

# Darmassoziierte Erkrankungen und ihre naturheilkundliche Behandlung

von HP Christine Bergmeier

## Einleitung

Dieser Artikel soll einen kleinen Einblick gewähren, wie die SANUM-Therapie in der täglichen Praxis mit anderen naturheilkundlichen Methoden oder Therapieformen kombiniert werden kann. Es werden zahlreiche Mittel aus den Bereichen Isopathie und Regulationsmedizin, Schüssler Salze, Phytotherapie, Spagyrik, Homöopathie sowie ergänzend Massagen und andere Anwendungen vorgeschlagen. Die Auflistung hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Selbstverständlich muss im Einzelfall entschieden werden, welche Medikamente und/oder Behandlungen am Patienten zum Einsatz kommen und in welcher Dosierung sie verabreicht werden.

Die im Text angegebene Dosierung entspricht der allgemeinen Regel-dosierung beim Erwachsenen, für Kinder ist sie entsprechend anzupassen, z.B. bei den Isopathika ein Tropfen der D5-Lösung pro Lebens-jahr bis zu höchstens 10 Tropfen täglich im 12. Lebensjahr. In jedem Fall sollten Menge und Potenz der verordneten Arznei dem individuellen Krankheitsbild und dem Therapie-verlauf angepasst werden, wobei die Einreibungen der Isopathika in geringer Dosis am Anfang immer zu bevorzugen sind.

Bei allem Bemühen um das „pas-sende“ Rezept mögen wir Thera-peuten nicht vergessen, dass wir hin und wieder auch behANDeln

sollten, z.B. mit Massagen, Wickeln, Reflexzonen-therapie u.a.

## Allgemeines

Der Verdauungstrakt zwischen Magenausgang und After teilt sich auf in 4-5 m Intestinum tenue; 1,5 m Colon und 20 cm Rectum. Der Dünndarm gliedert sich in Duode-num, Jejunum und Ileum. Mehrere wichtige Funktionen werden hier erfüllt:

1. Vermischung des Chymus mit den Sekreten der Darmschleim-haut, der Bauchspeicheldrüse und der Leber,
2. Verdauung der Nahrungsbe-standteile,
3. Resorption des äquilibrierten und verdauten Inhaltes,
4. Weitertransport des Inhaltes nach distal,
5. Sekretion verschiedener Hormone und
6. immunologische Schutzfunktion.

Der Dickdarm hat eine Länge von 1,5 bis 2,0 m und umgibt den Dünndarm wie ein Rahmen. Im rechten Unterbauch beginnt das Caecum mit dem Appendix, dann folgen Colon ascendens, Colon transversum, Colon descendens und Sigmoidium. Die Hauptauf-gabe hier ist vor allem die Wasser-aufnahme (ca. 8 l pro Tag) und die Vergärung von Zellstoff.

Der Stuhl mit seinen unverdaulichen Nahrungsresten, Schleim, Verdau-ungssäften, Kalk- und Schwermetall-salzen sowie Bakterien (überwie-gend Colibakterien) wird aus der Ampulle (Kotbehälter) über den Analkanal und den After zur Entleerung gebracht.

Wichtig ist es, den Patienten nicht nur nach der Anzahl der Stuhlent-leerungen zu fragen, sondern vor allem nach Farbe, Form und Kon-sistenz, da diese Aussagen wichtige Hinweise z.B. auf die Funktion und das Zusammenspiel der Oberbauch-organe geben können.

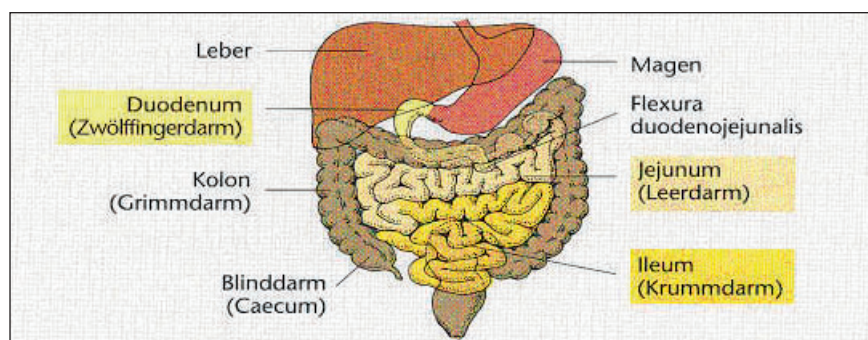


Abbildung 1: Der Verdauungstrakt (aus: Bierbach: Naturheilpraxis heute, 1. Aufl., S. 598)



## Beschwerdebilder

### Obstipation

Die Stuhlverstopfung ist gekennzeichnet durch

- eine geringe Stuhlfrequenz (seltener als alle 3-4 Tage),
- eine harte Stuhlkonsistenz,
- geringes Stuhlvolumen und
- Probleme beim Absetzen.

