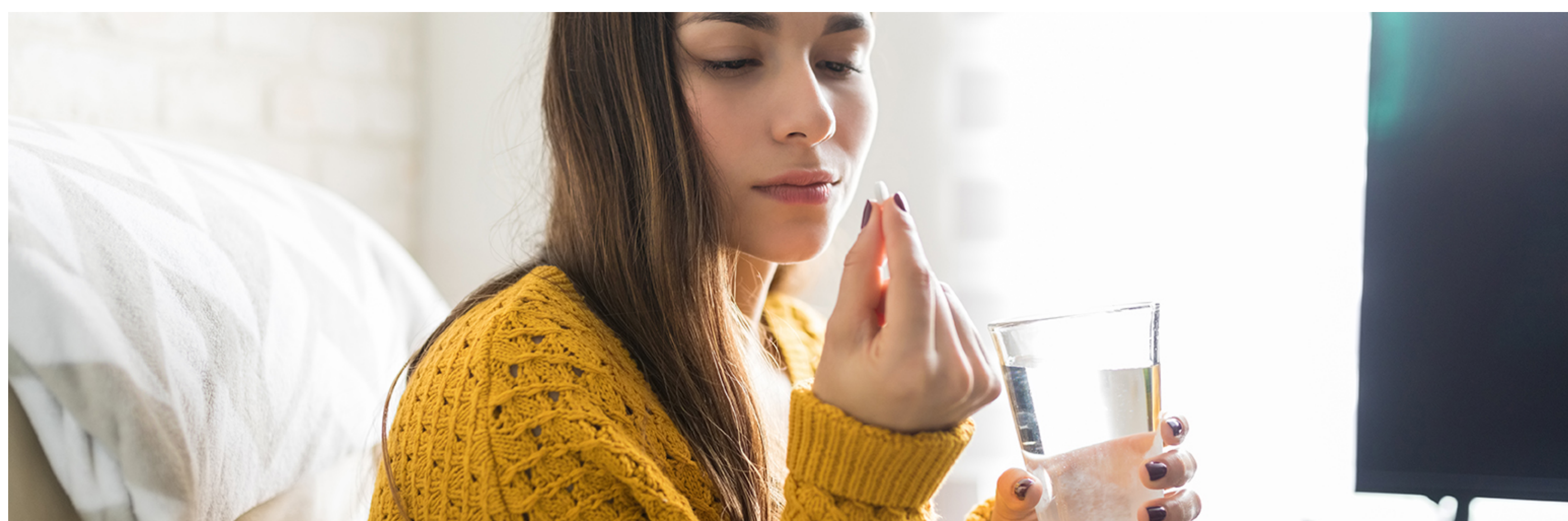


Ratgeber / Vitalstoffe & Gesundheit

Pille führt zu Nährstoffmangel

Die Antibabypille ist für viele Frauen heute so normal, dass sich kaum jemand Gedanken darum macht. Es ist und bleibt allerdings ein Hormon, das auch in Mikro-Dosierungen in den Stoffwechsel eingreift.

Moderne Kontrazeptiva sind oft Kombinationspräparate aus Östrogen bzw. Etinylestradiol und Gestagen, zum Beispiel als Levonorgestrel, Desogestrel, Gestoden und Drospirenon. Die Dosierung ändert sich, je nachdem welcher Generation von Kontrazeptiva man ein Verhütungs-Präparat zuordnet. Die neuere Generation der Antibabypille hat einen höheren Gestagen-Anteil, der aber ein erhöhtes Thrombose- und Embolie-Risiko als Nebenwirkung haben kann.



Was hat die Antibabypille mit Nährstoffverlusten zu tun?

Wissenschaftliche Studien haben nachgewiesen, dass die Antibabypille Nebenwirkungen auf den Nährstoffspiegel haben kann. Verringert werden beispielsweise der Folsäurespiegel, der Vitamin B6- und B12-Spiegel sowie der Magnesium-, Zink-, Vitamin C- und E-Spiegel. Diese Nährstoffe haben unterschiedliche Aufgaben im menschlichen Organismus.

Als wasserlösliches Element aus der Gruppe der B-Vitamine ist die Folsäure elementar für die Zellteilung, die Eiweißsynthese und die Nukleinsäure-Bildung, die für die DNS notwendig ist. Folsäure sorgt außerdem in Zusammenarbeit mit Vitamin B12 dafür, dass die Blutbildung vonstattengeht und die für die Gerinnung wichtigen Blutplättchen hergestellt werden können. Vitamin B6 ist als Nervenvitamin bekannt. Es ist außerdem für die Eiweißverarbeitung unverzichtbar.

Vitamin C ist an vielen innerkörperlichen Prozessen beteiligt, unter anderem der Immunabwehr. Vitamin E ist ein wichtiges Antioxidans und Immun-Agens, wie Vitamin C auch. Auch die Zinkversorgung ist essenziell, da dieses Spurenelement unverzichtbar für zahlreiche Stoffwechselforgänge ist. Wenn es durch Einnahme der Antibabypille zu einer Dezimierung dieser Stoffe kommt, kann das Folgen haben.

Was kann man dagegen tun?

Dass die Antibabypille zu erheblichen Nährstoffverlusten führt, ist unter Naturheilkundlern bereits bekannt. Wer orale Kontrazeptiva benutzt, sollte vorbeugen. Auch andere Vitalstoffe werden signifikant dezimiert. Wissenschaftliche Studien haben belegt, dass Nahrungsergänzung eine wichtige Vorbeugung gegen Folgeerscheinungen der hormonellen Verhütung darstellt.

Deutsche Mediziner ermittelten, dass die Einnahme der Antibabypille spezielle Proteine im Blut vermehren kann, was zu einer Umverteilung von Mikronährstoffen führt. Der Bedarf an Folsäure, B-Vitaminen, Vitamin C, Zink und Magnesium ist folglich erhöht. Es empfiehlt sich daher für Frauen, die die Pille nehmen, insbesondere Folsäure, Magnesium und B-Vitamine zusätzlich zuzuführen. Eine möglichst vielseitige und vitalstoffreiche Ernährung ist empfehlenswert. Nahrungsergänzungsmittel sind eine Möglichkeit der zusätzlichen Zufuhr.

So ist beispielsweise der Verzehr der Vitamin B Komplex Kapseln von ZeinPharma® ratsam. Diese enthalten 7 essentielle B-Vitamine und sind einfach zu verzehren. Die B-Vitamine tragen zu einem normalen Immunsystem und Nervensystem bei.

 06152 - 187 780

Kostenlose Expertenberatung
Mo - Fr 08:00 - 18:00 Uhr

Kontakt
FAQ
Zahlung &
Versand

Widerrufsrecht
Team & Karriere
Partner

Newsletter

Abonnieren Sie jetzt einfach unseren regelmäßig erscheinenden Newsletter und Sie werden stets als Erster über neue Artikel und Angebote informiert. Der Newsletter ist natürlich jederzeit wieder abbestellbar.

Max

Mustermann

E-Mail-Adresse*

Abonnieren

 Ich habe die [Datenschutzbestimmungen](#) zur Kenntnis genommen.

Zahlung



Versand



Zertifiziert durch



Social Media

