



# SANUM-Therapie bei Erkältung und grippalen Infekten

unter Berücksichtigung der ayurvedischen Medizin

von Dr. med. Kirk Slagel

Mit dem Beginn der kalten Jahreszeit haben auch Erkältungen, grippale Infekte oder sogenannte Grippeperioden wieder Saison. Durch eine regelrechte Flut von Berichten in den Medien entsteht leicht der Eindruck, es handele sich hierbei um eine fünfte Jahreszeit.

Viele Menschen verzichten – aus verschiedenen Gründen – bewusst auf eine Grippe-Impfung, möchten aber trotzdem etwas zur Vorbeugung unternehmen.

Es gibt zahlreiche Faktoren, die auf unseren Körper einwirken und unsere Gesundheit beeinflussen; die ganzheitliche Medizin berücksichtigt diese Aspekte sowohl in der Prophylaxe als auch der Therapie.

## 1. Äußere Rhythmen

### Biorhythmus

Wir unterliegen Tages-, Monats- oder Jahresrhythmen, die von verschiedenen kosmischen Faktoren beeinflusst werden. Kinder (er)leben diese natürlichen Rhythmen oft besonders deutlich: Sie wollen zu festen Zeiten essen, spielen oder sich ausruhen; sie gehen „mit den Hühnern ins Bett“ und sind schon mit den ersten Sonnenstrahlen wieder wach, auch – sehr zum Bedauern ihrer Eltern – an den Wochenenden. Die innere biologische Uhr verändert sich während des Erwachsenwerdens durch menschen-

gemachte Einflüsse wie künstliches Licht, Fernsehen, Nacht- und Schichtarbeit, aber auch durch die notwendige Anpassung an soziale und gesellschaftliche Strukturen (Schule, Beruf).

Trotz dieser Veränderungen unterliegt der Organismus weiterhin den bio-rhythmischen Einflüssen. So ist es allgemein bekannt, dass das Energiepotential des Menschen tages- oder jahreszeitlichen Schwankungen unterliegt. Im Frühjahr und Frühsommer, wenn durch den Sonnenstand die Tage länger werden, nimmt das Bedürfnis nach Bewegung und Aktivität zu. Bei extremer Hitze, trübem, regnerischem Wetter oder an kurzen Wintertagen fühlen wir uns eher träge und lustlos mit einem Bedürfnis nach Ruhe und Rückzug.

Die Anpassung an diese äußeren Gegebenheiten ist das Ergebnis der Evolution. Der Mensch entwickelte einen mehr muskulösen Körperbau, der ihm eine hohe Beweglichkeit ermöglichte. Dies war Grundvoraussetzung für das Überleben, z.B. bei Flucht oder Kampf, aber auch bei der Nahrungsgewinnung. Eine Reduzierung der körperlichen Aktivität bei extremen Witterungen stellte eine Möglichkeit dar, mit Nahrungsenergie und Wasser hauszuhalten. Dabei haben wir bessere Adaptationsmechanismen an Kälte als an Wärme entwickelt: so können

wir mehr und wärmere Kleidung anziehen, Schutzräume errichten und äußere Wärme durch Feuer erzeugen, uns aber nur begrenzt gegen Hitze abschirmen.

In beiden Fällen gelingt die Anpassung durch Veränderung des Nahrungs- und Wasserhaushaltes und Ausscheidung anfallender Stoffwechselprodukte.

Die Übergänge von einer Jahreszeit zur nächsten stellen u.a. bedingt durch Temperaturveränderungen sowohl körperlich als auch psychisch eine besondere Belastung dar. Da der Körper z.B. bei Einbruch des Winters auf eine Verlangsamung des Stoffwechsels und „Vorratshaltung“ umstellt, kommt es bei anhaltender Aktivität vermehrt zur Bildung von Stoffwechselschlacken und damit zu einer erhöhten Infektanfälligkeit.

