

# Herzerkrankungen – der Stellenwert von Coenzym Q10

Ein Beitrag von Nathalie Schmidt und Dr. med. Edmund Schmidt

Nach wie vor stellen Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems die häufigste Todesursache in den westlichen Industrieländern dar. Eine – wenn nicht sogar die – zentrale Rolle zur Vermeidung und Behandlung von Erkrankungen des Herzens spielt Coenzym Q10. Derzeit sind zwei Hauptfunktionen des Coenzym Q10 im menschlichen Körper bekannt: Es wird zur Energiegewinnung verwendet und wirkt als Antioxidans im Körper.



Foto: Adisak Riwkratok / shutterstock.com

Ubiquinon ist ein Cofaktor in der inneren Membran der Mitochondrien und für die Synthese von Energie in Form von Adenosintriphosphat (ATP) verantwortlich. Da der Körper keine Energie (ATP) speichert, muss sie durch einen oxidativen Phosphorylierungsprozess ständig und schnell produziert werden. Coenzym Q10 ist zwischen NADH und Cytochrom c in der inneren Membran positioniert und wirkt als Cofaktor-Stimulation für alle drei Mediatoren, um Elektronen abzugeben und den Elektronentransport durch die Multienzymkomplexe I-IV in diesem System zu steuern. Dabei überträgt Coenzym Q10 Elektronen und Protonen zwischen dem Komplex I, Komplex II und dem Komplex III der Atmungskette.

Ubiquinon ist durch seine Energiesynthese an allen energetischen Prozessen des Körpers beteiligt: In jungen Jahren ist bei gesunden Menschen eine ausreichende Versorgung

mit Coenzym Q10 gewährleistet. Mit zunehmendem Alter nehmen jedoch die Q10-Konzentrationen in verschiedenen Organen ab, vor allem am Herzen: 40-Jährige haben 30 % weniger Coenzym Q10 im Herzmuskel und 80-Jährige 60 % weniger als gesunde 20-Jährige. Bei einem Defizit von 15 % treten bereits Funktionsstörungen auf, bei einem Abfall über 45 % lebensbedrohliche Störungen.

## Coenzym Q10 bei Herz- erkrankungen

Die Therapie mit Coenzym Q10 führt signifikant und klinisch relevant zu einer Verbesserung der Herzfunktion, da Coenzym Q10 für die Energieversorgung der Herzmuskelzellen von entscheidender Bedeutung ist. Schon eine Reduzierung der Coenzym-Q10-Produktion um 10 % bedeutet für das Herz ein Energiedefizit. Wie oben beschrieben, reduziert sich die Eigensynthese mit zunehmendem Alter deutlich unter 90 % des Sollwertes. Dies erklärt, warum ein Coenzym-Q10-Mangel Prädiktor einer

### Für Eilige

Coenzym Q10 wird in den Mitochondrien benötigt, um ATP zu bilden. Es ist im Körper an allen energetischen Prozessen beteiligt. Im Laufe der Zeit nimmt die Eigensynthese und damit die Konzentration in den verschiedenen Organen jedoch deutlich ab, vor allem im Herzen. Eine Therapie mit Coenzym Q10 kann daher zur Verbesserung der Herzfunktion führen.

Herzinsuffizienz sein kann, denn schon bald nach dem 40. Lebensjahr liegt die Eigenproduktion unter 90 %. Bewiesen wurden diese Zusammenhänge, durch die Studie 1 des dänischen Kardiologen Prof. Dr. Svend Aage Mortensen. Die unter seiner Führung durchgeführte doppelblinde, randomisierte Multicenter-Studie zeigte, dass Menschen, die an einer Herzinsuffizienz leiden, durch die Zugabe von 300 mg Ubichinon zur Leitlinientherapie circa 50 % weniger Zwischenfälle im Beobachtungszeitraum hatten, und auch die Mortalität reduzierte sich in Europa um 53 %. Die beiden Grafiken (Abb. 1a und b) verdeutlichen das Studienergebnis. Aufgrund der Ergebnisse dieser Studie muss Ubichinon bei Menschen mit Herzinsuffizienz unbedingt als First-Line-Therapie angesehen werden. >>

