

## Patienteninformation / Nahrungsergänzungsmittel

Sehr geehrte Patienten,

vor mehr als 20 Jahren begann ich, Nahrungsergänzungsmittel in die Behandlung meiner Patienten einzubeziehen. Schnell musste ich feststellen, dass eine optimale Dosierung sehr schwierig... ja fast unmöglich ist. Mein Fokus richtete sich aus diesem Grund zunehmend auf die Pflanzenheilkunde und die Mineralstoffversorgung mittels Schüsslersalzen. Die Erfolge sprechen für sich. Dennoch ist eine solide Grundversorgung an Vitaminen, Spurenelementen, Enzymen, Amino- und Fettsäuren für einen gesunden Organismus unerlässlich. Zu berücksichtigen ist dabei, dass bei Abweichungen von den Regelmechanismen der Stoffwechselorgane nicht mehr nur die Klassiker wie Vitamine B, C und D, Zink, Omega 3 ausreichen, sondern eine grosse Menge an Stoffen notwendig sein kann. Sowohl die Auswahl der Produkte als auch die Dosierung hängen davon ab, wie ausgeprägt und zahlreich die vorliegenden Schädigungen bereits sind. Der menschliche Organismus funktioniert als komplexes System. Bei einer Vielzahl an Diagnosen sollte also nicht ein einzelner Parameter therapiert werden. Eine fundamentale Heilung ist nur möglich, wenn man in einem solchen Fall alle Schwachstellen berücksichtigt, um einen ausreichenden Zellstoffwechsel zu gewährleisten. Am besten lässt sich dies über das Blut realisieren, welches die Stoffe zu den Zellen und in die Zellen transportiert. Damit ist jede Art von Heilung möglich (grippaler Infekt, Wundheilung, Muskel- und/oder Knochenverletzungen, Diabetes, Hormondysregulationen, Depressionen, Schlafstörungen, Osteoporose, Rheuma, Mb. Crohn, Allergien etc.)

Hinweis: Kaufen Sie nur Produkte bei Firmen, deren Qualitätsmanagement Ihnen bekannt ist. Vermeiden Sie auf jeden Fall Einkäufe im Supermarkt, in der Drogerie o.ä.!

Natürlich können ein paar Vitamine keine Krankheit „wegzaubern“. Dies funktioniert in der Regel durch ein Zusammenspiel von aufeinander abgestimmten Mitteln (also auch Kräutern, evtl. Medikamenten der Schulmedizin, homöopathische Mittel u.a.) und der Disziplin des Patienten. Denn bereits das Verhalten bei der Grundernährung ist wegweisend. Extreme Verhaltensweisen (wie Fasten, vegan essen o.ä.) können auch extreme Symptome auslösen. Das Credo sollte immer heissen: **Gleichgewicht**... und zwar in jeder Hinsicht. Es bezieht sich auf die Ernährung, die Bewegung, die Regeneration, das soziale Leben usw. Die Ausgewogenheit und die gefühlte innere Mitte halten einen Organismus gesund. Deshalb sollten Sie nicht trainieren, auf alles zu verzichten, nur weil jemand behauptet, dies wäre der richtige Weg. Sie sollten lernen, auf Ihre innere Stimme zu hören und schliesslich danach zu handeln. Man kann seine Mitte finden, weil man geniesst oder obwohl man geniesst. Ihre Entscheidung! Wichtig ist, so zu leben, dass sich das Leben für sich selbst richtig anfühlt!

Viel Glück!

Ihre A. Wendt-Ludin