

Citrát terápia

Citrát terápia – új szemléletmód az ásványi anyag kötések hatásosságát tekintetében

Az ásványi anyag terápiának nagy jelentősége van számos népbetegség megelőzésében és kezelésében. Az ásványi anyagok alkalmazásakor gyakran nem figyeltek arra, hogy milyen formában, illetve az ásványi anyag melyik vegyületét adják. Az ásványi anyag vegyületek alapvetően kationból (mint például Mg – magnézium és Ca – kalcium) és az adott anionból állnak. Az anionoknak ugyanakkor fontos funkciójuk van az egyes kationok bio-hasznosulásában, így bizonyítható volt, hogy a szerves kötésekkel rendelkező ásványi anyagokat a szervezet általában jobban veszi fel, mint a szervetleneket. Különösen a citromsav sói (citrátok) mutatnak magas bio-hasznosulást.

Az ásványi anyagok hatásosságánál eddig kevésbé vették figyelembe, hogy magának az anionnak is pozitív hatása lehet az egészségre.

Kiterjedt vizsgálatok mutatják, hogy éppen a citrátok járulnak hozzá jelentősen az ásványi anyag pótlás sikeréhez, illetve akár a siker egyedüli zálogai lehetnek. A citrát terápiánál a bázikus hatás áll előtérben, amely a citrátok anyagcseréjénél keletkezik, ezáltal a sejten kívüli (extracelluláris) túlsavasodás, amely gyakorta a fájdalom oka, kiegyenlíthető.

A citrát terápia következtében a fájdalom szimptóma és a mozgékonyság jelentősen javult mind a krónikus derékfájdalmakban szenvedő, mind a reuma paciensek esetében.

Migrén pacienseknél csak a magnézium citrát formájában adagolt magnézium terápia volt sikeres. A migrén rohamok gyakorisága és intenzitása csak magas dózisú magnézium citráttal volt jelentősen csökkenthető.

Ezen kívül bizonyítható volt, hogy oszteopéniás (oszteoporózis előlépcsője) hölgyeknél a csontsűrűség csak bázikus kálium citrát adagolása következtében javult, semleges kálium klorid hatására nem. Oszteoporózis (csonttritkulásos) pacienseknél a magnézium citrát formájában adott magnézium szintén a csontparaméterek jelentős javulását eredményezte, anélkül, hogy a szérumban a magnézium koncentrációt befolyásolta volna. Ez is a citrátok hatékonyságára utal.

A citrát terápiánál a bázikus hatást használjuk a fájdalom csökkentésére és krónikus betegségek megelőzésére, így a citrát terápia különböző népbetegségek esetén az ásványi anyag pótlás hatásosságának új szemléletmódját jelenti.

IPEV közlemény (IPEV – Institute for Prevention and Nutrition, Ismaning, Prevenziós és Táplálkozás Tudományi Intézet, Németország)

utolsó aktualizálás 2010. január 25.