

## --- Auszug / Kurzfassung ---

# Neue Konzepte zum Verständnis der Pharmakokinetik von Nährstoffen: Nährstoffkinetik und Nährstoffdynamik

Michael J Gonzalez, et al.

OMNS (10. Februar 2023) Obwohl Nahrungsergänzungsmittel ein therapeutisches Potenzial haben können, unterscheiden sie sich qualitativ von Medikamenten. Viele Arzneimittel sind toxischer als Mikronährstoffe und haben weit verbreitete und einzigartige biologische Eigenschaften. Die Nichtberücksichtigung der vielfältigen Funktionen essenzieller Nährstoffe und die Tatsache, dass Krankheitszustände den Bedarf an Mikronährstoffen dramatisch verändern können, haben in vielen Studien zu Konstruktionsfehlern geführt, die sich in fehlerhaften Interpretationen niedergeschlagen haben. In diesem Artikel schlagen wir die Verwendung der Begriffe *Nutrikinetik* und *Nutridynamik* vor, um die metabolische Natur essenzieller Nährstoffe besser zu beschreiben und zu differenzieren. Darüber hinaus gehen wir auf das therapeutische Fenster, die Entgiftung und die Ausscheidung essenzieller Nährstoffe ein. Schließlich schlagen wir auch vor, bei der Behandlung von Krankheiten frühzeitig angemessene Dosen von Nahrungsergänzungsmitteln in Betracht zu ziehen, und zwar vor oder zumindest gleichzeitig mit dem Einsatz von pharmazeutischen Medikamenten.

Synthetische Arzneimittelverbindungen können wichtige biologische Prozesse stören und gelten daher als unsicher. Sie müssen sich per Gesetz einer aufwendigen Prüfung unterziehen und müssen bestimmte Kriterien erfüllen, um ihre Sicherheit bei einer bestimmten Dosis und Häufigkeit über einen bestimmten Zeitraum unter einer bestimmten Bedingung nachzuweisen. Dagegen gelten Nahrungsergänzungsmittel als sicher und sie haben eine geringere Inzidenz von schwerwiegenden unerwünschten Wirkungen als Arzneimittel. Darüber hinaus kann die gleichzeitige Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln bei der Verwendung von Arzneimitteln zu besseren Ergebnissen führen, da sie die medikamentenbedingte Nährstoffverarmung verringern und die daraus resultierenden biochemischen Funktionsstörungen mildern.

Die Grundlage der orthomolekularen Medizin ist die Korrektur von "Ungleichgewichten, Unzulänglichkeiten oder Mängeln auf der Grundlage der zellulären Biochemie" zur Behandlung von Krankheiten durch den Einsatz von essenziellen Nährstoffen wie Vitaminen, Mineralien, Aminosäuren und Fettsäuren. Der Begriff "Stoffwechselkorrektur" wurde als physiologische Optimierung eines Individuums mit Hilfe von Ernährung und essenziellen Mikronährstoffen definiert, um einen gesunden Zustand zu erreichen. [13,14] Die Geschwindigkeit und das Ausmaß der enzymatischen Aktivität, die diese Prozesse bestimmen, hängen von der Bioverfügbarkeit (aktive Form, angemessene Menge) dieser Mikronährstoffe ab. Eine Stoffwechselkorrektur erhöht die Enzymaktivität und kann die biologischen Funktionen verbessern, was zu einer besseren allgemeinen Gesundheit und einem besseren Wohlbefinden beiträgt. Um die Vorteile dieses Gesundheitsparadigmas voll ausschöpfen zu können, müssen wir die zugrunde liegenden biochemisch-physiologischen Mechanismen verstehen. Die Verwendung von essenziellen Nährstoffen in angemessener Dosierung ist ein sehr relevantes, physiologisch freundliches und ungiftiges therapeutisches Mittel.