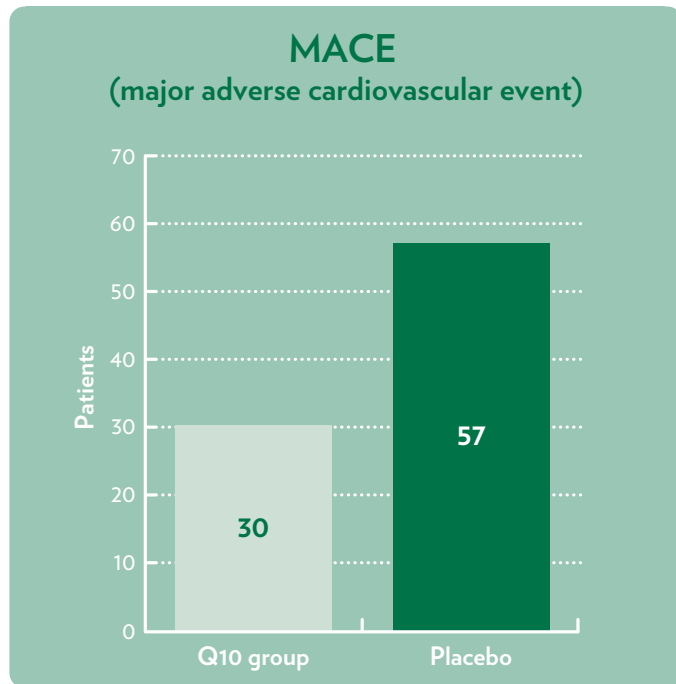


Abb. 1a

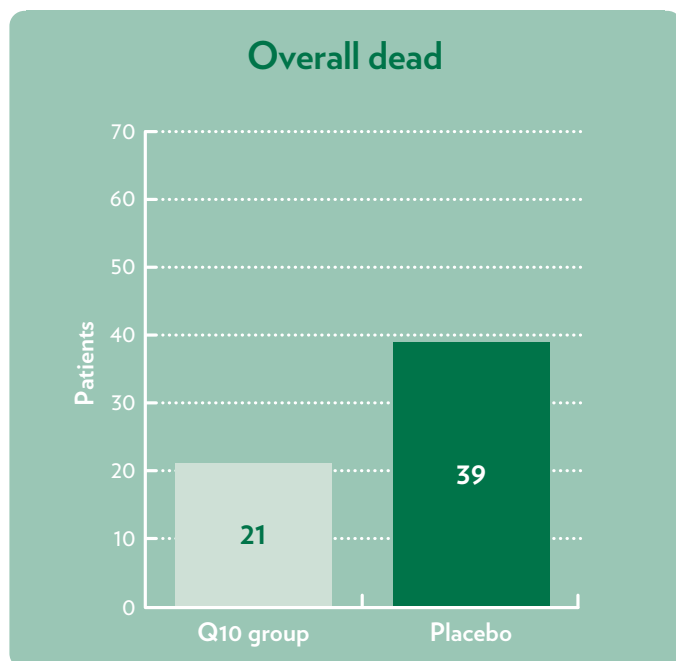


Abb. 1b



PLUS  
Zink &  
Mangan

## Kopf aus. Freude an! Zurück zu innerer Balance und Stabilität

- **Nervennahrung**  
Vitamine B1, B3, B6, B12 und Folsäure in bioaktiver Form zur Unterstützung der normalen psychischen Funktion
- **Die Reinheit macht`s!**  
Premium-Rohstoffe und hypoallergene Konzeption auch für sensible Personen
- **Der „Plus“-Faktor**  
Wichtige Spurenelemente Zink und Mangan

[shop.hypo-a.de](https://shop.hypo-a.de)



### „Ausstieg aus der Stress-Spirale“

Kostenloses Online-Seminar  
mit Dr. Eva Meierhöfer

**Termin: 25.10.2022**

Anmeldung: [hypo-a.de/stress](https://hypo-a.de/stress)