Chronische Obstipationen zählen aufgrund funktioneller oder organischer Störungen der Darmmotorik zu den sog. Zivilisationskrankheiten. Eine akute Obstipation kann auftreten bei stenosierenden Prozessen im Colon, z.B. Colon-Ca, Polyposis u.ä.

Die passagere Obstipation tritt als Begleiterscheinung vieler Erkrankungen (z.B. Hypothyreose, Nierenkolik), Intoxikationen (z.B. Bleivergiftung) oder in der Schwangerschaft auf. Als Hauptsymptom finden wir Obstipation bei kongenitalem und idiopathischem Megacolon.

### Therapie

Grundsätzlich ist auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr (Wasser und Kräutertees), viel, viel Bewegung und die Steigerung des Faserstoffgehaltes in der Nahrung, z.B. durch Samen Lini (Leinsamen) oder Samen Psyllii (Flohsamen) zu achten. Rechtsdrehende Milchsäure lässt sich zuführen durch Kauen rohen Sauerkrautes oder die Einnahme entsprechender Aufbereitungen (Brottrunk u.a.). Beruhigend und angenehm wirken Bauchmassagen im Dickdarmverlauf sowie Leib- oder Leberwickel. Während bei der spastischen Obstipation eher warme Anwendungen Linderung bringen, sind bei atonischer Obstipation kalte Bauch-

waschungen angezeigt. Bei Obstipationen sollte immer die Leber, bei Diarrhoe die Bauchspeicheldrüse mitbehandelt werden.

Im Rahmen der SANUM-Therapie wird FORTAKEHL D5, 1-2x tgl. 1-8 Tr., vor einer Mahlzeit gegeben. Es ist das „Darmmittel“ und wird u.a. verwendet zum Symbioseaufbau bei Dysbakterie und Schleimhautschäden. Sollte eine Mykose im Vordergrund stehen, bekommt der Patient 1x täglich abends ein EXMYKEHL D3 Supp. bzw. 2x tgl. 5-10 Tropfen EXMYKEHL D5. Zu Beginn der Therapie ist immer eine Milieuregulation durchzuführen, dafür stehen ALKALA N Pulver, SANUVIS und CITROKEHL zur Verfügung.

Als begleitende Therapie können Schüssler Salze (Nr. 7, Nr. 8 und Nr. 10), Bitterstoffe (Nemacynar, Fa. Nestmann) und homöopathische Komplexmittel gegen die spastische Komponente (Plumbum 223 der Fa. Nestmann, Podophyllum Syn 7a der Fa. Kattwiga) und bei atonischer Obstipation (Alumina 224 von Nestmann) eingesetzt werden. Bezüglich homöopathischer Einzelmittel ist an Alumina, Collinsonia canadensis (Grieswurzel), Bryonia (Zaunrübe), Nux vomica (Brechnuss), Opium, Carduus marianus (Mariendistel), Silicea u.a. zu denken.

Zusätzlich hat sich die Fußreflexzonen-therapie nach H. Marquardt bewährt, die sich auch gut bei Säuglingen und Kleinkindern durchführen lässt.

### Diarrhoe

Für einen Durchfall mit Entleerung wässriger oder breiiger Stühle mehr als 3x täglich können folgende Ursachen verantwortlich sein:

- Nahrungsmittelunverträglichkeit (z.B. Gluten)
- Chronische Entzündungen (z.B. Morbus Crohn)
- Laxantienabusus
- Bakterientoxine
- Verdorbene Lebensmittel.

Aufgrund einer Resorptionsstörung ist der Darm unfähig, Wasser und Elektrolyte wieder aufzunehmen. Bei Verdacht auf infektiöse Ursachen muss nach Auslandsaufenthalten oder erkrankten Familienmitgliedern gefragt werden. Bei chronischer Diarrhoe sollte man neben den organischen auch an „funktionelle“, psychische Ursachen denken. Auch Blockaden im Bereich von TH11 und TH12 können Darmstörungen verursachen.

