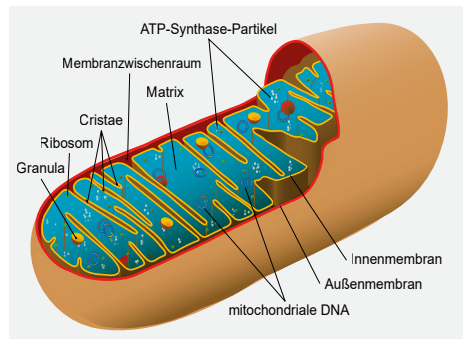


Mitochondriale Dysfunktion: Wenn die Kraftwerke in unseren Zellen schwächeln

Vitamin B₁₂ – das Wundervitamin bei Nitrosativem Stress, Erschöpfung, Entzündungen, Muskel- und Gelenkschmerzen und bei Irritationen der Psyche

Die Mitochondrien, die Kraftwerke in unseren Zellen, sind winzige Zellorgane, die die Tätigkeit von Organen und Geweben aufrechterhalten. Ohne sie würde der Energiestoffwechsel nicht funktionieren, ebenso wenig der Fettstoffwechsel und ebenso wenig könnten unsere Organe ihre Tätigkeit verrichten. Seit Jahren stehen die Mitochondrien im Mittelpunkt des Interesses – funktionieren sie nicht, funktioniert auch unser Körper nicht. Nach Ansicht von Dr. med. Bodo Kuklinski belasten zwei Medikamente – neben anderen Faktoren wie zum Beispiel Stress die Mitochondrien am stärksten: Antibiotika-Therapien und Impfungen.



Wie Dozent Dr. sc. med. Bodo Kuklinski, „der Herr der Mitochondrien“ in seinem Buch „Mitochondrientherapie – die Alternative“ schreibt, bevölkern viel zu viele chronisch Kranke die Praxen von niedergelassenen Ärzten, ohne dass ihnen je wirklich geholfen wurde. Ob Migräne, unerklärliches Übergewicht, Sodbrennen, Muskelschwäche, Licht- und Geräuschempfindlichkeit, Herzrasen, Burnout, unerfüllter Kinderwunsch, unklare Schmerzen, Schlafprobleme, Reizdarm, Magen-Darm-Störungen, hormonelle Störungen, Bluthochdruck, Zuckerkrankheit, Rheumatismus, Autoimmunerkrankungen u. v. a. – alle diese Krankheiten entstehen nach Ansicht von Bodo Kuklinski durch irregeleitete Reaktionen des Körpers und

Für viele der oben genannten Erkrankungen wiederum sind oxydativer und Nitrosativer Stress (die Folge von oxidativem Stress) mit Verlusten und Beschädigungen an den Mitochondrien die Ursache. Funktionieren die Mitochondrien nicht mehr oder nur eingeschränkt, treten die erwähnten Krankheiten auf und man spricht von Mitochondriopathie (Krankheit der Mitochondrien).



Dr. med. Bodo Kuklinski

seiner Zellen und damit liegt ihre Ursache in den Energiekraftwerken unserer Zellen:

„Werden sie geschädigt, gehemmt oder in ihrem Stoffwechsel beeinträchtigt, kann es zu allen möglichen Krankheits-

folgen im gesamten Körper kommen. Die Mitochondrien-Medizin bietet die Chance, die angegriffenen Mitochondrien zu unterstützen und zur Regeneration anzuregen. So kann die wahre Krankheitsursache behandelt werden und die Symptome und Krankheiten können zurück gehen oder sogar ganz verschwinden. Wird das nicht erkannt und entsprechend behandelt, breitet sich dieser fehlgeleitete Stoffwechsel wie ein unterirdischer Schmelbrand aus. Eines Tages mündet das in sicht- und messbaren Erkrankungen. Dann kann der Schulmediziner behandeln mit Medikamenten, die häufig weitere Stoffwechselprobleme bereiten.“, so Bodo Kuklinski.