## Ein Fallbeispiel

Ein 72-jähriger Patient mit diversen Herzproblemen, unter anderem auch einer manifesten Atherosklerose, stellte sich in der Praxis vor. Da er allein lebte (die Frau war verstorben) und keine Kinder hatte, war der Patient leicht depressiv verstimmt

und litt zusätzlich unter den Nebenwirkungen der Leitlinien-Medikamente. Er wolle seine Herzmedikamente absetzen und nur noch einen Vitalstoff zuführen, alles andere lehne er ab. Sollten wir das nicht akzeptieren, würde er gar keine Medikamente mehr nehmen. Ein Ersatz der medikamentösen Therapie durch Vitalstoffe ist generell abzulehnen und kann gefährlich sein. In diesem Fall jedoch



Abb. 2a: Karotis mit Plaque

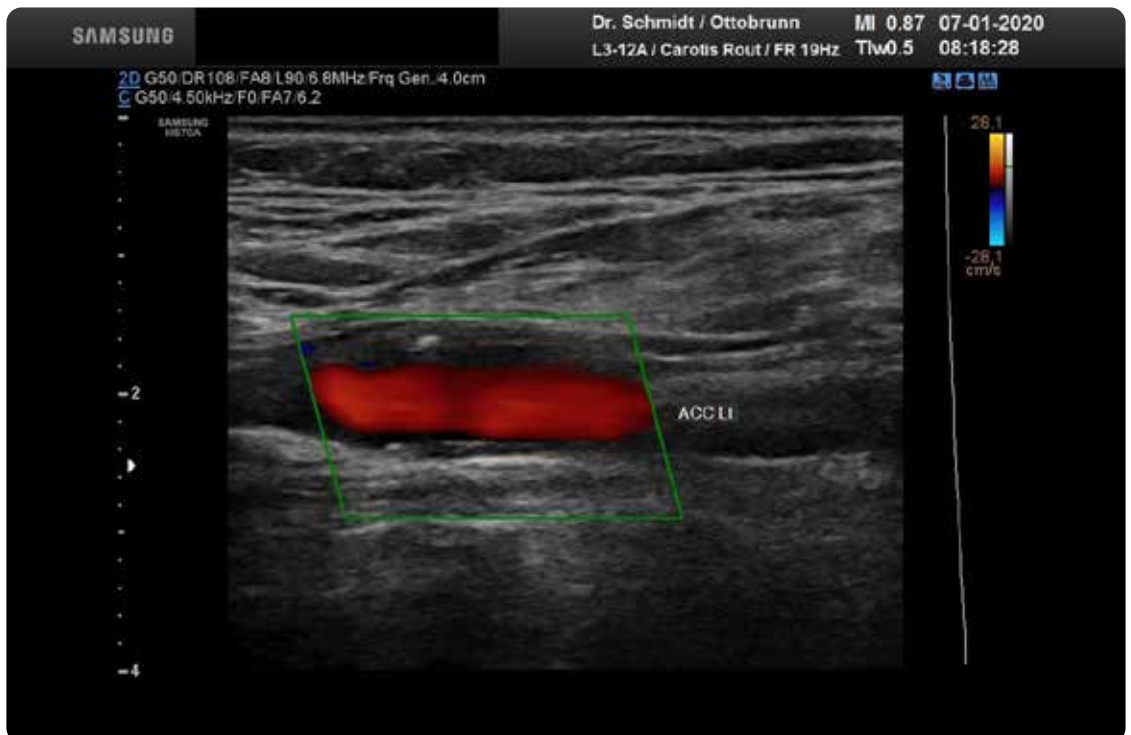


Abb. 2b: Karotis ohne Plaque nach eineinhalb Jahren

blieb uns keine andere Wahl. Bei der Eingangsuntersuchung sah die Halsschlagader wie auf Abbildung 2a aus. Deutlich ist eine Plaque zu sehen. Aufgrund der Vorgaben des Patienten wurde er ausschließlich mit 300 mg Coenzym Q10 (hier Q10 Bio-Qinon Gold von PharmaNord) versorgt.