### Therapie

Wichtig ist die Nahrungskarenz, anfangs fettlose Gemüsebrühe und Kräutertee, später Kartoffeln und leicht verdauliches Gemüse, dann erst Zugabe von wenig Fett und leicht verdaulichem Eiweiß. Es sollte auch an die Darmschleimhaut regenerierende Diät gedacht werden (Diät nach Dr. Werthmann).

Zum Aufbau der Schleimhaut können Luvos Heilerde 1 oder Ultra sowie Leinsamenabkochungen genommen werden. Bei starkem Durchfall mit sehr großem Flüssigkeitsverlust sollte man an die Substitution von Elektrolyten, Vitaminen usw. denken.

Die SANUM-Therapie erfolgt entsprechend dem 4-Stufen-Schema nach Dr. Werthmann (s. Tab. 1). Im Vordergrund steht wieder FORTAKEHL, unterstützt durch OKOUBASAN, welches in keiner Hausapotheke fehlen sollte. Es wird ein-



### 1. Milieu-Regulation während der gesamten Therapiedauer:

#### Entsäuerung/Entgiftung:

ALKALA T Tbl. 2x 1/2-1 oder  
ALKALA N Pulver 2x 1 Messlöffel tgl. sowie  
OKOUBASAN D2 Tr. 3-5x 2-5 tgl.

#### Substitution:

ZINKOKEHL D3 Tr. 1-3x 5 tgl.

### 2. Spezifische Regulation mit Pilzpräparaten über 10 bis 14 Tage:

FORTAKEHL D5 Tr. 1x 1-8 vor einer Mahlzeit,  
danach beginnen:

### 3. Allgemeine Regulation:

FORTAKEHL D5 Tr. im 2-tägigen Wechsel mit  
SANKOMBI D5 Tr. 2x 5-10 tgl.

### 4. Immunmodulation gleichzeitig mit Punkt 3 beginnen:

UTILIN „S“ D6 Kps. 1x 1 wöchentlich oder alle 14 Tage im Wechsel mit  
LATENSIN D6 Kps. 1x 1 wöchentlich oder alle 14 Tage.  
SANUKEHL Coli D6 Tr. und SANUKEHL Salm D6 Tr. im tgl. Wechsel  
1x 1-5 in die Ellenbeuge einreiben.

Bei Säuglingen an die Ernährung der Mutter denken (Primärallergene meiden), adaptierte Milch- und Breinahrung, z.B. auf Soja- oder Ziegenmilchbasis empfehlen.

Als Behandlung auch an „heiße Rolle“ und Leibwickel denken.

Von den SANUM-Präparaten stehen FORTAKEHL und SANKOMBI zur Verfügung.

Man verabreicht im 3-tägigen Wechsel jeweils 2x tgl. 1-8 Tropfen FORTAKEHL D5 oder SANKOMBI D5. Die Tropfen werden zunächst eingerieben und bei größeren Kindern dann auch teilweise oral gegeben. Man rechnet für Kinder 1 Tropfen pro Lebensjahr. Von Beginn an bekommen die Kinder zur Milieuregulation je nach Alter 5-20 Tropfen SANUVIS in sehr warmem Wasser verrührt oder 1/2 bis 1 Tablette.

Aus dem Bereich der Schüssler Salze werden Nr. 2, Nr. 7, Nr. 10 sowie Nr. 19 eingesetzt. Von Nr. 7, auch als „heiße 7“ bekannt, können bei Kindern 1-10 Tbl. oder bis 40 Tr. in heißem Wasser gelöst und schluckweise getrunken werden. Die Nr. 19 (Cuprum arsenicosum) als Ergänzungsmittel sollte mit 1-2 Tabl. täglich eher niedrig dosiert begonnen werden. Sehr gut bewährt hat sich die Kombination von Nr. 7 und Nr. 19. Daneben lassen sich folgende homöopathische Komplexmittel erfolgreich einsetzen: Plumbum aceticum Synergon 129 (Kattwiga), Nuxal (Pflüger), Pflügerplex Dioscorea 178, Hepar HOM (Pflüger) und Mucosa comp. (Heel). Der 4-Winde-Tee aus Anis, Kümmel, Pfefferminze und Kamille sei aus der Phytotherapie genannt, wie auch Schafgarbe, Fenchel oder Gänsefingerkraut. Zur

Tabelle 1: Therapieschema Diarrhoe / Darmentzündungen

gesetzt bei akuter Diarrhoe, Infektionen des Magen-Darm-Traktes oder prophylaktisch bei Klima- und Ernährungsumstellung.

