

EXKLUSIVLINIE  
DR. LECHNER®

# Risikofaktoren für die Koronare Herzkrankheit

WebSeminar

1

Ihr DR. LECHNER® - Referent  
**Alexander Bechara**



**Heilpraktiker**

mit eigener Naturheilpraxis seit 2002



**Fortbildungsreferent** seit 2002

2

## Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt

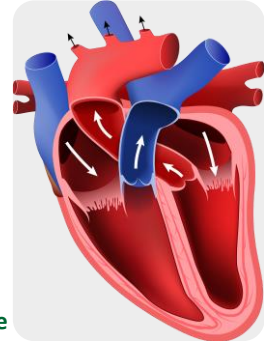
### Worum genau handelt es sich dabei?

#### Koronare Herzkrankheit

- **Minderdurchblutung (Ischämie) der arteriellen Blutgefäße**
- **ausgelöst durch** eine **Arteriosklerose** mit Verengung oder Verschluss der **Herzkranzgefäße**.
- Symptome: **Angina Pectoris** („Herzenge“), **Luftnot** und/oder **abnehmende Belastbarkeit**
- **Häufigste Todesursache** in Deutschland

#### Herzinfarkt

- Induzierter **pathologischer Zelltod** der **Herzmuskelzellen**
- **Häufigste Ursache** ist eine **unzureichende Durchblutung der Herzkranzgefäße** im Rahmen einer koronaren Herzkrankheit.
- Leitsymptom: **schwere Schmerzen im Brustraum** (thorakal)