Vitamin B₁₂ – Heilmittel bei NO-Gas-Belastung

Eines der großen Heilmittel bei den Folgen von Nitrosativem Stress ist Vitamin B₁₂ – es hat nämlich als Gas-Fänger eine ganz besondere Eigenschaft, das NO-Gas zu reduzieren und damit die Mitochondrien gesund zu erhalten bzw. vor weiteren Belastungen zu schützen. Vitamin B₁₂ enthält Kobalt (daher der Name Cobalamin) – und das eliminiert den Nitrosativen Stress, da es NO-Gas unwirksam macht. Ist zu viel NO-Gas im Körper vorhanden, folgt darauf immer ein

Vitamin B₁₂-Mangel. In solchen Fällen sind nach Kuklinski notwendige Einnahmen von 2.000 Mikrogramm und mehr notwendig. Der Vorteil von Vitamin B₁₂: Es gibt keine Überdosierungen und keine Nebenwirkungen.

Dr. Kuklinski: „Stickstoffmonoxid ist ein Gas, das von allen Körperzellen gebildet werden kann. Es hat sehr viele Wirkungen im Körper, z.B. ist es dafür zuständig, dass sich die Arterien, Bronchien oder der Darm nach einem Zusammenziehen wieder entspannen und weiten können. Es wirkt bei vielen Zellen als Signal, gehört zur Blutgerinnung, ist wichtig für das Nervenwachstum und die -reifung und es zerstört als Teil des Immunsystems Bakterien, Pilze oder Parasiten.

Doch genau wie der Sauerstoff, den wir für unsere innere Atmung und Energiesteuerung brauchen und der zu aggressiven ROS (Reaktive Sauerstoffspezies – pathologische Konzentrationen von freier Sauerstoffradikalen) werden kann, so kann auch NO (Stickstoffmonooxid), wenn es in zu großen Mengen im Körper vorliegt, enormen Schaden anrichten: NO reagiert gern und schnell mit Eisen, Selen, Kupfer, Mangan, Kobalt und Molybdän, alles Spurenelemente, die häufig von Enzymen gebraucht werden. Bei zu viel NO



In mehreren Büchern hat Dr. Bodo Kuklinski zusammen mit Dr. Anja Schemioneck die von ihm entwickelte Mitochondrientherapie beschrieben.

im Körper werden alle diese Enzyme gehemmt! In den Mitochondrien sind viele solcher Enzyme aktiv. NO schädigt daher die Mitochondrien massiv, macht die Atmungskette unmöglich und damit die Energiegewinnung. Viel NO bedeutet wenig Energie für Körper und Geist, schnelle Erschöpfung, Muskelschwäche, hoher Schlafbedarf, der aber nicht zur Erholung führt, und noch viele weitere Symptome, Beschwerden und Erkrankungen mehr.“

Therapie nach Bodo Kuklinski

Die Therapie nach Dr. Bodo Kuklinski und damit die Mitochondrien-Therapie sieht wie folgt aus: Zunächst muss der Mineralstoffhaushalt intakt sein, das heißt Kalium, Magnesium, Zink, Eisen, Selen, Mangan und Kupfer müssen ausreichend vorhanden sein, Kuklinski lässt die Mineralstoffe und Spurenelemente in einem Speziallabor intrazellulär bestimmen.

Alternativ dazu ist es möglich, und so arbeite ich in der Praxis, ein Mineralstoffpräparat wie die von Hans-Heinrich Jörgensen entwickelten Neukönigsförder Mineraltabletten (dreimal ein- bis zwei Tabletten) einzunehmen und zusätzlich zur Balancierung des Mineralstoffhaushaltes Drüfusan (ein Schüßler-Salz-Mischpräparat von Syxyl (aus der Apotheke) – alternativ die ursprüngliche Rezeptur: Heepenplex Nr. 603 (Bezugsquelle unten).

