

 **ORTHOMOL ARTHROPLUS** cena 62,95 €
pre obnovu chrupaviek a kostí

 **ORTHOMOL CARDIO** cena 62,95 €
podporuje správnu funkciu srdca

 **ORTHOMOL® IMMUM** cena 56,95 €
pre posilnenie a obnovu imunity

 **ORTHOMOL® C PLUS** cena 39,95 €
podporuje prirodzenú obranyschopnosť u detí

 **ORTHOMOL® TENDO** cena 62,95 €
pre posilnenie väzív a spojivového tkaniva

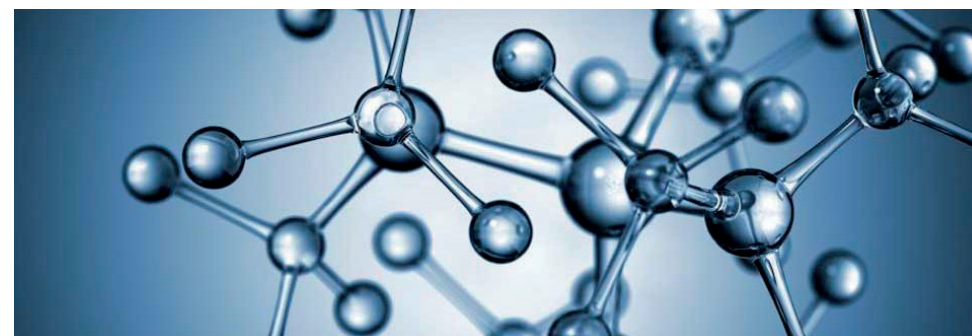
 **ORTHOMOL® SPORT** cena 59,95 €
podporuje fyzickú aktivitu a športový výkon

 **ORTHOMOL® FEMIN** cena 39,95 €
pre ženy v menopauze, alebo ešte skôr

 **ORTHOMOL® VITAL F** cena 56,10 €
podporuje vitalitu a znižuje stres u žien

 **ORTHOMOL® VITAL M** cena 56,10 €
pre energeticky výdatný metabolizmus u mužov

Ortomolekulový princíp vo výživových doplnkoch ORTHOMOL®



Zakladateľ ortomolekulárnej medicíny prof. Linus Pauling, dvojnásobný nositeľ Nobelovej ceny, vychádzal zo základných potrieb ľudského organizmu, ktoré sú nedostatočným prísunom z upravovanej stravy a zlými stravovacími návykmi výrazne deficitné. Ide hlavne o tieto skupiny látok: vitamíny, minerály, stopové prvky, aminokyseliny a mastné kyseliny, pričom **je veľmi dôležitá ich vzájomná previazanosť a spolupôsobenie na viacerých úrovniach**. Správnym vyvážením mikroživín potrebných pre ľudský organizmus sa dá dosiahnuť do vysokého veku.

Pojem „**ortomolekulárny**“ má svoj pôvod v 2 slovách, grécky „**orthos**“ = *správny*, dobrý a latinsky „**molecula**“ = *základný stavebný kameň látok a zlúčenín*. Myšlienka **správnych molekúl v správnych množstvách** pre potreby človeka vychádza z Paulingovej vlastnej skúsenosti, keď pri svojom závažnom ochorení obličiek v 40 rokoch života v roku 1941 dokázal pomocou nízkobielkovinovej a neslanej diéty dostať vtedy nevyliciteľnú chorobu pod kontrolu, vďaka čomu sa dožil 93 rokov.

V roku 1986 sa objavila prvýkrát táto **definícia** v časopise Science (č. 160): „**Ortomolekulárna medicína** predstavuje snahu o zachovanie dobrého zdravia a liečbu rôznych ochorení zmenami koncentrácií látok, ktoré sa normálne vyskytujú v ľudskom tele a sú potrebné na zdravie.“ L. Pauling spolupracoval s biochemickým veľikánom Dr. T. Addisom zo Stanfordskej univerzity, ktorý ako jeden z prvých lekárov predpisoval vyššie dávky vitamínov a minerálov.

Distribúcia v SR: **7R PANMED, spol. s r. o.**,
Spoločenská 9, 821 04 Bratislava,
Tel./fax: +421/ 2/ 434 13 440,

7R PANMED
MARKETING A DISTRIBÚCIA LIEČÍV

www.panmed.sk



Cieľom ortomolekulového princípu je **PREVENCIA A LIEČBA** závažných chronických a degeneratívnych ochorení, ktoré sú ovplyvniteľné výživou a tiež **ZACHOVANIE VITALITY A VÝKONNOSTI** do vysokého veku (výrazný „anti-aging“). Ortomolekulové mikrolátky sa nedokážu vytvoriť v ľudskom tele v dostatočnom množstve (niektoré vôbec) a preto je nutné ich výživou dodávať. V spôsobe dnešného stravovania je táto základná podmienka nereálna, pretože väčšina uvádzaných dôležitých mikroživín je obsiahnutých v čerstvej zelenine a ovocí, ktorých **denný príjem by mal byť** podľa SZO minimálne 400 g, avšak podľa stanoviska Nemeckej spoločnosti pre výživu až **700 g** (400 g **čerstvej zeleniny** a 300 g **čerstvého ovocia**)! Vďaka pridruženým alebo chorobným stavom sa táto potreba ešte ďalej zvyšuje.