Psychembel Medizinlexikon

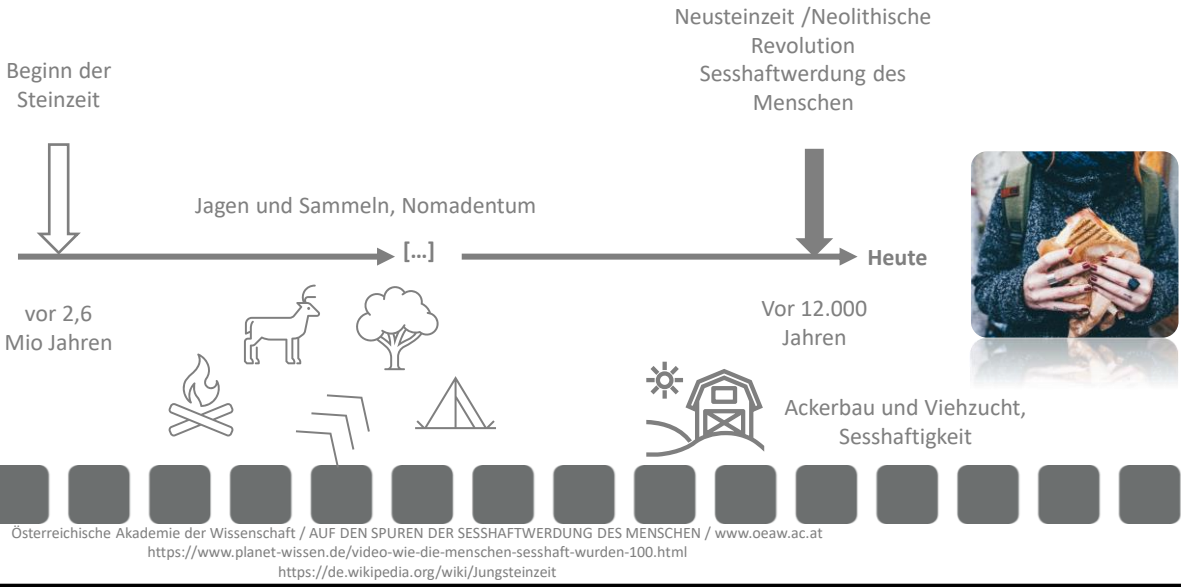
3

## Unser Energie-Stoffwechsel ist ein Jäger und Sammler



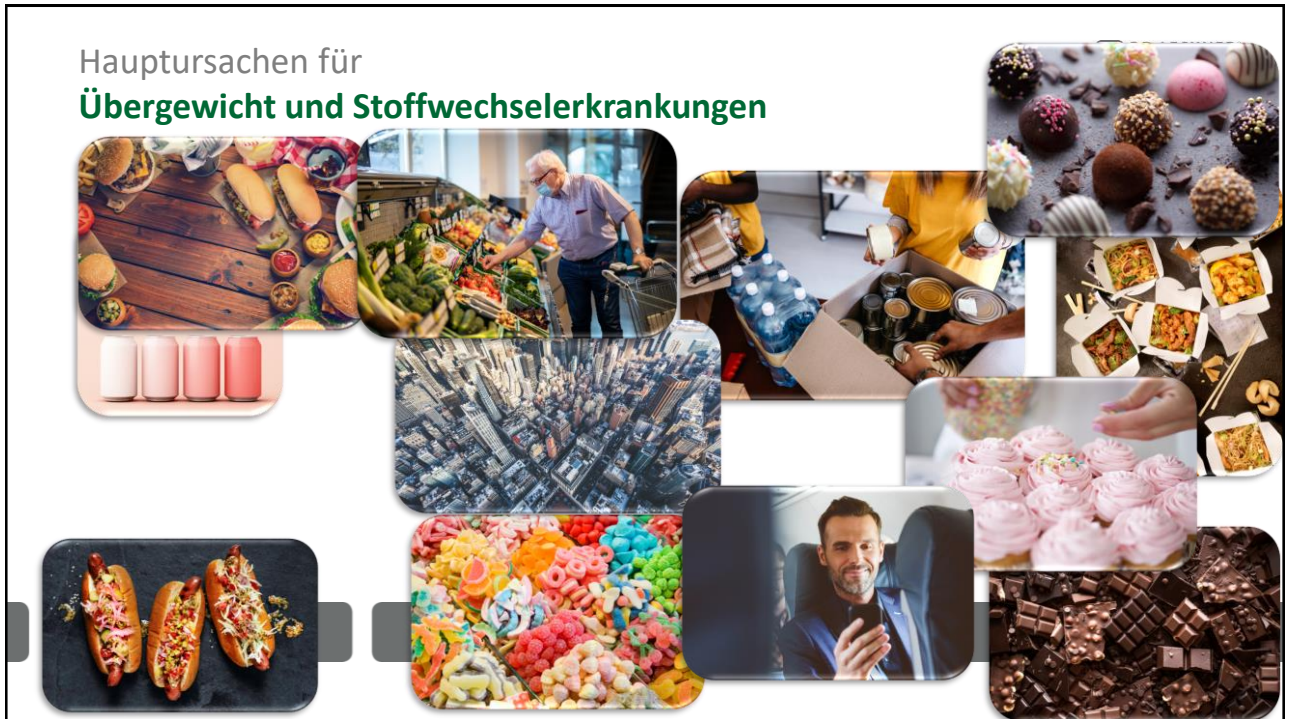
4

# Ein Blick in die Geschichte des Menschen



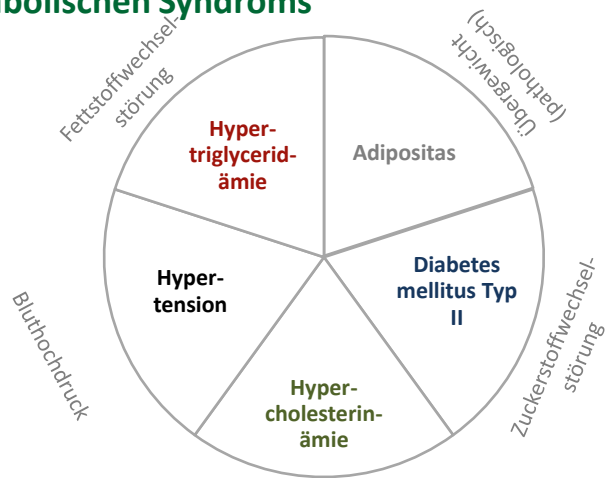