Zur unterstützenden Behandlung kommen Schüssler Salze Nr. 3, Nr. 4, Nr. 6, Nr. 8 und Nr. 10 (Biochemie Pflüger: laktosefreie Tropfen) sowie als homöopathische Komplexe Magen-Darm-Tr. von Magnet aktiv und/oder Entregin spag. Peka Tr. in Frage. Als homöopathische Einzelmittel stehen Arsenicum album, Mercurius solubilis, Aloe oder Sulfur zur Verfügung. Nicht vergessen sollte man die Phytotherapie, speziell Blutwurz, Heidelbeere, Uzara und Fenchel. Schon Hildegard v. Bingen sah im Fenchel den Balsam für die Seele.

### **Darmkrämpfe, Meteorismus und „Bauchschmerzen“ bei Kindern**

Kinder und Säuglinge zeigen eine Fehlbesiedlung oder Gasbildung im

Darm durch Weinen und/oder Unruhe an! Am Anfang steht auch hier die Abklärung der Ursachen. Gerade bei Kindern sind Bauchschmerzen häufig psychisch bedingt: „Der Bauch ist der Resonanzboden der Gefühle“. Weitere mögliche Ursachen sind Unverträglichkeiten speziell gegen Kuhmilch, Gärungs- und Fäulnisdyspepsie (Unverdaulichkeit von Zellulose, Rohkost) sowie falsches Essverhalten. Bei Meteorismus sollte an eine Candidose gedacht werden.

#### Therapie

- Ernährung ohne Primärantigene (Kuhmilch, Hühnerei, Schweinefleisch n. Dr. Werthmann),
- in Ruhe essen,
- bewusst und ungestört kauen, kauen (!),
- Entspannungstechnik lernen zum Stressabbau,
- Schleimhautaufbau durch Leinsamentee.



Schleimhautpflege und Entspannung eignen sich Einläufe mit Zinnkraut- und Kamillentee. Bauchmassagen mit warmen Ölen und die Reflexzonenmassage am Fuß werden als besonders wohltuend empfunden.

### **Candidamykose / Soor**

Als Ursachen kommen Milieuveränderungen in Frage aufgrund von Antibiotika- oder Antimykotika-Therapie, Diabetes mellitus, Immunsuppression oder Schwermetallbelastung.

Hefepilzbesiedlungen sind oft ein Gradmesser für die Belastung mit Schwermetallen.

#### Therapie

Grundsätzlich sollte der Patient bei einer Pilzbelastung auf Rohkost,

1. Montag – Freitag: morgens OKOUBASAN D2 Tr. im tgl. Wechsel mit USNEABASAN Tr. je 1x 2-5
  2. Samstag und Sonntag: täglich LUFFASAN D4 Tbl. 1x 1-2 tgl. (mit 1/2 Tablette beginnen)
  3. Zusätzlich täglich:  
SELENOKEHL D4 Tr. morgens 1x 10  
MAPURIT Kps. mittags 1x 1 und  
ZINKOKEHL D3 Tr. abends 1x 10
- Diät nach Dr. Werthmann  
Dauer: 3-4 Wochen

#### *Tabelle 2: SANUM – Ausleitungskur*

Kuhmilch- und Hühnereiprodukte, Süßwaren, Zucker und Fruchtsäfte verzichten. Sehr gut bekömmlich ist für diese Menschen eine basenüberschüssige Kost mit Reis und gedünstetem Gemüse.

Zur Ausleitung von Schwermetallen steht mit der SANUM-Ausleitungskur (s. Tab. 2) ein bewährtes Rezept

zu Verfügung. Des Weiteren ist auch zu denken an Koriander- und Bärlauch-Tinktur (Alcea), Beta Reu-Rella Algen sowie Phönix Ausleitungskur.

Jede Mykose sollte über den Darm behandelt werden! In Anlehnung an das 4-Stufen Schema ergibt sich ein Behandlungsplan wie in Tabelle 3.

#### **1. Milieu-Regulation** während der gesamten Therapiedauer:

##### Entsäuerung/Pulver:

ALKALA N 2x 1 Messlöffel morgens und abends nüchtern in heißem Wasser

SANUVIS Tr. 3x 60 tgl. vor dem Essen

CITROKEHL Tr. 1-3x 5-10 tgl.

