

EXKLUSIVLINIE
DR. LECHNER®

Immunsystem

WebSeminar

1

Ihr DR. LECHNER® - Referent
Alexander Bechara



Heilpraktiker

mit eigener Naturheilpraxis seit 2002



Fortbildungsreferent seit 2002

2



Nährstoffe für Immunzellen

3

Ursachen einer geschwächten Immunabwehr

Ein geringfügiges Missverhältnis von Mikronährstoffzufuhr / -bedarf schwächt das Immunsystem und erhöht die Infektanfälligkeit¹

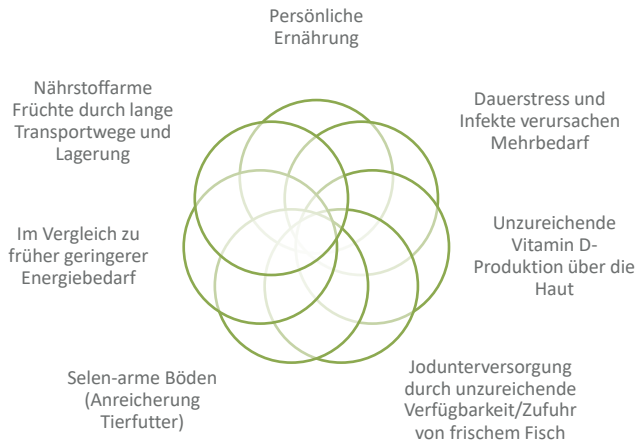


¹ Biesalski H-K, Tinz J. / www.pharmazeutische-zeitung.de / 40/2005 /
 zuletzt aufgerufen am 30.09.2019

4

Ursachen

für ein Mikronährstoff-Verbrauchs-Missverhältnis



5

Schwierigkeiten bei der Mikronährstoffzufuhr

in Deutschland¹

Mikronährstoff	Frauen		Männer	
	Zufuhr	Empfehlung	Zufuhr	Empfehlung
Vitamin D	2,2µg	↓ 20µg	2,9µg	↓ 20µg
Folsäure	252µg	↓ 300µg	283µg	↓ 300µg
Eisen	11,8mg	↓ 16mg	14,4mg	↑ 11mg
Jod (ohne Jodsalz)	92µg	↓ 150µg	99µg	↓ 200µg
Jod (mit Jodsalz)	185µg	↓ 150µg	233µg	200µg
Natrium	2379mg	↑ 1500mg	3216mg	↑ 1500mg
Kalium	3140mg	↓ 4000mg ²	3612mg	↓ 4000mg ²

¹ Max-Rubner Institut / Nationale Verzehrsstudie II: Ergebnisbericht, Teil 2, 2008.

² Deutsche Gesellschaft für Ernährung / Referenzwerte für die Zufuhr von Kalium

6

B-Vitamine

für die Atemwegsschleimhaut¹

- **Vitamin B2 (Riboflavin), B3 (Niacin), B7 (Biotin) und Vitamin A/ beta-Carotin (Vitamin A-Vorstufe)**

- tragen zur **Aufrechterhaltung normaler Schleimhäute** bei.¹

- **Vitamin B6:**

- **verbessert die Immunkompetenz** durch Steigerung der Lymphozytenproliferation und der Antikörperproduktion.²
- trägt zu einer **normalen Funktion des Immunsystems** bei.¹