Der zweite Schritt ist die Therapie mit Vitamin B₁₂ (1.000 µg), Folsäure (400 µg) und Biotin (1–2 mg – entspricht 1.000 bis 2.000 µg). Dr. Kuklinski hat beobachtet, dass bei vielen Menschen der Magen-Darm-Trakt nicht in Ordnung ist (latente Magen- und Zwölffinger-Darmreizung, Intoleranzen, Reizdarm etc.), was eine schlechte Aufnahme von Vitamin B₁₂

Nitrosativer und Oxidativer Stress

Von Nitrosativem Stress spricht man, wenn zu viel Stickstoffmonoxid-Gas gebildet wird und dies zu körperlichen, seelischen und geistigen Belastungen führt. Die Ursachen von Nitrosativem Stress können Giftstoffe sein (z. B. Lösemittel), Vererbung, Schwermetalle, Infektionen, Impfungen, chronischer Stress, Sauerstoffmangel, physische Belastungen, chronische Entzündungen, Parodontose, COPD, Bauchspeck, eine instabile Halswirbelsäule, Grillen, kohlenhydratreiche Kost, zuckerreiche Kost, Bestrahlungen, vegetarische Kost, Rauchen, Alkohol, Medikamente wie Betablocker, Statine, PPI, ASS, Antidepressiva u. v. a.

Der Oxidative Stress geht dem Nitrosativen Stress oft voraus. Als oxidativen Stress bezeichnet man einen Zustand im Stoffwechsel, bei dem durch Oxidation (Verbrennung) Schäden an Zellen oder deren Funktionen entstehen. „Verantwortlich dafür ist ein Ungleichgewicht zwischen oxidativen und antioxidativen Prozessen. Da sowohl oxidierende als auch reduzierende Substanzen (freie Radikale) zelleigene Strukturen angreifen können, ist eine Zelle normalerweise in der Lage, diese durch Neutralisation unschädlich zu machen.“

(Wikipedia)

bedeutet (z. B. durch den im Magen fehlenden Intrinsic-Faktor), dann wundert man sich, warum die Vitamin B₁₂-Therapie nicht anschlägt.



Das wichtigste Vitamin bei der Mitochondrien-Therapie ist Vitamin B₁₂. Bei starken Belastungen durch NO-Gas, z. B. durch Stress, kann es sinnvoll sein, Vitamin B₁₂ anfangs zu injizieren.

Vitamin B₁₂ und Folsäure und Biotin

Vielen Menschen geht es nach Anwendung (Einnahme oder Injektion) von Vitamin B₁₂ deutlich besser, denn Vitamin B₁₂ ist in der Lage, Nitrosativen Stress abzubauen und dies völlig nebenwirkungsfrei. Vitamin B₁₂ wird jedoch bei diesem Vorgang verbraucht, daher kommt es bei hohem Nitrosativen Stress zu Vitamin B₁₂ Mangel und der muss unbedingt ausgeglichen werden, sonst kann ein Mangel zu schweren Stoffwechseldefiziten, Nervenschäden und psychischen Symptomen führen.

Es gibt unterschiedliche Varianten von Vitamin B₁₂: Adenosyl- und Methyl-Cobalamin oder Cyano-Cobalamin. Letzteres sollte nach Kuklinski nicht täglich genommen werden, da das enthaltene Zyanid giftig ist und den Körper zusätzlich belasten würde. Dosierungen von morgens 500

bis 1000 Mikrogramm Methyl- oder Adenosylcobalamin und bei nächtlichen Symptomen abends nochmals 500 bis 1.000 Mikrogramm Vitamin B₁₂ sind oft nötig.

Besser wirksam und nach Kuklinski zu empfehlen bei schweren Krankheitsbildern wie Magensäuremangel, chronischer Gastritis oder Belastungen durch Medikamenteneinnahme (z. B. Cortison, Antibiotika, Impfungen, ASS, NSAR, Pantoprazol u. a.) sind Vitamin B₁₂ Injektionen unter die Haut (s.c. – subkutan). Es gibt auch Vitamin B₁₂-Lösungen, die man unter die Zunge träufelt oder Lutschtabletten, denn über die Mundschleimhaut wird Vitamin B₁₂ recht gut aufgenommen (bis zu 40%). Wichtig ist, dass jede Vitamin B₁₂-Gabe durch tägliches Biotin (2,5 bis 5 µg) und Folsäure (400–800 µg/Mikrogramm) begleitet werden. Denn der Biotin-Bedarf steigt und es würde ansonsten zur Hautproblemen kommen (Pickel Ekzeme, brüchige Nägel, Haarausfall).

