

ZUR SOFORTIGEN FREIGABE

Orthomolecular Medicine News Service, 22. Februar 2024

Nebeneffekte, nicht Nebenwirkungen

Ein persönlicher Bericht von Hans W. Diel

OMNS (22. Februar 2024) Mein 5 Jahre langer Selbstversuch mit der Lipoprotein(a)-Therapie - zur Heilung meiner Herzerkrankung - ist nicht ohne Nebenwirkungen geblieben. [1] Das sind aber keine Nebenwirkungen, zu denen ich meinen Arzt oder Apotheker zu fragen hätte. (Der Spruch „Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“, auf den ich hier anspiele, ist obligatorisch bei der Arzneimittelwerbung in den Medien und jedem Verbraucher aus Presse, Funk und Fernsehen allzu bekannt). Es sind auch nicht solche Nebenwirkungen, wie sie mir von all den Ärzten angedroht worden sind: Hypervitaminose, toxische Wirkungen, Herzschädigungen, Entzündungen der Magenschleimhaut und sogar karzinogene Wirkungen, um nur einige zu nennen.

Nein, es ist eine ganze Reihe wundersamer Nebenwirkungen, die sich bei meinem Selbstversuch ergeben haben, auf die ich in der Dokumentation meines Experiments mit Linus Paulings Vitamintherapie [1, 2] allerdings nur am Rande eingegangen bin.

Dass ich die erfolgreiche Therapie bzw. Verhinderung zum Teil schwerwiegender Erkrankungen als „Nebenwirkungen“ bezeichne, ist begründet durch meine Verärgerung über die Drohungen und Arroganz der pharma-fixierten Ärzte gegenüber der Anwendung natürlicher Mittel, wogegen sie aber kaum ein Wort zu den ganz andersartigen, teils schlimmen Nebenwirkungen der von ihnen standardmäßig verordneten Medikamente verlieren. Der Begriff „Nebenwirkungen“ wird meinen persönlichen Erfahrungen in der Behandlung und Prävention von Krankheiten, auf die ich ihn bezogen habe, natürlich nicht gerecht. Jede dieser erfolgreichen Erfahrungen bietet Grund genug, darauf ausführlicher einzugehen.

Das ist die höchst erfreuliche „Erfolgsliste“:

- Raynaud-Syndrom geheilt
- Bluthochdruck (arterielle Hypertonie) verschwunden
- Herzrhythmusstörungen nicht mehr aufgetreten
- Herzfrequenz deutlich gesenkt
- Vitiligo gestoppt
- keine Erkältung/Influenza in den letzten 6 Jahren,
- auch keine Corona-Infektion

Wie lassen sich die Erfolge erklären? Dazu eine Erläuterung in aller Kürze:

Die entscheidende Grundlage ist nach meiner Überzeugung das „Therapiepaket“, das ich im Rahmen meines Experiments mit der Pauling-Therapie, ergänzt durch Empfehlungen des deutschen Arztes Dr. Ulrich Strunz, zusammengestellt habe, in seiner Ganzheit. [3]. Eine Kombination von Mikronährstoffen, mit der ich zunächst die bei einer Blutanalyse festgestellten Defizite in meinem

Körper ausgeglichen habe und die ich dann anschließend täglich meinem Körper gezielt in bedarfsgerechter Dosierung zugeführt habe. Die Blutanalyse ist für mich inzwischen zur Routineuntersuchung geworden. Sie hilft mir, das richtige, optimale Maß einzuhalten.

Medikamente habe ich nicht genommen, kein einziges.

