

Differenzierte Analytik macht den Weg frei für eine neue individualisierte Darmtherapie

Burkhard Poeggeler, Andreas Scheler, Matthias Heiliger, Ralf Abels und Jürgen Kupferschmid

Die Bakterienzusammensetzung des Darms ist so individuell wie ein Fingerabdruck. Eine neue individualisierte Darmtherapie beseitigt den Biofilm im Darm, der von schädlichen Bakterien gebildet wird, und stellt eine gesunde Mikrobiota wieder her. Damit sind wesentliche Voraussetzungen geschaffen, um den Darm als größtes Immunsystem des Menschen dauerhaft gesund zu halten.

Aufgrund seiner zahlreichen Zotten und Ausstülpungen hat der Darm eine unvorstellbar ausgedehnte Oberfläche von 300 Quadratmetern – größer als ein Tennisplatz. Somit stellt er die größte Kontaktfläche des Körpers zur Außenwelt dar. Um diese Oberfläche vor schädlichen Einflüssen zu schützen, ist der Dickdarm von Billionen an symbiotischen Bakterien besiedelt, zehnmal mehr als der Mensch Zellen im Körper hat. Bisher wurden 1.000 unterschiedliche Arten entdeckt. Die Gesamtheit dieser Bakterien, das Mikrobiom, ist an der Verdauung und Aufnahme von Nahrungbestandteilen beteiligt, liefert Vitamine, fördert die Darmbewegung, hilft der Darmschleimhaut dabei, sich zu regenerieren, und schützt vor Krankheitskeimen. Zusätzlich ist der Darm mit Darmzellen, Immunzellen und einem komplexen Nervensystem mit ca. 200 Millionen Nervenzellen ausgestattet.

Die Ursache liegt im Darm

Der Darm ist ein äußerst wichtiges Organ des menschlichen Körpers, da er in intensiver Beziehung zum Immunsystem, zum Hormonsystem und zur Psyche steht. Im Darm werden Makro- und Mikronährstoffe aufgenommen. Außerdem werden dort Hormone (z. B. Adrenalin, Noradrenalin, GABA) und Vitamin K gebildet. Auch ist er der Hauptproduzent des Glückshormons Serotonin, wovon 97 Prozent im Darm synthetisiert werden und nur 1 Prozent im Gehirn. Aus Serotonin produziert der Körper das stimmungsaufhellende N-Acetylserotonin und dann das Schlafhormon Melatonin. Wird also zu wenig Serotonin gebildet, können Er-

schöpfungszustände, Schlafstörungen und Stimmungsschwankungen auftreten. Das Mikrobiom beeinflusst auch unsere Psyche. Eine kranke Darmflora lässt den Menschen anders denken und reagieren.

Der Magen-Darm-Trakt kann sehr störanfällig sein, und mit fortschreitender Zivilisation häufte sich die Zahl der Darmbeschwerden – laut Experten eines der am weitesten verbreiteten Krankheitsbilder in westlichen Ländern.

Auch wenn keine direkten Verdauungsprobleme vorliegen, sondern andere Symptome auftreten, kann die Ursache im Darm liegen.

Es gibt immer mehr Hinweise und Beweise dafür, dass viele gesundheitliche Beschwerden durch ein Ungleichgewicht im Darm bedingt sind. Dabei ist die Bandbreite der Symptome groß, z. B.:

- ein schwaches Immunsystem
- Mangelerscheinungen, z. B. Eisenmangel
- Schlafprobleme
- gestörte Hormonregulation
- Speicheln im Schlaf
- psychische Verstimmungen
- Müdigkeit, Schlafstörungen
- schlechte Laune bis zur Depression
- Hautprobleme, wie Ausschlag oder juckende Ekzeme, Psoriasis oder Neurodermitis
- Schmerzen im Rücken, an Schenkeln und Schultern
- Nahrungsmittelintoleranzen oder Umweltallergien
- Schwierigkeiten, Gewicht zu- oder abzunehmen
- Vergesslichkeit oder Konzentrationsprobleme
- Lustlosigkeit und Abgeschlagenheit

Der Schlüssel zum Verständnis

Das Mikrobiom – die Summe aller Mikroorganismen, die unseren Verdauungstrakt vom Mund bis zum After besiedeln – ist ein Schlüssel zum Verständnis für das Auftreten von Autoimmunerkrankungen. Es steuert

z. B. mit, ob und wann Menschen überge- wichtig werden oder an Diabetes oder Fettstoffwechselstörungen erkranken. „Dieses lebenswichtige Getümmel sorgt für eine stabile Balance im Darm“, erklärt Andreas Scheler, Facharzt Allgemeinmedizin für Naturheilverfahren (D) am Institut für angewandte Biochemie (IABC) in Kreuzlingen/Schweiz. Die Mikroorganismen umgeben sich mit einem selbst produzierten Schleim und heften sich an die Darmwand an. „Schädliche Mikroorganismen und krankheitserregende Merkmale, die sich in diesem Biofilm befinden, sind eine große Herausforderung bei der Darmregulation“, so Scheler.