5

# Hauptursachen für Übergewicht und Stoffwechselerkrankungen



6

# Die Folge von starkem Übergewicht sind die apokalyptischen Reiter des metabolischen Syndroms

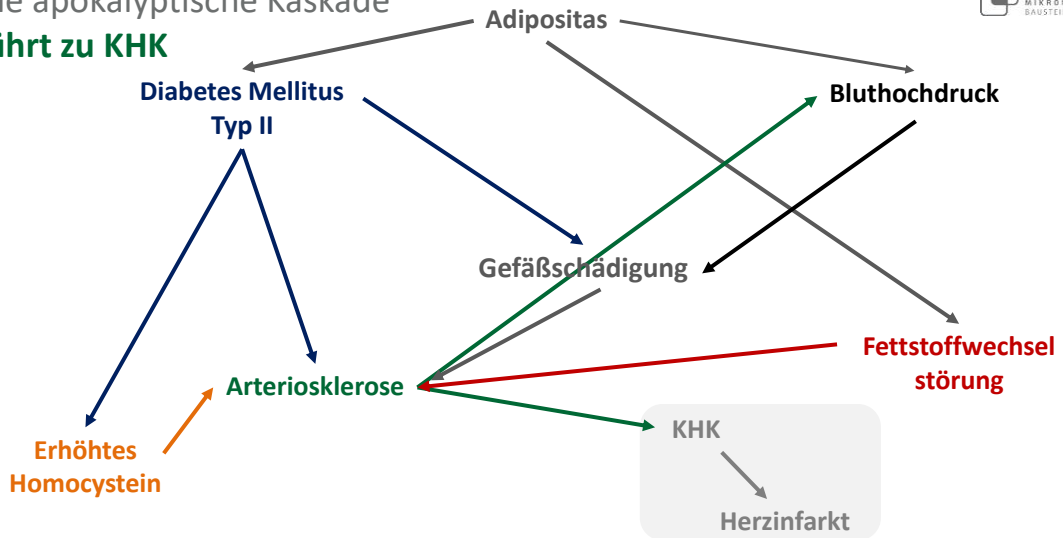


Fettstoffwechselstörung

Biesalski / Ernährungsmedizin / Springer Verlag