Bei Mundsoor: Zähne mit ALKALA N putzen, Zahnbürste häufiger wechseln

Bei Vaginalpilz: Labien mit ALKALA N-Lösung betupfen, basische Fußbäder

#### **2. Spezifische Regulation mit Pilzpräparaten** über 10 bis 14 Tage:

EXMYKEHL D5 Tr. 1-2x 1-8 tgl. oral oder einreiben **oder** (statt EXMYKEHL D5 Tr.)

ALBICANSAN D5 Tr., PEFRAKEHL D5 Tr. und FORTAKEHL D5 Tr. im täglichen Wechsel je 2x 1-8 oral oder einreiben.

Bei Erwachsenen ist auch die Anwendung von EXMYKEHL D3 Supp. 1x 1 tgl. abends rektal möglich.

Örtlich: PEFRAKEHL D3 Salbe auftragen.

Danach

#### **3. Allgemeine Regulation:**

Mo-Fr SANKOMBI D5 Tr. 2x 2-15 Tr. oral oder einreiben

Sa+So EXMYKEHL D5 Tr. 2x 1-8 Tr. oral und/oder einreiben bzw. EXMYKEHL D3 Supp. 1x 1 Supp. abends rektal einführen.

#### **4. Immunmodulation** gleichzeitig mit Punkt 3 beginnen:

„Kapselkur“ mit LATENSIN D6 Kps., RECARCIN D6 Kps. und UTILIN D6 Kps. 1x 1 im wöchentlichen Wechsel.

SANUKEHL Cand D6 Tr. im täglichen Wechsel mit SANUKEHL Trich D6 Tr. 1x 2-8 einreiben und/oder oral.

*Tabelle 3: Therapieschema bei Candidamykose*





Aus energetischer Sicht bekommen die Körperflüssigkeiten bei Vorliegen einer Mykose zu wenig Licht und Wärme, was auch an die Kapuzinerkresse (*Trapaeolum majus*) denken lässt. Sie vermittelt zur antimykotischen und bakteriostatischen Wirkung die Pflanzenbotschaft der Lichtdurchdringung, des Feuchten und Dunklen.

### **Colitis ulcerosa / Morbus Crohn**

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn sind chronisch-entzündliche Darmkrankungen, die vor allem bei jüngeren Erwachsenen auftreten.

Als mögliche Ursachen werden bei Colitis ulcerosa Autoimmunprozesse, psychische Faktoren, bakterielle oder virale Beteiligung diskutiert.

Die Symptome sind:

- schleimig-blutige Durchfälle,
- Geschwürbildung,
- Tenesmen, Pseudopolypen,
- Stenosen, Dehaustration,
- Dehydration,
- Maldigestion,
- Malabsorption.

Die Ulcerationen ergreifen bei Morbus Crohn alle Wandschichten, häufig mit Fistelbildung, während sie

bei der Colitis ulcerosa auf Mucosa und Submucosa beschränkt sind (S. Abb. 2).

Beim Morbus Crohn (sklerosierende chronische Enteritis) handelt es sich um eine unspezifische, granulomatöse Entzündung, die vom Mund (selten) bis zum After alle Abschnitte des Verdauungstraktes befallen kann. Die Ursachen sind wahrscheinlich multifaktoriell, evtl. bakteriell – infektiös (*Mycobacterium paratuberculosis*, Masernvirus), genetisch oder durch Umwelteinflüsse bedingt. Meist verläuft die Erkrankung in typischen Schüben. Die Patienten berichten von Kolik, Schmerzen und Diarrhoe. Bei der Inspektion können Fisteln, Fissuren oder Stenosierungen sichtbar sein. Durch unzureichende Nährstoffresorption und ungenügende Nahrungsaufnahme aus Angst vor Schmerzen nach dem Essen kommt es zum Gewichtsverlust.

Den chronischen Darmschleimhauterkrankungen liegt eine tuberkulöse Schwäche zugrunde. Es können Folgeerkrankungen wie Pyodermie, Stomatitis, ankylosierende Spondylitis, Cholangitis bis zur tumorösen Entartung resultieren.

### Therapie

Restitution der geschädigten Mucosa durch Meiden der Primäranthigene Kuhmilch, Hühnerei, Schweinefleisch (Diät nach Dr. Werthmann).

Verzicht auf Nüsse, Zwiebeln, Kohlensäure, Zucker, Alkohol, Nikotin, Kaffee.

