

## Nachricht für Mitglieder

Int. Ges. d. Mayr-Ärzte, Kochholzweg 153, 6072 Lans, AUSTRIA  
Tel. +43 (0)664/922 82 94 · Fax: +43 (0)512/397125  
E-Mail: office@fxmayr.com · homepage: www.fxmayr.com



INTERNATIONALE GESELLSCHAFT  
DER MAYR-ÄRZTE

## Liebe Kollegen und Mitglieder,

Nr. 1/11

mit der Hoffnung, dass Sie alle gut und motiviert in das Jahr 2011 gerutscht sind, wünsche ich Ihnen viel Erfolg mit der Modernen Mayr Medizin, Interesse an den neuen Erkenntnissen der Vorsorge- und Regenerationsmedizin und vor allem viel Freude an den vielen kleineren und größeren Wundern unseres Lebens.

Immer wieder können wir vom Vorstand unserer Gesellschaft erleben, wie aktuell die Diagnostik und Therapie nach F.X.Mayr besonders in der Vorsorge- und Stoffwechselmedizin ist. Unser Bestreben, auch auf universitärer Basis mehr Gehör zu finden und dadurch die Reputation der F.X.Mayrmedizin zu erhöhen trägt süße Früchte. Unser wissenschaftlicher Leiter Dr. Henning Sartor lehrt z.B. auf der Uni Dresden über die F.X.Mayrmedizin. Wir haben die Kooperation mit der GSAAM ausgebaut und eine neue Kooperation mit der iGAP begonnen. Beide Gesellschaften ermöglichen es allen unseren Mitgliedern, ihre Fortbildungen zum ermäßigten Mitgliederpreis zu besuchen, ohne dass hierfür Gelder der Mitgliedsbeiträge verwendet werden müssen. Als Mitglied unserer Gesellschaft genießen Sie also die gleichen Vergünstigungen wie die Mitglieder der GSAAM und iGAP. Gleichzeitig nähern wir uns wieder der Gesellschaft für Erfahrungsheilkunde an und werden in Baden Baden einen Fortbildungskurs über die Mayrmedizin von der Gesellschaft für Erfahrungsheilkunde veranstalten lassen, der gleichzeitig ein Refresherkurs für das Siegel unserer Gesellschaft ist. Da Fortbildung einfach zu unserem Beruf gehört, sehe ich das als eine gute Gelegenheit zur Wissenserweiterung und Kompetenzverbesserung. Umso mehr wundert es mich immer wieder, dass es Kollegen gibt, die immer noch Probleme mit den 15 Fortbildungsstunden innerhalb von 2 Jahren für das Qualitätssiegel unserer Gesellschaft haben.



Dr. Alex Witasek

Das neue Kurskonzept für die Ausbildung zum Mayrarzt hat ein gutes Echo erhalten. Es ist einfach für die meisten Kollegen leichter, die Praxis jeweils nur 1 Woche lang zusperrern zu müssen (außer für den A-Kurs, der immer noch 2 Wochen lang dauert).

Leider beobachten wir zunehmend, dass ein nicht beeinflussbarer Wildwuchs mit der Mayrmedizin um sich greift. Da gibt es 3 Tages Kuren mit täglich Colonyhydrotherapie statt Bauchbehandlung, durchgeführt von Heilpraktikern ohne Mayr-Ausbildung, da werden Kurse von selbst ernannten Mayrärzten oder Heilpraktikern angeboten. Da die Begriffe F.X.Mayrkur oder F.X. Mayrmedizin und ähnliches nicht schützenswert sind, haben wir einen Markennamen europaweit geschützt, der alleine unserer Gesellschaft gehört und künftig klar und für alle sichtbar zeigt, dass die Ausbildung, die Zertifizierung oder die Veranstaltung von der seit Jahrzehnten bestehenden und von Dr. Kojer und Dr. Rauch gegründeten Internationalen Gesellschaft der Mayrärzte her rühren. Da ein Hauptanliegen der Mayrtherapie die Gesundheitsvorsorge ist und Präventionsmedizin viel mit Zuwendung, Lebensstilberatung und Entgiftung zu tun hat, haben wir uns auf den Markennamen **MayrPrevent®** geeinigt. Dieser Begriff ist nun in ganz Europa geschützt und darf nur von Mitgliedern unserer Gesellschaft verwendet werden.

Natürlich ist dieser Begriff gewöhnungsbedürftig und wird erst langsam in den Sprachgebrauch aufgenommen werden. Aber mittel- und langfristig haben wir mit diesem Markennamen endlich die Möglichkeit, uns von allen Trittbrettfahrern und Scharlatanen zu distanzieren. Leider ist auch ein so hochwertiges Gut wie die Lehre nach Dr. F.X. Mayr gewissen Gesetzen des Marktes unterworfen, und damit müssen wir uns auseinander setzen.

Wie attraktiv wir Mayrärzte sind sehen wir immer wieder daran, dass händeringend Mayrärzte gesucht werden (siehe Stellenangebote).

Unsere neue Homepage ist jetzt ins Netz gegangen und ich hoffe, dass sie Ihnen gefällt. Besonders die Arztsuche wird für den User wesentlich erleichtert und besser dargestellt.

Da wir eine internationale Gesellschaft sind, wird die gesamte Homepage gerade ins Englische und Spanische übersetzt was den Benutzerkreis wesentlich erweitern wird.

Alles in Allem eine zufriedenstellende Entwicklung mit Potential für die Medizin der Zukunft.

Viele Grüße  
Dr. Alex Witasek

## INHALT

Baden Baden 2010	2-4
Medizinische Artikel	4-7
News	7
Offener Brief, Antwortschr.	8-9
Neuer Partner	9
Mayr Symposium	10
Termine 2011 GSAAM	11
GSAAM	12
Kurse	13
Jobbörse	14
Martin's Kolumne	15
Rezepte Peter Mayr	16

## NÄCHSTE MITGLIEDERVERSAMMLUNG

der int. Gesellschaft der Mayr-Ärzte

am **Samstag, 14. Mai 2011** um **8.00 Uhr**

im Rahmen des GSAAM Kongresses in München, Kulturzentrum Gasteig

## Chronobiologie und Ernährung



Dr. Peter Strauven

Die **Chronobiologie** (chrónos „Zeit“; Biologie = die Lehre von der Natur) untersucht die zeitliche Organisation von Verhalten und Physiologie, bei Organismen. Hier spielen besonders Rhythmen, die von endogenen, biologischen Zeitgebern gesteuert werden, eine große Rolle. Hierunter fällt auch das Gebiet der „Chrononutrition“ (Ernährung unter chronobiologischen wissenschaftlichen Aspekten). Bereits 1797 führte Hufeland in seinem Buch „Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern“, neben 4 anderen wichtigen Bemerkungen zur „Lebensverlängerung“ auch einen chronobiologischen Vermerk über das Essen auf: „Man esse abends nur wenig“.

Die wissenschaftliche Geburtsstunde der eingehenden wissenschaftlichen Erforschung der Chronobiologie des Menschen schlug 1937:

Erik Forsgren lud zu dem ersten auch heute noch stattfindenden internationalen Chronobiologie-Kongress nach Ronneby in Schweden ein. Seine Dissertation „Über die Rhythmik der Leberfunktion, des Stoffwechsels und des Schlafes“ hatte 1936 grosses Aufsehen erregt.

(American Journal of Digestive Diseases, Volume 3, Number 5 / Mai 1936)

Seine Kernaussage: „Die Leber kann nicht gleichzeitig Galle und Glucagon produzieren, es sei die Tageszeit, die bestimme, welcher Stoff an der Reihe ist“.

Prof. Dr. Jürgen Aschoff (1913-1998), langjähriger Präsident des Max Planck Institutes, wurde zum anerkannten Wegbereiter weiterer wissenschaftlicher Ergebnisse:

„Alle Funktionen des Menschen unterliegen einem Rhythmus, der sich aus der Anpassung an die vier Zeitprogramme entwickelt hat: Tages- und Jahreszeiten sowie Mondphasen und Gezeiten.“ „Alles was lebt, tickt im Takt kosmischer Bio-Uhren.“

( „Circadian Clocks“ (1965), „Desynchronization and Resynchronization of Human Circadian Rhythm“ (1969), „The Circadian System of Man“, (mit R. Wever, 1981).

