



Essentielle Hypertonie – behandeln mit der SANUM-Therapie

von HP Elisa Scharf

Von arterieller Hypertonie wird ab einem Blutdruck von 140/90 mmHg gesprochen.

Hypertonie gilt als Risikofaktor für das Entstehen der koronaren Herzkrankheit, der chronischen Herzinsuffizienz, für Erkrankungen des zerebralen Gefäßsystems, der chronischen Niereninsuffizienz sowie peripherer Durchblutungsstörungen. Bluthochdruck ist ein Problem der Industrienationen; in Deutschland sind über 16 Millionen Menschen von Bluthochdruck betroffen, mit zunehmendem Alter steigt die Prävalenz deutlich.

Im Folgenden soll auf die essentielle Hypertonie und vor allem die (begleitende) Behandlung in der naturheilkundlichen Praxis eingegangen werden.

Es wird die primäre (essentielle) von der sekundären Hypertonie unterschieden. Der sekundären Form der Hypertonie liegen organische Ursachen zu Grunde, diese können renale, endokrine, tumorbedingte, kardiovaskuläre oder medikamentöse Auslöser sein. Nur bei 5-15% der Bluthochdruckpatienten finden sich organische Ursachen.

Essentielle Hypertonie

Schulmedizinische Vorgehensweise

Der Großteil der Bluthochdruckpatienten, nämlich ca. 90%, erhält die Diagnose „Essentielle Hypertonie“.

Die Ursachen sind hier nicht bekannt, es wird aber ein Einfluss der Genetik und der Epigenetik, der Ernährung, des Körpergewichts (Adipositas) und von psychischem Stress angenommen.

Neben Allgemeinmaßnahmen, wie die Empfehlung zur Reduzierung der Kochsalzzufuhr, Gewichtsreduktion, Raucherentwöhnung, Ernährungsumstellung auf kaliumreiche Kost und sportlicher Betätigung kommt, je nach individueller Risikobewertung, auch eine medikamentöse Therapie zum Einsatz.

Antihypertensiva erster Wahl sind: Beta-Blocker, ACE-Hemmer, Kalziumantagonisten, Thiazid-Diuretika und AT1-Rezeptor-Blocker.

Alternativmedizinische Vorgehensweise

Patienten mit essentieller Hypertonie sind auch in der naturheilkundlichen Praxis sehr häufig anzutreffen. Meist kommen sie mit anderen Diagnosen und erwähnen die Einnahme von Blutdrucksenkern nur auf gezielte Nachfrage. Die medikamentöse Einstellung des Blutdruckes ist als Langzeittherapie gedacht. In manchen Fällen müssen auch mehrere Medikamente miteinander kombiniert oder nach einiger Zeit die Dosis erhöht werden. Bei solchen Patienten gilt es, auf die möglichen Nebenwirkungen dieser Medikamente zu achten und eventuelle Störungen im Rahmen des Möglichen zu minimieren sowie den Blutdruck stabil zu halten, damit eben nicht noch weitere chemische Medikamente zum Einsatz kommen müssen.

Viel erreichen kann man bei Patienten, bei denen erst kürzlich eine essentielle Hypertonie festgestellt wurde und die erst einmal mit Alternativmedizin versuchen möchten, den Blutdruck in den Griff zu bekommen. Aber auch hier gilt es, Gren-

zen zu sehen und anzuerkennen, denn ein über Monate und Jahre erhöhter Blutdruck ist ein ernstzunehmendes Gesundheitsrisiko.

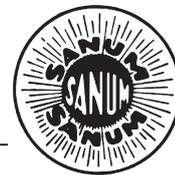
Anamnese:

- **Vorbefunde:** Sekundäre Hypertonie muss eindeutig ausgeschlossen werden. Wichtig: Gute diagnostische Abklärung!
- **Ernährung:** tierisches Eiweiß, rotes Fleisch, Kochsalz
- **Familiäre Disposition,** Herzerkrankungen, Schlaganfälle etc. in der Familie
- **Genussmittel:** Nikotin, Alkohol
- **Medikamenteneinnahme**
- **Private Lebenssituation,** Arbeitssituation, Stressauslöser

Wichtig sind sämtliche Begleiterkrankungen wie z.B. Diabetes mellitus und entsprechende Symptome, denn alles kann „Stress“ auslösen, wobei es große interindividuelle Unterschiede gibt.

