

# DIE STICH- PROBE

Nach Beauty-Pillen, Pulvern  
und Drinks sollen Infusionen  
Gesundheit und Schönheit  
boosten. Nur ein Trend?

TEXT **Ulrike Bartholomäus**

**H**allo, allein schon die Namen! Sie heißen *Royal Flush*, *Energybooster* oder *Powershot* und sind der neueste Hype von Hollywood bis New York. Vitamin-Infusionen sind der *talk of the town* bei Stars, Models und Businessfrauen, die um die Welt jetten. Und es dreht sich immer um Instant-Regeneration. Wer ein Leben mit randvollem Terminkalender führt, weiß schließlich sehr genau: Es ist schwer, dynamisch zu wirken und fit zu sein, wenn sich Kopf und Körper in Wahrheit wie Watte anfühlen.

Die Vitamin-Infusionen, die in den USA und nun auch hierzulande von sogenannten *Drip Doctors* oder in *Drip Spas* angeboten werden, sollen vor allem eins: schnell helfen, und zwar bei möglichst vielen Zivilisationsleiden wie Erschöpfung, Immunschwäche, Nervosität, fahlem Teint oder bei einem Hangover nach ein-

paar Glas Champagner oder Drinks zu viel. Eine halbe bis eine Stunde am Tropf, und schon strömt wieder Energie durch den ausgelaugten Körper... Zumindest in der Theorie und als Verkaufsargument. So beschreiben es dann auch die Influencer auf ihren Instagram-Accounts, auf denen sie Fotos von sich mit der Nadel im Arm samt Infusionsständer posten. Wirklich neu ist die Liebe zu Infusionen beileibe nicht, nur die steile Vermarktung und der Hype. Die Wahrheit ist: Behandlungen mit Infusionen gibt es schon sehr lange. Sie stammen aus der Alternativmedizin und werden seit vielen Jahren von Ärzten der Naturheilkunde und Vertretern der orthomolekularen Medizin verabreicht. Der Sportarzt Hans-Wilhelm Müller-Wohlfahrt, der über viele Jahre das Fußballteam betreut, war einer der ersten in Deutschland, der bei der Regeneration von Bändern, Sehnen und Gelenken von Spitzensportlern auf schnellere Heilung mit Infusionen gesetzt hat.

Ob Vitamin C, Vitamin-B-Komplex, Zink, Aminosäuren, Magnesium oder Eisen, sehr viele hängen längst auch in Deutschland am Tropf – nur galt das bislang nicht als trendy. „Ich setze Infusionen vor allem bei chronischen Erkrankungen ein“, erklärt Naturmediziner Philipp Nedelmann, der eine Praxis im Prenzlauer Berg betreibt. Vier Sessel für Infusionen stehen dort in dezent eingerichteten Räumen, die nicht im Entferntesten an klinisches Ambiente erinnern. „Wichtig ist, dass die Patienten vor dem Einsatz der Therapie richtig getestet und untersucht werden“, sagt Nedelmann. Die Blutproben lässt er – je nach Patienten und ihren Bedürfnissen – im Labor zunächst auf verschiedene Parameter untersuchen. Daraus ergibt sich das Mängelbild und die Shot-Mixtur aus Schilddrüsenhormonen, Vitaminen, Selen, Kalium, Kalzium, Speichereisen (Ferritin) und anderes, was nötig ist. Zu ihm kommen vor allem Menschen mit chronischen Darmerkrankungen, Burn-out, Müdigkeit, Erschöpfung, Antriebslosigkeit und hoher Infektanfälligkeit. Eine Mischung gegen Herpes (an der Lippe oder am Körper) enthält zum Beispiel hoch dosiert Vitamin C, den Nährstoff Lysin und Magnesium. Sie soll helfen, das Virus schneller zurückzudrängen.



## „Auf den Infusions-Cocktail reagieren einige sehr schnell“

Mehr als 80 Prozent von Nedelmanns Patienten klagen über Müdigkeit und Erschöpfungszustände. „Je nach Ursache der Erschöpfung reagieren einige Menschen auf einen Infusions-Cocktail sehr schnell, andere langsamer“, erläutert der Heilpraktiker. Auch sei es mit der Infusionstherapie allein nicht getan. „Um wirklich fit und gesund zu werden, gehören weitere Behandlungsbausteine dazu, zum Beispiel eine genaue, osteopathische Untersuchung und eine Ernährungsberatung, die auf Tests zu eventuellen Nahrungsmittelunverträglichkeiten beruht.“

Die systematische Erforschung der Naturmedizin, etwa durch das US-Zentrum für Komplementärmedizin oder in Deutschland durch den Lehrstuhl des Naturmediziners und Bestsellerautors Andreas Michalsen an der Charité Berlin, läuft auf Hochtouren. Trotzdem sind die Infusions-Cocktails wissenschaftlich noch nicht gut belegt. Die Datenlage ist dürftig. Einzelne Indikationen, bei denen spezielle Vitamine oder Mineralien helfen, gelten jedoch als gut untersucht. Zum Beispiel bei einem Vitamin-B12- oder Eisenmangel. „Einen Vitamin-B12-Mangel haben zum Beispiel manche Veganer“, so Nedelmann. Eisenmangel führt zu Erschöpfung, die in schweren Fällen nicht durch eisenhaltige Nahrung wie rotes Fleisch ausgeglichen werden kann. Daher gelten Infusionen mit B12 oder Eisen nach einem Bluttest, der den Mangel feststellt, als etablierte Therapie. Wie gut die Infusionen anschlagen, misst Nedelmann anhand weiterer Bluttests, die den Therapieerfolg wirklich bestätigen können. ●