

Fallbeispiel von über 20.000 Leistungs- und Spitzensportlern, Unternehmern, Führungskräften und leitenden Angestellten

„Energie auf Rezept“

Fallbeispiel

Mann 42 Jahre, selbstständig, verheiratet, zwei Kinder

Nach erfolgter Anamnese ergibt sich folgendes Erscheinungsbild

- Selbstständig: drei Mitarbeiter
- Dienstleistungsunternehmen im Bereich Altersvorsorge
- Körpergröße: 178 cm
- Gewicht: 67 kg
- Leistungssportler: sportlich sehr aktiv. Nach Marathonlauf: „Burn-out“ mit Klinikaufenthalt und Einnahme von Anti-Depressiva
- Letzte kardiologisch-internistische Untersuchung vor drei Wochen
- Bisherige Blutuntersuchungen zeigen keine Auffälligkeiten
- Bewusstes Ernährungsverhalten im Sinne der DGE (Deutschen Gesellschaft für Ernährung)
- Trinkverhalten: ca. 0,5 l Kaffee täglich, und 3,5 l Mineralwasser, beim Sport bis zu 4 l, kein Alkohol
- Beruflich sehr angespannt – viele gute Neukunden mit steigendem Umsatz
- Innere Unruhe
- Vereinzelt auftretende Angstzustände trotz Medikation
- Fehlende mentale Frische
- Schlechtes Schlafverhalten

Persönliche Stellungnahme

„Seit meiner Selbstständigkeit vor zwei Jahren habe ich viele neue Kunden gewinnen können, die mir eine gute wirtschaftliche Basis ermöglichen. 10 bis 13 Stunden Arbeit sind normal und machen mir Spaß, obwohl die beruflichen Belastungen schon grenzwertig gewesen sind. Da ich immer schon sehr ehrgeizig gewesen bin, entschloss ich mich, den Marathon in Berlin unter 2:30 h zu laufen. Da ich früher schon sehr gute Laufzeiten auf kürzeren Strecken erzielen konnte, war dieses Ziel auch realistisch. Jede Minute meines Tages war durchorganisiert. Meine Frau und meine beiden Kinder unterstützten mein Vorhaben. 15 bis 20 Stunden in der Woche habe ich an Zeit für das Training aufbringen müssen, um dieses Ziel zu erreichen. Dann war es so weit, es gelang mir tatsächlich, diese Zeit zu erreichen, allerdings mit der Konsequenz eines anschließenden Klinikaufenthalts nach vermehrt auftretenden Panikattacken nachts. Ich war nicht mehr dazu in

der Lage, ohne Psychopharmaka abzuschalten und hatte zu diesem Zeitpunkt keine Lebensqualität. Meine Akkus sind immer noch total leer.

Dann habe ich eine Kolumne in einer Fernsehzeitschrift von Prof. Wienecke über das Thema: „Beruf – Sport – Burn-out“ gelesen und habe sofort gedacht, dieses Energiekonzept wird mir helfen, in mein normales Leben zurückzufinden.

Ergebnis meiner ersten Untersuchung:

- Die „Akkus in meinem Körper“ sind total erschöpft, bestimmte Messungen zeigen die sehr starke Beanspruchung von körpereigenen Strukturproteinen.
- Ich tendiere in Richtung Überfunktion der Schilddrüse. Ein TSH-Basal-Wert von $< 1,3$ MIU/ml kann nachweislich zu einer sehr starken Anspannung des vegetativen Nervensystems führen. Dies reduziert ganz erheblich die Wiederauffüllung bestimmter Glykogenspeicher in der Leber und Muskulatur und führt sehr schnell zu Überlastungsreaktionen.
- Mein funktioneller Energiestoffwechsel zeigt erhebliche Aktivitätseinschränkungen bestimmter Enzyme, die zu einer Blockierung des gesamten Systems geführt haben. Eine deutlich erhöhte Säure (deren Name ich nicht richtig aussprechen kann) hat zu einem starken Ammoniakfall geführt, der eine zunehmende zentrale Ermüdung auslöst.
- Auffällig sind vor allem die niedrigen Konzentrationen einiger Aminosäuren, die für den Gehirnstoffwechsel von Bedeutung sind.
- Auffällig auch die deutlich erniedrigten intrazellulären Magnesium- und B-Vitaminskonzentrationen.

Persönliche Stellungnahme nach sechs Wochen „Energie auf Rezept“

Nach sechs Wochen „Energie auf Rezept“ habe ich Phänomenales zu berichten: Auch wenn meine Frau sagt, ich sei z. Z. eine lebende Biogasanlage, ist die Entwicklung beinahe unglaublich. Ich habe meine Ernährung gemäß Ihren Empfehlungen umgestellt und überraschenderweise gar kein Verlangen nach Süßigkeiten mehr, welche ich sonst immer in großen Mengen zu mir nahm. Auch gesundheitlich geht es immer besser. So konnte ich mein Antidepressivum (gegen die Panikattacken) bereits nach drei Wochen um die Hälfte reduzieren und nach sechs