Laboruntersuchungen:

- **Blutanalyse kardiovaskulärer Risikofaktoren** wie: Cholesterin, HDL, LDL, Triglyceride, Apo A1 und Apo B (=Lipoproteine), Homocystein, ADMA, CRP hs (=C-reaktives Protein hypersensitiv)
- **großes Blutbild,** auch zur Beurteilung der Erythrozyten
- **Blutanalyse arteriosklerotischer Risikofaktoren** wie: Fibrinogen, Lipoprotein a
- **Blutanalyse Mineralstoffe** und B-Vitamine, vor allem B6, B12 und Folsäure (Vollblut)
- **Blutanalyse Fettsäuren** (gesättigte und ungesättigte sowie Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren)



- Schilddrüsendiagnostik: TSH, fT3, fT4, Auto-Antikörper: TSH-Rezeptor Antikörper (TRAK), Thyreoperoxidase (TPO-AK), AK gegen Thyreoglobulin (Tg-AK)

- Dunkelfeldmikroskopie

ADMA (Asymmetrisches Dimethylarginin) kommt natürlicherweise im menschlichen Blutplasma vor. Ein Anstieg von ADMA ist ein Hinweis für vaskulären, oxidativen Stress, da es die NO-Synthese hemmt. Das führt zum Verlust von endotheliale NO. **Homocystein** ist eine schwefelhaltige Aminosäure, die eine erhöhte Freisetzung von ADMA fördert und dadurch wiederum die Konzentration von gefäßschützendem NO verringert ¹.

Therapieschema bei essentieller Hypertonie

Behandlungsdauer über mindestens 12 Wochen

1. Milieu-Regulation während der gesamten Therapiedauer:

SANUVIS® D2 Tropfen, morgens 20 Tropfen

ALKALA® N Pulver je 1 Messlöffel morgens und abends

Omega-3-Fettsäuren: LIPISCOR® Kps. 3x 4 tgl.

ARGININ-diet BIOFRID 3x 2 Tbl. zu einer Mahlzeit

2. Spezifische Regulation gleichzeitig mit Stufe 1 beginnen über 14 Tage:

ASPERGILLUS ORYZAE D6 Tropfen morgens: 10 Tropfen,

nach 14 Tagen wird gewechselt auf die

3. Allgemeine Regulation diese wird mindestens 8 Wochen durchgeführt:

Montag – Freitag: MUCOKEHL® D4 Kps. morgens 1 Kps.

NIGERSAN® D5 Tr. abends 10 Tr.

Samstag/Sonntag: ASPERGILLUS ORYZAE D6 Tr. morgens 10 Tr.

4. Immunmodulation gleichzeitig mit Stufe 3 beginnen über 5 Wochen:

UTILIN® D6 Kps. 1x1/Woche

Wirkprinzip

Die SANUM-Therapie beruht auf der Annahme des Pleomorphismus, der besagt, dass in unseren Zellen und Körperflüssigkeiten Protein-Bestandteile („endobiontische Dauerbesiedler“ / Endobionten) in Symbiose mit uns leben, die sich zu Viren, Bakterien und Pilzen „hochentwickeln“ können. Diese Entwicklung nannte Enderlein Cyclogenie. Die krankmachenden Formen der Endobionten sollen wieder in nicht-krankmachende Formen zurückgeführt werden ².

Alle Krankheiten des Blutes und des Herz-Kreislaufsystems stehen in enger Verbindung mit der Höherentwicklung des Endobionten Mucor racemosus. Dieser Endobiont entwickelt sich unter Eiweißmast zu Hochvalenzen, außerdem produziert Mucor racemosus Milchsäure (Lactat), die wiederum zur Aufwärtsentwicklung des Endobionten in pathogene Formen beiträgt.

So erklärt sich der Einsatz von **SANUVIS® D2** Tropfen (L+)Milchsäure) zur Milieu-Regulation: Laktat antagonistisch. Der Pischinger Raum wird entlastet, der Zellstoffwechsel kann besser arbeiten, die Entgiftung wird angeregt und Nieren und Leber entlastet. **ALKALA® N** unterstützt diese Vorgänge und schafft zudem ein basisches Milieu im Duodenum, welches wichtig für Verdauung und Aufnahme der Wirk- und Vitalstoffe aus Medikamenten und Nahrung ist.

