

Thema:

„Belastungs-Syndrome - Coenzym Q10 als Präventionsstrategie“

Dr. Svent Haufe, Weinböhla

Kurzzusammenfassung:

Belastungen als solches sollten uns nicht unbedingt krank machen, im Gegenteil sie sollten unser Regulationssystem trainieren. Allerdings als Syndrom auftretend wirken sie eher im Sinne einer Krankheit. Coenzym Q10 ist als Bestandteil unseres Organismus bei wesentlichen Stoffwechselprozessen beteiligt, so u.a. im Energiemetabolismus als auch in der Funktionserhaltung der unzähligen Membranen. Es verbraucht sich nicht als solches, ist aber als Coenzym essentiell für unsere Lebensprozesse. Sicher ist es nicht zu überschätzen, denn nur im Zusammenwirken des Ganzen sind wir in der Lage auf unterschiedlichste Belastungen zu reagieren und einen Zustand zu erhalten, der sich für uns als gesund darstellt. Zu oft wird das Defizit dieses einfachen Laborparameters aber unterschätzt. Prävention fängt allein schon bei der Behebung von Defiziten an. Die Behebung dieser ist eine Voraussetzung dafür, dass der Körper wieder in eine Regulationsfähigkeit kommt und selbst Belastungen ausgleichen kann. Im Ergebnis sehen wir, dass klinische Symptome verschwinden oder sich ändern, dass Medikamente eingespart werden können oder „nur“ der Lebensmut wieder zurückkehrt.