- **Vitamin B9 (Folsäure) und Vitamin B12:**

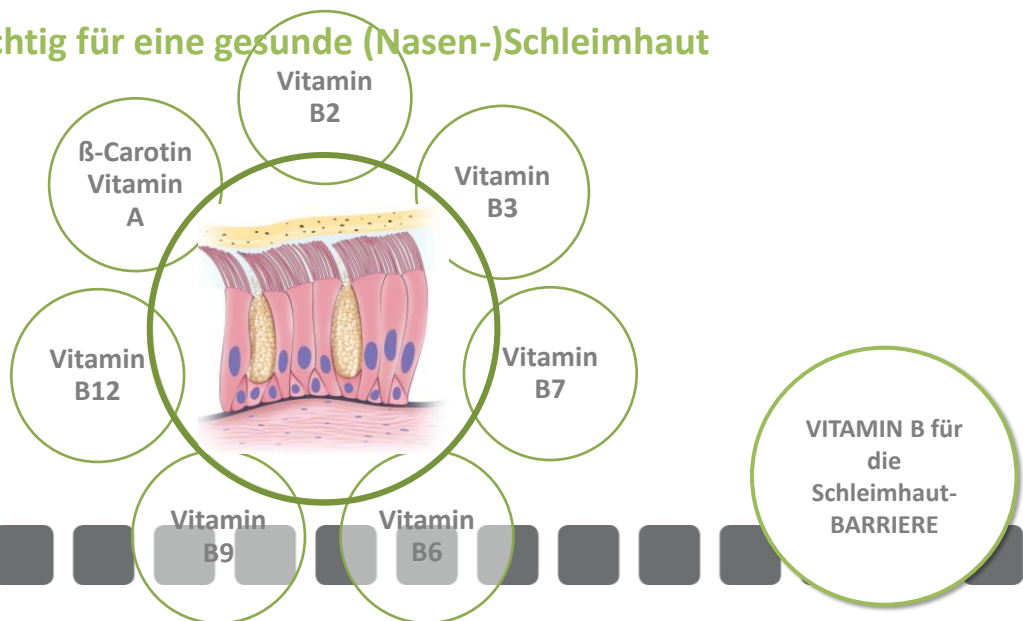
- Sind wichtig **für die Epithelzellenenernung** und **verhindert** dadurch **das Eindringen von Keimen**.²
- tragen zu einer **normalen Funktion des Immunsystems** bei.¹

¹ VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION (Health-Claim VO Efsa)
² Bürgerstein / Handbuch Mikronährstoffe / Trias- Verlag

7

B-Vitamine

sind wichtig für eine gesunde (Nasen-)Schleimhaut

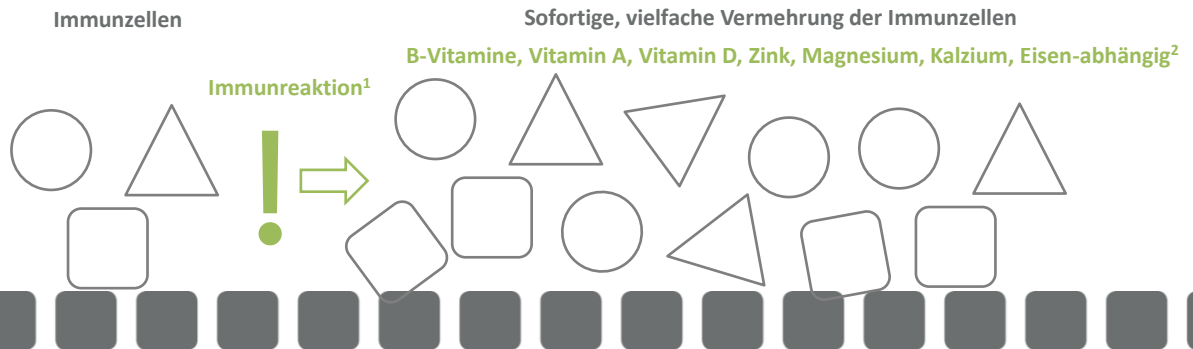


8

Nährstoffe sind wichtig für die explosive

Immunezell-Klonung (Vermehrung) bei Immunreaktion

- Viele **Nährstoffe** sind für die **Bildung aller Zellen** unverzichtbar! (**Zellproliferation**)
- Immunzellen werden sehr häufig und in großer Zahl vermehrt.