Am besten: Adenosyl- und Methylcobalamin

Vitamin B₁₂ sollte in den beiden biologisch aktiven Formen Methylcobalamin und Adenosylcobalamin eingenommen werden. Diese haben eine optimale Bioverfügbarkeit. Am besten ist ein Präparat, das beide B₁₂-Vitamine in der Form enthält. Vitamin B₁₂ spielt eine Rolle bei der Zellteilung im Körper, ist wichtig für die Bildung von roten Blutkörperchen, wichtig für den Energiestoffwechsel und trägt zum normalen Homocystein-Stoffwechsel bei.

Vitamin B₁₂ hat einen positiven Einfluss auf die Funktion des Immunsystems, fördert eine normal funktionierende Psyche, kann helfen, Müdigkeit zu reduzieren und unterstützt die normale Funktion des Nervensystems.

Zur Person

Dozent Dr. sc. med. Bodo Kuklinski ist Facharzt für Innere Medizin und Umweltmedizin und war bis April 2024 Leiter des Diagnostik- und Therapiezentrums für umweltmedizinische Erkrankungen in Rostock. Zuvor war er von 1988 bis 1995 Chefarzt der Inneren Medizin im Klinikum Rostock. Kuklinski gilt als führender Experte zum Thema Mitochondrien-Medizin und ist Autor von mehr als 150 Publikationen, von Büchern und zahlreichen Buchbeiträgen sowie Mitglied von mehreren internationalen wissenschaftlichen Organisationen.

Biologisch aktive Folsäure

Auch Folsäure sollte in der biologisch aktiven Form eingenommen werden, zum Beispiel Folat 5-MTHF (400 µg) mit einer optimalen Bioverfügbarkeit. Folsäure kommt in der Nahrung in verschiedenen Formen vor, unter anderem auch in der biologisch aktivsten Folat 5-MTHF-Form – dies ist die körpereigene Form, in der das Folat im Blut zirkuliert.

Folsäure ist die Bezeichnung für die synthetische Pteroylmonoglutaminsäure, die in den meisten Folsäurepräparaten als Folat-Quelle verwendet wird. Die Verbindung Pteroylmonoglutaminsäure ist die am stärksten oxidierte Form von Folat und als solche nicht oder kaum in der Nahrung zu finden. Das Problem bei Folsäure ist, dass eine große Gruppe von Menschen Schwierigkeiten hat, sie in die biologische aktive 5-MTHF umzuwandeln, sodass eine Nahrungsergänzung möglicherweise nicht wirksam genug ist und es außerdem

zu einer unerwünschten Ansammlung von nicht verstoffwechselter Folsäure kommen kann. Aus diesen Gründen ist es wichtig, 5-MTHF, an Glutaminsalz gebunden, einzunehmen.

Fälle aus der Praxis

Eine 34-jährige Patientin leidet seit Jahren unter Stressbeschwerden. Diese äußern sich unter anderem in erhöhtem Blutdruck (156/94 mmHg; Stresssymptome äußern sich meistens in einer Erhöhung des diastolischen Blutdrucks), Kopfschmerzen, allgemeine Anspannung, Muskelverhärtungen im Nackenbereich, Migräne und Schlafstörungen. Zusätzlich leidet sie unter Pollinosis (Heuschnupfen) und Stimmungsschwankungen.

Neben den Schüßler-Salzen Nr. 5 und Nr. 7, die sie als „Heiße Fünf“ morgens und als „Heiße Sieben“ abends einnehmen sollte, wurde an fünf Tagen nacheinander jeweils ein Milliliter Vitamin B₁₂ subkutan gespritzt (1000 µg).

Kurze Anmerkung: In den Mitochondrien der Zellen kommen die Schüßler-Salze Nr. 3 und Nr. 5 natürlich vor.