Der Körper stimmt den auf uns eintreffenden rhythmischen „Input“ (zum Beispiel die Tageszeit/24h) über das Auge mit seiner „Masterclock“ (dem zentralen Schrittmacher, n.suprachiasmaticus: hier 25h/Tag) ab; die Pinealdrüse sorgt für den rhythmisch vom Körper abgestimmten „Output“ von täglichen 24h (hier zum Beispiel über das Melatonin).

Unsere Nahrung/Ernährung unterliegt ebenso vielfältigen Formen chronobiologischer Rhythmen:

Dies sind einerseits Vitalstoffe, wie zum Beispiel das „Steroid-HORMON D“ und seine jahreszeitlichen Wertschwankungen in Abhängigkeit der Sonneneinstrahlung („Hormon D“ wurde Anfang des 20. Jahrhunderts zu Zeiten der Rachitis Epoche bei unzureichender Forschung noch als „VITAMIN D“ bezeichnet). Der Normwert sollte Sommer wie Winter bei mindestens 30 ng/ml, besser 50 ng/ml liegen (Infektschutz, Krebschutz, Osteoporoseprophylaxe); die Botschaft: mehr Hormon-D haltige Ernährung im Winter; besser aber, da nicht

regelmäßig durchführbar, im Winter tägliche Substitution.

(Übersicht: Holick, M. F, Am J Clin Nutr 2004, 80:1678S-1688S; Davis, C. D Am J Clin Nutr 2008;88:565S-569S!)

Extrem aufwendige Studien (leider gibt es hiervon nur wenige in der Literatur!) konnten sehr gut die circadiane Verstoffwechslung der weiterhin gültigen Aussage „Esse wie ein Kaiser, König, Bettelmann“ beweisen.

Hierbei wird der „DIT“ (diet induced thermogenesis) Faktor in Abhängigkeit von Tageszeit und Nahrungsmittel (Kohlenhydrate, Fette, Eiweiße) gemessen.

Spät eingenommene Speisen verursachen einen erhöhten Körperumsatz mit höherer Körpertemperatur.

(M. Ramon et al., circadian variation of diet induced thermogenesis, J. Clin. Nutr., 1993, 57-476-80; Nutrition and Metabolism, 2004, 1:5, doi:10.186/1775-1-5).

Kohlenhydratreiche Kost am späten Abend erhöht die Herzrate und Körpertemperatur, senkt den Melatoninspiegel, wie die Arbeitsgruppe um Kärchi et al. in ihrer aufwendigen Studie beweisen kann (Kräuchi et al. 2002, J.of Biological Rhythms, Vol.7,364-376).

Dinner Cancelling führt zur „Hibernisierung“ unseres Körpers: Hormonoptimierung (HGH-Steigerung), Herzentlastung mit Herzfrequenzreduktion, LDL-, Knöchendichteerhöhung, Immunsystem- und Schlafförderung. .

(Franco et. al., J. Clin. Endokrinol. Metab. 8, 2006, Gubin DG, Waterhouse J, Weirner D. 1: Chronobiol Int. 2006;23(3): 639-58.).

Brondel, L. et al., aber auch andere Arbeitsgruppen, konnten sehr gut an gesunden Versuchspersonen beweisen, dass spät eingenommene Speisen und Schlafentzug während der Nacht eine erhöhte Thermogenese fördern, die Regeneration stören und das Essverhalten

sogar steigern. Wichtige Hormone wie Leptin (-) und Ghrelin (+) spielen hier unter anderem eine Rolle.

(Brondel et al., Am J Clin Nutr 2010; 91:1550-1559;

Shaharad et al., Short sleep duration is associated with reduced Leptin and elevated Ghrelin and increased BMI, Los Medicine, www.gbs-medicine.org, 12/2004, Vol 1, Issue 3, e63).

Than Thuan Nguyen liefert in ihrer übersichtlichen Dissertationsarbeit Belege, dass ein gestörter, vor allem reduzierter biorhythmischer Schlaf, die neuroendokrinen Stresshormone steigert, die Insulinsekretion- und Sensitivität reduziert (Diabetesförderung) und die astrocytären Glycogenspeicher reduziert, die Auffüllung der astrocytären Glykogenspeicher verhindert.

(Than Thuan Ngyen, „veränderte neu-

roendokrine Schlafarchitektur bei Typ 1 Diabetes Patienten“ 2004, Dissertation Universität Lübeck).

Dass weitere jahreszeitliche Biorhythmen auf unseren Körper unmittelbar einwirken, sogar unser Essverhalten beeinflussen, belegt die klassische „saisonal abhängige Depression“ (SAD). Sie führt zu reaktivem veränderten Ernährungsverhalten im Winter: erhöhtes Essverhalten, besonders am Nachmittag und Abend, führen schließlich sogar zu Gewichtszunahme.

Die Ursachen: regressives emotionales Verhalten in der Kindheit mit zu wenig Glücks-, Erfolgsgefühlen, eine gestörte Insulinsensibilität, ein gestörtes Melatoninssystem, wie die Schweizer Arbeitsgruppe um Kräuchi et al. berichten. Hier laufen noch nicht abgeschlossene weitere Therapie-Studien. (J. of Biological

Rhythms, 2002, Vol.7,364-376).

Als Ausblick gilt die intensive Forschung auf dem Gebiet der Nutrigenomics und der Oscillatoren - Biorhythmik (unter anderem in Organen wie Leber, Magen und Darm), die in Zukunft einen wesentlich besseren Einblick in die biorhythmische Steuerung von Ernährung und Verdauung geben.

(Vollmers et al. time of feeding and the intrinsic circadian clock drive rhythms in hepatic gene expression, Proc Natl Acad Sci U S A. 2009 December 15; 106(50): 21453–21458;

Nutrigenomics: Jim Kaput et al., USA, 2006, Wiley-Verlag ISBN 13 978-0-47168319-3).

Dr. med. Peter Strauven, MSc., Bonn, [www.strauven.de](http://www.strauven.de)



Dr. Bodo Werner

## Klassische Mayr-Medizin

- Funktion der Membranen, Genetik, Epigenetik
- Kurkrisen, Med. nötig? Wenn ja, welche?
- Darmsymbioselenkung: Quellen guter Symbionten im täglichen Leben. Probiotika?
- Regulationsmedizin als „Ordnungstherapie“. Synergien von Naturheilverfahren in MMM?

## Refresher: manuelle Bauchbehandlung

- Grundlagen nach Mayr/ Rauch/ Kojer, Ergänzung durch Osteopathie, Atemtherapie (Schmincke), Energiemedizin(Hoeksema) ...

## Grundlagen und Neues über den Säure-Basen-Haushalt

- Blut = Säure-Puffer, Lunge, Niere, Leber = Säure-Eliminatoren
- „Fastengau“ durch Übersäuerung („Finaler Milchsäureschuß“)
- **Protonenpumpe (Na\*/ H\*-ATPase = NHE1)** schafft H\*-Ionen aus der Zelle im Austausch gegen Na\*-Ionen, die eintreten. Na\*/ H\* - ATP ase-Inhibitoren (Amilorid, Suramin, Squalamin, Warfarin, Genistein, Quercetin, Captopril) >>> i.c. Azidose. Diese blockiert Onkogene, fördert Apoptose von Krebszellen, hemmt Angiogeneese.

## Zusammenfassung:

1. Der Schlüssel zur Krebserkrankung ist der **intrazelluläre** pH-Wert, der in

Krebszellen verschiedenen Ursprungs von Leukämie über die Mukosa bis zu soliden Organen pathologisch bis auf 7,6 erhöht ist (Onkologen S. Harguindey/ Spanien, Ian Tannock/ USA, Jacques Ponsysegur/ Frankreich ...) mit dem Ziel der

2. therapeutischen medikamentösen selektiven **intrazellulären** Übersäuerung der Krebszellen auf pH = 6,8 - 5,0 (zufällige Spontanheilung metastasierter Krebs-erkrankungen bei Vergiftung mit Azetaldehyd, wobei eine systemische Übersäuerung nur selten überlebt wird)
3. Die meßbare und leider oft fehlinterpretierte **extrazelluläre** Azidose im Tumor ist ein regulativer Schutzmechanismus um die intrazelluläre Alkalose zu stabilisieren.