¹ Immunologie für Einsteiger / Rink, Kruse, Haase / 2. Auflage / Springer-Verlag
² VERORDNUNG (EU) Nr. 432/2012 DER KOMMISSION (Health-Claim VO Efsa)

9

Vitamin D ist wichtig für die Regulierung von Entzündung

Vitamin D ist wichtig für die Immun-Toleranz

Vitamin D unterstützt die Aufrechterhaltung eines anti-inflammatorischen Status sowie die Selbsttoleranz.^{1,2}

- **Verringerte** Produktion **pro-inflammatorischer Moleküle**
- **Verstärkte** Produktion **anti-inflammatorischer Moleküle**
- **Verstärkte** Aktivität **regulatorischer T-Zellen (Toleranz)**



Eine Normalisierung des Vitamin D-Spiegels kann sich günstig auf die Therapie von Autoimmunerkrankungen auswirken.³



¹ Hewison M. / 2012 / PMID 21995874

² Vanherwegen et al. / 2017 / PMID 29080635

³ Gröber / Arzneimittel und Mikronährstoffe / 2018

10



Oxidativer Stress

erfordert Antioxidantien

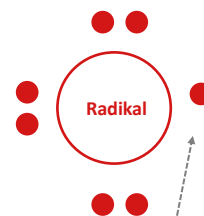
11

Exkurs

Freie Radikale: Ein Dominoeffekt

Körpereigene Moleküle und DNA können durch freie Radikale beschädigt werden

- Freie Radikale **streben danach ein Elektron** aufzunehmen, um ein Elektronen**paar** zu bilden.
- Die Elektronen **klauen** sie **bei anderen Molekülen**, die dadurch **beschädigt** und **selbst zum Radikal** werden.
- Freie Radikale entstehen im Ursprung durch **Reaktion mit reaktiven Sauerstoffspezies: Oxidativer Stress**



Elektron zur Vervollständigung der Atomschale **fehlt**

12

Erläuterung

Freie Radikale

- **Reaktive Sauerstoffspezies SIND** freie Radikale, die Sauerstoff enthalten. Deshalb spricht man auch von **oxidativem Stress**. Aber auch andere Moleküle ohne Sauerstoff können Radikale sein. Die Gemeinsamkeit besteht darin, dass sie **ein einzelnes Elektron** aufweisen, das sich mit einem **zweiten Elektron paaren will**. Deshalb sind sie **so reaktiv**, man könnte sagen aggressiv.
- **Radikale klauen anderen Molekülen Elektronen**. Diese werden dann selbst zu Radikalen und klauen anderen Molekülen Elektronen. Es ist ein Dominoeffekt, der erst **durch Antioxidantien gestoppt** wird.



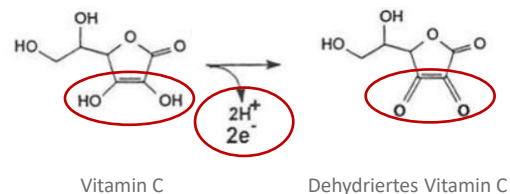
13

Antioxidantien

Vitamin C ein Elektronenspender

Vitamin C kann sich selbst entschärfen

- Vitamin C kann **2 Wasserstoffatome (H⁺) und 2 Elektronen (e⁻) abgeben** und **Radikale entschärfen**
- Es kann seine **Struktur so ändern**, dass es trotzdem **nicht selbst zum Radikal** wird



14

Wichtige Quellen

freier Radikale¹

Endogene Quellen:

- **Infekte** und Aktivität der Immunabwehr, Entzündungsreaktionen
- **Stress**
- körperliche **Überlastung** (z.B. Sport)
- **Alterungsprozesse**
- „normaler“ **Stoffwechsel** (z.B. Atmungskette)



Exogene Quellen:

- **UV-Strahlen**
- Ozon-/**Schadstoff**-/Umweltbelastung
- **Alkohol** und **Rauchen**

15

Schutz

vor freien Radikalen

Antioxidantien (fungieren als Radikalfänger)

- **Vitamine C und E¹**
- **Polyphenole** (Bioflavonoide u. a.)²
- **Carotinoide** (Lycopin, Beta-Carotin, Lutein, Zeaxanthin u. a.)²
- **Aminosäuren** (z. B. Glutathion)¹ u. a.