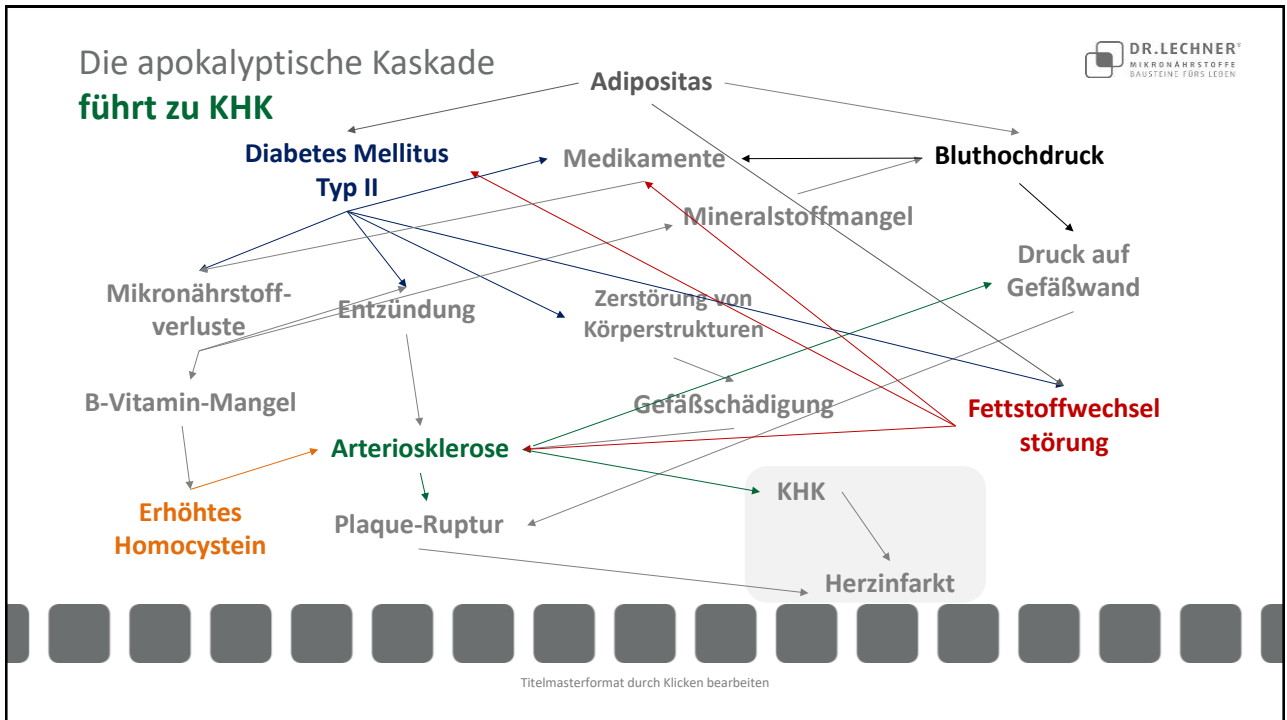
7

# Die apokalyptische Kaskade führt zu KHK



Titelmasterformat durch Klicken bearbeiten

8



9

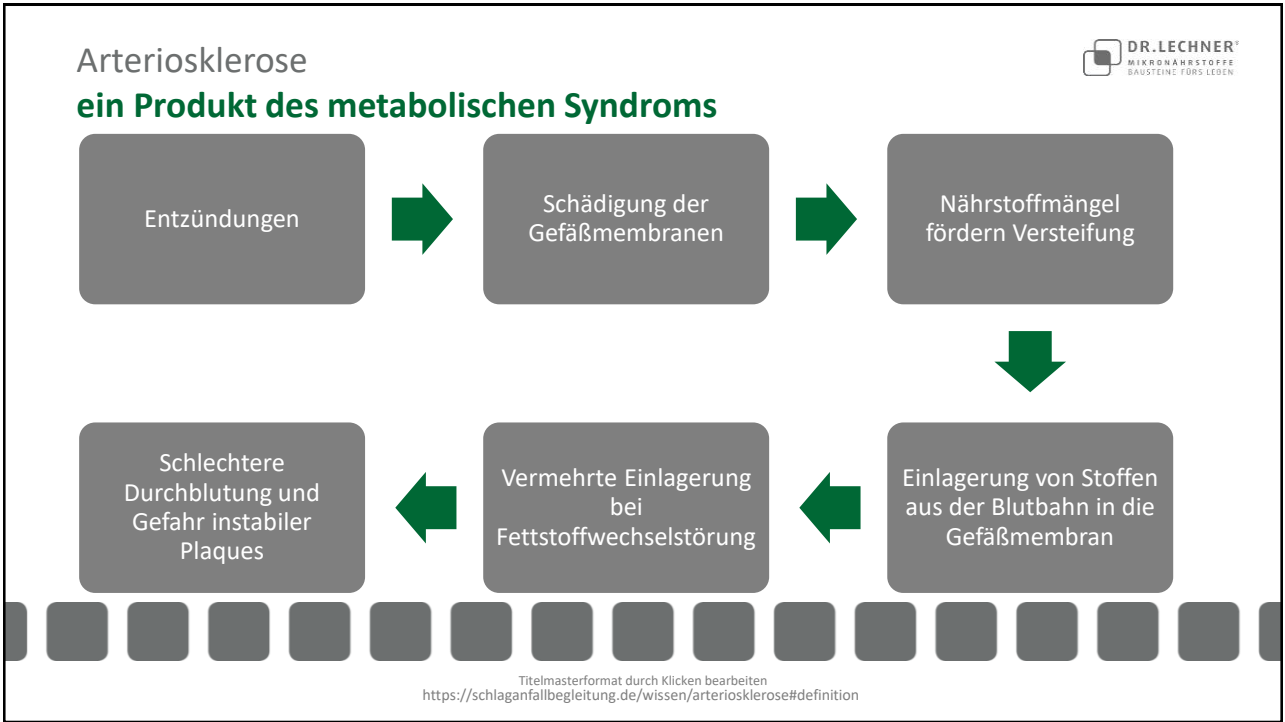
## Arteriosklerose ein Produkt des metabolischen Syndroms