## Praxisrelevante Indikationen:

1. metastasierende mukosale und solide Karzinome (Kolon, Mamma), als auch das maligne Melanom
2. Keine nachhaltig alkalisierende Maßnahmen, wie Basenpulver oral, auf Dauer (Gefahr der „mukosalen Alkalo-

# DEKURS BADEN-BADEN

- se“ in Verdauungstrakt und Blase)
- Amilorid 10 mg-Kaps. 3x1 nach dem Essen, außer Sonntag, auf Dauer (spezifische Hemmung der NHE1)
  - Laborkontrolle (freitags) Serum-Kalium und Harnstoff alle 2 Wochen, später alle 4 Wochen, da Amilorid kaliumsparendes Diuretikum ist.
  - Titration der individuell möglichen Enddosis (max. bis  $3 \times 3 = 90$  mg/d)
  - Ziel: Förderung der selektiven Apoptose, Hemmung Tumorwachstum, Angiogenese, multiple drug resistance

## Arteriosklerose-Stadien und Einfluß von Vitamin B12 und Vitamin K

- 1. Endotheliale Dysfunktion:** wegen oxidativem Streß
  - nitrosativem Streß > Vitamin B12 als NO-Fänger (Methylcobalamin)
  - Thrombophilie / Prostaglandine (Fettsäuren Omega 6:3 > 10)
  - Mucor racemosus (rotes Fleisch/ Milchprodukte)
- 2. Mediaverdickung**
  - Eiweißverschlackung, Feinstaub < 0,1

- mcm (bei vollständiger Verbrennung)
- Überschießende Wundheilung (Vitamin C-Mangel)
  - Silent inflammation: CRP hs, Homocystein, slow-virus-infection
  - Insulin, RAAS-System
- Sekundäre **Cholesterin-Einlagerung** als „Mörtel“: LDL-C, Fibrinogen, Lipoprotein (a)
  - 4. Kalzifizierung** des dystrophen Gewebes > Isoform M7 von Vitamin K2 (Meno-quinon) schafft Kalk aus den Gefäßen heraus und in die Knochen hinein (Rotterdam-Studie) = intelligenter als Chelat-Therapie mit EDTA

## Herz-Kreislaufsystem (nach Mayr), Diastolische Herzinsuffizienz/ Schlafstörungen

- Sympathikusüberaktivierung** wegen chron. Streß, Vermehrung der adrenergen Rezeptoren nach Thyreoiditis > **Herzinnenschicht-Ischämie**
- Echo-KG: Wandverdickung und verkleinerter Ventrikel-Durchmesser < 50 mm = „angespanntes Herz“ > Ischämie bei Compliance (Dehnbarkeits) – Stö-

- run = relative Volumenüberlastung = „hydraulisches Phänomen“ = negativer Circulus vitiosus (Sympathikus verengt Peripherie) > intrakardialer Druckanstieg > Ischämie > Schlafstörung
- Therapie: Mikroaderlaß 50-100ml und „innerer Aderlaß“ (Oberkörperhochlagerung im Bett), milde Diurese
  - Nächtliche Hypertonie wegen Sympathikusaktivierung > Blutdrucksenkung:**
  - Nie schnell! Nie stark! > einschleichend, mild. Gegenregulation des Sympathikus vermeiden! Der ist stärker als sein Besitzer!**
  - Krebsmilieu = i.z. alkalisch
  - bei „**Herzinnendrucksyndrom**“ (nach Dr. Hain) > Hyperventilation >>> pO<sub>2</sub>-Anstieg und pCO<sub>2</sub>- Abfall = respiratorische Alkalose > K- und Mg-Ionen-Dissoziation verändert > **therapieresistente Muskelkrämpfe!**
  - Sauerstoff-Therapie in diesem Fall: „fahrlässige Körperverletzung“

# IMEDIZINISCHEARTIKEL

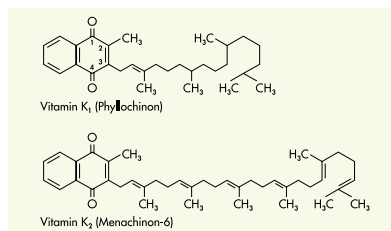
## Vitamin K – nicht nur für das Gerinnungssystem unerlässlich

Eine Information des Labors Dr. Bayer, Stuttgart

### Was ist Vitamin K?

Unter dem Begriff Vitamin K werden verschiedene Verbindungen mit der biologischen Aktivität von Vitamin K zusammengefasst. Diese bestehen chemisch aus der Grundstruktur Naphthochinon, an die eine Methylgruppe sowie eine Isoprenoidseitenkette gebunden sind. Von besonderer Bedeutung ist das Vitamin K<sub>1</sub> (Phyllochinon), das überwiegend in grünen Pflanzen vorkommt, sowie das Vitamin K<sub>2</sub> (Menachinon), das von Darmbakterien gebildet wird.

Vitamin K gehört neben den Vitaminen A, D und E zu den fettlöslichen Vitaminen. Störungen der Fettabsorption gehen meist auch mit Störungen der Vitamin K-Aufnahme einher.



### Vitamin K und Gerinnung

Vitamin K ist ein essentieller Faktor für die

Carboxylierung von Glutaminsäureresten zur Gamma-Carboxy-Glutaminsäure. Dabei entstehen z.B. die Gerinnungsfaktoren 2 (Prothrombin), 7, 9 und 10 sowie die Proteine C und F. Die Bildung dieser Faktoren erfolgt in der Leber. Letztendlich kommt es in der Gerinnungskaskade zu einer Aktivierung von Prothrombin zu Thrombin. Die Bildung von aktivem Prothrombin ist dabei an eine ausreichende Vitamin K-Versorgung gebunden. Vitamin K-Antagonisten, wie z. B. Coumarine, führen damit zu einem Funktionsverlust der Proteine, was therapeutisch bei Thromboseeinigung eingesetzt wird.

Abbildung 1: Strukturen von Vitamin K<sub>1</sub> und K<sub>2</sub>

## Vitamin K und Skelettsystem

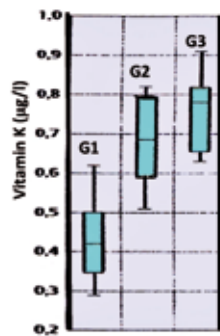
Im Knochen ist Vitamin K von besonderer Bedeutung für zwei Proteine, die von Osteoblasten gebildet werden, (Bone-Gla-Protein, Osteocalcin, BGP) und Matrix-Gla-Protein (MGP). Osteocalcin stellt zirka 15 bis 20% der Nicht-Kollagen-Proteine des Knochens dar. Es fördert die Knochenmineralisation und inhibiert die Osteoklastenaktivität. Ein niedriger Vitamin K-Status geht mit einem erhöhten Auftreten von nicht-carboxyliertem, also physiologisch inaktivem Osteocalcin einher. Eine mangelnde Carboxylierung von Osteocalcin ist verbunden mit einer vermehrten Urinausscheidung von Calcium und Hydroxyprolin. Diese Veränderungen treten bereits bei einer moderaten Vitamin K-Unterversorgung auf, lange bevor es zu Auswirkungen auf die Gerinnungsfaktoren kommt. Eine Optimierung der Aktivität der Vitamin K-abhängigen Proteine der Osteoblasten erfordern Zufuhren von 500 bis 1.000 µg Vitamin K pro Tag, was die üblichen Zufuhrempfehlungen deutlich überschreitet.

## Vitamin K, Knochendichte und Frakturrisiko

Die Nurses Health Study an zirka 70.000 Frauen im Alter von 38 bis 63 Jahren zeigte in einem zehnjährigen Beobachtungszeitraum ein signifikant erhöhtes Risiko für Hüftfrakturen bei einer Vitamin K-Aufnahme von unter 110 µg/ die. Hämodialysepatienten mit Frakturanamnese haben deutlich niedrigere Vitamin K-Konzentrationen im Serum (0,42 µg/l) als solche ohne Frakturen (0,68 µg/l).

Die Untersuchung postmenopausaler Frauen ergab, dass solche mit osteoporotischen Veränderungen statistisch signifikant niedrigere Vitamin K-Konzentrationen (Median 0,42 µg/l) aufwiesen als postmenopausale, nicht osteoporotische Frauen (Median 0,67µg/l).