Die Ausleitung von Umweltschadstoffen / -toxinen wieder entsprechend der SANUM-Ausleitungskur (s. Tab. 2).

Wichtig ist die Abklärung von Störfeldern, besonders im Bereich der Zähne, Nasennebenhöhlen und/oder Tonsillen.

Mit dem 4-Stufen-Schema steht eine gute Therapieanleitung mit SANUM-Präparaten zur Verfügung. (s. Tab. 4).

SELENOKEHL D4 Tr. 1x 10, ZINKOKEHL D3 Tr. 1x 10 und MAPURIT 1-2 Kapseln tgl. zur Stärkung des Vitamin- und Mineralhaushaltes.

Ergänzung des Therapieschemas mit:

- Mucosa comp. (Heel)
- FORMASAN (Acidum formicicum)
- OKOUBASAN (Okoubaka, bindet Darmtoxine)
- SILVAYSAN (Mariendistel, Leberschutz)
- HEXACYL (zur Ausleitung für Leber und Niere).

Phytotherapeutisch können Uzara, Ringelblume, Kamille, Melisse, Schafgarbe und Gänsefingerkraut erfolgreich eingesetzt werden. Zur Therapieergänzung an folgende Schüssler Salze denken: Nr. 6, Nr. 8 und Nr. 10. Besonders herauszuheben sind Nr. 4 Kalium chlor. als Schleimhautmittel und Nr. 11 Silicea als Mittel für chronische Er-

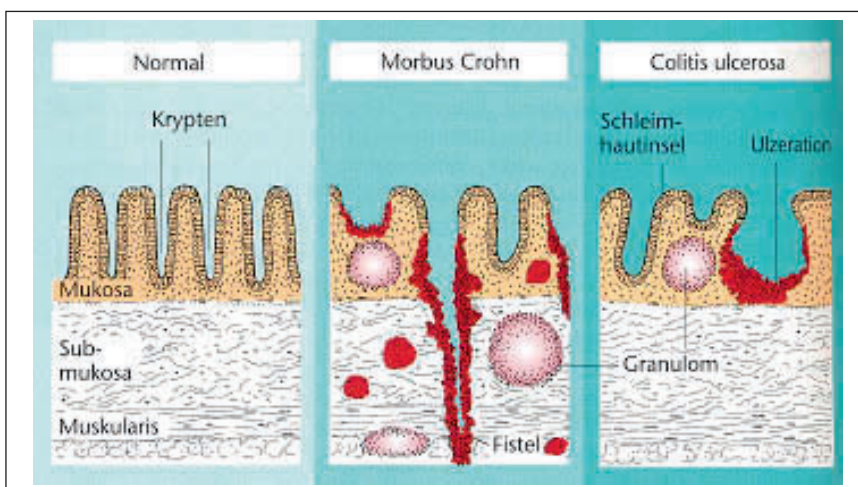


Abb. 2: M. Crohn und Colitis ulcerosa im histologischen Vergleich (aus: Bierbach: Naturheilpraxis heute, 1. Aufl., S. 636)

**1. Milieu-Regulation** während der gesamten Therapiedauer:

ALKALA N / T 2x 1 ML bzw. 1 Tbl. morgens und abends in heißem Wasser

CITROKEHL Tr. 1-3x tgl. 5-10 Tr.

Ubichinon comp. Heel Injektionen 1-2x wöchentlich.

**2. Spezifische Regulation mit Pilzpräparaten** über 10 bis 14 Tage:

PEFRAKEHL D5 Tr. und/oder FORTAKEHL D5 Tr. 2x 1-10 oral / einreiben (unter Berücksichtigung einer bakteriellen oder viralen Belastung evtl. auch NOTAKEHL D5 Tr. oder QUENTAKEHL D5 Tr. einsetzen)

**3. Allgemeine Regulation:**

Mo-Fr SANKOMBI D5 Tr. 2x 2-10 oral / einreiben

Sa+So PEFRAKEHL D5 Tr. / FORTAKEHL D5 Tr. 2x 1-10 tgl. (bzw. QUENTAKEHL D5 Tr. oder NOTAKEHL D5 Tr.)