MUCOKEHL® D4 Kapseln führen die höher entwickelten Formen des Mucor racemosus wieder in nicht-pathogene Formen zurück.

MUCOKEHL® ist bei der Behandlung von Erkrankungen des Blut- und Gefäßsystem nicht wegzudenken; es wird eingesetzt bei allen

Störungen, die mit Bluteindickung und Blutkoagulation zu tun haben, prinzipiell bei Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems.

NIGERSAN® ist Bestandteil der allgemeinen Regulation und wird meistens in Kombination mit Mucokoehl verabreicht, denn eine pathologische Entwicklung der Mucor racemosus Cyclogenie ist der Ursprung für die Höherentwicklung der Aspergillus Cyclogenie, die für Chronizität verantwortlich zeichnet.

ASPERGILLUS ORYZAE D6 Tropfen werden aus dem gleichnamigen Pilz gewonnen und kommen bei kardiovaskulären Erkrankungen wie koronarer Herzerkrankung, Angina pectoris, kreislaufbedingter Migräne und Hypertonie zum Einsatz. Sie wirken durchblutungsfördernd und kreislaufregulierend.

LIPISCOR® Kapseln aus Fischöl haben einen hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren. Unter anderem können die Omega-3-Fettsäuren die Triglyceride senken, sie fördern den Blutfluss, wirken blutdrucksenkend und entzündungshemmend.

Prinzipiell empfiehlt es sich, die einzelnen Mittel kinesiologisch zu testen, auch während der Therapie. Zusätzlich sollte der Patient ein Blutdrucktagebuch führen, damit der Therapieverlauf eingeschätzt werden kann.

Ergänzende Maßnahmen

ARGININ-diet BIOFRID enthält die vasoprotektive Aminosäure L-Arginin (500mg), 1mg Vitamin B6, 133 µg Folsäure und 1,5 µg Vitamin B12. Arginin wirkt, vor allem durch Vasodilatation, blutdrucksenkend, senkt die ADMA-Konzentration, hemmt die Thrombozytenaggregation, reduziert die Plaquebildung und läßt das NO ansteigen ¹.

Die Einnahme dieser Aminosäure ist vor allem bei Arteriosklerose und zur Prophylaxe von kardiovaskulären Erkrankungen angezeigt.



Zur kurmäßigen SANUM-Therapie empfiehlt sich die Diät nach Dr. Werthmann. Milch, Joghurt, Quark, Wurst, Ei, Käse, Fleisch – wie häufig stehen diese Lebensmittel auf dem Speiseplan? Bei den meisten Deutschen tagtäglich. Da sich der *Mucor racemosus* unter Eiweißmast höher entwickelt, ist ein passagerer Verzicht auf Eiweiß, vor allem aus Kuhmilch, Hühnerei und Schweinefleisch, unverzichtbar.

Auch bei Hypertonikern ist es notwendig, auf den Darm und seine Funktionen in Verdauung, Stoffwechsel und Immunologie zu achten und gegebenenfalls regulierend einzugreifen. Eine Darmsanierung kann hier angezeigt sein, vor allem wenn chronische Entzündungen und Störungen der Darmflora vorliegen, welche den Stoffwechsel sowie Aufnahme wichtiger Vitalstoffe (z.B. Vitamin B12) negativ beeinflussen können und die Leber belasten. Bei Hypertonikern muss die Blutviskosität herabgesetzt werden, es sind ausleitende und entgiftende Maßnahmen angezeigt.

Hierzu eignen sich TARAXAN D3 SANUM® zu s.c.-Injektionen im Leber/Magen/Darm – Segment, aber auch i.v., zur Blut- und Gewebereinigung.

Eine Schwermetallbelastung (z.B. durch Amalgamfüllungen) sollte abgeklärt werden und gegebenenfalls behandelt werden. Hierzu eignen sich die USNEABASAN® Urtinktur, OKOUBASAN® D2 Tropfen, PLEO® CHELATE Tropfen, Zink und Selen (siehe SANUM-Ausleitungskur, z.B. SANUM-Repertorium 2014/15, S. 25) sowie eine Behandlung mit Chelatbildnern wie DMSA oder NaCa-EDTA.