Abbildung 2: Vitamin K-Konzentrationen bei prä- und postmenopausalen Frauen mit und ohne osteoporotische Veränderungen



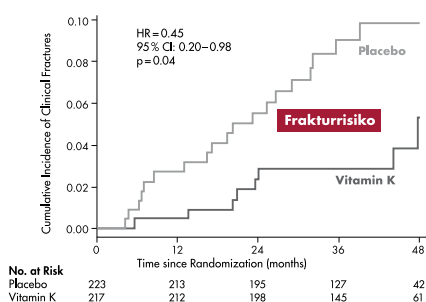
Gruppe 1 (G 1): postmenopausal, osteoporotisch, Median: 0.42µg/l  
 Gruppe 2 (G 2): postmenopausal, nicht- osteoporotisch, Median 0.67µg/l  
 Gruppe 3 (G 3): prämenopausal, Median 0.77µg/l  
 Vergleich G 1/G 2: p< 0.02  
 Quelle: Heiss, C et al.: Die Bewertung von biochemischen Knochenmarkerprofilen in der Diagnostik der Osteoporose. Akt.Rheumatol. 28, 164 -171, 2003

In mehreren in Japan durchgeführten Studien erwies sich die Zufuhr höherer Dosen von Vitamin K-Derivaten als effektive Therapie der Osteoporose.

Postmenopausale Frauen mit Osteopenie erhielten in einer Placebo-kontrollierten, randomisierten Studie über vier Jahre entweder 5mg Vitamin K<sub>1</sub> täglich oder Placebo. Die Vitamin K-Gruppe zeigte im Vergleich zu Placebo keine Veränderungen der Knochendichte, jedoch einen signifikanten Rückgang der Frakturhäufigkeit (Abbildung 3). Die Vitamin K1-Konzentrationen stiegen um den Faktor 10 an und das nicht-carboxylierte Osteocalcin wurde um durchschnittlich 20% gesenkt. Interessanterweise fand sich in der Vitamin K-Gruppe eine statistisch signifikante Verminderung der Tumorinzidenz.

Die Bedeutung von Vitamin K für den Knochenstoffwechsel lässt sich auch an Patienten unter Antikoagulantientherapie zeigen. Antikoagulantien vom Coumarintyp sind Vitamin K-Antagonisten und führen zu einer Einschränkung der Vitamin K-abhängigen Bildung verschiedenster Gerinnungsfaktoren.

Abbildung 3: Frakturrisiko bei Frauen mit Osteopenie unter vierjähriger Gabe von Vitamin K<sub>1</sub> oder Placebo



Es muss davon ausgegangen werden, dass auch die für den Knochenstoff-

wechsel bedeutsamen Vitamin K-Proteine beeinträchtigt werden. In der Tat konnte in einer Studie an Patienten unter oraler Antikoagulantientherapie (Alter 65 ± 11 Jahre, Einnahmedauer 0,5 bis > 11 Jahre) bei 21 von 30 Patienten unter oraler Koagulantientherapie eine Osteoporose nachgewiesen werden, während dies nur bei 5 von 30 Personen einer Kontrollgruppe der Fall war.

## Vitamin K und Arteriosklerose

Das bereits im Zusammenhang mit dem Knochenstoffwechsel erwähnte Matrix-Gla-Protein (MGP) beeinflusst nicht nur die Mineralisation von Knochen und Knorpel, sondern auch die Kalzifikation von Gefäßwänden. Möglicherweise ist MGP eines der wichtigsten inhibitorischen Proteine für die Kalzifikation von Geweben. Zahlreiche Arbeiten berichteten in den letzten Jahren über wichtige Effekte Vitamin K-abhängiger Proteine bei vaskulären Reparaturprozessen und bei der Gefäßverkalkung. Mäuse ohne MGP-Expression entwickeln innerhalb von ein bis zwei Monaten eine schwere Verkalkung der Media größerer arterieller Gefäße mit nachfolgender Ruptur.

Arteriosklerose und Osteoporose werden zumindest teilweise durch gegensätzliche Störungen der Gewebecalzifikation verursacht, wobei sowohl Vitamin K- wie auch Vitamin D-abhängige Mechanismen zu berücksichtigen sind.

## Ursachen des Vitamin K-Mangels

- Unzureichende Aufnahme über die Nahrung, zu wenig grünes Gemüse.
- Eingeschränkte Bildung über die Darmbakterien in Folge chronischer Darmerkrankungen.
- Eingeschränkte Resorption (Vitamin K ist fettlöslich) bei exokriner Pankreasinsuffizienz.
- Iatrogene Effekte durch Vitamin K-Antagonisten (Warfarin), Antibiotika

(Darmflora), Cephalosporine (Hemmung Vitamin K-abhängiger Faktoren), hohe Salicylatdosen, Cholestyramin.

## Vitamin K-Bedarf

Die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung liegen bei 60 bis 80 µg Vitamin K pro Tag. In zahlreichen Studien zur Osteoporoseprophylaxe wurden Dosierungen von 100 bis 500 (zum Teil bis 1.000)µg Vitamin K pro Tag gegeben.

Die Dosis von Vitamin K, die für eine optimale Carboxylierung von Osteocalcin erforderlich ist, liegt wahrscheinlich über 1.000 µg/die.

Eine präventivmedizinisch optimale Dosierung ist derzeit noch schwierig anzugeben. Auch hohe Dosen von Vitamin K sind beim erwachsenen Menschen nicht toxisch. Lediglich beim Neugeborenen können sie den Glucuronidierungsmechanismus der Leber so stark in Anspruch nehmen, dass sich ein Neugeborenenikterus bilden kann.

## Diagnostik

Die Feststellung des Vitamin K-Status erfolgt über die Bestimmung von Vitamin K<sub>1</sub> im Serum.

Literatur Binkley et al.: A high phylloquinone intake is required to achieve maximal osteocalcin gamma-carboxylation. Am J Clin Nutr 2002; 76: 1055-60 Bol-

ton-Smith et al.: Two-year intervention study with phylloquinone (Vitamin K1), vitamin D and Calcium: effect of bone mineral content of older. Ann Nutr Metab 2001; 45: 246 suppl 1  
 Braam et al.: Vitamin K1 supplementation retards bone loss in postmenopausal women between 50 and 60 years of age. Calcif Tissue Int 2003; 73(1): 21-6  
 Cheung A.M. et al.: Vitamin K supplementation in postmenopausal women with osteopenia (ECKO trial): A randomized controlled trial. PLOS medicine 5, 1461-1471, 2008  
 Feskanich et al.: Vitamin K intake and hip fractures in women: a prospective study. Am J Clin Nutr 1999; 69(1): 74-9  
 Heiss et al.: Die Bewertung von biochemischen Knochenmarkerprofilen in der Diagnostik der Osteoporose. Akt Rheumatol 2003; 28: 164-71  
 Liebig, S. et al.: Osteoporose bei Patienten unter oraler Antikoagulantien-Therapie. Dtsch.Med.Wochenschr. 2004; 129: 2707-2710  
 Szulc et al.: Serum undercarboxylated osteocalcin is a marker of the risk of hip fracture: a three year follow-up study. Bone 1996; 18: 487-8

## HLH BioPharma: Produktneuheit Lactobact Metabolic hilft bei der Gewichtsreduktion Ursache für hartnäckiges Übergewicht liegt oft in der Darmflora

Studien haben gezeigt, dass viele übergewichtige Menschen eine Verschiebung in der Bakterienkultur der Darmflora aufweisen. Die Darmflora ist in zwei Hauptgruppen unterteilt: In die Gruppe der Firmicutes-Bakterien und in die Gruppe der Bacteroidetes. Übergewichtige haben einen zu hohen Anteil an Firmicutes, die dem Körper zu viel Energie zur Verfügung stellen. Das neue Kombinationspräparat Lactobact Metabolic enthält sieben spezielle probiotische Kulturen, die die Firmicutes-Gruppe hemmen. Apfelpektin fördert gleichzeitig die Bacteroides-Gruppe. Im Zusammenspiel mit Diagnostik und einem Bewegungs- und Ernährungsplan hilft Lactobact Metabolic dabei, langfristig das Gewicht zu reduzieren.

Die Hälfte der Deutschen ist übergewichtig. Das zeigen nicht nur aktuelle Daten des statistischen Bundesamtes, auch Ärzte und Therapeuten bestätigen diesen Eindruck aus den Wartezimmern ihrer Praxen. Dort liegt der Anteil an übergewichtigen Menschen vermutlich sogar noch höher, denn Übergewichtige tragen für viele Erkrankungen ein erhöhtes Risiko.

