

von

Dr. Christian Eglseer



Nahrungsergänzungsmittel: Gesund oder schädlich? Teil 2

• Frage 1: Braucht der Mensch Nahrungsergänzungsmittel?

Wenn man gesund ist und sich gesund ernährt: Nein! Bei einer Reihe von Erkrankungen kann es notwendig sein, gewisse essentielle Substanzen vermehrt zu sich zu nehmen. Dies kann in Form von „normalen“ Lebensmitteln (z. B. bei Osteoporose in Form von Lebensmitteln mit erhöhtem Calcium- und Vitamin D-Gehalt) erfolgen, als Nahrungsergänzungsmittel in oraler Form oder auf Intensivstationen als Infusionen.

• Frage 2: Welches Nahrungsergänzungsmittel, wann, wie oft und wie lange?

Zur Antwort bedarf es der Kenntnis des Gesundheitszustandes bzw. des Krankheitsbildes! Und da Nahrungsergänzungsmittel nicht Nahrungsergänzungsmittel ist, ist eine medizinische Beratung unerlässlich!

Umfassende Beratung: Der Arzt ist erster Ansprechpartner

Als erster Ansprechpartner gilt sicher Ihr Arzt. Mit einer gesicherten Diagnose können gleichwertig auch medizinisch ausgebildete Diätberater („Diätassistentin“) oder Apotheker herangezogen werden. Aber: Ein selbständiges „herumdoktern“ kann lebensbedrohlich sein! Mehr dazu in meiner nächsten Kolumne.

Genauso gehört ins Reich der Ammenmärchen, dass, wie so mancher selbsternannte Gesundheitsguru behauptet, Krebs ausschließlich mit Vitaminen geheilt werden könne.



Dr. Christian Eglseer

Facharzt für Innere Medizin

Amstetten, Wagmeisterstraße 46

Tel. 07472/67264

Hotline: Tel. 0664/3404505

www.dr-eglseer.at

Anzeige