Dies bedeutet jedoch nicht, dass wir diesen Erkältungszeiten und -wellen hilflos ausgeliefert sind. Die körpereigene Abwehr lässt sich bereits stärken, indem wir im Alltag die natürlichen biologischen Rhythmen integrieren anstatt sie zu missachten. Dazu gehören beispielsweise die Beachtung des Schlaf- und Ruhebedürfnisses und eine Verbesserung der Ernährungsgewohnheiten. So kann die *Vis medicatrix naturae*, die Heilkraft der Natur, uns unterstützen, im Wechsel der Jahreszeiten gesund zu bleiben.



## Äußere Einflüsse aus Sicht der indischen Medizin

Der Ayurveda, das älteste bekannte medizinische Heilsystem, sieht eine Verbindung zwischen den Jahreszeiten und den drei Doshas, den Lebensenergien. Diese materiellen und feinstofflichen Kräfte entstehen aus den fünf Elementen Erde, Wasser, Feuer, Luft und Äther/Raum.

### Vata

„Va“ bedeutet „Ausbreitung“. Diese Energie ist einerseits für Motorik und Aktivität zuständig, andererseits wirkt sie regulierend und vermittelnd auf Pitta und Kapha, die anderen beiden Doshas. Das Nervensystem ist der Impulsgeber für die Bewegung.

Sie setzt sich aus den Elementen Luft und Äther/Raum zusammen, denen als Sinnesorgane der Tastsinn bzw. der Gehörsinn zugeordnet sind.

Vata-Menschen sind beweglich, flexibel, aber auch unruhig bis unruhig und ungeduldig.

### Pitta

Es wird dem Umsetzungsprinzip zugeordnet und ist daher für sämtliche Stoffwechselläufe einschließlich der endokrinen und exokrinen Drüsen verantwortlich. Die Pitta-Energie entstammt überwiegend dem Element Feuer sowie zu einem kleinen Teil dem Wasser; die Augen sind die zugehörigen Sinnesorgane.

Pitta-Menschen sind zwar sehr hitzig, aber sie vertragen Wärme schlecht. Sie sind geistig sehr rege, können aber unbeugsam sein.

### Kapha

Sorgt für die Stabilität und Struktur im Organismus. Daher werden Kno-

chen, Bindegewebe, Immun- und Lymphsystem von dieser Energie versorgt. Wasser und Erde sind die zugrundeliegenden Elemente, denen der Geschmack bzw. der Geruch zugeordnet sind.

Kapha-Menschen sind geduldig, pflichtbewusst und stark, aber auch schwerfällig und langsam.

Diese drei Doshas sind bei jedem Menschen unterschiedlich stark ausgebildet und prägen so seine Konstitution. Dies erklärt auch die unterschiedliche Anfälligkeit oder Widerstandsfähigkeit gegenüber den 5 Elementen.

Führen wir uns die Bedeutung dieser äußeren Faktoren für unseren Stoffwechsel vor Augen, so wird verständlich, dass wir unsere Immunreaktion schon deutlich verbessern können, wenn wir uns diesen Einflüssen anpassen.

## 2. Innere Einflüsse

Jeder Organismus ist bestrebt, einen stabilen Zustand, die Homöostase, zu erhalten. Daher verfügt er über verschiedene Selbstregulationsmechanismen, z.B. das Puffersystem des Säure-Basen-Haushaltes. Das Milieu des Körpers wird nicht nur durch innere, sondern auch durch äußere Vorgänge beeinflusst sowie deren Wechselwirkungen untereinander. So können bereits diätetische Umstellungen den Stoffwechsel verbessern und entlasten. Dies führt einerseits zu mehr Energie, andererseits zu einer Verbesserung der Ausscheidung und Entgiftung.

Jedoch unterliegen wir vielfältigen Belastungen wie Stress, ungenügenden Ruhe- und Erholungsphasen, giftbelasteten, denaturierten oder gen-

technisch veränderten Nahrungsmitteln, Umweltgiften u.a.m.