Leider klagen viele Übergewichtige über erfolglose Diäten trotz radikaler Einschränkung der Kalorienaufnahme und sportlicher Betätigung. Solche Fälle brauchen oft spezielle therapeutische Hilfestellungen, bevor ein Abnehmen möglich wird. Denn oft liegt die Ursache für erfolglose Reduktionsdiäten im Darm der Patienten.

### Eine ausgeglichene Darmflora ist Voraussetzung für Gewichtsreduktion

Die Bakterien der Darmflora lassen sich zwei großen Gruppen zuordnen: den Bacteroidetes und den Firmicutes. In einer gesunden Darmflora stellen diese

Der Vergleich der Bakterienbesiedelung des Darms von Übergewichtigen und Normalgewichtigen zeigt: Sehr oft dominieren die Firmicutes im Darm der Übergewichtigen stark. Das Verhältnis zwischen Firmicutes und Bacteroidetes kann dabei bis auf 2.000 : 1 verschoben sein. Die Firmicutes haben die Eigenschaft, dass sie für den Menschen eigentlich Unverdaubares, nämlich Ballaststoffe und komplexe Kohlenhydrate, abbauen können. Zu viele Firmicutes im Darm führen dazu, dass mehr Kalorien aus der Nahrung aufgenommen werden, als dies bei Normalgewichtigen der Fall ist. Diese versteckte Kalorienaufnahme kann bis zu 12% mehr Kalorien ausmachen – und das jeden Tag!



beiden Gruppen den Hauptanteil (über 95 %) und liegen in einem optimalen Verhältnis von 1 : 1 zueinander vor.

Bei der Therapie von übergewichtigen und adipösen Patienten spielt die Darm-

flora und deren bakterielle Balance also eine wichtige Rolle. Klarheit darüber, ob die Darmflora Ursache für hartnäckiges Übergewicht ist, schafft eine Stuhldiagnostik. Wird dabei bei einem Patienten eine Verschiebung in der mikrobiellen Balance festgestellt, kann das Produkt Lactobact Metabolic den Weg für eine erfolgreiche Gewichtsreduktion bereiten. Es enthält in hoher Konzentration sieben spezielle probiotische Milchsäurebakterien, die aktiv die Gruppe der Firmicutes-Bakterien hemmen und verdrängen. Das enthaltene Apfelpektin füttert zusätzlich die Gruppe der Bacteroides-Bakterien

an. So wird die Darmflora stabilisiert und überhaupt erst die Voraussetzung dafür geschaffen, dass Übergewicht abgebaut werden kann. Zusätzlich quillt das Apfelpektin und sorgt so für ein vermindertes Hungergefühl. Ärzte, Therapeuten und Heilpraktiker begleiten die ganzheitliche Therapie mit auf den Patienten zugeschnittenen Ernährungs- und Bewegungsplänen.

Lactobact Metabolic ist frei von Hefe, Gluten, Lactose und Gentechnik und eignet sich dank der rein biologischen Zusammensetzung zum ständigen Verzehr.

Weitere Informationen, eine Fachinformation für Ärzte und Therapeuten sowie eine Patienteninformation mit Ernährungstagebuch gibt es unter [www.hlh-biopharma](http://www.hlh-biopharma)

1 Vgl. zum Beispiel

Ley, R. E., Turnbaugh, P. J., Klein, S. & Gordon, J. I. (2006). Microbial ecology: human gut microbes associated with obesity. *Nature* 444, 1022-1023.

Turnbaugh, P. J., Ley, R. E., Mahowald, M. A., Magrini, V., Mardis, E. R. & Gordon, J. I. (2006). An obesity-associated gut microbiome with increased capacity for energy harvest. *Nature* 444, 1009-1010.

## NEWS



Dr. Henning Sartor

### Die universitäre Vernetzung der Mayr-Medizin schreitet fort:

In Südamerika, insbesondere Argentinien, hat z.B. Fr. Dr. Cecilia Miranda ja schon öfter Vorlesungen über die Diagnostik und Therapie nach Dr. F. X. Mayr gehalten.

Jetzt ist erstmalig in Europa Dr. Henning Sartor eingeladen worden, an der internationalen Universität Dresden eine

Vorlesung über die Hintergründe und pathophysiologischen Zusammenhänge der modernen F. X. Mayr-Medizin zu halten. Diese Vorlesung fand Mitte März 2011 im Rahmen des Masterstudienganges für Präventionsmedizin statt.

Der Vorstand der int. Gesellschaft der Mayr-Ärzte wertet dies als guten Schritt auf dem Weg zur öffentlichen Anerkennung der Mayr-Medizin.



### MayrPrevent®, die neue Marke zur Darstellung der Qualitätssicherung

Wie schon im Editorial erwähnt, wurde der Markenname MayrPrevent® europaweit geschützt. Damit können wir uns gut gegen selbst ernannte Mayr-Ärzte, Mayr-Heilpraktiker und Mayr-Lehrer abgrenzen.

In Zukunft soll die Marke MayrPrevent®

ein Synonym für Seriosität, Kompetenz und Qualität sein.

In Zukunft werden die Gütesiegel für zertifizierte Zentren und zertifizierte Mayrärzte MayrPrevent® - Siegel heißen. Es werden auch zunehmend Kurse und Workshops über die Mayrmedizin MayrPrevent® - Kurse heißen. Nur dadurch können wir diese unsere Marke publik machen und damit für die Menschen den Unterschied zu irgendwelchen

Pseudomayrkuren verdeutlichen.

Jedes Mitglied unserer Gesellschaft darf diesen Markennamen verwenden, sofern es mit dem Siegel zertifiziert ist. Denn, der Sinn unserer Gesellschaft ist vor allem die Garantie von Kompetenz und Qualität. Erst wenn diese Werte gewährleistet sind, kann auch an Verbreitung und Marketing für die Mitglieder gedacht werden.

# OFFENER BRIEF

## An den Vorstand der Gesellschaft der Mayr-Ärzte

### Sehr geehrte Damen und Herren,

auch wir als Mayr-Qualitätszirkel fühlen uns brüskiert durch den überraschenden Beschluss des Vorstandes, sich mit der GSAAM zu assoziieren und die Gesellschaft für Erfahrungsheilkunde zu verlassen. Ist es ein Beschluss ohne Diskussion mit der Basis oder unterscheidet sich die Therapie im stationären Sektor so weit vom ambulanten Bereich? Wir Niedergelassenen wären gern in den Entscheidungsprozess mit einbezogen worden, zumal unsere Probleme in der

ambulanten Praxis andere sind als ‚anti-aging‘ (unseres Erachtens ein falscher und überholter Begriff) mit großem Labor, aufwändiger Substitution und resultierenden teuren Kontrollen, sondern die Gesundung von Herrn/Frau Meier/Müller/Schmidt mit durchschnittlichen finanziellen Möglichkeiten.

Mayr ging es um Gesundung primär durch Weglassen, um Schonung, Säuberung, Schulung und –moderne Mayr-Medizin – sanfte Substitution. Insofern fühlen wir uns bei der Gesellschaft der Erfahrungsheilkunde mit ihrem ganzheitlichen Ansatz oder unter dem Oberbegriff ‚Naturheilverfahren‘ gut aufgehoben. Falls es für notwendig erachtet wird, unsere schulmedizinische Basis

nach außen zu demonstrieren, wäre die Kooperation mit gastroenterologischen Gesellschaften nahe liegend und eine hochinteressante Option.

Bitte begründen Sie uns, inwiefern Diagnostik und Therapie der GSAAM den Grundgedanken der Mayr-Therapie bereichert.

Mit freundlichen Grüßen

QZ Stuttgart/Tübingen/Alb  
Jutta Bielefeld, Adelheid Böhner-Müller, Sabine Geiger, Siegfried Hebsacker, Richard Warth

# ANTWORTSCHRIBEN

### Sehr geehrte Frau Kollegin Dr. Bielefeld,

zuerst möchte ich mich im Namen des gesamten Vorstandes der Internationalen Gesellschaft der Mayrärzte entschuldigen, dass ich Ihnen erst jetzt antworte. Es ergaben sich leider durch das gesundheitlich begründete Ausscheiden von Frau Dr. Monika von Hahn aus dem Vorstand diverse Verzögerungen und danach war ich für 6 Wochen auf Urlaub.