Enzyme (beschleunigen antioxidative Prozesse)²

- **Superoxid-Dismutasen** (**Zink**-abhängig)
- **Glutathion-Peroxidasen** (**Selen**-abhängig) u. a.
- **Eisen** ist für anschließende **Katalase** notwendig



¹ Burgerstein / Handbuch Nährstoffe / 2018 //
² www.vitalstoff-lexikon.de / zuletzt aufgerufen am 30.09.2019

16

Ihre Empfehlung bei akuten Infekten



Immun DR. LECHNER®

2 x 2

Bei akuten Infekten, Erkältung

Immun DR. LECHNER®

- 2x2 Kps tgl. vor dem Essen
- Bis zur Besserung (4-5 Tage)



17

Entzündungshemmung ist entscheidend während der Coronainfektion



- **Corona** ist eine **systemische Erkrankung**.
- Es sind oft primär die Atemwege betroffen.
- **ABER** häufig **reagiert** das **Immunsystem** mit einer **überschießenden Entzündung** und **schadet** dadurch dem **ganzen System** Körper.
- Entscheidend ist, direkt **während der Infektion** die **Entzündung** zu **hemmen**, um das **Risiko für direkte und Langzeitfolgen** zu **verringern**.
- Studien zeigen, dass die **Entzündungsmarker des Immunsystems bei Long-Covid-Patienten erhöht** sind.¹

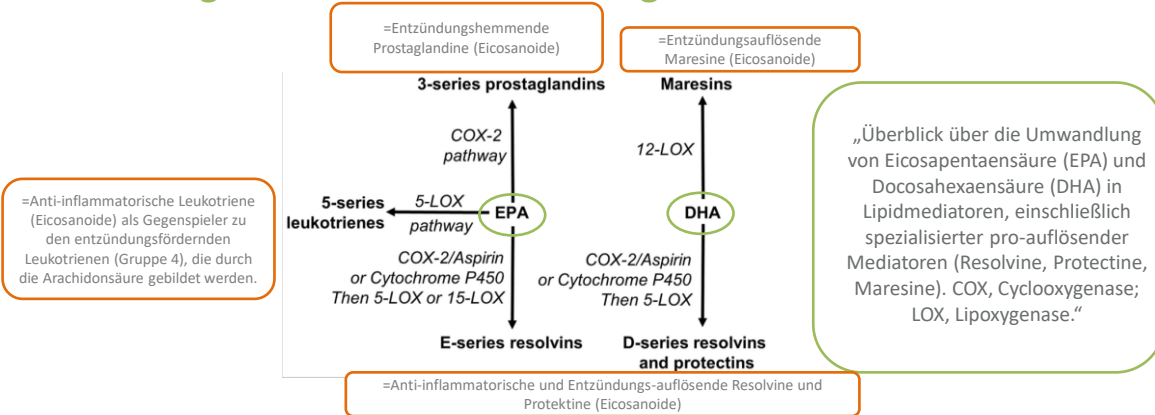


¹ Ceban et al. / 2022 / Fatigue and cognitive impairment in Post-COVID-19 Syndrome: A systematic review and meta-analysis / doi: 10.1016/j.bbi.2021.12.020

18

Aus EPA und DHA werden entzündungshemmende Eicosanoide gebildet

DR. LECHNER®
MIKRONÄHRSTOFFE
BAUSTEINE FÜR'S LEBEN



Grafik und Text entnommen aus
Ivana Djuricic 1, Philip C Calder / 2021 / Beneficial Outcomes of Omega-6 and Omega-3 Polyunsaturated Fatty Acids on Human Health: An Update for 2021 / doi: 10.3390/nu13072421

19

Ihre Empfehlung bei akuter Corona-Infektion

DR. LECHNER®
MIKRONÄHRSTOFFE
BAUSTEINE FÜR'S LEBEN

Immun und Omega-3 DR. LECHNER®

Bei akuter Corona-Infektion

Immun DR. LECHNER®

- 2x2 Kps tgl. vor dem Essen
- über 5-7 Tage

Omega-3 DR. LECHNER®

- 2x2 Kps. tgl. vor dem Essen
- über 5-7 Tage



20

Ihre Empfehlung bei Infektanfälligkeit


DR. LECHNER®
 MIKRONÄHRSTOFFE
 BAUSTEINE FÜR'S LEBEN
Immun DR. LECHNER®

Zur Prophylaxe / bei Infektanfälligkeit /
 Abwehrschwäche

Immun DR. LECHNER®

- 1 Kps tgl. vor dem Frühstück
- auf Dauer



Zusätzlich kann eine Darmsanierung empfohlen werden.



