

MESSUNG DER FREIEN RADIKALE UND DES ANTIOXIDANTIEN-SCHUTZES IM KÖRPER

Die Bestimmung der Höhe der Freien Radikale (genannt „d-ROM-Test“) ist Ausgangspunkt bei jeglichem Verdacht auf zu hohen oxidativen Stress. Ergibt der sogenannte „**d-ROM-Test**“ den Hinweis auf eine zu hohe Belastung durch Freie Radikale, so ist in der Regel zu erwarten, dass ein zu niedriges Potential an Antioxidantien im Blut vorliegt.

SICHERHEIT DARÜBER BRINGT DER 2. TEST, DER SOGENANNT „BAP-TEST“:

Bestimmung der Effektivität des Abwehrschutzes, also der Antioxidantien, was zugleich der körpereigenen Abwehr entspricht.

DER TEST BEANTWORTET FOLGENDE FRAGEN:

- Funktioniert das antioxidative Abwehrsystem?
- Ist eine antioxidative Therapie eigentlich notwendig?
- Wenn ja, ist die Behandlung auch wirksam?
- Außerdem kann dadurch eine Überdosierung von Antioxidantien vermieden werden, da zu hohe Dosen eine schädigende Wirkung haben.

WAS HILFT?

Neben richtiger Ernährung und Bewegung wirkt ein Thermalbad im 36 Grad warmen gesundheitsfördernden Thermalwasser im Quellbecken der Parktherme Bad Radkersburg nachweislich entspannend und reduziert die Stresswerte.



WARUM IST DIESER TEST WICHTIG?

Für Menschen mit chronischen Beschwerden und Krankheiten sind die Tests wichtig für die Therapiekontrolle.

Aber auch „gesunde“ Menschen sollten ihren spezifischen Testwert kennen, wenn Ihnen die Vorbeugung von Krankheiten wichtig ist, um Ihre **Vitalität möglichst lange erhalten** zu können. Die Tests können helfen, eine **Krankheit frühzeitig zu erkennen**.

Außerdem ist es sehr motivierend schwarz auf weiß zu sehen, wie sich gesundheitsbewusstes Leben und falls notwendig, eine auf Sie individuell abgestimmte Gabe von Antioxidantien auf Ihren Körper auswirken.

WAS ZAHLEN DIE KRANKENKASSEN?

Leider übernehmen die Krankenkassen die Kosten für diese Tests nicht.



Ordination Prim. Dr. Bernd & Dr. Andrea Zirm

Vita med Gesundheitszentrum der Parktherme
Alfred Merlini-Allee 7 | 8490 Bad Radkersburg

T: 03476 / 3403 | bernd.zirm@gmx.at

www.parktherme.at/vita-med/lebensstil-medizin

Satz- und Druckfehler sowie Programmänderungen vorbehalten.
Fotos: Harald Eisenberger, Barbara Majcan | Stand: März 2018

WIEDER WIE NEUGEBOREN.



FREIE RADIKALE

KENNEN SIE IHREN STRESSWERT & IHRE KÖRPERABWEHR?



SIND SIE AUSREICHEND GESCHÜTZT?

Wir erklären Ihnen, was Freie Radikale sind, wieso sie so gefährlich sind und welche Maßnahmen Sie setzen können.

FREIE RADIKALE und **OXIDATIVER STRESS** sind keine Modeworte. Die Wissenschaftler sind sich heute einig, dass Freie Radikale ein ernstzunehmender Verursacher vieler Krankheiten sind. Zu hoher oxidativer Stress bedeutet einen bedrohlichen Gesundheitszustand für unseren Körper.

WAS SIND FREIE RADIKALE?

Freie Radikale sind Sauerstoffmoleküle, die in unserem Stoffwechselprozess permanent entstehen. Diese Moleküle sind extrem reaktionsfreudig und aggressiv. Sie spielen unter anderem auch eine wichtige Rolle bei der Abwehr von Fremdorganismen wie beispielsweise Bakterien.

Freie Radikale schädigen aber vor allem auch gesunde, körpereigene Zellen. Betroffen sind die Erbsubstanz der Zelle - die DNS, die ungesättigten Fettsäuren in der schützenden Zellmembran sowie die Eiweißbausteine der Zelle. Diese geschädigten Zellen sterben entweder ab (vorzeitige Alterung) oder sie verändern sich auf gefährliche Weise.

Um diese Schäden zu vermeiden, hat die Natur einen Schutz gegen Freie Radikale entwickelt: die **ANTIOXIDANTIEN**. Dazu gehören **Vitamine, Mineralien, Enzyme und sekundäre Pflanzenstoffe**. Diese Antioxidantien - auch „Radikalfänger“ genannt - haben die Aufgabe, die Sauerstoffradikale zu neutralisieren und unschädlich zu machen.



WAS IST OXIDATIVER STRESS?

Ist das Gleichgewicht zwischen Freien Radikalen und Antioxidantien gestört und sind dabei die Freien Radikale gegenüber den Antioxidantien in der Überzahl, steht unser Organismus unter zu viel oxidativem Stress.

Anders ausgedrückt: Es stehen nicht ausreichend Antioxidantien zur Verfügung, um die Freien Radikale zu eliminieren. Dieser Zustand kann einen ernstzunehmenden Risikofaktor für unsere Gesundheit darstellen.



FAKTOREN, DIE ZUR UNKONTROLLIERTEN & ÜBERMÄSSIGEN PRODUKTION AN FREIEN RADIKALEN FÜHREN

- Luftschadstoffe, Abgase, Ozon, Smog
- Übertriebenes Sonnenbaden (UV-Strahlung), Sonnenbrand
- Psychischer und physischer Stress
- Hoher Blutdruck, hohe Blutfettwerte
- Diabetes mellitus (schlecht eingestellt)
- Nikotinkonsum
- Überanstrengung beim Sport

WAS FÜHRT ZU ANTIOXIDANTIEN MANGEL?

- Einseitige, fettreiche Ernährung
- Vitalstoffarme Lebensmittel
- Große Mengen an Alkohol
- Hoher Zucker- und Weißmehlkonsum



SYMPTOME UND KRANKHEITEN

Folgende Symptome und Krankheiten können bei zu hohem oxidativen Stress und verminderter Abwehr (antioxidative Kapazität) unter anderem auftreten:

- Vorzeitige Alterung aller Organe einschließlich sichtbarer Hautalterung
- Chronische Müdigkeit
- Geringere Konzentrations- und Leistungsfähigkeit
- Schädigung der DNS und daraus resultierende Zellmutationen - Krebs
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Augen (Maculadegeneration)
- Alzheimer-Krankheit
- Parkinson-Krankheit
- Verstärkung von rheumatischen Erkrankungen