

ZUR SOFORTIGEN FREIGABE

Orthomolekularer Medizinischer Informationsdienst, 1. April 2025

Die Zukunft von Gesundheit und Schönheit erschließen: Stammzellen + Orthomolekulare Ernährung

Von Richard Z. Cheng, M.D., Ph.D., Ilyès Baghli, M.D.

In der heutigen, sich schnell entwickelnden Welt der Medizin geben sich die Menschen nicht mehr damit zufrieden, Krankheiten nur zu behandeln – sie wollen sie verhindern. Sie wollen besser aussehen, sich jünger fühlen und länger leben. Einer der aufregendsten Durchbrüche, der dies ermöglicht, ist die **Stammzelltherapie**. In Kombination mit der Integrativen Orthomolekularen Medizin (IOM) – einem wissenschaftlich fundierten, natürlichen Ansatz, der sich auf die Wiederherstellung des inneren Gleichgewichts konzentriert – bieten Stammzellen ein beispielloses Regenerationspotenzial.

Willkommen in der Zukunft des Wohlbefindens: Stammzelltherapie, unterstützt durch orthomolekulare Ernährung, im Rahmen der IOM.

Stammzellen: Das Hauptreparatursystem Ihres Körpers

Stammzellen sind die **Hauptreparaturzellen** Ihres Körpers. Sie haben die einzigartige Fähigkeit, sich in verschiedene Zelltypen – wie Haut-, Muskel- oder Nervenzellen – zu entwickeln und beschädigtes Gewebe zu regenerieren. Sie sind sozusagen das natürliche Heilungssystem Ihres Körpers, das nur darauf wartet, aktiviert zu werden.

Warum Stammzellen und orthomolekulare Medizin zusammen besser wirken

Die integrative orthomolekulare Medizin (IOM) behandelt nicht nur Symptome, sondern geht tiefer, um die **grundlegenden Ursachen** von Alterung und Krankheit zu beheben:

- Ernährungsmängel
- Toxinüberladung
- Chronische Entzündungen
- Hormonelle Ungleichgewichte
- Mitochondriale Dysfunktion
- Erschöpfung der Stammzellen

Durch die Behebung dieser Ursachen mit optimaler Ernährung, hochdosierten Vitaminen, Entgiftung, hormoneller Optimierung und Lebensstiländerungen schafft die IOM das optimale biologische Umfeld - den „Boden“ - für das Gedeihen der Stammzellen.

Durch diese Synergie wird die Stammzelltherapie effektiver, wobei die orthomolekulare Medizin die Zellfunktion, das Überleben und die regenerativen Ergebnisse verbessert.

Anwendungen in der Schönheitspflege und Ästhetik

Alternde Haut, Falten und Haarausfall sind Anzeichen für eine tiefere Zellularung. Die Stammzelltherapie kann:

- **die Haut verjüngen** durch Stimulieren von Kollagen und Elastin [\[1-4\]](#)
- **schütteres Haar nachwachsen lassen** durch Wiederbeleben von Haarfollikeln [\[5-8\]](#)
- **die Wundheilung verbessern** und Narbenbildung reduzieren [\[9-12\]](#)
- **die Vitalität und den Glanz der Haut wiederherstellen** [\[13,14\]](#)

In Kombination mit wichtigen Nährstoffen (Vitamin C, Niacin, Kollagen-Vorstufen) werden diese Effekte verstärkt, halten länger an und sehen natürlicher aus.

Ganzkörper-Anti-Aging-Effekte

Echtes Anti-Aging ist mehr als nur eine Frage des Aussehens – es geht darum, jugendliche Energie und Funktion wiederherzustellen. Die Stammzelltherapie hat sich als wirksam erwiesen bei:

- Unterstützung der Gehirngesundheit und kognitiven Klarheit [\[15-17\]](#)
- Verbesserung der Muskelkraft und Gelenkbeweglichkeit [\[18-20\]](#)
- Steigerung der sexuellen Vitalität [\[21,22\]](#)
- Stärkung der Immunfunktion [\[23,24\]](#)
- Verlangsamung des biologischen Alterns und der Seneszenz [\[25-28\]](#)

In Kombination mit den grundlegenden Strategien der IOM – Hormongleichgewicht, Unterstützung der Mitochondrien (z. B. CoQ10, NAD+) und Entgiftung – bildet dies ein umfassendes Anti-Aging-Protokoll.

