

--- **Auszug / Kurzfassung** ---

## **Ankündigung interaktiver OMNS-Videos: Fragen und Antworten zu Niacin, Lichttherapie (Photobiomodulation) und intermittierendem Fasten**

Liebe Leserinnen und Leser des Orthomolekularen Medizinischen Informationsdienstes,  
ich freue mich sehr, mit euch in Kontakt zu treten und möchte euch von Herzen für eure unermüdliche Unterstützung und euer Engagement für OMNS danken.

Ich muss mich jedoch dafür entschuldigen, dass wir nicht alle eure Fragen einzeln beantworten können. Deshalb freuen wir uns, die Einführung regelmäßiger interaktiver Videositzungen ankündigen zu können. In diesen Sitzungen können wir uns direkt mit euch austauschen, eure Fragen beantworten und die neuesten Fortschritte und Themen der orthomolekularen Medizin diskutieren.

Unsere erste Sitzung findet am **Montag, den 27. Mai, um 9 Uhr USA EDT** (*Eastern daylight time*), **13 Uhr GMT** (*Greenwich Mean Time*) (*15 Uhr MESZ, Mitteleuropäische Sommerzeit*) auf Zoom statt. Während dieser Sitzung werden die Autoren der kürzlich veröffentlichten Artikel online sein, um ihre Arbeit vorzustellen und eure Fragen zu beantworten.

### **Themen:**

Fragen und Antworten zu Niacin, Lichttherapie (Photobiomodulation), intermittierendes Fasten.

### **Gäste:**

Dr. Todd Penberthy, Herr Stephen McConnell, Dr. Damien Downing, Dr. Richard Cheng

### **Fragen und Antworten zu den im Jahr 2024 veröffentlichten Artikeln:**

1. Penberthy et al:  
[Niacin war, ist und wird immer lebensnotwendig sein und zur Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen beitragen, nur mal so zum Einstieg](#)
2. Cheng:  
[Die wichtige Rolle von NAD+ und Niacin für Langlebigkeit und Wohlbefinden](#)
3. Downing:  
[Es werde Licht](#)
4. Cheng:  
[Die Erfahrungen eines Kliniklers nach 15 Jahren intermittierendem Fasten](#)
5. Cheng:  
[Unverantwortliche Pressemitteilung der American Heart Association zu einer Studie über intermittierendes Fasten](#)