Sehr bewährt haben sich sanfte Aderlässe in regelmäßigen Abständen, bei denen nur 20 – 60ml Blut entzogen werden. Der Aderlass reduziert die Blutviskosität, wirkt entgiftend und verbessert den Gesamtstoffwechsel.

Homöopathische oder Anthroposophische Arzneimittel mit *Rauwolfia* haben ebenfalls eine blutdrucksenkende Wirkung. Auch eignen sich Vitamin C-Hochdosis-Infusionen, Injektionen von Vitaminen B12, B6 und Folsäure zur Vasoprotektion.

Für Teekuren empfehlen sich besonders Mistelkraut und Weißdornblüten- und blätter. Möchte man auch eine beruhigende Wirkung erzielen, z.B. bei stressbedingter Hypertonie, empfehlen sich Melissenblätter und Baldrianwurzel. Über Monate trinkt man morgens und abends eine Tasse.

Patientenbeispiel

Im folgenden möchte ich einen Patienten vorstellen, der mit seinem Symptomenkomplex exemplarisch für viele Patienten mit essentieller Hypertonie steht und an dessen Beispiel sich wieder einmal zeigt, dass wirkliche Gesundheit nur ganzheitlich zu erreichen ist und nicht nur durch das Wegdrücken eines Symptomes. Gerade bei essentieller Hypertonie ist es wichtig, auch über den Tellerrand der üblichen verdächtigten Auslöser hinauszusehen und alle möglichen störenden Einflüsse, auch körperlicher Natur, auszuschalten.

Seine Behandlung bestand aus Darmsanierung, Infusionstherapie (Orthomolekularer Therapie) und SANUM-Therapie.

Im März 2013 stellte sich ein 49-jähriger, schlanker Patient vor. Im Januar 2013 bekam er vom Hausarzt die Diagnose essentielle Hypertonie. Seither nahm er täglich eine Tablette „Ramipril 5mg“ (ACE-Hemmer) ein.

Die Anamnese ergab:

- Nikotinabusus über 25 Jahre, seit ca. 5 Jahren Nichtraucher
- Stress durch verantwortliche Position im Beruf, „Burn out“ mit 3-monatiger Krankschreibung 2012

- Infektanfälligkeit, chronisch rezidivierende Otitis media beidseits seit ca. 8 Jahren mit mehreren Antibiotikaeinnahmen
- chronische Darmstörungen: Postprandiale Übelkeit und Diarrhoe mit Unterbrechung schon mehrere Jahre, Sodbrennen
- chronische HWS-BWS-LWS-Beschwerden seit mehreren Jahren

Der Patient schläft schlecht, kann nicht gut abschalten und entspannen und fühlt sich erschöpft und energielos. Psychisch fühlt er sich stabil.

Bevorzugt ernährt er sich kohlenhydratarm, dafür hat sein Speiseplan einen erhöhten Anteil an tierischen Proteinen. Gemüse isst er am liebsten in Form von Salat.

Alkohol trinkt er in Maßen, in der Woche 3-4 mal ein Glas Wein oder Bier. Er geht regelmäßig Joggen und Schwimmen.

Seine Behandlungsziele sind das Absetzen der Blutdrucktablette und alternative Behandlung der Hypertonie, eine Verbesserung der Darmprobleme und Infektanfälligkeit sowie wieder mehr Energie zur Bewältigung des Alltags.

Seit der Einnahme der Tabletten schwankt der Blutdruck, mal bewegt er sich im Wunschbereich 120/80, häufig aber auch grenzwertig bei ungefähr 140-150/95, der Patient empfindet diese Schwankungen unabhängig von Tageszeit oder Tagesgeschehen.

Diagnostik und erste therapeutische Schritte

Die Blutanalyse der kardiovaskulären Risikofaktoren ergibt:

- Homocystein leicht erhöht: 11.4 (Normbereich: bis 10.0 umol/l)
- ADMA leicht erhöht: 0.69 (Normbereich: 0.26-0.64 umol/l)
- Cholesterin erhöht: 250 (Normbereich: <200 mg/dl)

Das kleine Blutbild ist unauffällig.



