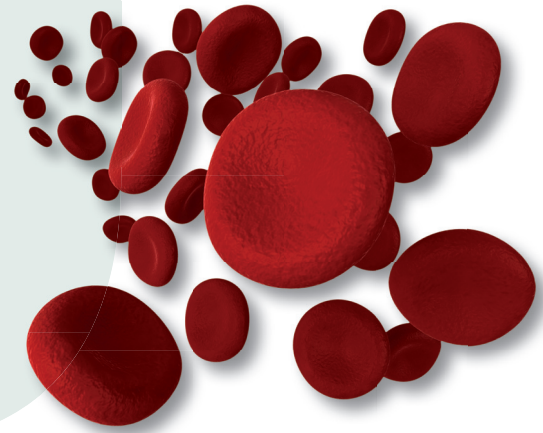


Eisenmangel: Erkennen und ausgleichen

Eisenmangel ist weit verbreitet. Betroffen sind vor allem Frauen. Ursachen können neben einer Fehlernährung und menstruationsbedingtem Blutverlust auch Erkrankungen und Blutungen der Magen-Darm-Region, Schwangerschaft, Stress oder eine Operation mit hohem Blutverlust sein.

Ein zu geringer Eisenwert führt häufig zu einer Reihe an Folgeerkrankungen wie Haarausfall, Hautveränderungen und letztlich Anämie (Blutarmut), die mit entsprechender Nahrungsergänzung leicht vermieden werden können. Ob ein solches Defizit tatsächlich vorliegt, klärt ein einfacher Bluttest.



rote Blutplättchen

? Transportmittel und Speicher

Eisen ist unabdingbar für den menschlichen Körper und sichert die Sauerstoffversorgung, denn es ist Bestandteil zahlreicher körpereigener Verbindungen, die Sauerstoff oder Energie übertragen:

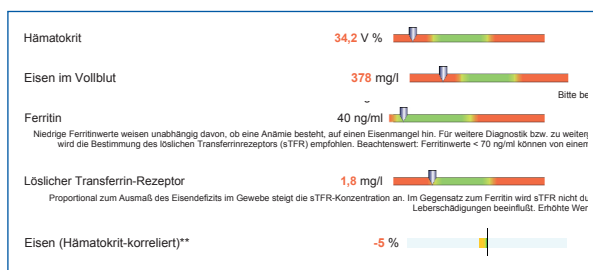
Der wichtigste Bestandteil des roten Blutfarbstoffs (Hämoglobin) ist Eisen. Es verbindet sich mit Sauerstoff und transportiert diesen zu den Körperzellen. Im Muskel ist Eisen Bestandteil des „Sauerstoffspeichers“ Myoglobin.

Viele Erscheinungsbilder eines Eisenmangels ähneln den Symptomen einer Sauerstoffunterversorgung: geistige Müdigkeit und Konzentrationschwierigkeiten weisen auf eine Unterversorgung im Gehirn hin, körperliche Leistungsschwäche auf die Unterversorgung der Muskeln. Ein wichtiges Symptom eines Eisenmangels ist insbesondere auch der latente Haarausfall.

Dank modernster Labordiagnostik zeigt ein einfacher Bluttest auf, ob tatsächlich ein Defizit vorliegt.

* Das Ergebnis auf einen Blick

Ob die Eisenwerte vom Normbereich abweichen, wird im Laborbefund aufgezeigt.



Befundauszug: Eisenwerte

Häufige Symptome für Eisenmangel:

- schnelle körperliche Ermüdung
- Kälteüberempfindlichkeit, kalte Hände und Füße
- Innere Unruhe
- Konzentrationsmangel
- blasse Haut
- Herzrasen
- Entzündungen
- brüchige Nägel
- Haarausfall
- Libidostörungen
- Impotenz

+ Verbesserte Resorption durch Vitamin C

Eine indische Studie zeigte, dass Eisenmangel durch verbesserte Vitamin-C-Zufuhr behandelt werden kann. Nachdem 54 Kindern, die unter Eisenmangel litten, ohne sonstige Änderung der Essgewohnheiten 60 Tage lang zu Mittag- und Abendessen 100 mg Vitamin C (Ascorbinsäure) zugegeben wurden, trat bei allen Kindern eine deutliche Besserung des Hämoglobinstatus ein. Die Mehrzahl dieser Kinder wurde sogar vollständig gesund. 100 mg Vitamin C ist z. B. in 100 g Brokkoli, ca. 200 ml frisch gepresstem Orangensaft, oder wenigen Streifen roter Paprika enthalten.

* Gesundheit

Ein Auszug aus unserem diagnostischen und präventivmedizinischen Leistungsangebot:

LDL-Cholesterin: Risiko für Herzerkrankungen!

Mit der Bestimmung der LDL-Subklassen mittels des neu entwickelten LipoMun®-Test kann die Vorhersagekraft für eine koronare Herzerkrankung deutlich verbessert werden.

Tumortest M2-PK: Darmkrebs früh und sicher erkannt!

Beim Tumor M2-PK Stuhltest handelt es sich um einen Test, der nicht nach verstecktem Blut im Stuhl sucht, sondern ein für diesen Krebs typisches Enzym im Stuhl nachweisen kann.

Prostatakrebs: PSA zur Krebsfrüherkennung

PSA, das Prostata-spezifische Antigen, ist ein Eiweiß, das von der Prostata gebildet wird und im Blut nachweisbar ist. Bei einem vorhandenen Prostata-Karzinom ist die PSA-Konzentration im Blut erhöht.

🔍 Live-Vorträge im Internet auf www.medivere.de

Immer mehr Teilnehmer nutzen die Möglichkeit, sich über neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zu Gesundheit und Vorsorge bei unseren Live-Vorträgen im Internet zu informieren. Hochqualifizierte Referenten vermitteln kostenfrei, fundiert und verständlich Themen aus Wissenschaft und Medizin und geben hilfreiche Tipps zu Therapie und Vorsorge.