Daher sind oft weitere Maßnahmen zur Wiederherstellung bzw. Erhaltung der Gesundheit nötig.

Hierzu bietet das Konzept der SANUM-Therapie eine gute Grundlage.

Sie geht davon aus, dass Gesundheit auf einem stabilen inneren Milieu beruht. Dies wird durch ausgewogene Energie-, Nährstoff- und Sauerstoffversorgung, einen ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt und die Unterstützung verschiedener symbiontischer Mikroorganismen erhalten. So beherbergt ein Erwachsener ca.  $10^{14}$  Mikroben, während er selber „nur“ aus  $10^{13}$  Körperzellen besteht. Im Darm des Menschen kommen über 400 verschiedene Mikroorganismen vor, die auf verschiedene Art und Weise wirken:

- mechanisch:
  - Muzin, Glykoproteine und Glykolipide regen die Zilienaktivität und Peristaltik an
- biochemisch:
  - Regulation des pH-Wertes, Sauerstoffpartialdruck, Redoxpotential
  - Bildung von Enzymen, Peptiden, Fettsäuren, Gasen usw.
- mikrobiell:
  - durch gegenseitige Beeinflussung, Bestimmung der Art und Menge des lokalen Keimflora-Musters
- immunbiologisch:
  - Förderung der schleimhautassoziierten Immunaktivität (z.B. GALT), Barriere und Schutz durch Besetzung ökologischer Nischen, Training der Immunantwort.



Für den Wirt ergeben sich aufgrund dieser Besiedlung erhebliche Vorteile für den eigenen Stoffwechsel durch:

- Produktion von Enzymen, Substraten, metabolischen Produkten.
- Übernahme wichtiger Funktionen im Metabolismus von Kohlenhydraten, Fetten und Proteinen.
- Biosynthese von Vitaminen und Steroiden.
- Energiegewinnung über Oxidation oder Glykolyse.
- Entgiftung von Ammoniak, Phenol, Kresol, Nitrosaminen, N-hydroxyacetylaminofluorinen und N<sub>2</sub>-Fixation.
- Synthese von mikroziden und mikrostatistischen Stoffen gegen nichtautochtone Hefen, Pilze und Bakterien.
- Verminderung der Wasserstoffionen-Konzentration (aus Milch-, Butter-, Essig-, Ameisen- und Propion-Säuren).

Wenn jedoch die Selbstregulation des inneren Milieus durch schädliche Einflüsse überfordert wird, kommt es aufgrund von Veränderungen des Säure-Basen-Gleichgewichtes zu Verschiebungen in der physiologischen mikrobiellen Zusammensetzung. Es ist eher erstaunlich, dass der menschliche Organismus diese Fehlbesiedlung und ihre Konsequenzen für den eigenen Stoffwechsel scheinbar problemlos über längere Zeit tolerieren kann.

Präparate zur Milieukorrektur	ALKALA, SANUVIS, CITROKEHL, FORMASAN
Pilzpräparate	FORTAKEHL, QUENTAKEHL, NOTAKEHL, GRIFOKEHL, RUBERKEHL, MUCOKEHL, NIGERSAN
Bakterienpräparate zur Immunmodulation	RECARCIN, UTILIN
Organpräparate zur Immunstärkung	REBAS, THYMOKEHL
Phytotherapeutika	RELIVORA, CERIVIKEHL, EPISCORIT, LUFFASAN

*Tabelle 1: Übersicht der SANUM-Therapeutika bei Infekten*

Wenn dann zusätzlich die äußeren Zyklen der Natur nur noch in Form einer festlichen Mahlzeit, z.B. zu Weihnachten oder Ostern, beachtet werden, setzt sich die Schädigung des inneren Milieus weiter fort.

