

# Der Cholesterin-Mythos hat ausgedient

Liebe gesundheitsbewusste Leserinnen und Leser,

jeden Winter dasselbe, die Grippewelle rollt ... ich kann es gar nicht oft genug betonen: Sie brauchen Vitamin D3 zusätzlich, um Ihr Immunsystem zu pushen. Zu diesem Super-Vitamin gibt es viele Bücher und hier verweise ich v.a. auf das Buch von Dr. von Helden, der zu Vit. D3 sogar eine Website betreibt, auf der man einen Vitamin-D3-Rechner findet. Weniger beachtet dagegen sind die B-Vitamine. Vor allem das B12. Wussten Sie, das eine lädierte Halswirbelsäule B12 förmlich „verheizt“? Nachzulesen bei Dr. Kuklinski in „Schwachstelle Genick“. Vom B12-Mangel sind nicht nur Veganer betroffen, sondern auch jene, die nicht mehr ohne ihre freundlichen „Magenschoner“ leben können. Ziemlich unterschätze Symptome eines B12-Mangels sind Depressionen, Zittern, Konzentrationsstörungen bis hin zu Burnout, Benommenheit und Psychosen.

Eine zentrale Rolle spielen B12, B6 und Folsäure bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen – der Todesursache Nr. 1 in Deutschland. Ein Mangel führt zu erhöhtem Homocystein im Blut, das wiederum ist Hauptfaktor der Arteriosklerose. Medizin und Pharmazie können nicht jedes Gesundheitsproblem lösen. Bei Cholesterin haben sie sogar eines erfunden, damit sie ihre Blutfettsenker möglichst profitabel unter die Leute bringen. Das allerdings ging vor Jahren gründlich in die Hose. Ich erinnere hier an den „Lipobay“-Skandal. Die Cholesterinsenker haben nichts gebracht, außer einige Tote aufgrund von Herzkreislaufversagen als „Nebenwirkung“.

Dr. Wormers Ausführungen basieren u.a. auf den Forschungen von Dr. McCully, einem Revolutionär der Herzkrankheitsforschung. Cully hatte schon in den 70ern geforscht und seine Homocystein-Theorie ist überzeugend. In den „Homocystein-Protokollen“ lesen Sie, wie Sie sich einfach vor Arteriosklerose, Demenz, Osteoporose und Herzinfarkt schützen können. Es gibt reichlich zu erfahren über Homocystein und Dr. Wormer hat alles wunderbar aufgeschlüsselt in Theorie und Praxis, unterlegt von zahlreichen Quellenangaben und Referenzen. Dabei entzaubert er auch den lange gepflegten Cholesterin-Mythos.

Ein Buch ganz nach meinem Geschmack – fundiert, provokant, progressiv.

Ihre

Petra Danner



Petra Danner, Heilpraktikerin

## Meine persönliche Empfehlung

