



Kardiologie Baden-Baden • Dr. Kai Ruffmann
Ärztehaus Vincenti • Sophienstraße 47 • D-76530 Baden-Baden
Telefon: +49 (0)7221 970 72 20 • <https://kardiologie-baden-baden.de>

Ansprechpartner für die Medien:
FutureConcepts • Christa Jäger-Schrödl & Kollegen
PR & Öffentlichkeitsarbeit
E-Mail: info@futureconcepts.de • Mobil (0171) 501 84 38

Medien: alle
Ressort: Medizin, Gesundheit, Prävention, Lifestyle, Wellness
Datum: 31.03.2025
Zeichen (ohne Leerzeichen): 4.220

PRESSEINFORMATION

1 **Wenn der Körper nicht mehr kann – 2 Wie die Stoffwechseltherapie neue 3 Energie bringt**

4 Chronische Erschöpfung trotz gesunder Ernährung und
5 Bewegung? Viele Menschen erleben genau das. Doch es
6 gibt eine Lösung: Die gezielte Stoffwechseltherapie per
7 Infusion kann die Zellenergie innerhalb weniger Tage
8 spürbar steigern. Das Besondere: Die Wirkung lässt sich
9 durch Laborwerte und bildgebende Verfahren wie die
10 Echokardiographie objektiv messen.

11 Wir haben mit Dr. med. Kai Ruffmann, Kardiologe und
12 Internist mit langjähriger Erfahrung, gesprochen. Als
13 Spezialist für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und
14 Stoffwechselmedizin beschäftigt er sich intensiv mit der
15 Frage, warum so viele Menschen trotz gesunder
16 Lebensweise unter Energiemangel leiden – und wie man
17 diesen gezielt behandeln kann.

18 **Herr Dr. Ruffmann, wie genau wirkt diese
19 Infusionstherapie?**

20 "Die Therapie versorgt die Zellen direkt mit essenziellen
21 Nährstoffen wie Coenzym Q10, L-Carnitin, Ribose,
22 Magnesium, B-Vitaminen und Antioxidantien. Diese
23 Stoffe sind notwendig, damit die Mitochondrien – also die
24 Kraftwerke unserer Zellen – wieder effizient ATP, also
25 Zellenergie, produzieren können. Viele Patienten spüren

26 schon nach wenigen Tagen eine deutliche Verbesserung
27 ihrer Energie, Konzentration und Schlafqualität."

28 **Gibt es dafür ein konkretes Beispiel aus Ihrer Praxis?**

29 "Ja, ein 55-jähriger Unternehmer kam nach einer
30 Operation nicht mehr auf die Beine. Er fühlte sich
31 dauerhaft erschöpft, konnte sich nicht konzentrieren und
32 wurde das Gefühl nicht los, nie richtig ausgeschlafen zu
33 sein. Die OP war erfolgreich, aber seine Zellkraftwerke
34 arbeiteten nicht mehr richtig. Mit einer gezielten
35 Stoffwechseltherapie, angepasst an seine Laborwerte,
36 konnten wir die Energieproduktion seiner Zellen
37 reaktivieren. Schon nach zwei Wochen hatte er deutlich
38 mehr Energie und geistige Klarheit. Zudem
39 dokumentierten echokardiographische Messwerte und
40 Laborwerte einen klaren Trend der Verbesserung seit
41 Beginn der Therapie."

42 **Woran liegt es, dass so viele Menschen trotz gesunder
43 Lebensweise unter chronischer Erschöpfung leiden?**

44 "Der Hauptgrund ist eine Störung der Mitochondrien.
45 Diese Zellkraftwerke wandeln Nahrung in Energie um.
46 Doch Stress, Umweltgifte und Entzündungen können ihre
47 Funktion beeinträchtigen. Anstatt effizient ATP zu
48 produzieren, speichert der Körper überschüssige Kalorien
49 als Fett – während die Zellen gleichzeitig nach Energie
50 hungern. Das ist das sogenannte Energie-Paradoxon."

51 **Dieser Energiemangel führt also zu einer Art
52 Teufelskreis?**

53 "Genau. Prof. Martin Pall, ein US-amerikanischer
54 Biochemiker, beschreibt diesen Mechanismus als
55 NO/ONOO⁻-Zyklus. Wenn die Mitochondrien geschädigt
56 sind, muss der Körper auf eine ineffiziente Notlösung
57 umsteigen: die Energiegewinnung durch Gärung im
58 Zellplasma. Dabei entstehen aber aggressive
59 Entzündungsstoffe, die die Mitochondrien weiter
60 schädigen – ein Kreislauf, der sich selbst verstärkt."