- **Arteriosklerose** = griech. „hartes Gefäß“; (häufig) **krankhafte Veränderung der Arterien** mit Verengungen durch Plaques („Verkalkung“)
- Arteriosklerose **stört** die **Durchblutung** des Körpers.
  - **Koronare Herzkrankheit** -> **Minderdurchblutung der arteriellen Blutgefäße**
- Führt im **schlimmsten Fall** zu einer **unzureichenden Versorgung des Herzens und/oder des Hirns** und löst in Folge einen **Infarkt** aus.
- Eine **unzureichende und/oder Hirnversorgung** kann auch durch **instabile Plaques** ausgelöst werden, die **Gefäße vollständig verstopfen** können.

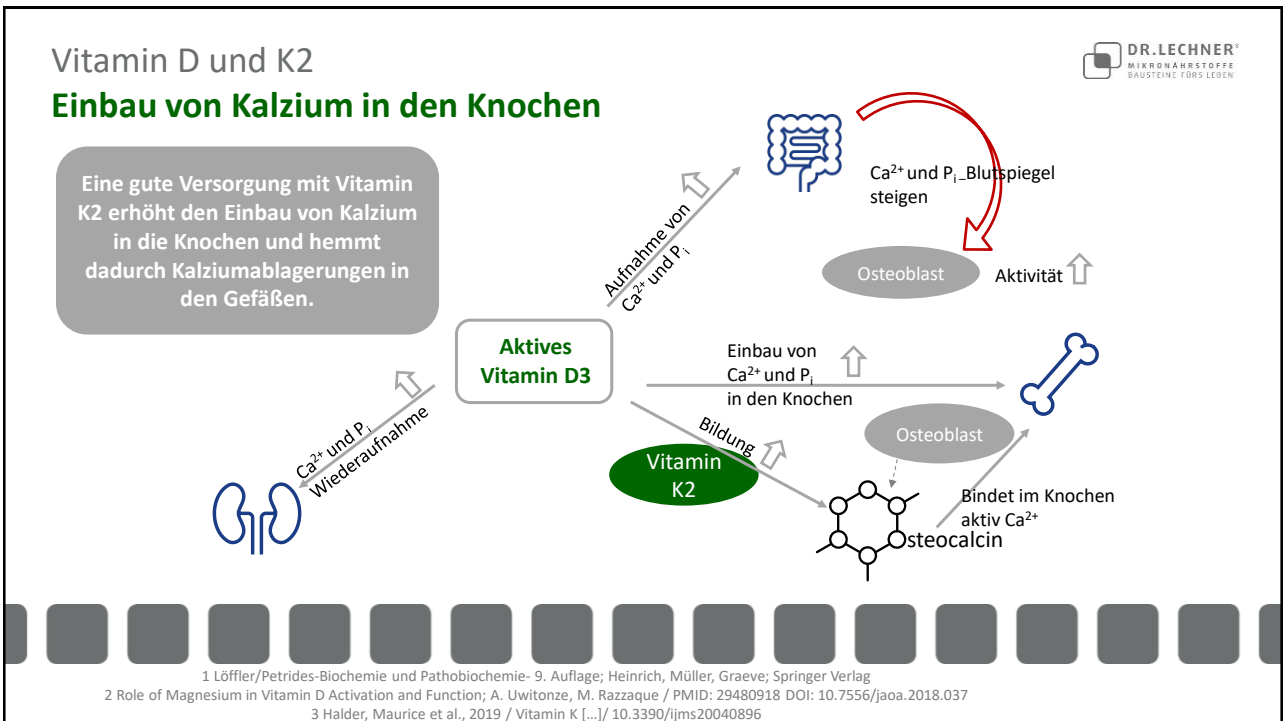
Titelmasterformat durch Klicken bearbeiten

<https://schlaganfallbegleitung.de/wissen/arteriosklerose#definition>

10



11



12

## Ihre Empfehlung zum Schutz der Gefäße Vitamin K<sub>2</sub> D<sub>3</sub> plus DR. LECHNER®



Bei KHK zum Schutz der Gefäße

(und bei Atherosklerose)