21

Ihre Empfehlung für die Darmgesundheit


DR. LECHNER®
 MIKRONÄHRSTOFFE
 BAUSTEINE FÜR'S LEBEN
Probiotic DR. LECHNER®

Darmsanierung zur Immunstärkung

Probiotic DR. LECHNER®

- 1 Sachet tgl. mit Abstand vor dem Frühstück
- Über 12 Wochen



22

Immun DR. LECHNER®

DR. LECHNER®
MIKRONÄHRSTOFFE
BAUSTEINE FÜR'S LEBEN

Kundennutzen

- **Gezielte Unterstützung** des Immunsystems.
- **Verkürzung** der Krankheitsdauer.
- **Prävention** vor erneuten Atemwegsinfektionen.
- **Stärkung** der Infektabwehr, vor allem bei Risikogruppen (Patienten mit COPD, Asthma, Diabetes mellitus, Landwirte und Tagebauarbeiter mit „Staublung“).
- **Reduktion** von Entzündungsreaktionen.
- **Deckung des erhöhten Nährstoffbedarfs** während der Bekämpfung akuter Infekte.



23

Immun DR. LECHNER®

DR. LECHNER®
MIKRONÄHRSTOFFE
BAUSTEINE FÜR'S LEBEN

Empfehlungsübersicht

Rezepte / Verordnungen / Indikationen

- **Asthaspray / Inhalations-AM** (z. B. Viani, Budesonid, Novopulmon, Salbutamol, Spriva, Theophyllin)
- **COPD** (z. B. Corticoide zur Verringerung der Nebenwirkungen)
- **Berufsgruppen** (z. B. Pflegepersonal, Landwirte und Tagebauarbeiter mit „Staublung“)

Kundenwünsche

- „Grippemittel“
- Aspirin Complex
- Grippostad C
- Boxagrippal
- „etwas gegen **LONG-COVID**“
- „etwas gegen widerkehrende **Entzündungen**“ (z. B. Herpes)
- Zinkpräparate (z. B. Curazink, Unizink)

24

DR. LECHNER® GmbH Die Abgrenzung vom Wettbewerb



- **Entwicklung eigener Produkte** auf Basis aktueller medizinisch-wissenschaftlicher Standards / Studien (EFSA).
- **Nachhaltiger Fokus auf organische Verbindungen** mit optimaler Bioverfügbarkeit.
- **Nutzung einwandfreier Rohstoffquellen** aus schadstoff-freien Ressourcen (z. B. Epax).
- **Weitestgehender Verzicht auf kritische Bestandteile oder Hilfsstoffe** in den Produkten (z. B. Allergene, technische Hilfsstoffe).
- **Garantiert höchste Qualität**, optimale Konzentration und minimierte Schwermetallbelastung dank Epax-Fischölen (unterhalb der Nachweisgrenze).



25

DR. LECHNER Fachgruppen-Bereich Ihr Zugang

<https://dr-lechner-exklusiv.com/>

→ Fachgruppenbereich 

Passwort: **DRL2023!**

Der Zugang ist für Sie und Ihre Kolleginnen kostenfrei. Bitte geben Sie die Zugangsdaten NICHT an Endkunden weiter.

Dieser Bereich ist exklusiv für Fachgruppen.



26

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Nächstes DR. LECHNER®-SONDER-WebSeminar:
26.02.2024
Praxistipps von Dr. med. Werner Lechner

Regelmäßige Online-Schulungen, Webinare

IHS durch den qualifiziert ausgebildeten Apotheken- Außendienst DR. LECHNER®



27



**GEMEINSAM
ALS TEAM
MIT UNSEREN
WERTEN
UND ZIELEN**

28