Keďže príjem takého množstva nie je celkom dobre možný a reálny, získava princíp ortomolekulovej suplementácie stále väčší význam.

Kvalita našej výživy hrá dôležitú úlohu v patogeneze, ale najmä v prevencii veľmi častých ochorení, ako sú ateroskleróza, diabetes mellitus, obezita, závažné kardiovaskulárne ochorenia, dna rakovinové ochorenia, artróza a mnohé ďalšie. Vo frekvencii všetkých týchto ochorení patrí Slovensku popredné miesto v Európe.

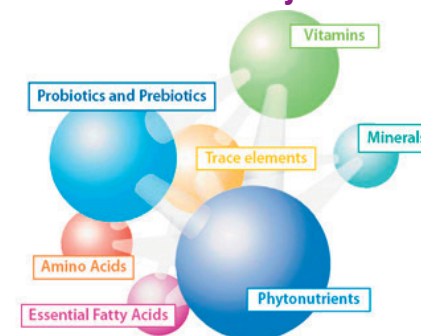
V súčasnosti sa v „západnej“ medicíne stále viac lekárov venuje ortomolekulárnemu princípu a viacerí ho využívajú ako významný doplnok farmakoterapie.

Najdôležitejšie komponenty pre náš imunitný systém sú:

- » Antioxidačné vitamíny (C, E) a karotenoidy, pretože vylučujú voľné kyslíkové radikály, priamo podporujú imunitnú obranu a prispievajú výrazne k ochrane buniek.
- » Bioflavonoidy, ako prírodné antioxidanty podporujú účinok vitamínu C.
- » Niektoré stopové prvky, najmä zinok a selén, sú tiež esenciálne pre viaceré imunitné reakcie.

Najväčší deficit v príjme mikroelementov sa ukazuje u vitamínu D, jódu, kyseliny listovej, kyseliny pantoténovej, pyridoxínu, vápniku a tiež železa u žien. Potreba mikroživín sa zvyšuje v gravidite, pri fyzickom a duševnom strese, špecificky pri viacerých chorobných stavoch, zníženej imunite, pri závažných metabolických chorobách, kardiovaskulárnych chorobách, pri reume, osteoporóze, artróze, pri niektorých psychických ochoreniach a výrazne aj v starobe.

Ortomolekulárnu alianciu tvoria najmä tieto mikroživiny:



- » **Vitamíny** – v priebehu metabolizmu sa spotrebúvajú - odbúravajú a vylučujú. Zásoby najmä vo vode rozpustných vitamínov v tele v podstate nie sú, preto je dôležitý ich pravidelný a dostatočný prísun. Majú viaceré katalytické a riadiace funkcie, napr. ako súčasť dôležitých enzýmov a koenzýmov. Ich nedostatočný prívod môže narušiť základné životné funkcie.
- » **Minerálne a stopové prvky** – tvoria anorganické súčasti enzýmov, bielkovín a hormónov. V organizme nie sú metabolizované, vylučujú sa potom, močom, stolicou. Organizmus ich nevie sám syntetizovať, preto je potrebný ich pravidelný prívod. Udržujú stále pH v ľudskom organizme, sú dôležitou stavebnou súčasťou kostí a zubov.
- » **Esenciálne mastné kyseliny** – sú dôležité pre viaceré životne dôležité funkcie ako: delenie buniek, zápalové procesy, zhlukovanie krvných doštičiek a zrážanie krvi. Majú veľký vplyv na vznik kardiovaskulárnych ochorení, reumy, psoriázy a zrejme aj niektorých typov rakoviny.
- » **Esenciálne aminokyseliny** – 8 aminokyselín si organizmus nevie sám vytvoriť. Človek ich musí prijímať v strave v dostatočnom množstve, čo môže byť problémom najmä u prísnych vegetariánov. Majú dôležité úlohy v tukovom metabolizme, v metabolizme mozgu i periférnych nervov. Pôsobia ako predstupne niektorých dôležitých hormónov, napr. adrenalínu či tyroxínu. Väčšinou pôsobia ako „tím“ a už pri nedostatku jednej z nich sa môžu objaviť poruchy komplexných procesov, v ktorých sú zainteresované.
- » **Sekundárne rastlinné látky** – bioaktívne látky, majú množstvo dôležitých účinkov: antimikrobiálne, antioxidačné, protinádorové, zápalblokové, imomodulačné... Medzi najznámejšie patria: karotenoidy, fytoestrogény, fytoosteríny, polyfenoly, monoterpény a ďalšie.

Uviedli sme len zlomok vedomostí a faktov o ortomolekulárnom princípe a látkach, ktoré sú v ňom zainteresované. Ich využitie v zdraví, ale najmä pri rôznych chorobných stavoch a procesoch, výrazne napomáha a zlepšuje naše terapeutické úsilie, ale najmä zdravotný stav a kondíciu našich pacientov.

prof. MUDr. Juraj Hromec, CSc.