Krankheitsprävention und regenerative Heilung

Viele chronische Krankheiten beginnen mit einer Zellschädigung. Stammzellen helfen bei der Reparatur und Wiederherstellung der Funktion bei verschiedenen Erkrankungen:

- **Osteoarthritis** – Regeneration des Gelenkknorpels [\[29-31\]](#)
- **Autoimmunerkrankungen** – Reduzierung von Entzündungen und Autoimmunität [\[32-34\]](#)
- **Typ-2-Diabetes** – Verbesserung von Insulinempfindlichkeit und Pankreasfunktion [\[35-38\]](#)
- **Herzerkrankungen** – Regeneration von Herzgewebe und Verbesserung der Vaskularisierung (*Blutgefäßbildung*) [\[39-46\]](#)
- **Neurologische Erkrankungen** – Unterstützung der Heilung bei Alzheimer und Parkinson [\[47-51\]](#)
- **Krebs** – Gezielte Bekämpfung von Tumoren, Umgestaltung der Mikroumgebung und Verringerung der Toxizität der Behandlung [\[52,53\]](#)

Aber Stammzellen allein reichen nicht aus. Sie brauchen das richtige Umfeld, um zu funktionieren – und genau das bietet die orthomolekulare Medizin.

Die Wissenschaft der Synergie: Ernährung + Stammzellen

Optimale Nährstoffe unterstützen die Stammzellen nicht nur, sondern sie modulieren auch ihr Verhalten:

- **Vitamin C** verbessert die Effizienz der Umprogrammierung, reduziert die Seneszenz, erhält die Stammzellfähigkeit und unterstützt die Geweberegeneration [\[54-60\]](#).
- **Vitamin D** fördert die Vermehrung und Differenzierung von Stammzellen und schützt vor Entzündungen [\[61-63\]](#).
- **Antioxidantien** (NAC (*N-Acetylcystein*), CoQ10 (*Coenzym Q10*), NMN (*Nicotinamid-mononukleotid*), Resveratrol) erhöhen das Überleben der Zellen und das Regenerationspotenzial [\[64-68\]](#).
- **Ketogene Ernährung/Ketone** aktivieren Signalwege, die die Funktion und Widerstandsfähigkeit von Stammzellen fördern [\[67-71\]](#).

Zusammen bilden diese Maßnahmen einen fruchtbaren Boden für Stammzellen, um ihr volles Heilungspotenzial zu entfalten.

Blick in die Zukunft: Die regenerative Zukunft ist jetzt

Die Stammzelltherapie ist nicht mehr experimentell. In Kombination mit orthomolekularer Ernährung bietet sie einen personalisierten, wissenschaftlich fundierten Ansatz zur Heilung von Krankheiten, zur Wiederherstellung der Vitalität und zur Steigerung der Langlebigkeit.

Ob Sie jünger aussehen, sich schneller erholen oder Krankheiten vorbeugen möchten – die Zukunft der regenerativen Gesundheit ist bereits da. Und sie beginnt mit der wirkungsvollen Kombination aus Stammzelltherapie und orthomolekularer Medizin.

Über die Autoren:

Dr. Richard Cheng ist staatlich geprüfter Spezialist für Anti-Aging- und regenerative Medizin mit Kliniken in den USA und Shanghai. Als Chefredakteur des *Orthomolecular Medicine News Service* (*Orthomolekularer Medizinischer Informationsdienst*) und Pionier der integrativen orthomolekularen Medizin steht er an vorderster Front bei der Förderung wissenschaftlich fundierter Strategien für Langlebigkeit, Immunabwehr und optimale Stoffwechselfgesundheit.

