

## Neuer Themenschwerpunkt: Infektanfälligkeit und was schwächt unser Immunsystem?



\* Das Mainzer Gesundheitsportal [www.medivere.de](http://www.medivere.de) widmet sich in den kommenden Wochen dem neuen Schwerpunktthema: „Infektanfälligkeit durch Vitamin- und Mineralstoffmangel“. In seinem Online-Livevortrag „Wie unser Immunsystem funktioniert“ eröffnet Dr. Ralf Kirkamm am Donnerstag, 27. Januar 2011 um 19.00 Uhr, die Vortragsreihe. In diesem Live-Vortrag werden die grundlegenden Funktionen des Immunsystems, und wie man sich vor erhöhter Infektanfälligkeit schützen kann, klargestellt. Im Anschluss besteht für Gesundheitsinteressierte und Patienten die Möglichkeit, per Chatsystem auch Fragen live an den Referenten zu richten.

Die heutige Ernährung enthält doppelt so viel Fett, 200mal so viel Zucker und viel weniger Ballaststoffe als noch vor 200 Jahren. Auch eine ausreichende Menge an Mikronährstoffen (Vitamine, Spurenelemente, Mineralstoffe) wird nicht mehr erreicht. Selbst vermeintlich natürliche Lebensmittel wie Obst, Gemüse und Getreide weisen heute aufgrund ausgelaugter Böden, Chemikalieneinsatz, falscher Lagerung, langer Transportwege und der industriellen Verarbeitung der Lebensmittel einen viel geringeren Nährstoffgehalt auf. Selbst bei intensiv empfohlenen Mikronährstoffen wie Zink, Selen, Magnesium und Vitamin D3 ist nach einem Bericht der Deutschen Gesellschaft für Ernährung die Versorgung der Bundesbürger nicht optimal.

Störungen des Immunsystems sind eine häufige Folge dieser Mangelernährung. Bereits die unzureichende Aufnahme von Mikronährstoffen

Medivere GmbH  
Hans-Böckler-Straße 109  
55128 Mainz

Tel. +49 (0) 61 31 - 72 05 - 0  
Fax +49 (0) 61 31 - 72 05 - 100  
E-Mail: [info@medivere.de](mailto:info@medivere.de)  
Web: [www.medivere.de](http://www.medivere.de)

Geschäftsführer:  
Dr. med. Ralf Kirkamm

Amtsgericht Mainz HRB 40625,  
Steuer-Nr.: 26/662/0549/2

Bankverbindung:  
Hypovereinsbank Erlangen

Kto. 378 7500 40  
BLZ 763 200 72



### Pressekontakt

Reiner Merz PR  
Effektive PR-Beratung, Redaktion & Medienbetreuung  
Wächtersbacher Str. 88-90  
D-60386 Frankfurt/Main  
Telefon: +49 (0) 69 - 42 69 42 84  
Fax: +49 (0) 69 - 42 69 42 85

[post@rmp.de](mailto:post@rmp.de)  
[www.rmp.de](http://www.rmp.de)

## Neuer Themenschwerpunkt: Infektanfälligkeit und was schwächt unser Immunsystem?



\* oder bedarfssteigernde Lebensumstände wie Stress, Leistungssport oder Krankheit können die Funktion des Immunsystems deutlich einschränken. Die Folge: erhöhte Häufigkeit von Infektionen und Anfälligkeit für viele Erkrankungen.

Nährstoffe werden in zwei Gruppen unterteilt und beeinflussen sich gegenseitig: Makronährstoffe wie Kohlenhydrate, Proteine (Eiweiße) und Fette können in unseren Zellen nur verarbeitet und verwertet werden, wenn die Nahrung genügend Mikronährstoffe enthält. Vor allem die Summe von Faktoren wie Fast Food, häufiger Alkohol- und Nikotinkonsum, chronischer Stress, Leistungssport, bestimmte Medikamente oder eine bestehende Grunderkrankung führt schnell zu Versorgungslücken an Mikronährstoffen, die zunächst kaum spürbar sind, langfristig jedoch nachhaltige gesundheitliche Folgen verursachen. Erste Hinweise auf einen Mangel an Mikronährstoffen können sich ausprägen als:

- Konzentrationsschwäche
- Unruhe und inneres Zittern
- allgemeine Müdigkeit
- Sehstörungen
- Kraftlosigkeit
- Muskelkrämpfe und Muskelkater
- Atemnot oder Kurzatmigkeit
- Immunstörungen
- Haarausfall

Medivere GmbH  
Hans-Böckler-Straße 109  
55128 Mainz

Tel. +49 (0) 61 31 - 72 05 - 0  
Fax +49 (0) 61 31 - 72 05 - 100  
E-Mail: [info@medivere.de](mailto:info@medivere.de)  
Web: [www.medivere.de](http://www.medivere.de)

