



# Mikronährstoffe bei neurodegenerativen Erkrankungen

Von DCMS

Erstellt am 2 Okt 2019 - 10:55

**Neurodegenerative Erkrankungen sind definitionsgemäß Erkrankungen, die mit einem Untergang von Nervenzellen im ZNS einhergehen. Die bekanntesten neurodegenerativen Erkrankungen sind Morbus Alzheimer und Morbus Parkinson.**

Der Morbus Alzheimer ist die häufigste neurodegenerative Erkrankung und auch die häufigste Demenzerkrankung. Rund 60 Prozent der 1,7 Millionen Demenzkranken in Deutschland leiden an Morbus Alzheimer. Die Zahl der Alzheimererkrankungen könnte bis 2050 auf 3 Millionen steigen, hauptsächlich bedingt durch eine Zunahme der Lebenserwartung. Die Zahl der an Morbus Parkinson erkrankten Menschen dürfte in Deutschland zwischen 300.000 und 400.000 Personen liegen.

Neurodegenerative Erkrankungen unterscheiden sich in ihrem Erscheinungsbild. Es liegen aber durchaus ähnliche Krankheitsmechanismen und auch Risikofaktoren zugrunde. An der Entstehung von neurodegenerativen Erkrankungen sind zum Beispiel beteiligt: der oxidative und nitrosative Stress, eine erhöhte Entzündungsaktivität im Gehirn, eine Fehlfunktion der Mitochondrien, erhöhte Homocysteinkonzentrationen sowie eine gesteigerte Aktivität von Glutamatrezeptoren.

Eine gute Versorgung mit Mikronährstoffen ist eine Grundvoraussetzung für eine normale Funktionsfähigkeit des Gehirns. Mit einer gezielten Mikronährstofftherapie sind auch viele biochemische Störungen bei neurodegenerativen Erkrankungen behandelbar. Mikronährstoffe können oxidativen Stress vermindern, den Energiestoffwechsel der Nervenzellen stabilisieren, die Entgiftung von Toxinen verbessern, die Nervenregbarkeit regulieren, die Entzündungsaktivität vermindern und vieles mehr.

Eine Mikronährstofftherapie ist erfolgversprechend in der Prävention. Die Mikronährstofftherapie sollte Teil eines ganzheitlichen vorbeugenden Therapiekonzepts sein. Dazu gehören in jedem Fall eine richtige Ernährung, Bewegung und anregende geistige Tätigkeiten.

Mikronährstoffe sind Aminosäuren, Fettsäuren, Vitamine, Vitaminoide und Spurenelemente.

Für eine gute Funktionsfähigkeit des Gehirns sind zahlreiche Mikronährstoffe erforderlich, die jederzeit in ausreichender Menge zur Verfügung stehen müssen. Es ist heute sehr gut belegt, dass Ernährungsfehler sehr zeitnah auch zu einer Einschränkung der Hirnleistungsfähigkeit oder psychischen Befindlichkeit führen. Eine ausreichende Grundversorgung mit Energie ist nicht ausreichend für eine optimale Funktionsfähigkeit des Gehirns.

Neben den antioxidativen Mikronährstoffen wie Selen, Vitamin E, Vitamin C und den B-Vitaminen spielt auch Vitamin D eine wichtige Rolle für die Hirnfunktion. Vitamin D besitzt ausgeprägte Schutzfunktionen für die Nervenzellen des Gehirns. Besonders viele Vitamin-D-Rezeptoren gibt es im Hippocampus. Der Hippocampus ist wichtig für die Übertragung von Gedächtnisinhalten aus dem Kurzzeit- ins Langzeitgedächtnis. Ein Vitamin-D-Mangel begünstigt Demenz und Morbus Parkinson.

Auch verschiedene Aminosäuren haben einen günstigen Effekt für die Prävention neurodegenerativer Erkrankungen. Zu erwähnen ist hier Taurin. Die kognitive Leistungsfähigkeit bei älteren Personen korreliert mit der Taurinaufnahme. Das Tripeptid Glutathion spielte eine wichtige Rolle für den antioxidativen Schutz der Gehirnzellen. Bei neurodegenerativen Erkrankungen sind die Glutathionspiegel häufig vermindert.

Eine gute Mikronährstoffversorgung, bereits im mittleren Lebensalter, ist ein wichtiger Schutzfaktor gegen neurodegenerative Erkrankungen. Mikronährstoffe können häufig auch das



Voranschreiten neurodegenerativer Erkrankungen verlangsamen und die Hirnleistungsfähigkeit und die Gesamtbefindlichkeit verbessern. Der Mikronährstoffstatus sollte also von Zeit zu Zeit überprüft werden. Dazu empfehlen wir eine umfassende Mikronährstoffanalyse wie zum Beispiel die [Vitalstoffanalyse "exklusiv" \[1\]](#), zumindest aber den [DCMS-Neuro-Check \[2\]](#).

### Referenzen:

- Bayerischer Rundfunk: Alzheimer: Ein Kampf gegen das Vergessen. <https://www.br.de/nachrichten/wissen/alzheimer-ein-kampf-gegen-das-verge...> [3], 20.09.2019
- Zhang L et al.: Reduced plasma taurine level in Parkinson's disease: association with motor severity and levodopa treatment. *Int J Neurosci.* 2016;126(7):630-6.
- Sidney J. Kurn et al.: *Herbs & Nutrients for neurologic disorders.* Healing Arts Press, 2016

### Weitere Infos:

Diagnostisches Centrum für Mineralanalytik  
und Spektroskopie DCMS GmbH  
- Praxis für Mikronährstoffmedizin -  
Löwensteinstraße 9  
D-97828 Marktheidenfeld  
Tel. +49/ (0)9394/ 9703-0

[www.diagnostisches-centrum.de](http://www.diagnostisches-centrum.de) [4]

- [Krankheiten und Therapien](#)

Quellen URL (aufgerufen am 27 Jan 2021 - 20:34): <https://medcom24.de/node/24312>

### Links:

[1] <https://medcom24.de/www.diagnostisches-centrum.de/dcms-vitalstoffanalyse-exklusiv.html>

[2] <https://medcom24.de/www.diagnostisches-centrum.de/index.php/dcms-neuro-check>

[3] <https://www.br.de/nachrichten/wissen/alzheimer-ein-kampf-gegen-das-vergessen,Rccfw7X>

[4] <http://www.diagnostisches-centrum.de>