Die Stuhluntersuchung ergibt:

- Verminderung der E. coli-Besiedelung
- Verminderung der Enterococccen-Besiedelung
- Verminderung der Bifidobakterien-Besiedelung
- sehr starke Candida-Besiedelung
- mit 7,5 ein alkalischer Stuhl-pH-Wert
- Verdauungsrückstände: Neutralfette und Fettsäuren erhöht
- die Entzündungsmarker Alpha-1-Antitrypsin und EDN sind im Normbereich

Der Patient möchte als erstes etwas gegen seine Darmproblematik tun, da es für ihn unangenehm ist, in der Arbeit oder auf dem Weg dahin und nach Hause Durchfall und Schmerzen zu bekommen (Stresssituation!).

Darmsanierung:

- ALKALA® N Pulver 2x 1 Messl. in wenig warmen Wasser morgens nüchtern und abends vor dem Schlafen
- Enterobact® Tabletten von Synomed 2x 1 Tbl. (enthalten Enterococccen, Bifidobakterien und Lactobacillen)
- Rephalysin® C Tabletten (enthalten Colibakterien) in der 1. Woche 2x 1 Tbl., dann 2x 2 Tbl.
- Inulin Pulver Aurica, beginnen mit 1TL/Tag in Wasser, steigern bis mehrere TL in 1 L stillem Wasser über den Tag verteilt trinken.
- Myrrhinil Intest® 3x täglich 4 Tabletten 30 min. vor dem Essen (enthalten Kaffeekohle und Myrrhe, wirken gegen die Candida-Besiedelung, wirken entzündungshemmend).

Die Einnahme zieht sich über 8 Wochen.

Bei essentieller Hypertonie hat es sich bewährt, alles, was (körperlichen) Stress hervorruft, zu behandeln und diesen Stress so weit wie

möglich zu nehmen. In diesem Fall ist der Darm ein „Stressorgan“. Desweiteren kann eine Störung der Mikroflora in Dünn- und Dickdarm sowie eine Candida-Besiedelung auch eine Leberbelastung hervorrufen, was sich ungünstig auf Blut, Blutfette und Cholesterinspiegel auswirken kann.

Zur Darmsanierung erhält der Patient die Ernährungsempfehlung: Reduzierung der tierischen Proteine, vor allem aus Kuhmilch, Hühner- und Schweinefleisch, mehr gedünstetes Gemüse, Reis und Kartoffeln, keine Süßigkeiten und keine „Teilchen“ vom Bäcker in der Mittagspause. Den vollkommenen Zuckerverzicht empfehle ich bei Candida-Besiedelung nicht, da sich mit der oben genannten Ernährungsempfehlung und der zielgenauen Darmsanierung bisher bei jedem meiner Patienten die Darmflora normalisieren konnte und der Candida-Pilz besiegt war.

Zeitgleich beginnt der Patient mit der Einnahme von ARGININ-diet BIOFRID® Tabletten 3x 2 Tbl. zu einer Mahlzeit.

Er misst täglich morgens und abends den Blutdruck. Nach zehn Tagen bleibt der Blutdruck stabil bei ca. 130/90. Ab diesem Zeitpunkt nimmt der Patient nur mehr 2,5mg Ramipril. Der Blutdruck bleibt stabil bei den vorgenannten Werten.

In der Praxis bekommt der Patient über acht Wochen einmal wöchentlich eine Infusion mit 15g Vitamin C und eine Mischung aus den Vitaminen B1, B2, B6, B12 und Folsäure sowie eine Ampulle Ulbichinon comp. (Heel), außerdem noch eine Mischung aus Aminosäuren für das Immunsystem (L-Arginin, L-Lysin-HCl, L-Glutamin, Taurin, Glycin, N-Acetyl-L-Cystein, L-Methionin). An Tagen mit L-Arginin-Infusion setzt er mit der oralen Arginin-Einnahme aus.

Nach der Darmsanierung setzt der Patient das Ramipril ab und beginnt mit der Einnahme der SANUM-Me-

dikamente im Therapieschema bei essentieller Hypertonie. ARGININ diet BIOFRID® nimmt er auch weiterhin.