Geschäftsführer:  
Dr. med. Ralf Kirkamm

Amtsgericht Mainz HRB 40625,  
Steuer-Nr.: 26/662/0549/2

Bankverbindung:  
Hypovereinsbank Erlangen

Kto. 378 7500 40  
BLZ 763 200 72



### Pressekontakt

Reiner Merz PR  
Effektive PR-Beratung, Redaktion & Medienbetreuung

Wächtersbacher Str. 88-90  
D-60386 Frankfurt/Main

Telefon: +49 (0) 69 - 42 69 42 84  
Fax: +49 (0) 69 - 42 69 42 85

[post@rmpr.de](mailto:post@rmpr.de)  
[www.rmpr.de](http://www.rmpr.de)

## Neuer Themenschwerpunkt: Infektanfälligkeit und was schwächt unser Immunsystem?



- Osteoporose
- Depressionen und Ängste

Im Gegensatz zu der nur schätzbaren Mikronährstoffzufuhr über Ernährungsprotokolle oder die Zuordnung eines Mikronährstoffmangels über unspezifische Symptome liefert die labormedizinische Blutuntersuchung eine konkrete Ist-Analyse der Mikronährstoffe. Diese ist von großer Bedeutung, um Krankheiten vorzubeugen und bestehende Risikofaktoren abzubauen.

Medizinisches Wissen aus erster Hand und das kostenlos und quasi rund um die Uhr, das bietet das Gesundheitsportal Medivere. Unter dem Motto „Wir haben immer Sprechstunde“ geht der Onlinedienst aus Mainz innovative Wege in der Gesundheitskommunikation. Neben Online-Live-Vorträgen von und mit erfahrenen Fachärzten, Heilpraktikern und Therapeuten bilden auch Telefonsprechstunden zu wechselnden Schwerpunktthemen einen Rundumservice – zum Festnetztarif. Alle weiteren Themen- und Serviceangebote sind unter [www.medivere.de](http://www.medivere.de) abrufbar.

### Über Medivere.de:

*Betreiber des Gesundheitsportals ist die Medivere GmbH mit Sitz in Mainz. Ziel ist die Bereitstellung multimedialer Informations- und Serviceangebote für Patienten und Konsumenten, die umfassende, kompetente und aktuelle Informationen über die Ursachen und Symptome gesundheitlicher Probleme, Behandlungsmöglichkeiten bzw. Fortschritte der modernen Medizin und Labordiagnostik suchen. Wissenschaftliche Ausprägung und praxisbezogene Erfahrung gewährleistet ein wissenschaftlicher Beirat,*

Medivere GmbH  
Hans-Böckler-Straße 109  
55128 Mainz

Tel. +49 (0) 61 31 - 72 05 - 0  
Fax +49 (0) 61 31 - 72 05 - 100  
E-Mail: [info@medivere.de](mailto:info@medivere.de)  
Web: [www.medivere.de](http://www.medivere.de)

Geschäftsführer:  
Dr. med. Ralf Kirkamm

Amtsgericht Mainz HRB 40625,  
Steuer-Nr.: 26/662/0549/2

Bankverbindung:  
Hypovereinsbank Erlangen

Kto. 378 7500 40  
BLZ 763 200 72



### Pressekontakt

Reiner Merz PR  
Effektive PR-Beratung, Redaktion & Medienbetreuung

Wächtersbacher Str. 88-90  
D-60386 Frankfurt/Main

Telefon: +49 (0) 69 - 42 69 42 84  
Fax: +49 (0) 69 - 42 69 42 85

[post@rmpr.de](mailto:post@rmpr.de)  
[www.rmpr.de](http://www.rmpr.de)

# Presseinformation

Mainz, 26.01.2011

Neuer Themenschwerpunkt: Infektanfälligkeit und was schwächt unser Immunsystem?



\* *welcher als sogenannte „Gesundheitsexperten“ nur Therapeuten mit der notwendigen Qualifikation in das Medivere®-Gesundheitsportal aufnimmt.*

Medivere GmbH  
Hans-Böckler-Straße 109  
55128 Mainz

Tel. +49 (0) 61 31 - 72 05 - 0  
Fax +49 (0) 61 31 - 72 05 - 100  
E-Mail: [info@medivere.de](mailto:info@medivere.de)  
Web: [www.medivere.de](http://www.medivere.de)

Geschäftsführer:  
Dr. med. Ralf Kirkamm

Amtsgericht Mainz HRB 40625,  
Steuer-Nr.: 26/662/0549/2

Bankverbindung:  
Hypovereinsbank Erlangen

Kto. 378 7500 40  
BLZ 763 200 72



## Pressekontakt

Reiner Merz PR  
Effektive PR-Beratung, Redaktion & Medienbetreuung  
Wächtersbacher Str. 88-90  
D-60386 Frankfurt/Main

Telefon: +49 (0) 69 - 42 69 42 84  
Fax: +49 (0) 69 - 42 69 42 85

[post@rmpr.de](mailto:post@rmpr.de)  
[www.rmpr.de](http://www.rmpr.de)