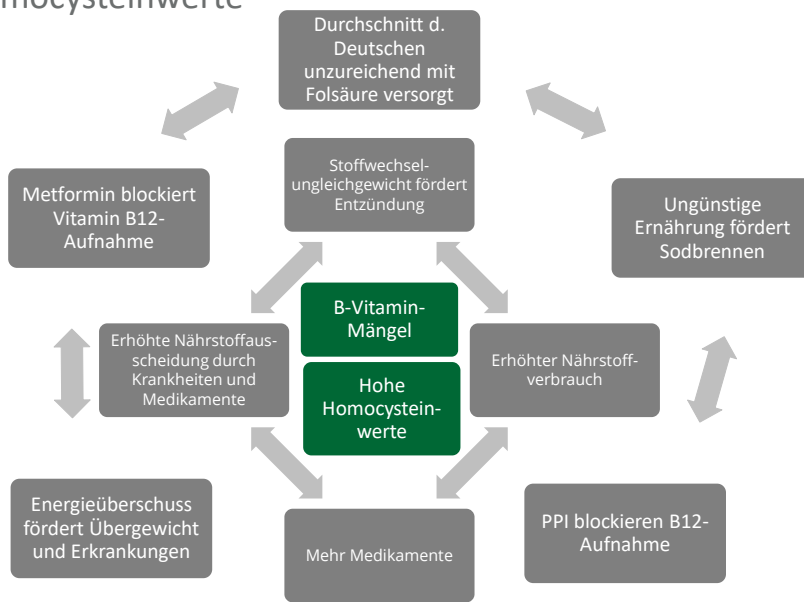
**Vitamin K<sub>2</sub> D<sub>3</sub> plus DR. LECHNER®**

• 1 Kps. tgl. zur Nacht



13

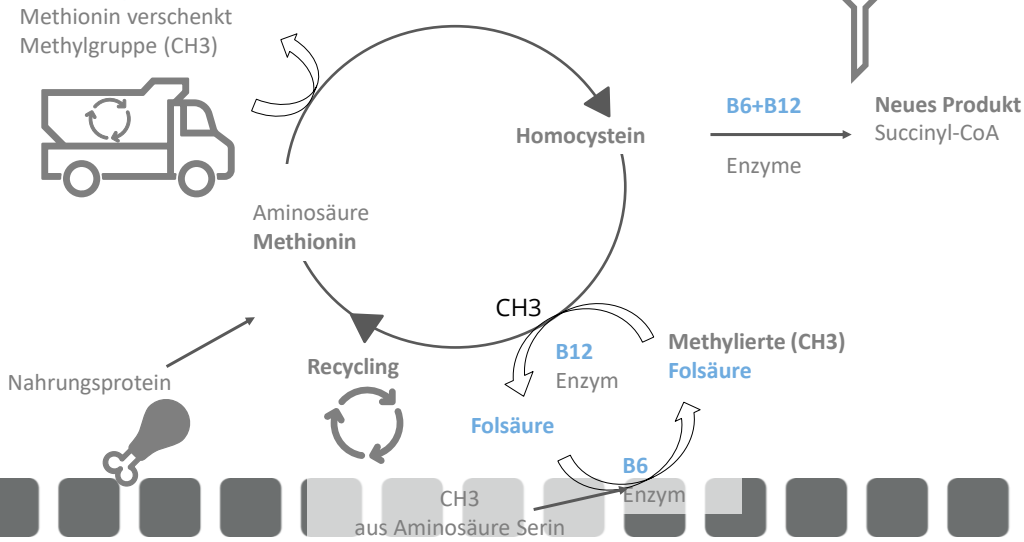
## Erhöhte Homocysteinewerte Ursachen



14

## Exkurs: Der Körper ist ein Wertstoffhof

### Homocysteinestoffwechsel



<sup>1</sup>Homocystein Metabolismus / Hermann et al. / Eur J Invest 2000 / 30(12): 1083-1089

15

## B-Vitamine begünstigen Prophylaxe / Behandlung erhöhter Homocysteinspiegel<sup>1</sup>

### Homocystein als gefäßschädigendes Stoffwechselprodukt:

- fördert Fortschreiten der Arteriosklerose
- mindert NO-abhängige Gefäßerweiterung
- steigert Gerinnungsneigung des Blutes



Homocystein ( $\geq 13$ ) gilt als Risikofaktor für Bluthochdruck, Herzinfarkt, Schlaganfall sowie die periphere Verschlusskrankheit. Im weiteren besteht ein erhöhtes Risiko für osteoporotische Schenkelhalsfrakturen und Demenz.