Dr. Ilyès Baghli lebt in Algerien und ist Präsident der ISOM (International Society for Orthomolecular Medicine), der Internationalen Gesellschaft für Orthomolekulare Medizin. Als führender Verfechter von ernährungs- und orthomolekularen Therapien fördert er wissenschaftlich fundierte, patientenorientierte Ansätze zur Gesundheits- und Krankheitsprävention.

Referenzen:

1. Kim, Y.-J. et al. Exosomes derived from human umbilical cord blood mesenchymal stem cells stimulates rejuvenation of human skin. *Biochem Biophys Res Commun* 493, 1102-1108 (2017).
2. Kadoya, K. et al. Upregulation of Extracellular Matrix Genes Corroborates Clinical Efficacy of Human Fibroblast-Derived Growth Factors in Skin Rejuvenation. *J Drugs Dermatol* 16, 1190-1196 (2017).
3. Harn, H.-J. et al. Rejuvenation of Aged Pig Facial Skin by Transplanting Allogeneic Granulocyte Colony-Stimulating Factor-Induced Peripheral Blood Stem Cells from a Young Pig. *Cell Transplant* 22, 755-765 (2013).
4. Jo, H. et al. Applications of Mesenchymal Stem Cells in Skin Regeneration and Rejuvenation. *Int*

J Mol Sci 22, 2410 (2021).

5. Won, C. H. et al. The Basic Mechanism of Hair Growth Stimulation by Adipose-derived Stem Cells and Their Secretory Factors. *Curr Stem Cell Res Ther* 12, 535-543 (2017).

6. Egger, A., Tomic-Canic, M. & Tosti, A. Advances in Stem Cell-Based Therapy for Hair Loss. *CellR4 Repair Replace Regen Reprogram* 8, e2894 (2020).

7. Gentile, P. & Garcovich, S. Advances in Regenerative Stem Cell Therapy in Androgenic Alopecia and Hair Loss: Wnt pathway, Growth-Factor, and Mesenchymal Stem Cell Signaling Impact Analysis on Cell Growth and Hair Follicle Development. *Cells* 8, 466 (2019).

8. Gentile, P. The new regenerative and innovative strategies in hair loss. *EClinicalMedicine* 37, 100995 (2021).

9. Lam, M. T., Nauta, A., Meyer, N. P., Wu, J. C. & Longaker, M. T. Effective delivery of stem cells using an extracellular matrix patch results in increased cell survival and proliferation and reduced scarring in skin wound healing. *Tissue Eng Part A* 19, 738-747 (2013).

10. Kosaric, N., Kiwanuka, H. & Gurtner, G. C. Stem cell therapies for wound healing. *Expert Opin Biol Ther* 19, 575-585 (2019).

11. Francis, E., Kearney, L. & Clover, J. The effects of stem cells on burn wounds: a review. *Int J Burns Trauma* 9, 1-12 (2019).

12. Jones, R. E., Foster, D. S., Hu, M. S. & Longaker, M. T. Wound healing and fibrosis: current stem cell therapies. *Transfusion* 59, 884-892 (2019).

13. Garay, R. P. Recent clinical trials with stem cells to slow or reverse normal aging processes. *Front Aging* 4, 1148926 (2023).

14. Wang, J. V. et al. The rise of stem cells in skin rejuvenation: A new frontier. *Clin Dermatol* 38, 494-496 (2020).

15. Chan, H. J. et al. Therapeutic Potential of Human Stem Cell Implantation in Alzheimer's Disease. *Int J Mol Sci* 22, 10151 (2021).

16. Bali, P., Lahiri, D. K., Banik, A., Nehru, B. & Anand, A. Potential for Stem Cells Therapy in Alzheimer's Disease: Do Neurotrophic Factors Play Critical Role? *Curr Alzheimer Res* 14, 208-220 (2017).

17. Serrenho, I. et al. Stem Cell Therapy for Neonatal Hypoxic-Ischemic Encephalopathy: A Systematic Review of Preclinical Studies. *Int J Mol Sci* 22, 3142 (2021).

