

„VITALITÄT, EIN LEBEN LANG“

darauf legt Amira Mezetovic besonders großen Wert



Amira Mezetovic

Genetisch und physiologisch unterscheidet sich der Mensch des 21. Jahrhunderts praktisch nicht von den Jägern und Sammlern in der Steinzeit. Der Steinzeitmensch „tunte“ seinen Stoffwechsel mit einer mikronährstoffreichen Fitnesskost, die reichlich hochwertiges Protein für ein starkes Immunsystem und eine kräftige Muskulatur, wenig gesättigte Fette und viele Ballaststoffe für einen ausgeglichenen Zuckerhaushalt lieferte.

Verglichen mit unserer Industriekost enthielt die Steinzeitkost durchschnittlich dreimal so viele Vitamine und mindestens doppelt so viele Mineralstoffe. Durch den hohen Mineralstoffgehalt war die Ernährung unserer Vorfahren basisch ausgerichtet und nicht wie heute säurebildend. Langfristig führt unsere hyperkalorische und mikronährstoffarme Ernährung zu komplexen metabolischen Störungen und Zivilisationskrankheiten, wie Diabetes melitus Typ-2, Demenz, Herzinfarkt, Krebs, Makula-Degeneration, Rheuma oder Osteoporose bis zu einem

Zerfall der Mitochondrien, unseren Zellkraftwerken, welche die zugeführte Nahrungsenergie in Zellenergie umwandeln.

Mitochondrien entscheiden in unseren Zellen über Leben und Tod und damit über Gesundheit und Krankheit des Organismus. So führt zum Beispiel ein Mangel an Vitamin D zu erhöhter allgemeiner- und kardiovaskulärer Mortalität, Kolonkarzinom und Osteoporose. Zu den wichtigsten Einflussgrößen auf die Lebensqualität und Vitalität zählen neben der körperlichen Aktivität der Ernährungs- und Mikronährstoffstatus. Oft verbirgt sich hinter den unspezifischen Befindlichkeitsstörungen und Symptomen eine unzureichende Versorgung mit Mikronährstoffen.

„Die labordiagnostisch fundierte Stoffwechsel-Optimierung mit Mikronährstoffen (=Metabolic Tuning) führt zu einer kostengünstigen und effektiven Prävention zahlreicher Zivilisationskrankheiten und bildet die Voraussetzung für die Erhaltung guter Gesundheit und Vitalität bis ins hohe Alter“, erklärt die niedergelassene Fachärztin in der Gemeinschaftspraxis „Nordstraße 24“ in Pempelfort.

Als Alternative zur bisherigen Schulmedizin ergibt sich aus den oben genannten Aspekten das Konzept der „MitoMed-Medizin“, das die Energiebildung und die Aktivität des körpereigenen antioxidativen Schutzsystems unterstützt. Es basiert ausschließlich auf natürlichen Substanzen, die dem Körper je nach individuellem Bedarf und Belastungssituation zugeführt werden. Als weitere unterstützende Säulen des „MitoMed-Konzeptes“ bilden einerseits die basische Ernäh-



Dr. Jürgen Krause

rung als auch andererseits intravenöse biologische Intensivkuren wie zum Beispiel hochdosierte Vitamin C Infusionen und auf das jeweilige Krankheitsbild individuell abgestimmte biologische Intensivkuren.

In der Gemeinschaftspraxis von Dr. Jürgen Krause und Amira Mezetovic wird der Präventivmedizin eine enorme Bedeutung zugeschrieben. Der niedergelassene Internist mit dem Schwerpunkt Gastroenterologie und die Allgemeinmedizinerin mit der Zusatzqualifikation Mitochondrienmedizin und Klinische Umweltmedizin bieten umfangreiche Gesundheitsvorsorge an, die verschiedene Untersuchungen umfasst, wie zum Beispiel Ultraschall, EKG, Blut-, Urin- und Stuhlanalysen, Speicheluntersuchungen, Manager Check-Up, Magenspiegelungen, Bio-Medical-Screen mit breit gefächertem Analysespektrum wie: Mitochondrien Dysfunktion, Oxidativer/Nitrosativer Stress, Neurostress, Vitaminstatus, Anti-Aging-Status für Frauen und Männer und vieles mehr.

GEMEINSCHAFTSPRAXIS NORDSTRASSE DR. JÜRGEN KRAUSE UND AMIRA MEZETOVIC

Nordstraße 24 | 40477 Düsseldorf-Pempelfort | Telefon 0211-49 81 023

E-Mail: kontakt@hausarzt-nordstrasse.de und amezetovic@hotmail.com | www.hausarzt-nordstrasse.de