**4. Immunmodulation** gleichzeitig mit Punkt 3 beginnen:

„Kapselkur“ mit *LATENSIN D6*, *RECARCIN D6* und *UTILIN D6* 1x 1 Kps. im Wechsel alle 8 – 14 Tage

SANUKEHL Salm D6 Tr., SANUKEHL Prot D6 Tr., SANUKEHL Myc D6 Tr. im tgl. Wechsel 1x 2-8 Tr. auf dem Bauch einreiben

Aufbau der Peyer'schen Plaques mit *REBAS D4 Kps.* 1-2 täglich.

so viele Neurotransmitter wie das Gehirn produziert. Zwei Drittel des Serotonins im Körper kommen aus dem Darm – wir füttern also im Prinzip zwei Gehirne!

Da Darm und Gehirn ständig miteinander kommunizieren, können Nahrungsmittel uns glücklich machen oder ängstlich und deprimiert.

Welche Stoffe schädigen unser Gehirn – und somit unsere Kopfleistung? Was sind wichtige Nährstoffe für das Gehirn? Die folgende Aufstellung gibt einen kurzen Hinweis auf die wichtigsten Faktoren.

Faktoren, die unser Gehirn schädigen:

- Transfette
- Nikotin
- Umweltbelastungen
- Schwermetalle
- Alkohol
- Dys-Stress
- Unverträgliche Nahrung
- Lebensmittel, besonders mit Zusatzstoffen wie: Farb-, Geschmacks- und technische Zusatzstoffe, Tartrazin (E102), Kuhmilchprodukte, Schokolade, Getreide, Hefe, Soja, Zitrusfrüchte, Erdnüsse, Hühnereier u.a.

Wichtige Nährstoffe für unser Gehirn sind:

- Glukose
- Essentielle Fettsäuren

*Tabelle 4: Therapieschema chronische Darmschleimhautentzündungen*

krankungen und zur Stärkung des Bindegewebes.

Bei den homöopathischen Komplexen haben sich die aufgeführten Mittel besonders bewährt:

- Acidum nitricum F Kplx (Nestmann) bei ulcerierenden Schleimhauterkrankungen,
- Pflügerplex 314 Atropin krampflösend, bei Darmkoliken,
- Pflügerplex 311 Bryonia bei septisch-toxischen Entzündungen.

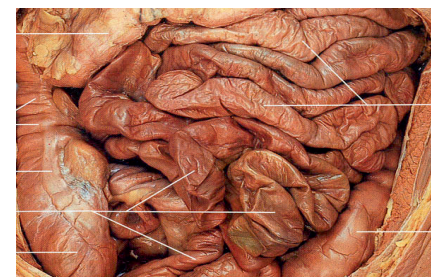
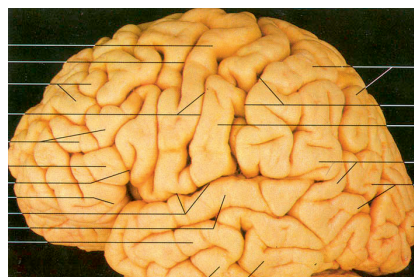
Die Spagyrik bietet mit Oponat spag. Peka ein Mittel, welches auch generell zur Behandlung von Entzündungen innerer Schleimhäute eingesetzt werden kann.

**Darm – Gehirn**

Darm und Gehirn sehen nicht ohne Grund ähnlich aus – beide haben einiges zu verdauen (s. Abb. 3).

Unser Denken und Empfinden wird direkt von unserer Ernährung beeinflusst. „Gute Ernährung“ mit geeigneten Mikronährstoffen kann unseren IQ anheben, die Stimmung und die emotionale Stabilität verbessern, unseren Verstand jung halten und das Gedächtnis stärken.

Es wurde allgemein angenommen, dass unser Denken von Neuronen im Gehirn bewerkstelligt wird. Die Wissenschaft hat belegt, dass unser Verdauungssystem 100 Millionen Neuronen enthält und genau-



*Abbildung 3: Gehirn- und Darmwindungen (aus: Rohen/Yokochi: Anatomie des Menschen, 2. Aufl., S. 95 und 280)*



(z.B. LIPISCOR, Omega 3 + Omega 6)

- Phospholipide (z.B. Lecithin, EPALIPID v. BIOFRID)
- Aminosäuren
- Vitamine, Mineralien, Spurenelemente (z.B. Vit. B-Komplex, Mg, Zn, ...).