In der zweiten Woche erfolgte jeden zweiten Tag eine Injektion. Bereits nach der ersten Woche gab sie an, dass sie sich wie neugeboren fühlt, besser schläft, keine Muskelbeschwerden/-schmerzen mehr hat, keinen erhöhten Blutdruck und keine Kopfschmerzen. Dies zeigt, dass ihre Beschwerden hauptsächlich durch Stickstoffmonoxid ausgelöst wurden. Da das Vitamin B₁₂ ein NO-Gas-Fänger ist, besserten sich ihre Beschwerden so schnell.

Außerdem zeigte sie sich nach den ersten zwei Injektionen schon ruhiger, entspannt und nicht mehr empfänglich für Alltagsstress, weil sie gelassener damit umgeht.

„Es ist höchste Zeit, die Gesundheit des Menschen als das Zusammenwirken komplexer Prozesse zu begreifen, die ganzheitlich funktionieren, anstelle streng geordnet nach Fachrichtungen zu diagnostizieren und zu behandeln.“

Dr. med. Sc. Bodo Kuklinski

Refluxösophagitis und Schmerzen

Ein anderer Patient, 48 Jahre alt, klagt seit Jahren unter eine Refluxösophagitis (Entzündung der Speiseröhre aufgrund aufsteigender Magensäure) mit Sodbrennen, Schmerzen in der Speiseröhre, Schlafstörungen und aufgrund dieser Symptome auch allgemeine Anspannung, erhöhtem Blutdruck, starke Schultergelenkschmerzen nach einer Fraktur mit nicht optimal ausgeführter Operation, Muskelschmerzen und Muskelverspannung. Außerdem klagte er über ständige Erschöpfung und Infektanfälligkeit. Pantoprazol, was er möglichst vermeide zu nehmen, bringe nur für einige Tage Erleichterung. Pantoprazol (der Wirkstoff Pantoprazol ist ein Protonenpumpeninhibitor, PPI, der die Produktion von Magensäure blockiert) ist für Dr. Kuklinski ein zusätzlicher Faktor für die Entstehung von übermäßig NO-Gas wie auch bei anderen Medikamenten.

Dem Patienten wurde ebenfalls für fünf Tage lang jeweils täglich eine Injektion mit 1000 Mikrogramm Vitamin B12 injiziert und da sich nur eine geringe Wirkung zeigte, wurde die Dosis auf zwei Injektionen mit 3000 Mikrogramm an zwei aufeinanderfolgenden Tagen erhöht.

Nach einer Woche zeigte sich, dass die Muskel- und Gelenksbeschwerden zu 90 Prozent abgeklungen waren, der Schlaf

sich deutlich verbessert hatte und auch das Sodbrennen etwa um 70 Prozent weniger war als vorher. Die Therapie wird fortgesetzt unter anderem mit Folsäure (400 Mikrogramm) Biotin (1000 mcg), Schüßler-Salzen Nr. 9 und Nr. 4, Biophotonen Pflaster (Informationen s.u. Bezugsquellen) wegen der Entzündung der Speiseröhre und wegen der Entgiftung für den Darm. Dr. Kuklinski betrachtet Sodbrennen als Bagatelle und die Ursache liege in einer gesteigerten NO-Synthese.

Patientenfälle wie diese sind nicht einzigartig und zeigen, wie deutlich eine Stickstoffmonoxid-Belastung bei vielen Patienten vorliegt – und wie schnell sie zu beseitigen ist. Durch die Mitochondrientherapie kommen oftmals Heilprozesse in Gang bei Patienten, die man als therapieresistent bezeichnet hat. Vitamin B₁₂, Folat, Biotin, Neukönigsförder Mineraltabletten und Schüßler-Salze und vor allem die anfänglichen Vitamin B₁₂-Injek-

Vitamin B₁₂ gegen Morbus Alzheimer

„Vitamin B₁₂- und Folsäuremangel treten bei Demenz oft zusammen auf und je größer der Mangel wird, umso mehr verschlechtert sich die Demenz. Hochdosiertes Vitamin B₁₂ soll Alzheimer und verwandte Erkrankungen abwenden bzw. lindern können. Der Zugang zu dieser Behandlungsmethode wird in Zukunft jedoch unter Umständen durch neue Gesetze behindert werden können, da geplant ist, höhere Dosierungen von Vitalstoffen zu verbieten.“

Zentrum der Gesundheit
Inseliquai 8, CH-6005 Luzern

tionen haben gezeigt, dass bei chronischen Beschwerden innerhalb kürzester Zeit deutliche Besserungen zu sehen sind.