Ich bedanke mich für den offenen Brief an den Vorstand, welcher erst im übernächsten Mayr-Aktuell veröffentlicht werden kann, da die nächste Ausgabe bereits in Druck ist. Es ist für den Vorstand sehr wertvoll, die Meinung der Mitglieder zu erfahren. Sie ahnen nicht, wie wenige Mitglieder sich aktiv an der Arbeit und Meinungsbildung der Gesellschaft beteiligen.

Der Entschluss, aus der Gesellschaft für Erfahrungsheilkunde auszutreten und als assoziierte Gesellschaft der GSAAM beizutreten ergab sich aus folgenden Beweggründen:

1. Das Verhältnis Ärzte/ Heilpraktiker verschob sich in den letzten Jahren in Baden Baden immer mehr Richtung Heilpraktiker
2. Die Zahl der Mitglieder, welche unsere Veranstaltung im Rahmen der Medizinische Woche in Baden besuchten, sank.
3. Der Benefit einer Mitgliedschaft bei der Erfahrungsheilkunde war für unsere Mitglieder gering.
4. Unserem Erachten nach trug die Gesellschaft für Erfahrungsheilkunde nicht viel für einen größeren Bekanntheitsgrad der F.X.Mayr Medizin bei.
5. Baden Baden ist für Leute, die fliegen müssen oder wollen schwerer erreichbar als München.
6. Die GSAAM ist längst nicht mehr eine anti aging Gesellschaft im herkömmlichen Sinn. Sie ist selbst über diesen Namen unglücklich. Vielmehr ist sie vor allem eine Gesellschaft für Präventivmedizin mit weitem Horizont und einer idealen Vernetzung von Naturheilkunde und universitärer Medizin.
7. Unsere Mitgliedschaft bei der GSAAM kostet uns bis jetzt nichts und bietet allen unseren Mitgliedern die gleichen Ermäßigungen für die Kursge-

bühren wie für Vollmitglieder der GSAAM.

8. Die GSAAM hatte bis jetzt keine Kompetenz für Ernährungsmedizin und Entgiftungstherapien. Somit ist es doch ideal, wenn wir als Mayrärzte-Gesellschaft diesen Part von vorne herein besetzen, um unsere Vorstellungen und Erfahrungen in das Denken der Vorsorgemediziner, Ganzheitsmediziner und auch universitären Mediziner einfließen zu lassen.

Die Lehre von Dr. F.X.Mayr ist so modern, so wichtig für die gesamte Medizin, dass sie möglichst bekannt werden soll und auch Einzug in die universitärer denkende Medizin finden soll und kann. Die Moderne Mayr Medizin ist nicht nur eine naturheilkundliche, komplementäre Methode und Lehre. Sie ist eigentlich auch Schulmedizin mit der Logik der Heilkunde der Natur. Ich bin der Meinung dass es auch für uns Mayrärzte gut ist, wenn Kollegen unsere Methode kennen lernen, die sonst wenig Zugang dazu haben. Schließlich wollen wir ja auch, dass diese uns Patienten zuweisen. Das betrifft insbesondere die niedergelassenen Kollegen. Auch für die Abrechnung

# ANTWORTSCHREIBEN

mit den privaten und eventuell sogar gesetzlichen Kassen kann es nur von Vorteil sein, wenn es Studien über die Wirksamkeit der Mayr Medizin gibt und wenn Universitätsprofessoren positiv über uns berichten. Diese Möglichkeiten haben wir im Dunstkreis der GSAAM und auch der iGAP eher als bei der Erfahrungsheilkunde.

Der Kongress in München war sehr gut und hochkarätig besucht und wir haben eine gute Reputation dort erhalten.

Trotzdem steht einer Wiederaufnahme der Mitgliedschaft bei der Erfahrungs-

heilkunde an sich nichts im Wege. Es fragt sich nur, was es unsere Mitgliedern letztlich bringt. Jeder kann die Medizinische Woche in Baden Baden besuchen. Es findet wie bisher ein D-Kurs in Baden Baden statt, der noch dazu um fast 100.- günstiger ist als vorher. Zwei Tagungen in einem Jahr zu organisieren und mit guten Referenten auszustatten übersteigt unsere Möglichkeiten. Außer den 3 Stunden Tagung auf der Medizinischen Woche haben wir von der Mitgliedschaft bei der Erfahrungsheilkunde eigentlich nichts gehabt.

Es würde mich und den gesamte Vor-

stand sehr freuen, wenn wir ein Feedback von Ihnen und Ihrem Qualitätszirkel zu diesen Argumenten bekämen. Sie können auch gerne an die Gesellschaft mailen, dann ist es leichter, das Mail an die Vorstandsmitglieder weiter zu leiten.

Ich bedanke mich bei Ihnen, dass Sie sich so engagieren und einen Qualitätszirkel leiten, Qualitätssicherung ist immerhin das Hauptanliegen unserer Gesellschaft.

Viele Grüße und hoffentlich bis bald einmal

**Dr. Alex Witasek**

# NEUER PARTNER

## Syxy - Therapie in der Naturheilkunde

**SYXYL**



## Therapie in der Naturheilkunde

Seit über 70 Jahren hat sich das Unternehmen Syxy die Entwicklung naturheilkundlicher Arzneimittel und ganzheitsmedizinischer Therapieschemata zum Ziel gesetzt, um den individuellen Bedürfnissen sowohl gesundheitsbewusster Menschen in der Prävention, als auch kranker Menschen bei der Bewältigung ihrer Probleme gerecht zu werden.

Eine Krankheit nicht isoliert, sondern komplex zu betrachten und zu behandeln ist uns ein immer wieder zu erreichender Anspruch.

Naturverbundenheit und das Streben nach innovativen Alternativen zur klassischen Medizin sind die Triebfedern unseres Handelns.

Mit homöopathischen Komplexarzneimitteln ist der Name Syxy innerhalb der Naturheilkunde zu einer Marke herangereift. In den letzten Jahren verlagerte sich der Schwerpunkt hin zu ganzheitlichen orthomolekularen Spezialitäten. Therapeuten schätzen und vertrauen den Syxy-Präparaten und den damit gewonnenen Möglichkeiten, das zentrale Gesundheitsorgan Darm positiv beeinflussen zu können. Somit ist Syxy auch mit den Spezialitäten seinem Ziel, zur

Gesundung von Menschen beizutragen, in einer gelungenen Partnerschaft mit Therapeuten sowie Freunden der Naturheilkunde treu geblieben.

Die Fa. Syxy, mit Sitz in der Nähe des Kölner Doms, kommuniziert Ihre Präparate über wissenschaftliche Außendienstmitarbeiter/innen innerhalb der BRD.

Die Partnerschaft zwischen der Internationalen Gesellschaft der Mayr-Ärzte und der Fa. Syxy fundiert auf einer hohen gemeinsamen Schnittmenge in der Philosophie und den Erkenntnissen nach Dr. F. X. Mayr zur Gesundheitsförderung und „Entschlackung“ mit dem Hauptziel der „Sanierung“ des Darmes.

**[www.syxy.de](http://www.syxy.de)**

# MAYR SYMPOSIUM

## 11. ÄRZTE- und JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

26. Juni bis 09. Juli 2011

### Vorträge: Dr. F. X. MAYR- Medizin 2011

<b>1. Woche</b>	Einführung in die Cellgym-Therapie Schwermetalle, Mythen und Wahrheit Bewegungsphysiologie, HRV, IHHT, Beispiele Physiologie der Zellenergie, Hintergründe	Hr. Reinmuth/Hr. Dr. Sartor Hr. Dr. Sartor Hr. Bergmüller Hr. Dr. Löffler
<b>2. Woche</b>	Darmwand- und Stress-Diagnostik Probiotika und Stress Vom Detox-Fußbad zur Elektronen-Durchflutung Aktives Schröpfen Konzeption in die Mayr-Medizin, IHHT, Huminsäuren, etc. (etwaige kleine Änderungen vorbehalten!)	Hr. Dr. Schütz Fr. Mag. Frauwallner Hr. Leimer Fr. Dr. Paul Hr. Dr. Sartor

**Wird als Refresher-Kurs (ehemals D-Kurs) für Mayr-Ärzte anerkannt!!!**

### Das spezielle Angebot für Sie als F.X. Mayr-Arzt beinhaltet:

26. Juni bis 9. Juli 2011

6 Nächte / 13 Nächte im EZ oder DZ inkl. individuellem Diätprogramm

therapeutische Leistungen pro Woche

- 1 Kneippguss / 1 Schielebad / 2 x Heuanwendungen
- 1 x 50 Min. Heilmassage
- Hotelleistungen, Tagesaktivitäten und Fachvorträge!!