Für die Gesundheit und Krankheit ist der Zustand der Grundregulation entscheidend. Man versteht darunter die Funktionseinheit der Gefäßendstrombahnen, der Endothelzellen und der vegetativ-nervalen Endformationen. Nach Pischinger ist das gemeinsame Wirk- und Informationsfeld dieser Trias die extrazelluläre Flüssigkeit. Angeschlossen sind Lymphgefäße und Lymphorgane. Die extrazelluläre Flüssigkeit ernährt die Zellen und entsorgt die Stoffwechselprodukte. Sie reguliert damit das „Zelle-Millieu-System“ und steht gleichzeitig im Zentrum aller Entzündungs- und Abwehrvorgänge. Alle Zellen sind von der intakten Funktion dieses Systems abhängig. Durch Stress, Mangelernährung, UV-Strahlung, Schadstoffe aus der Umwelt, chemische Stoffe, Schwermetalle u.ä. erstarbt die Reaktivität der Grundsubstanz. Die Mikrozirkulation und die Leistungen des Immunsystems sinken. Psychische, neurologische, immunologische und endokrine Störungen treten in Form von zu geringen oder überschießenden Reaktionen auf. Durch das Versagen des Lymphflusses kommt es zu allgemeinen Stauungen. Dies äußert sich beim Patienten z.B. durch Müdigkeit, Antriebsmangel, Konzentrationsschwäche, Hautleiden, latente Azidose, Entzündungen, Schweißausbrüche, Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen. Der entscheidende Schritt in der Therapie ist

also die Vitalisierung der Entgiftungs- und Ausscheidungsfunktionen. Durch natürliche Bau- und Schutzstoffe können eingelagerte Giftstoffe schonend ausgeleitet werden. Die physiologische Immunantwort (Makrophagen, Granulozyten) führt zur Verringerung überschießender immunologischer Reaktionen und Senkung des Allergierisikos. Verbesserter Zellschutz, Erhöhung der Energie und Mikrozirkulation sowie eine gesteigerte Vitalität sind das Ergebnis.

#### Therapie

Ausleitung von Umweltgiften und Schwermetallen (s. Tabelle 2).

4-Stufen-Schema nach Dr. Werthmann mit:

Regulation des Säure-Basen-Haushaltes (ALKALA, SANUVIS und CITROKEHL), gleichzeitig beginnen mit

FORTAKEHL (EXMYKEHL) über 10-14 Tage und später

SANKOMBI D5 alternierend mit FORTAKEHL (EXMYKEHL) über Wochen.

Ernährung: Schwankungen des Blutzuckerspiegels haben eine nicht zu unterschätzende Wirkung auf das Gehirn. Täglich 5 Portionen frisches Gemüse und Obst (5 Farben-Vielfalt) verzehren lassen. 80% der Nahrung sollten aus basischer Kost und 20% aus Säurelieferanten bestehen, dazu hochwertige Öle z.B. aus Leinsamen, Kürbis, Oliven, usw.

Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente als „intelligente“ Nährstoffe.

MATRICELL-Ampullenkur (Aminosäuren, Mineralstoffe, Vitamine, Spurenelemente).

GINKGOBAKEHL 1-3x 5 Tr. zur

Durchblutungsverbesserung bei gleichzeitiger Entgiftung.

Dystophan (Kattwiga) zur Durchblutungsverbesserung.

MUCEDOKEHL D5 Tr. 2x tgl. 3-10 (gegen Angst und Unruhe).

Magnerot classic (Wörwag) als Herz- und Gefäßschutz.

Schüssler Salze: Nr. 5, Nr. 7, Nr. 14 und Nr. 21.

Homöopathische Komplexe für Gehirn und Nerven wären:

- Zincum valerianicum Tropfen (Hevert)
- Nervoregin H Tbl. (Pflüger)
- Calcium phosphoricum Splx (Pascoe)
- Acidum phosphoricum Kpl. 25 (Nestmann)
- Avena sativa (Alcea)
- Lavandula (Alcea).

Entspannungsübungen (Yoga, Autogenes Training, Meditation, Lesen, Musik hören).

#### **Schlussbemerkung**

Die Therapievorschläge haben sich in meiner Praxis bewährt. Eine ausführliche Anamnese, das Zusammentragen von Hinweisen aus dem Auge (Irisdiagnostik), aus dem Dunkelfeld, aus Messungen, Testungen und Laborwerten können Ihnen bei der Erstellung des Rezeptes zusätzlich behilflich sein. □

Anschrift der Autorin:

Christine Bergmeier  
Heilpraktikerin  
Augsburger Straße 18  
86368 Gersthofen  
Telefon (08 21) 47 30 36

Literaturangaben beim Verlag