Günther H. Heepen, Heilpraktiker
Pödelndorfer Str. 219, 96050 Bamberg

Weiterführende und verwendete Literatur

Kuklinski, Dr. sc. med. Bodo und Schemioneck, Dr. med.
Anja: „Mitochondrientherapie – die Alternative“,
Aurum-Verlag Bielefeld, 2014
Kuklinski, Dr. sc. med. Bodo: „Mitochondrien –
Symptome, Diagnose und Therapie“,

Aurum Verlag Bielefeld, 2. Auflage 2016
Vitals: Vademecum 2024

Bezugsquellen:

Biophotonen-Pflaster:
<https://lifewave.com/praxissschmerztherapie>
Heepenplexe: Hofmann & Sommer GmbH & Cio. KG,
Königsee (Hersteller) – Bezug nur über eine
Apotheke
Vitals-Nahrungsergänzung: Folat, Adenosyl- und
Methylcobalamin: <https://www.vitals.eu/de-de/>
– Gutschein-/Therapeuten-Code für WzG-Leser:
3044547.



Knospenmazerate von Phytopharma

50 ml 14,70 € | 100 ml 22,70 € | Sprühaufsatz 1,50 € | Glaspipette 0,90 €

- | | |
|--|--|
| 1 Schwarze Johannisbeere (<i>Ribes nigrum</i>) | 20 Silberbirke (<i>Betula alba</i>) |
| 2 Mammutbaum (<i>Sequoia gigantea</i>) | 21 Eberesche (<i>Sorbus aucuparia</i>) |
| 3 Walnussbaum (<i>Juglans regia</i>) | 22 Schwarzerle (<i>Alnus glutinosa</i>) |
| 4 Olivenbaum (<i>Olea europaea</i>) | 23 Weißdorn (<i>Crataegus monogyna + oxyacantha</i>) |
| 5 Himbeere (<i>Rubus idaeus</i>) | 24 Zitronenbaum (<i>Citrus limon</i>) |
| 6 Heckenrose (<i>Rosa canina</i>) | 25 Hartriegel, Roter (<i>Cornus sanguinea</i>) |
| 7 Preiselbeere (<i>Vaccinium vitis-idaea</i>) | 26 Ginkgo (<i>Ginkgo biloba</i>) |
| 8 Heidelbeere (<i>Vaccinium myrtillus</i>) | 27 Französische Tamariske (<i>Tamarix gallica</i>) |
| 9 Weinrebe (<i>Vitis vinifera</i>) | 28 Europäischer Wildapfel (<i>Malus sylvestris</i>) |
| 10 Silberlinde (<i>Tilia tomentosa</i>) | 29 Mandelbaum (<i>Prunus dulcis</i>) |
| 11 Feigenbaum (<i>Ficus carica</i>) | 33 Grauerle/Weißerle (<i>Alnus incana</i>) |
| 12 Wacholder (<i>Juniperus communis</i>) | 35 Holunder (<i>Sambucus nigra</i>) |
| 13 Rosmarin (<i>Rosmarinus officinalis</i>) | |
| 14 Esskastanie (<i>Castanea vesca</i>) | |
| 15 Wolliger Schneeball (<i>Viburnum lantana</i>) | |
| 16 Edeltanne (<i>Abies alba</i>) | |
| 17 Stieleiche (<i>Quercus robur</i>) | |
| 18 Haselstrauch (<i>Corylus avellana</i>) | |
| 19 Esche (<i>Fraxinus excelsior</i>) | |



Peter Emmrich
Das 1x1 der Knospenmedizin
kombiniert mit Schüßler-Salzen
Beschreibung von
25 Knospenmitteln
Brochure, 14,8 × 21 cm,
136 Seiten, 12,80 €