ärztliche Leistungen von Dr. Sartor:

Erstanamnese mit Diätbesprechung sowie Enduntersuchung

Die Bauchbehandlungen werden von den anwesenden Ärzten gegenseitig durchgeführt!

6-Tages-pauschale für F.X.MAYR- Ärztekollegen: € 970,-

13-Tages-Pauschale für F.X.MAYR Ärztekollegen: € 1.775,-

inkl. Seminar- und Vortragskosten

**Gesundheitshotel Spanberger**

Dr. F.X. Mayr Geburtshaus

A-8962 Gröbming, Tel. +43(0)3685 22106-0

[www.spanberger.at](http://www.spanberger.at)

## AKTUELLE GSAAM Fortbildungen 2011

### 11. Konferenz der GSAAM e.V.

**12. – 14. Mai 2011 München – Die Zukunft des Alterns**

Informationen und ausführliches Programm:

[www.gsaam2011.de](http://www.gsaam2011.de)

### 30. Juni – 03. Juli /PADENGHE (Italien)

**Spezialseminar Haut „Spiegel der allgemeinen Gesundheit“** Anti-Aging all' Italiana

Leitung: Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk, Fürth / Dr. med. (I) Jan-Dirk Fauteck, Kalletal

### 21. – 22. Oktober / MÜNCHEN

**Seminar II Fortgeschrittene**

**Präventions- und Anti-Aging Medizin 2011**

Grundlagen und angewandte Präventions- und Anti-Aging-Medizin mit Erlangung des Basis-Zertifikates der GSAAM e.V. (Lernzielkontrolle)

Referenten: Prof. Dr. med. Hartwig W. Bauer, München; Dr. med. Anja Maria Engelsing, Bad Feilnbach; Prof. Dr. med. Bernd Kleine-Gunk, Fürth; Dr. med. Detlef Pape, Essen PD Dr. med. Alexander Römmeler, München; Univ.-Prof. Dr. Christian Schneeberger, Wien; Prof. Dr. med. Alfred S. Wolf, Ulm

Teilnahmegebühr: EUR 395,- Mitglieder GSAAM  
EUR 492,- Nichtmitglieder

### 04. – 05. Nov. / MÜNCHEN

**Aktuelle Orthomolekulare Medizin: Praxis-orientiert und wissenschaftlich fundiert**

Leitung: Uwe Gröber, Essen

### 11. – 12. Nov. / BAD AIBLING

**Symposium für den Endokrinen Kreis**

Univ. Prof. DDr. med. Johannes Huber, Wien (Österreich)  
Haut- Haare - Body Composition: Ein Up-date in der kosmetologischen Endokrinologie • Die Patientin mit Gewichtsproblemen in der gynäkologischen Sprechstunde: Diagnose - neue Therapieansätze • Die depressive Patientin in der gynäkologischen Sprechstunde  
Panikattacken und Phobien bei Jugendlichen, prämenstruelles Syndrom, postmenopausale Verstimmungszustände

– Differentialdiagnose und neue Therapie-Ansätze • Die differenzierte Hormonersatztherapie in der Praxis: Östrogenmonotherapie, Ultralight HRT, Phytosteroide als Serms • Welche Polymorphismen können in der gynäkologischen Sprechstunde – wie – angewandt werden? • Gen-Varianten im Gerinnungssystem, im Detoxifizierungssystem und im Steroid-Metabolismus • Palliativa gegen das Altern: Eine Zusammenstellung der evidenten Möglichkeiten • Wie die Schwangerschaft unser späteres Leben beeinflusst und formt • Der Knochen - ein endokrines Organ

### 18. – 19. Nov. / HAMBURG

**Intensiv-Workshop für Ärzte – Hands-on-Training Ästhetisches - Anti-Aging**

Faltenbehandlung ohne Skalpell – Unterspritzungstechniken an Probanden – heute lernen / morgen anwenden!

Leitung: Dr. med. Eva-Maria Meigel, Hamburg

### Ausführliche Programme und Anmeldeformulare finden

**Sie unter:** [www.service-company-rother.de](http://www.service-company-rother.de)

oder fordern Sie die an: [www.service-company-rother.de](http://www.service-company-rother.de)

### Organisation:

Service Company Rother

T +49 (0)5344 915948

F +49 (0)5344 915949

[u.rother@service-company-rother.de](mailto:u.rother@service-company-rother.de)

[www.service-company-rother.de](http://www.service-company-rother.de)

### Veranstalter:

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging Medizin  
Vallstedter Weg 114 A

38268 Lengede | Deutschland

T +49 (0)5344 803 370

F +49 (0)5344 803 371

[u.rother@gsaam.de](mailto:u.rother@gsaam.de)

[www.gsaam.de](http://www.gsaam.de)

### Weitere Termine für Fortbildung 2011 folgen!



Einladung zur ordentlichen  
**Mitgliederversammlung**  
der Internationalen Gesellschaft der Mayr-Ärzte  
am 14. Mai 2011, um 8.00 Uhr, Kleiner Konzertsaal

### Tagesordnung

1. Begrüßung durch den Präsidenten
2. Feststellung der form- und fristgerechten Einladung, Feststellung der stimmberechtigten, anwesenden Mitglieder und der Beschlussfähigkeit
3. Kooptierung der Vorstandsmitglieder Dr. Elke Benedetto-Reisch und Dr. Bodo Werner
4. Berichte der Vorstandsmitglieder:
  - Rückblick auf das Jahr 2010
  - Bericht des Kassiers
5. Bericht der Rechnungsprüfer
6. Entlastung der Vorstandsmitglieder
7. Ernennung von Ehrenmitgliedern
8. Verschiedenes:
  - Vorstellung von MayrPrevent
  - Vorstellung Homepage

## 11. Konferenz der GSAAM

Deutsche Gesellschaft für Prävention und Anti-Aging Medizin e.V.

### „Die Zukunft des Alterns“

Donnerstag, 12. Mai bis Samstag, 14. Mai 2011  
Kulturzentrum Gasteig, München

### Samstag, 14. Mai 2011, Kleiner Konzertsaal

16.00 – 16.30 Uhr	Moderne Mayr Medizin in der Geriatrie	<b>Dr.med. Alex Witasek,</b> GZ artepuri meerSinn, D-Rügen
16.30 – 17.00 Uhr	Veränderungen der extrazellulären Matrix durch Ernährung, chronische Stressreaktion und chronische Entzündungen	<b>Dr.med. Rudolf Inderst,</b> Arzt für Naturheilverfahren und Akupunktur, D-Baldham
17.00 – 17.30 Uhr	Alter und Sport: neue präventive Gesichtspunkte	<b>PD Dr.med. Stefan Möhlenkamp</b> Universitätsklinikum Essen

## Anmeldeformular 2011

schicken oder faxen Sie an:

Sekretariat der Gesellschaft der Mayr-Ärzte, A-6072 Lans, Kochholzweg 153, FAX +43-(0)512-397125

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Ausbildungskurs in Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr an:  
(zutreffendes bitte ankreuzen)

<input type="radio"/>	<b>Kurs 1101</b>	B-Kurs	<b>27.03.-2.4.2010</b> , artepuri hotel meerSinn, Binz-Rügen; Leitung: Dr. Alex Witasek
<input type="radio"/>	<b>Kurs 1102</b>	C-Kurs	<b>21.05.-28.05.2011</b> , GZ St. Georg, Bad Hofgastein; Leitung: Dr. Bodo Werner
<input type="radio"/>	<b>Kurs 1103</b>	D-Kurs	<b>1.10.-7.10.2011</b> , Kärnten, Hotel Mori, Klopeiner See; Leitung: Dr. Patricia Winkler-Payer
<input type="radio"/>	<b>Kurs 1104</b>	A-Kurs	<b>20.11.-2.12.2011</b> , Haus der Gesundheit, Reifnitz; Leitung: Dr. Norbert Schulz

### Die Reihenfolge der Kurse ist einzuhalten, lediglich B- und C-Kurs können miteinander getauscht werden.

Mayr Aktuell Refresherkurse:

