

## Orthomolekulare Medizin

Die orthomolekulare Medizin wurde von dem amerikanischen Chemiker und zweifachen Nobelpreisträger Prof. Dr. Linus Pauling begründet.

Nach Pauling versteht man darunter die *"Erhaltung der Gesundheit und die Behandlung von Krankheiten durch Veränderung der Konzentration von Substanzen im menschlichen Körper, die normalerweise im Körper vorhanden und für die Gesundheit erforderlich sind"*.

Das bedeutet also, dass **lebenswichtige Mikronährstoffe** (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren, Fettsäuren, Enzyme) durch eine gute Regulationsfähigkeit des Organismus einen wesentlichen Beitrag zur Gesunderhaltung leisten.

**Orthomolekulare Medizin ist daher ganz wesentlich auch Ernährungsmedizin.** Die adäquate Zufuhr von Mikronährstoffen wird heutzutage in der Regel durch unsere Ernährung nicht gewährleistet. Daher ist es erforderlich die Mikronährstofflücken und den individuellen Bedarf zu ermitteln.