<sup>1</sup> www.gesundheits-lexikon.com

16



## Ihre Empfehlung aus dem MensSana-Sortiment



**Bei Einnahme von Metformin und PPI:**

**B12 lingua** MensSana

- › 1 Ltbl. tgl. vor dem Essen
- › auf Dauer



Folie: 17

B12 lingua MensSana ist mit dem V-Label zertifiziert

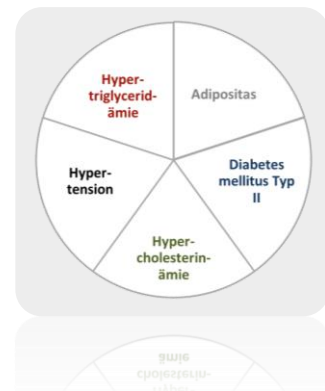
Für ein gesundes Ganzes // MensSana

17

## Koronare Herzkrankheit Beeinflussbare Risikofaktoren

DR. LECHNER<sup>®</sup>  
MIKRONÄHRSTOFFE  
BAUSTEINE FÜR'S LEBEN

- Nikotinkonsum
- **Hypertonie**
- **Dyslipidämie** (erhöhtes LDL-Cholesterol, erniedrigtes HDL-Cholesterol, erhöhtes Lipoprotein (a), Hypertriglyzeridämie)
- **Diabetes mellitus**
- **Adipositas** (abdominal)
- Bewegungsmangel
- Depression
- Hyperfibrinogenämie
- **Homocysteinämie**
- CRP-Erhöhung auf > 2 mg/dl
- Polyarthrit



Psychochembel Medizinlexikon

18

## Lebensstil ändern

### bedeutet Risikofaktoren zu reduzieren

- **Übergewicht reduzieren**
  - **Wichtigster Faktor bei allen Fettstoffwechselstörungen!**
- **Alkoholkonsum** auf ein gesundes Maß **beschränken**
  - Bei **Hypertriglyceridämie Alkoholkarenz**
- **Ernährungsgewohnheiten** auf gesunde Mischkost **anpassen**
  - **Viele Ballaststoffe**
  - **Ungesättigte Fettsäuren** konsumieren
- **Bewegungsmangel** mit moderatem, dynamischem Training über mindestens 30 Minuten an 3 – 5 Wochentagen **ausgleichen**
- **Rauchen stoppen** (Rauchen ist mit niedrigeren HDL-Spiegeln assoziiert)



Biesalski / Ernährungsmedizin / Thieme

19

## Mikronährstoffgrundversorgung bei erhöhtem KHK-Risiko

### Kardio DR. LECHNER®

#### Kardio DR. LECHNER®

- tgl. 2 Pulverkps. vor dem Essen

#### Omega-3 DR. LECHNER®

- tgl. 2 Ölkps. vor dem Essen
- Omega-3 Index soll  $\geq 8\%$



20

Wir vertiefen die ursächlichen Krankheiten  
in den folgenden Seminaren



**Diabetes mellitus  
Typ II und Fettstoff-  
wechselstörung**

WebSeminar am  
28.04.2025

**Ursachen  
der KHK**

**Bluthochdruck**

WebSeminar am  
16.06.2025

21

## 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).



22

**Vielen Dank  
für Ihre Aufmerksamkeit!**

Nächstes DR. LECHNER®-WebSeminar:  
28.04.2025

**Diabetes mellitus Typ II und  
Fettstoffwechselstörung**

Regelmäßige Online-Schulungen, Webinare

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