18. Barry, F. P. Mesenchymal stem cell therapy in joint disease. *Novartis Found Symp* 249, 86-96; discussion 96-102, 170-174, 239-241 (2003).

19. Govbakh, I. et al. Stem Cell Therapy Enhances Motor Activity of Triceps Surae Muscle in Mice with Hereditary Peripheral Neuropathy. *Int J Mol Sci* 22, 12026 (2021).

20. Allen, S. R. & Wright, A. Stem cell therapy for knee osteoarthritis: a narrative review of a rapidly evolving treatment with implications for physical therapy management. *Physical Therapy Reviews* 24, 44-50 (2019).

21. Vinski, D. S. et al. Stem Cell Therapy For Men's Vitality: A Comprehensive Review And Meta-Analysis. *Journal of World Science* 3, 1127-1138 (2024).

22. Furtado, T. P., Saffati, G., Furtado, M. H. & Khera, M. Stem cell therapy for erectile dysfunction: a systematic review. *Sex Med Rev* 12, 87-93 (2023).

23. Zhao, L. Overview of Stem Cell Therapies in Immune System Disorders. *Transactions on Materials, Biotechnology and Life Sciences* 5, 133-140 (2024).

24. Jiang, W. & Xu, J. Immune modulation by mesenchymal stem cells. *Cell Proliferation* 53, e12712 (2020).

25. Arellano, M. Y. G. et al. Role of Mesenchymal Stem/Stromal Cells (MSCs) and MSC-Derived Extracellular Vesicles (EVs) in Prevention of Telomere Length Shortening, Cellular Senescence, and Accelerated Biological Aging. *Bioengineering (Basel)* 11, 524 (2024).
26. Zarei, F. & Abbaszadeh, A. Application of Cell Therapy for Anti-Aging Facial Skin. *Curr Stem Cell Res Ther* 14, 244-248 (2019).
27. El Assaad, N. et al. Anti-aging based on stem cell therapy: A scoping review. *World J Exp Med* 14, 97233 (2024).
28. Chang, L., Fan, W., Pan, X. & Zhu, X. Stem cells to reverse aging. *Chin Med J (Engl)* 135, 901-910 (2022).
29. Dubey, N. K. et al. Combating Osteoarthritis through Stem Cell Therapies by Rejuvenating Cartilage: A Review. *Stem Cells Int* 2018, 5421019 (2018).
30. Iturriaga, L., Hernández-Moya, R., Erezuma, I., Dolatshahi-Pirouz, A. & Orive, G. Advances in stem cell therapy for cartilage regeneration in osteoarthritis. *Expert Opin Biol Ther* 18, 883-896 (2018).
31. Lee, H. J., Hossain, R., Baek, C.-H., Lee, C. J. & Hwang, S.-C. Intra-Articular Injection of Stem Cells for the Regeneration of Knee Joint Cartilage: a Therapeutic Option for Knee Osteoarthritis - a Narrative Review. *Biomol Ther (Seoul)* 33, 86-94 (2025).
32. Choi, E. W. Adult Stem Cell Therapy for Autoimmune Disease. *Int J Stem Cells* 2, 122-128 (2009).
33. Riordan, N. H. Stem Cell Therapy For Autoimmune Diseases | Stem Cell Institute. <https://www.cellmedicine.com/stem-cell-therapy-for-autoimmune-diseases/> (2022).
34. Srivastava, A. S. Stem Cell Therapy for Treating Autoimmune Diseases. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/toc/10.1155/4162.si.716197> (2024).
35. Almasoudi, L. S., Alqasimi, G. J., AlHarbi, R. A., Alotaibi, R. S. & Alharbi, S. A. Awareness of Stem Cell Therapy for Diabetes Among Type II Diabetic Patients in Makkah: A Cross-Sectional Study. *Cureus* 15, e40981.
36. Swiss Medica. Stem Cell Therapy for Type 2 Diabetes. *Swiss Medica* <https://www.startstemcells.com/diabetes-type2-treatment.html> (2024).
37. Sena, C. M., Bento, C. F., Pereira, P. & Seiça, R. Diabetes mellitus: new challenges and innovative therapies. *EPMA J* 1, 138-163 (2010).
38. Firoz, F., J, S. S., Tanniru, P. & Kilaru, M. A Review on Stem Cells therapy is a New Era in Type 2 Diabetes. *World Journal of Current Medical and Pharmaceutical Research* 206-210 (2020) doi:10.37022/WJCMR.2020.2223.
39. Seth, J. et al. The Use of Hematopoietic Stem Cells for Heart Failure: A Systematic Review. *Int J Mol Sci* 25, 6634 (2024).
40. Shen, Z. et al. Efficacy and safety of mesenchymal stem cell therapies for ischemic stroke: a systematic review and meta-analysis. *Stem Cells Transl Med* 13, 886-897 (2024).
41. Abouzeid, M. R. et al. Stem Cell Therapy for Myocardial Infarction and Heart Failure: A Comprehensive Systematic Review and Critical Analysis. *Cureus* 16, e59474 (2024).
42. Giugni, F. R. et al. Safety and Efficacy of Adipose-Derived Mesenchymal Stem Cell Therapy for Ischemic Heart Disease: A Systematic Review. *Arq Bras Cardiol* 121, e20230830 (2024).
43. Le, D. C. P., Bui, H. T., Vu, Y. T. H. & Vo, Q. D. Induced pluripotent stem cell therapies in heart failure treatment: a meta-analysis and systematic review. *Regen Med* 19, 497-509 (2024).
44. Lee, H., Cho, H.-J., Han, Y. & Lee, S. H. Mid- to long-term efficacy and safety of stem cell therapy for acute myocardial infarction: a systematic review and meta-analysis. *Stem Cell Res Ther* 15, 290 (2024).