<input type="radio"/>	<b>06. – 08.05.2011</b> , Bad Hofgastein, Dr. Bodo Werner
<input type="radio"/>	<b>12. – 14.05.2011</b> , GSAAM München: Anmeldungen ausschließlich an Service Company Rother, Vallstedter Weg 114A, D-38268 Lengede, Tel: 0049 (0)5344 91 59 48, Fax: 0049 (0)5344 91 59 49, E-Mail: u.rother@service-company-rother.de www.service-company-rother.de, www.gsaam.de
<input type="radio"/>	<b>26.06. – 09.07.2011</b> , 11. F.X.Mayr Ärzte Symposium in Gröbming Anmeldungen ausschließlich an Gesundheitshotel Spanberger, Stoderplatzl 64-65, A-8962 Gröbming, Fr. Sonja Moser, Tel.: 0043(0)3685-221060, Fax: 0043(0)3685-2210630, E-Mail: hotel@spanberger.at

MayrPrevent Kurs:

<input type="radio"/>	<b>31.10. und 1.11.2011</b> , Baden Baden Themen: Mayr Einführung, Grundlagen, Physiologie, Alternativen in der Leberentgiftung, Zellregeneration und Energiestoffwechsel; Dieser Kurs gilt sowohl als refresher-Kurs für unser Mayr-Ärzte als auch als Einführung in die Mayr-Medizin für ‚Nicht-Mayr-Ärzte‘. Anmeldungen ausschl. an MVS Medizinverlage Stuttgart GmbH & Co. KG, Oswald-Hesse-Straße 50, 70469 Stuttgart, Tel.: 0711/8931-365, Fax 0711/8931-370, medwoche@medizinverlage.de
-----------------------	--

**Bitte beachten Sie**, dass alle Kurse eine begrenzte Teilnehmerzahl haben.

Als fix gilt Ihre Anmeldung erst, wenn Sie den Kursbeitrag auf unser Konto überwiesen haben. Es wird Ihnen zur Überweisung eine Rechnung zugesandt. Anmeldungen ohne Einzahlung werden bei Überbuchung eines Kurses nicht mehr berücksichtigt. Kosten: A: Euro 1.250,00,- zzgl. Mwst., B-, C- und D-Kurs: Euro 690 zzgl. Mwst. Mayr Aktuell Kurs Dr. Werner und MayrPrevent Kurs: Euro 200,- zzgl. Mwst.

Nachname:		Vorname:	
Straße:		PLZ, Ort:	
Tel.:		Fax:	

Die Anmeldebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden.

Datum:

Unterschrift:

## artepuri Hotel meerSinn

artepuri® hotel



Das artepuri Hotel meerSinn ([www.meersinn.de](http://www.meersinn.de)) im Ostseebad Binz auf Rügen sucht zur Verstärkung des Ärzteteams für sein modernes medical Center einen engagierten Arzt mit Interesse an

der F.X.Mayrmedizin. Neben naturheilkundlichem und schulmedizinischem Wissen ist Erfahrung in Sonographie erwünscht. Das artepuri Hotel meerSinn ist mit seinem innovativen ganzheitsmedizinischen Konzept das führende Zentrum für Vorsorge- und Regenerationsmedizin in Urlaubsatmosphäre in Norddeutschland. Die ständige Weiterentwicklung des Konzepts und die Möglichkeit, in einem schönen Ambiente viel Zeit für die Patienten zu haben, machen

die Arbeit im meerSinn so attraktiv. Und das nur 100 m neben dem kilometerlangen Sandstrand in Binz mit seiner weißen Bäderarchitektur.

### Bewerbungen bitte an:

Dr. Alex Witasek  
Schillerstrasse 8  
D-18609 Binz  
[office@dr-witasek.com](mailto:office@dr-witasek.com)

## Gesundheitshotel Spanberger

Im Gesundheitshotel Spanberger - dem Geburtshaus von Dr. F.X. Mayr - steht die Gesundheit im Mittelpunkt. Wir bieten Prävention und Regeneration auf Basis der „Modernen Mayr-Medizin“ ergänzt durch unsere spezielle Hauben-Diät und dem sanften Bewegungskonzept nach Heini Bergmüller. Das Hotel Spanberger befindet sich im Herzen Österreichs, auf 800 m Seehöhe im obersteirischen Dachstein-Gebiet.

Unser Team von 13 Mitarbeitern ist spezialisiert, rund 15 bis 25 Gäste/Patienten ganz individuell durch die Dr. F. X. Mayr-Therapie zu begleiten.

**Neue labortechnische Erkenntnisse** von **Dr. Henning Sartor** und ein »**sanftes Bewegungsprogramm**« nach dem bekannten **Konditionstrainer Heinrich Bergmüller** erweitern die **moderne F.X. Mayr Medizin** zusätzlich.

Eine ambulante Praxis in Wien sowie familiäre Umstände veranlassen unseren

## Gesundheitshotel Spanberger

Dr. F.X. Mayr Geburtshaus

ärztlichen Leiter ab sofort nur mehr für Vertretungen in unserem Haus tätig zu sein.



Aus diesem Grund wünschen wir uns so bald als möglich einen Ärztlichen Leiter (m/w) zur Verstärkung und Führung unseres Teams mit nachfolgendem Anforderungsprofil:

- Arzt für Allgemeinmedizin oder Facharzt für innere Medizin
- Ausgebildeter Dr. F.X. Mayr- Arzt mit Berufserfahrung

- Interesse an der Weiterentwicklung der Modernen Dr. F. X. Mayr-Medizin
- Interesse am Bewegungsprogramm nach Bergmüller
- Teamgeist und Einsatzbereitschaft
- Ideen zur Aufwertung der ambulanten Praxis

Wir bieten Ihnen eine angenehme Atmosphäre in unserem neuen Therapiegarten, langjährige erfahrene Mitarbeiter, faire Konditionen, flexible Arbeitszeiten, 5-Tage-Woche sowie auf Wunsch Weiterbildungen bzw. Teilnahme an Forschungsprojekten durch Dr. Henning Sartor oder Dr. Ingo Wachernig.

Sollten wir also Ihr Interesse geweckt haben, freuen wir uns gerne auf Ihren Anruf oder Ihre schriftliche Bewerbung unter Tel.Nr. 0664/4512119 - Sonja Moser. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter **[www.spanberger.at](http://www.spanberger.at)**

# MARTINA SKOLIMNE



Liebe MitgliederInnen!

Die neuen Logos für 2011 sind eingetroffen und können von unseren, mit dem Siegel zertifizierten Mitgliedern über das Sekretariat angefordert werden!

Ich möchte Sie nochmals auf unsere neue Faxnummer hinweisen, diese lautet: **0043-512-397125**

Weiters freuen wir uns Ihnen mitteilen zu dürfen, dass ein neues zertifiziertes Zentrum dazugekommen ist. Bitte entnehmen Sie dazu untenstehend die Details.

Mit frühlingshaften Grüßen

*Ihre Martina Pickl*

## KURSANATORIUM MARKGRÄFLERLAND



„Das Kursanatorium Markgräflerland wird mit über 40-jähriger Erfahrung von zwei Mayr-Ärzten geleitet und liegt in der Toskana Deutschlands. Am Rande des malerischen Dörfchens Vögisheim und umgeben von Weinbergen finden Sie wieder zu sich und können in famili-

ärer Atmosphäre zur Ruhe kommen. Die weitläufige Naturgartenanlage bietet immer ein Plätzchen zum Relaxen. Dies ist der richtige Ort für naturverbundene Gäste, die in ruhiger Umgebung und ländlichem Ambiente die F.X. Mayr-Kur durchführen möchten.

Das Arzt-Ehepaar Skorzcyk lebt auf dem Gelände des Sanatoriums und ist rund um die Uhr für Sie da.

Ergänzend zur F.X. Mayr Kur gibt es folgende therapeutischen Möglichkeiten:

Massagen: Bindegewebsmassage, Lymphdrainage, Reflexzonenmassage, Edelsteinmassage, Aventurin - Gesichtsmassage, pulsierende Saugmassage.  
Bäder: Medizinische Vollbäder, Schiele-Bäder.

Zusätzliche ärztliche Behandlungen: Akupunktur, Neuraltherapie.

info@dr-skorzcyk.de  
www.dr-skorzcyk.de und  
www.mayr-kur.net“