Beispielrezeptur

Wirkstoff	Tagesdosis	Wirkstoff	Tagesdosis
Vitamine			
Vitamin A (Retinol)	0,8-1,5 mg (1.000-1.600 i. E.)	Spurenelemente	
Vitamin B1 (Thiamin)	30 mg	Chrom	150 µg
Vitamin B2 (Riboflavin)	30 mg	Mangan	10 mg
Vitamin B6 (Pyridoxin)	60 mg	Molybdän	100 µg
Vit. B12 (Cyanocobalamin)	250 µg	Selen	200 µg
Vitamin C (Ascorbinsäure)	1500 mg	Zink	40 mg
Vitamin E3	10 µg	Mineralkalke	
Natürliches Vitamin E	300 mg	Kalzium	400 mg
D-Alpha-Tocopherol	245 mg	Kalium	400 mg
		Magnesium	300 mg
		Silicium	40 mg
Gammas-Tocopherol	39 mg	Quarzinane	
Natürliches Coenzim Q10	8 mg	Cholin	160 mg
D-Alpha-Galactin	70 mg	Koenzym Q10	90 mg
		Inositol	120 mg
		L-Carnitin	500 mg
Beta-Carotin	1,9 mg	FABA	60 mg
Crypthine	15 µg	Phytosterole	
Lutein	6,0 mg	Grünteextrakt	350,0mg
Zeaxanthin	15,0 mg	Zitrusbioflavonoide	375,0mg
Biotin (Vitamin B7)	80 mg	Ferulaextrakt	350,0 mg
Inositol (Vitamin B8)	1,1 mg	Kaliumstoffe	
Niacin (Vitamin B3)	30 mg	Ginsengextrakt	1.585,7mg
Pantothensäure	60 mg	HPPC-Galactose	135,0mg
Wheat mit Jod*		Iodin	184,2mg

Abb. 1: Inhalte der individuellen Mikronährstoffrezeptur des 42-jährigen Mannes.

Wochen komplett absetzen. Die heftigen Panikattacken bleiben jetzt sogar komplett aus. Eine derart schnelle Reaktion hätte ich nie für möglich gehalten! Zusammenfassend lässt sich sagen, so gut wie z. Z. ging es mir schon seit einem Jahr nicht mehr! Sie sollten Ihre Erkenntnisse und Erfahrungen auf den psychischen Bereich der Gesundheit ausweiten. Ein Professor der Uniklinik Münster, welchem ich im Rahmen einer Behandlung von Ihren Theorien berichtete, tat diese mit den Worten ab: „Ernährung hat nichts mit der Psyche zu tun, das ist nicht erwiesen!“ Mal schauen, was er nächsten Monat sagt, wenn ich ihm mitteile, dass ich ganz ohne „seine“ Psychopharmaka auskomme. Nach meinem persönlichen Leidensweg bin ich sehr dankbar und froh, zufällig das geniale Konzept „Energie auf Rezept“ kennengelernt zu haben. Ich bin fest davon überzeugt, dass dieser Methode die Zukunft gehören wird. Lassen Sie es gar nicht so weit kommen und in eine Situation geraten, wie ich sie erlebt habe.

Von der Rezeptur täglicher Einnahmemodus:

- 3 Messlöffel (jeweils morgens und mittags 1,5 Messlöffel) (Die individuelle Rezeptur wird nur durch Apotheker zusammengestellt.)
- Zusätzlich: 1 x Jodid 100 (morgens 10 Minuten vor dem Frühstück)
- 2 Kapseln Omega-3-Fettsäuren (420 mg EPA, 280 mg DHA pro Kapsel)
- 10 MAPs, spezielle Aminosäuren, die u. a. den Gehirnstoffwechsel aktivieren.
- 500 mg L-Tryptophan 1,5 Stunden vor dem Schlafen

Prof. Dr. Elmar Wienecke



Abb. 2: Der funktionelle Energiestoffwechsel hat sich durch die Zufuhr der individuellen Mikronährstoffe ökonomisiert.

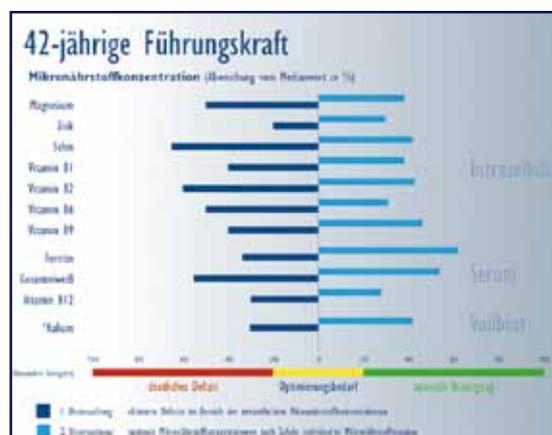


Abb. 3: Verbesserung der gemessenen Mikronährstoffkonzentrationen

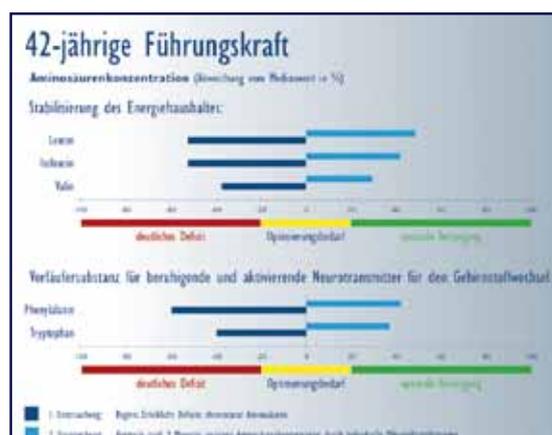


Abb. 4: Veränderung der Aminosäurenkonzentrationen (BCCA's und gehirnaktivierender Aminosäuren)

In der nächsten Ausgabe: Weitere Fallbeispiele (weitere Infos finden Sie unter www.saluto.de).