45. Prieto Del Prado, M. Á. & Fernández Avilés, F. Ambulatory models for autologous stem-cell transplantation: a systematic review of the health impact. *Front Immunol* 15, 1419186 (2024).
46. Tao, S. et al. Stem cell therapy for non-ischemic dilated cardiomyopathy: a systematic review and meta-analysis. *Syst Rev* 13, 276 (2024).
47. Pradhan, A. U., Uwishema, O., Onyeaka, H., Adanur, I. & Dost, B. A review of stem cell therapy: An emerging treatment for dementia in Alzheimer's and Parkinson's disease. *Brain Behav* 12, e2740 (2022).
48. Deng, H. et al. Therapeutic Efficacy of Extracellular Vesicles Derived from Stem Cell for Alzheimer's Disease: A Meta-Analysis Study. *Front Biosci (Landmark Ed)* 29, 340 (2024).
49. Zhao, J. et al. Efficacy and efficacy-influencing factors of stem cell transplantation on patients with Parkinson's disease: a systematic review and meta-analysis. *Front Neurol* 15, 1329343 (2024).
50. Feizi, H. et al. A systematic review of clinical efficacy and safety of cell-based therapies in Alzheimer's disease. *Dement Neuropsychol* 18, e20240147 (2024).
51. Patel, G. D. et al. Mesenchymal stem cell-based therapies for treating well-studied neurological disorders: a systematic review. *Front Med (Lausanne)* 11, 1361723 (2024).
52. Meng, H. Exploring the Potential of Stem Cells to Enhance Conventional Cancer Therapies. *Theoretical and Natural Science* 63, 9-14 (2024).
53. Tadala, S. Stem cell research and improving cancer treatments. *SRJ SR Online: Showcase*, (2024).
54. Cimmino, L., Neel, B. G. & Aifantis, I. Vitamin C in Stem Cell Reprogramming and Cancer. *Trends Cell Biol* 28, 698-708 (2018).
55. D'Aniello, C., Cermola, F., Patriarca, E. J. & Minchiotti, G. Vitamin C in Stem Cell Biology: Impact on Extracellular Matrix Homeostasis and Epigenetics. *Stem Cells Int* 2017, 8936156 (2017).
56. Kang, K.-K. et al. Vitamin C Improves Therapeutic Effects of Adipose-derived Stem Cell Transplantation in Mouse Tendonitis Model. *In Vivo* 31, 343-348 (2017).
57. Kouakanou, L. et al. 351 Vitamin C treatment prevents CAR T cell exhaustion, maintains stem cell phenotype and enhances antitumor function. *J Immunother Cancer* 10, (2022).
58. Lee, Y. Role of Vitamin C in Targeting Cancer Stem Cells and Cellular Plasticity. *Cancers (Basel)* 15, 5657 (2023).
59. Norris, J. Vitamin C Helps Control Gene Activity in Stem Cells | UC San Francisco. <https://www.ucsf.edu/news/2013/07/107246/vitamin-c-helps-control-gene-activity-stem-cells> (2013).
60. ScienceDaily. Citrus surprise: Vitamin C boosts the reprogramming of adult cells into stem cells. ScienceDaily <https://www.sciencedaily.com/releases/2009/12/091227212321.htm> (2009).
61. Elkafas, H. et al. Vitamin D3 Ameliorates DNA Damage Caused by Developmental Exposure to Endocrine Disruptors in the Uterine Myometrial Stem Cells of Eker Rats. *Cells* 9, 1459 (2020).
62. Borojević, A. et al. Vitamin D3 Stimulates Proliferation Capacity, Expression of Pluripotency Markers, and Osteogenesis of Human Bone Marrow Mesenchymal Stromal/Stem Cells, Partly through SIRT1 Signaling. *Biomolecules* 12, 323 (2022).
63. Fantini, C., Corinaldesi, C., Lenzi, A., Migliaccio, S. & Crescioli, C. Vitamin D as a Shield against Aging. *Int J Mol Sci* 24, 4546 (2023).
64. Shaban, S. et al. Effects of Antioxidant Supplements on the Survival and Differentiation of Stem Cells. *Oxid Med Cell Longev* 2017, 5032102 (2017).
65. Asgari, R. et al. Management of oxidative stress for cell therapy through combinational approaches of stem cells, antioxidants, and photobiomodulation. *European Journal of Pharmaceutical Sciences* 196, 106715 (2024).

