. Eine aktuelle Studie ebenfalls aus den USA hat gezeigt, die Verwendung von Multivitamin-Mineral-Tabletten zwar nicht schadet, aber auch nur wenig nützt. Viel sinnvoller ist es, eine auf die individuelle Bedürfnislage abgestimmte Prävention mit Mikronährstoffen durchzuführen. Für die Sinnhaftigkeit dieser Art der Prävention gibt es viele wissenschaftliche Beweise. Es ist deshalb empfehlenswert, auf Präparate mit Evidenz basierter Grundlage in einem klar definierten Anwendungsgebiet zu vertrauen. Diese gewährleisten, dass sie für einen bestimmten Verwendungszweck klinisch und ernährungsphysiologisch dokumentiert sind. Navitum Pharma entwickelt und vertreibt ausschließlich Produkte, die auf Basis von aktuellen wissenschaftlichen Studien entwickelt wurden. Zusammensetzung und Dosierung der Produkte folgen streng wissenschaftlichen Kriterien und entsprechen der Studienlage im Anwendungsgebiet. Das gilt für ArtVitam® bei Gelenkverschleiß, VasoVitam® bei Venenschwäche, OmVitam® und CorVitam® zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen, afterbiotic® zur Darmpflege ebenso wie für ProVitam® zur Erhaltung der Prostatagesundheit und alle anderen Produkte der Firma. Alle Präparate können über viele Apotheken und am bequemsten direkt bei Navitum Pharma oder über Amazon http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1 [1] bezogen werden. Weitergehende Informationen gibt es unter www.navitum-pharma.com [2].
Quelle: Quelle: Block G, et al. Nutr J. 2007 Oct 24;6(1):30 ; Alexander DD et al. J Am Coll Nutr. 2013 Oct;32(5):339-54.

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-18843740

FAX: 0611-18843741

E-Mail: bestellung@navitum.de [3]

Web: www.navitum-pharma.com [2]



facebook: <http://facebook.de/navitum> [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Nov 2021 - 13:31): <https://www.medcom24.de/node/18651>

Links:

[1] http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1

[2] <http://www.navitum-pharma.com>

[3] <mailto:bestellung@navitum.de>

[4] <http://facebook.de/navitum>