Therapieschritte Überblick:

1. Darmsanierung über 8 Wochen
2. zeitgleich mit Beginn der Darmsanierung: Einnahme von ARGININ-diet BIOFRID® 3x 2 Tbl., nach zehn Tagen Halbierung der Dosis des ACE-Hemmers
3. Während der Darmsanierung 1x wöchentlich Infusionen mit B-Vitaminen und Vitamin C
4. Nach der Darmsanierung Beginn der SANUM-Therapie und absetzen des ACE-Hemmers

Therapieverlauf:

Schon nach 5 Tagen wird der Stuhlgang fester und regelmäßiger. Nach drei Wochen hat der Patient keine Bauchschmerzen und keinen Durchfall mehr. Die Kontrolluntersuchung zeigt eine Stabilisierung der Darmflora und es ist keine Candida-Besiedelung mehr nachweisbar. Bis heute hat der Patient regelmäßigen, festen Stuhlgang und keine Bauchschmerzen mehr.

Schon nach zehn Tagen Arginin-Einnahme bleibt der Blutdruck stabil bei ca. 130/90. Die Infusionen in der Praxis bekommen dem Patienten auch sehr gut; er bemerkt eine Zunahme an Vitalität und sein Schlaf verbessert sich.

Im Juli ist der Patient mit der Einnahme der SANUM-Medikamente fertig. Er nimmt lediglich ARGININ-diet BIOFRID weiterhin 3x 2 und statt LIPISCOR® nimmt er nun täglich 3 EL von einem hochwertigen Leinöl (KaVita).

Während dieser Zeit hatte der Patient keinen grippalen Infekt und keine akute Ohrentzündung. Erst im August hat er nach einem Schwimmbadbesuch eine akute Mittelohrentzündung. Der HNO-Arzt verschreibt ein hochdosiertes Anti-



biotikum. Der Patient versucht es zuerst alternativ: Er bekommt eine Eigenblutspritze mit NOTAKEHL® (2ml Eigenblut + 1 Amp. NOTAKEHL® D5 i.m.) und 2 Ampullen NOTAKEHL® D5 i.v., sowie eine Infusion mit 15g Vitamin C. Nach drei Tagen ist er beschwerdefrei und wieder fit. Die Antibiotika-Einnahme hat sich erübrigt und damit auch eine erneute Störung der Darmflora.

Seit genau zwölf Monaten ist er nun in Behandlung und hat in dieser Zeit nur die eine Mittelohrentzündung bekommen, ist sonst aber gesund, was er selbst als großen Erfolg sieht, da er sich in den Jahren davor ständig bei Kollegen und seinem Kindergartenkind angesteckt hat. Er kommt regelmäßig einmal monatlich für eine Infusion mit Vitamin C und

B-Vitaminen, er fühlt sich mit dieser Therapie auf der Höhe seiner Kräfte und Immunstärke. Die Rückenschmerzen haben sich ohne jegliche manuelle Behandlung im Zuge der Therapie gebessert.

Der Blutdruck wird regelmäßig gemessen und bleibt bis heute stabil bei 120-130/80-90.

Die Behandlung mit der vasoprotektiven Aminosäure Arginin und den Vitaminen C, B6 und B12 ist eine aktive Prophylaxe gegen Arteriosklerose und das Entstehen von Herz-Kreislauf-Krankheiten.

Es erfordert ausführlicher (alternativer) Diagnostik, einen gewissen Zeitaufwand sowie gute Compliance von Seiten des Patienten (zuverlässiges, regelmäßiges Blutdruck-

messen, Ernährung!) – dann aber kann eine essentielle Hypertonie wirkungs- und verantwortungsvoll alternativmedizinisch behandelt werden. □

Anschrift der Autorin:

Elisa Scharf
Physiotherapeutin, Heilpraktikerin
Mathildenstraße 50
90762 Fürth
www.praxis-scharf.de

Quellen:

1. Sonntag, D., (2012): L-Arginin - eine vasoprotektive Aminosäure. In: SANUM-Post, Heft 101, S. 9-16.
2. Rau, T., (2004): Zum Verständnis des Pleomorphismus, der Milieuthherapie und der SANUM-Therapie. In: SANUM-Post, Heft 69, S. 2-10.

Weitere verwendete Literatur: Herold, G. und Mitarbeiter: Innere Medizin, 2008.