Welche Einzelsubstanzen bei den Erfolgen eine besondere Rolle gespielt haben könnten, wird den OMNS-Lesern bekannt sein. Dazu gehören besonders die Vitamine C, D, E und die Vitamine der B-Gruppe in ausreichender Dosierung sowie Mineralstoffe wie Magnesium, Zink, Selen und die Omega-3 Fettsäuren. Wie und in welchem Umfang was nun tatsächlich gewirkt hat, lässt sich im einzelnen nicht nachvollziehen, weil mein Selbstversuch ein anderes Ziel hatte, nämlich die Heilung meiner Herzerkrankung, und nicht speziell auf diese „Nebenwirkungen“ ausgerichtet war. Nach meinen Feststellungen liegen aber die folgenden Vermutungen nahe:

- Beim **Raynaud-Syndrom** (Eine Durchblutungsstörung der Finger oder Zehen, die durch anfallsartige Gefäßkrämpfe, Vasospasmen, ausgelöst wird und sich besonders unter Kälteeinwirkung bemerkbar macht. Benannt nach ihrem Entdecker, dem französischen Arzt Maurice Raynaud. Einzelne Finger werden dabei weiß und taub, als würden sie absterben. Schmerzhaft und macht Angst) dürften Magnesium, Arginin und Citrullin den wesentlichen Ausschlag gegeben haben. Die Erkrankung ist wie gesagt geheilt.
- Der **Blutdruck** hat sich insbesondere nach erhöhter Zufuhr von Arginin, Citrullin, Taurin, Kalium und Magnesium deutlich und anhaltend reduziert und liegt jetzt regelmäßig in einem Bereich von 120 zu 65 mmHg.
- Die **Herzrhythmusstörungen** (ventrikuläre Arrhythmien), die sich besonders unter Belastung gezeigt hatten, sind seit nunmehr fünf Jahren nicht mehr aufgetreten. Kontrolliert durch regelmäßige kardiologische Untersuchungen. Wesentlich dazu beigetragen haben dürften Magnesium, Kalium, Taurin und wohl auch Omega-3. Meinen Omega-3 Index habe ich auf 14 % angehoben. (Über die Wirkung von Omega-3 bei Arrhythmien haben Dyerberg/Passwater in ihrem Buch „The Missing Wellness Factors - EPA and DHA“ [4] und William Sears/James Sears in „The Omega-3 Effect“ berichtet [5]).
- Die **Beruhigung der Herzfrequenz** (jetzt 55 - 60 bpm) führe ich in erster Linie zurück auf Magnesium, Kalium, Taurin und eine ausreichende Salzzufuhr, die ich an den Empfehlungen von Brownstein „Salt Your Way to Health“ [6] und Dinicolantonio „The Salt Fix“ ausgerichtet habe [7], kontrolliert durch Messungen des Natriumspiegels. Mitgewirkt haben sicher auch meine sportliche Betätigung und meine Meditationseinheiten. Die zur Herzentlastung „im Rahmen einer Herzinsuffizienztherapie“ verordneten Betablocker habe ich nicht genommen. (Bei den meisten Menschen kann der Verzehr reichlicher Portionen Gemüse und Obst ausreichend Kalium liefern.)
- Die Ausbreitung der **Vitiligo** (Eine Hautkrankheit, die zu den Autoimmunerkrankungen zählt, bei der sich durch den Verlust von Pigmentzellen an verschiedenen Körperstellen weiße Flecken auf der Haut bilden) ist seit nunmehr 10 Jahren gestoppt. Sicher spielt auch hier das komplette Therapiepakett die grundlegende Rolle. Einen entscheidenden Beitrag vermute ich aber in der hoch dosierten Vitamin D-Zufuhr. Mein Vitamin D-Spiegel hat sich von 18 ng/ml - gemessen nach meinem ersten Herzinfarkt - auf 100 ng/ml verbessert. Ähnliche Erfahrungen mit Vitamin D hat Jeff Bowles in seinem eigenwilligen Experiment gemacht (geschildert im Buch „The Miraculous Results of Extremely High Doses of the Sunshine Hormone Vitamin D3“ [8]), das sich aber nur auf Vitamin D bezog. Auf Autoimmunerkrankungen und Vitamin D geht auch Michael Holick in seinem Buch „The Vitamin D Solution“ ein [9].
- In den letzten 6 Jahren ist bei mir keine **Erkältungskrankheit oder Grippe** mehr aufgetreten. Das führe ich besonders auf die hoch dosierte Zufuhr speziell von Vitamin C

und Vitamin D zurück, aber auch auf die Kombinationswirkung mit den anderen das Immunsystem stärkenden Mikronährstoffen, wie Magnesium, Zink und Selen). Auch von Corona-Erkrankungen bin ich verschont geblieben.