61 **Kann man die Wirksamkeit der Therapie messen?**

62 "Ja, das ist ein entscheidender Punkt. Wir bestimmen die
63 Stoffwechselaktivität anhand spezieller Laborwerte und
64 echokardiographischer Parameter. So sehen wir genau,
65 ob die Therapie wirkt und wo gegebenenfalls nachjustiert
66 werden muss. In der Praxis zeigt sich häufig: Patienten

67 berichten nicht nur über eine klinische Besserung,
68 sondern wir sehen auch objektive Verbesserungen in den
69 Laborwerten und kardiologischen Untersuchungen."

70 **Könnte man dann nicht einfach die fehlenden**
71 **Nährstoffe allgemein ergänzen – zum Beispiel über das**
72 **Trinkwasser?**

73 "Das wäre zu kurz gedacht. Pauschale Ansätze haben in
74 der Vergangenheit dazu geführt, dass die Naturheilkunde
75 nicht ernst genommen wurde. Was wirklich hilft, ist eine
76 gezielte Diagnostik am Anfang, ein klares Therapieziel und
77 eine regelmäßige Verlaufskontrolle. Nur so kann man
78 sicherstellen, dass die Zellenergie tatsächlich
79 wiederhergestellt wird."

80 **Was bedeutet das für die Medizin der Zukunft?**

81 "Wir stehen am Anfang eines neuen Verständnisses von
82 Gesundheit. Die Medizin der Zukunft wird sich nicht mehr
83 nur mit der Behandlung von Krankheiten befassen,
84 sondern mit der Frage: Wie können wir dem Körper
85 helfen, optimal zu funktionieren? Und genau hier spielt
86 die gezielte Stoffwechseltherapie eine entscheidende
87 Rolle."

88 **Vielen Dank für das Gespräch.**

*Der Abdruck ist frei. Wir bitten um ein Belegexemplar.

Literatur zum Weiterlesen:

- *Martin Pall: *Explaining 'Unexplained Illnesses'* – Wie Energiemangel und Entzündung sich gegenseitig verstärken
- *Bodo Kuklinski: *Mitochondrienterapie* – Praktische Hinweise zur Therapie geschwächter Zellkraftwerke
- *Teitelbaum et al.: Studie zur Wirkung von Ribose bei chronischer Erschöpfung (J Altern Complement Med, 2006)
- *Langsjoen et al.: Coenzym Q10 als Energiequelle für Herz und Zellen (Am J Clin Nutr, 1990)
- *Rebouche: Überblick zu L-Carnitin und Stoffwechsel (Ann N Y Acad Sci, 2004)
- *Wallace: Mitochondrien und Alterungsprozesse (Annu Rev Genet, 2005)
- *Littarru & Tiano: Coenzym Q10 als Antioxidans (Mol Biotechnol, 2007)
- *Rucker et al.: Mitochondriale Funktion in der Ernährung (Nutr Rev, 2009)
- *Myhill et al.: Zusammenhang zwischen Erschöpfung und Mitochondrien (Int J Clin Exp Med, 2009)
- *Bast et al.: Die "Antioxidantien-Paradox"-Diskussion (Am J Clin Nutr, 2002)

Diese Quellen zeigen: Energiemangel ist messbar – und behandelbar. Ein neuer Ansatz für mehr Lebensqualität.

Kurzprofil – Dr. Kai Ruffmann

Dr. Kai Ruffmann kam über das Studium der Elektrotechnik zur Medizin und entschied sich nach dem medizinischen Grundstudium für eine Ausbildung zum Kardiologen in Heidelberg und Zürich. Sein Weg führte ihn anschließend ins Städtische Klinikum Karlsruhe, wo er sich als Leitender Oberarzt der Kardiologie einbrachte. 1992 gründete er mit Kollegen und eigenem Herzkatheterlabor die Kardiologische Fachpraxis Karlsruhe. 2008 verließ er die Praxis in Karlsruhe um eine Privatpraxis für **schonende nicht-invasive Kardiologie** in Baden-Baden zu etablieren.

Mit über 40 Jahren Erfahrung und Expertenwissen vertritt Dr. Kai Ruffmann heute einen ganzheitlichen Ansatz in der Inneren Medizin und Kardiologie unter dem Motto: Prävention statt Operation.

Weitere Informationen finden Sie unter: <https://kardiologie-baden-baden.de>