66. Zheng, Z. et al. Antioxidants Improve the Proliferation and Efficacy of hUC-MSCs against H₂O₂-Induced Senescence. *Antioxidants* 12, 1334 (2023).
67. Zeng, W. et al. Antioxidant treatment enhances human mesenchymal stem cell anti-stress ability and therapeutic efficacy in an acute liver failure model. *Sci Rep* 5, 11100 (2015).
68. Al-Azab, M., Idiatullina, E., Safi, M. & Hezam, K. Enhancers of mesenchymal stem cell stemness and therapeutic potency. *Biomedicine & Pharmacotherapy* 162, 114356 (2023).
69. Stanford, M. Ketogenic diet helps mouse muscle stem cells survive stress, Stanford-led study says. News Center
<https://med.stanford.edu/news/all-news/2022/06/ketogenic-diet-stem-cells-stress.html>.
70. McGowan Institute. Ketogenic Diet Helps Mouse Muscle Stem Cells Survive Stress. Regenerative Medicine at the McGowan Institute
<https://mirm-pitt.net/ketogenic-diet-helps-mouse-muscle-stem-cells-survive-stress/> (2022).
71. Robertson, S. Ketogenic diet shown to support intestinal stem cells. News-Medical
<https://www.news-medical.net/news/20190826/Ketogenic-diet-shown-to-support-intestinal-stem-cells.aspx> (2019).
-

Orthomolekulare Medizin

Orthomolekulare Medizin setzt eine sichere und wirksame Ernährungstherapie zur Bekämpfung von Krankheiten ein. Für weitere Informationen: <http://www.orthomolecular.org>

Der von Experten begutachtete Orthomolecular Medicine News Service ist eine gemeinnützige und nicht-kommerzielle Informationsquelle.

Redaktioneller Prüfungsausschuss:

Bitte sehen Sie am Ende der engl. Originalversion nach !

(übersetzt mit DeepL.com, v21n20, GD)