- Alles unfassbar für die konventionelle Medizin, die sich nur auf die Medikamente der Pharmaunternehmen stützt. Es reizt mich, die Hilflosigkeit dieser Medizin mit dem Ratschlag eines ihrer Vertreter zu verdeutlichen. Der hatte mir zum Umgang mit dem Raynaud-Syndrom empfohlen, die Hände bei Kälte, zB im Auto, unter die Achseln oder das Gesäß zu legen, um sie zu schützen. Er selbst würde das mit seinen Händen, die auch von dieser Erkrankung betroffen sind, immer so machen. Außer „Allzeit gute Fahrt“ zu wünschen, ist dem nichts mehr hinzuzufügen.

Haftungsausschluss

Ich bin kein Arzt und rate Ihnen deshalb, sich unbedingt mit Ihrem Arzt abzustimmen, wenn Sie von den Erfahrungen aus meinem Selbstversuch etwas anwenden möchten. Es handelt sich um meine persönlichen Erfahrungen, womit kein medizinischer Rat dargestellt wird. Setzen Sie keine Medikamente ohne die Zustimmung Ihres Arztes ab.

(Hans W. Diel beschäftigt sich seit seinem Herzinfarkt vor 12 Jahren mit dem Thema Lipoprotein(a) und der Frage nach wirksamen Behandlungsmöglichkeiten. Nach einem zweiten Herzinfarkt hat er einen 5 Jahre langen Selbstversuch zur Lipoprotein(a) Therapie und zur Heilung seiner Herzerkrankung mit natürlichen Mitteln durchgeführt. Er ist Autor des Buches „Lipoprotein(a) - Der größte Risikofaktor für Herzinfarkt und Schlaganfall?“ Sie können den Autor per E-Mail kontaktieren: hwdiel@icloud.com)

Referenzen

1. Diel HW (2022) Lipoprotein(a): The biggest factor for heart attack and stroke? My self-experiment with the Pauling therapy and vitamin C. Orthomolecular Medicine News Service, <http://orthomolecular.org/resources/omns/v18n27.shtml>
deutsch: <http://www.orthomolecular.org/resources/omns/deu/v18n27-deu.pdf>
2. Pauling L (1986) How to Live Longer and Feel Better. (2006 Revised Ed) OSU Press, ISBN 9780870710964.
3. Diel H, Maki J (2022) Lipoprotein(a) - Der größte Risikofaktor für Herzinfarkt und Schlaganfall? (translated: Lipoprotein(a) - The biggest risk factor for heart attack and stroke?) Druckpunkt Ruhr, ISBN 9783982424507.
4. Dyerberg J, Passwater R. (2012) The Missing Wellness Factors - EPA and DHA. Basic Health Publications, ISBN 9781591203001.
5. Sears W, Sears J (2012) The Omega-3 Effect. Little Brown and Co., ISBN 9780316196840.
6. Brownstein D (2006) Salt Your Way to Health. Medical Alternative Press, ISBN 978-0966088243.
7. Dinicolantonio J (2017) The Salt Fix. Piatkus, ISBN 9780349417387.
8. Bowles J (2014) The Miraculous Results of Extremely High Doses of the Sunshine Hormone Vitamin D3. Jeff T Bowles Publishing LLC, ASIN B005FCKN25.
9. Holick M (2010) The Vitamin D Solution. Plume Books, ISBN 9780452296886.

Ernährungsmedizin ist orthomolekulare Medizin

Die orthomolekulare Medizin setzt eine sichere und wirksame Ernährungstherapie zur Bekämpfung von Krankheiten ein.

Für weitere Informationen: <http://orthomolecular.org>

Der von Experten begutachtete Orthomolecular Medicine News Service ist ein gemeinnütziger und nicht-kommerzieller Informationsdienst.

Redaktioneller Prüfungsausschuss

Bitte sehen Sie am Ende der engl. Originalversion nach!