Betrachten wir also die sog. "Grippe-Saison" unter ganzheitlichen Aspekten, so ist sie keine plötzlich über uns hereinbrechende Viruserkrankung, sondern eine Störung des inneren Milieus. Dies führt jedoch dazu, dass Keime wie z.B. Influenza-Viren besser im Organismus gedeihen als die physiologische Flora.

### **Ganzheitliche Therapie**

In der SANUM-Therapie wird allen o.g. Aspekten der Krankheitsentstehung Rechnung getragen. Ihre Besonderheit liegt in der Möglichkeit, mit geeigneten Pilz- und Bakterien-Präparaten die physiologische Keimflora zu stärken.

Tabelle 1 gibt eine Übersicht über die in Frage kommenden SANUM-Präparate. Die Auswahl erfolgt nach

der individuellen Symptomatik des Patienten.

Diese Medikamente werden zweckmäßig entsprechend dem 4 Stufen Schema nach Dr. Werthmann verordnet (s. Tabelle 2).

Die Pilzpräparate können sowohl oral als auch lokal, z.B. nasal, evtl. als Nasenlavage (s. SP 52, S. 17) angewendet werden. Der Inhalt der Kapseln kann bei Bedarf geviertelt oder halbiert werden. □

Anschrift des Autors:

Dr. Kirk Slagel  
Pleomorphic Product Sales  
5170 W. Phelps Road  
Glendale, AZ 85306  
USA

*Deutsche Fassung: C. Fischer  
Übersetzung und Veröffentlichung mit  
Genehmigung des Verlages EXPLORE!  
Publishing, 928541-1920 oder 0800  
320-6035, P.O. Box 11510, Prescott,  
AZ 86304*



**1. Milieukorrektur** während der gesamten Therapie:

Ernährungsumstellung, Verzicht auf Kuhmilch-, Hühnerei- und Schweinefleischprodukte, individuelle Unverträglichkeiten beachten.

ALKALA N Pulver 1-2x tgl. 1 Messl. in warmem Wasser lösen, nüchtern trinken.

SANUVIS 2x tgl. 60 Tr. oder 2 Tabl. und/oder CITROKEHL 2x tgl. 5-10 Tr. oder 1 Tbl.

oder FORMASAN Tr. 2x tgl. 5-10.

SELENOKEHL D4 Tr. 1x 5-10 morgens, ZINKOKEHL D3 Tr. 1x 5-10 abends.

EPISCORIT 3x tgl. ca. 50 Tr. zur Immunstärkung über 14 Tage; bei trockenem Husten CERIVIKEHL 2-3x tgl.

5-10 Tr. oder RELIVORA Komplex 2-3x tgl. 20-25 Tr.; bei Rhinitis LUFFASAN D4 2-3x tgl. 5 Tr.

**2. Spezifische Regulation:**

QUENTAKEHL D5 Tr. (bei viralen Belastungen) 2x tgl. 2-8 Tr.; evtl. im täglichen Wechsel mit NOTAKEHL D5

Tr. (bei bakteriellen Belastungen) 2x tgl. 2-8 Tr.;

bei allgemeiner Infektanfälligkeit zusätzlich FORTAKEHL D5 morgens 1 Tbl. bzw. 2-8 Tr.

**3. Allgemeine Regulation:**

SANKOMBI D5 Tr. 2x tgl. 2-8.

Bei akuten Zuständen werden Punkt 2 und 3 im 1- bis 3tägigen Wechsel gegeben.

**4. Immunmodulation** beginnt ab der 2. Therapiewoche:

UTILIN D6 und RECARCIN D6 im wöchentlichen Wechsel je 1 Kapsel.

REBAS D6 (zum Aufbau der körpereigenen Peyer'schen Plaques) 1x tgl. 1 Kapsel oder

THYMOKEHL D6 (spezifischer Aufbau des Thymusgewebes) 1x tgl. 1 Kapsel

Die Dauer der Therapie ist abhängig vom Krankheitsbild und -verlauf.

*Tabelle 2: Therapieschema akute Infekte*