Anfangs zeigte es sich – da es dem Patienten nicht gut ging –, dass diese Herangehensweise erhebliche Risiken barg, aber der Patient erholte sich und führte die Therapie fort. Das EKG zeigt mit Fortdauer der Therapie immer weniger Extrasystolen und die Gefäßsituation nach eineinhalb Jahren war wie auf Abbildung 2b zu sehen. Die Plaque ist eindeutig verschwunden und das nur durch den Einsatz von Coenzym Q10. Natürlich ist die Aussagekraft nur auf diesen Einzelfall beschränkt. Dennoch zeigt das Ergebnis, welches Potenzial schon eine alleinige Therapie mit Coenzym Q10 hat.

## Zusammenfassung

Die Bereitstellung von Energie ist für Herzzellen überlebenswichtig. Der wesentliche natürliche Faktor hierfür ist Coenzym Q10, das ab dem 40. Lebensjahr immer weniger gebildet wird. Die Supplementation von Coenzym Q10 hat sich in mehreren randomisierten Studien als effektiv erwiesen und sollte in Therapie von Herzkranken nicht fehlen. ■

Möglicher Interessenskonflikt: Die Autoren sind als Referenten für die Firma Pharma Nord GmbH tätig.



**Nathalie Schmidt**

Sie arbeitet im Bereich Lebensberatung, Coaching und Energiearbeit. Dazu passend ist sie Reiki-Therapeutin. Zusammen mit ihrem Mann beschäftigt sie sich seit 1998 intensiv mit Vitalstoffen. Neben den gemeinsamen Büchern über Vitalstoffe und Wasser hat sie mehrere Bücher zum Thema Lebenshilfe veröffentlicht.



**Dr. med. Edmund Schmidt**

Er arbeitet seit 1996 als Allgemeinarzt und Spezialist für Vitalstofftherapie zusammen mit seiner Frau in eigener Praxis in Ottobrunn. Er hat zusammen mit seiner Frau mehrere Bücher zum Thema Vitalstoffe veröffentlicht.

information@praxis-schmidt-ottobrunn.de



© Valerichuck 01ema - adobe.stock.com

# NORTASE®

Enzymersatztherapie bei exokriner Pankreasinsuffizienz



Vegetarische & säurestabile Rizoenzyme



Effektive Reduktion der Beschwerden, auch bei komplettem Funktionsverlust der Bauchspeicheldrüse



Wirksam in Magen und Duodenum



Verordnungs- und erstattungsfähig nach AM-RL Anlage 1 Nr. 36



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

**Wirksam - enzymatisch - einzigartig**

### NORTASE®

**Anwendungsgebiete:** Störungen der exokrinen Pankreasfunktion, die mit einer Maldigestion einhergehen. **Zusammensetzung:** 1 Hartkapsel enthält: Rizolipase (Lipase aus *Rhizopus oryzae*) entspr. 7.000 FIP-E., Protease aus *Aspergillus oryzae* mind. 54 FIP-E., Amylase aus *Aspergillus oryzae* mind. 700 FIP-E.. **Sonstige Bestandteile:** Hydroxypropylmethylcellulose (HPMC), Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Farbstoffe: Titandioxid E 171, Eisen(III)-oxid E 172. Enthält Lactose. **Gegenanzeigen:** Akute Pankreatitis, akuter Schub einer chronischen Pankreatitis, bekannte Überempfindlichkeit gegen Schimmelpilze (Schimmelpilzallergie) oder einen der sonstigen Bestandteile. **Nebenwirkungen:** Selten: unspezifische Begleiterscheinungen wie Diarrhoe, Übelkeit, Obstipation und Oberbauchbeschwerden sowie allergisch bedingte Atem- und Hautreaktionen nach berufsbedingter Sensibilisierung mit Schimmelpilzenzymen. **Pharmazeutischer Unternehmer:** Repha GmbH Biologische Arzneimittel, Alt-Godshorn 87, 30855 Langenhagen.