Durch eine ungesunde Ernährung kann das Mikrobiom negativ verändert werden und es kann auch zu Verdauungsproblemen kommen. Eine ballaststoff- und flüssigkeitsarme Ernährung begünstigt beispielsweise das Entstehen von Verstopfungen, eine zu fettthaltige Kost senkt die Darmtätigkeit. Wird zu viel Eiweiß verzehrt, führt das im Darm zu einem Überschuss der Fäulnisbakterien, welche die gesunde Darmflora verdrängen. Hinzu kommt, dass Lebensmittel oft falsch gelagert werden, was zu einem erheblichen Verlust an Mikronährstoffen führt. Auch Medikamente, wie Abführmittel oder Antibiotika schädigen die Darmflora, wodurch die Anfälligkeit für Infekte deutlich ansteigt. Außerdem beeinflussen Infektionen, Allergien, Unverträglichkeiten, Parasiten oder Umweltgifte die Darmtätigkeit. Verschiedene Schwermetalle, wie zum Beispiel Amalgam in der Zahnversorgung, können ebenfalls die Ursache von Darmproblemen sein.

Dr. Burkhard Poeggeler (Georg August Universität Göttingen, Gutachter im European Research Council, wissenschaftlicher Beirat der schweizerischen Stiftung für Gesundheit und Umwelt, SfGU) weist darauf hin, dass der allgemeine Gesundheitszustand des Menschen abhängig ist von der harmonischen Kommunikation zwischen dem „Bauch-Gehirn“, dem „Darm-Gehirn“ und dem Zentralnervensystem. Die zunehmenden Belastungen durch Stress (metabolisch,

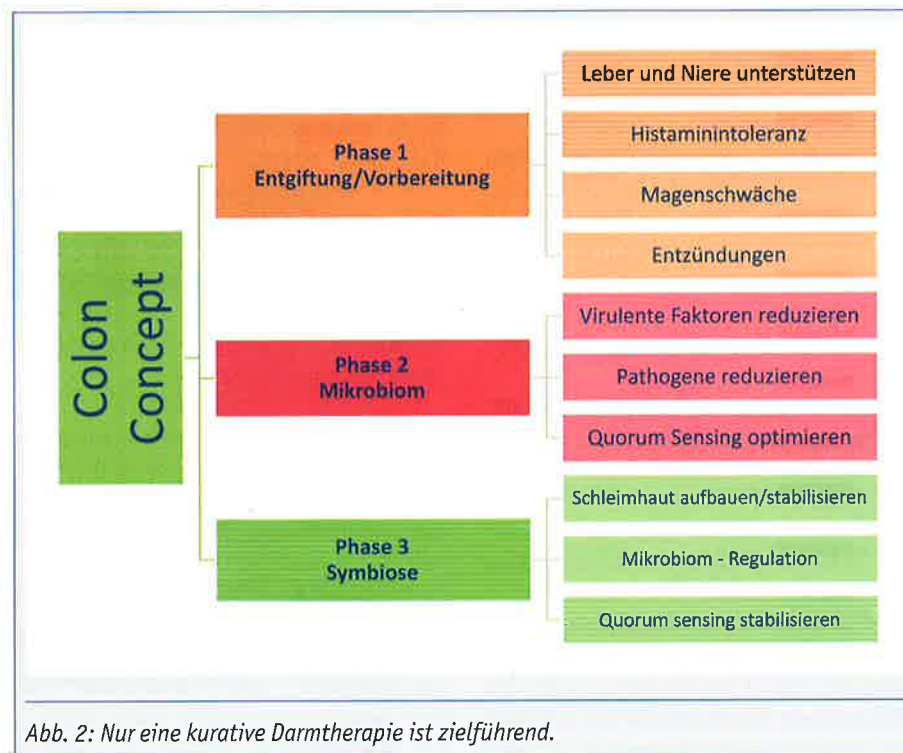


entzündlich, oxidativ) können zu Fehlfunktionen im Magen-Darm-Trakt führen. Am Beispiel des Reizdarmsyndroms, an dem fast 25 Prozent der Bevölkerung in den Industrienationen leiden, verdeutlicht Poeggeler die gesellschaftliche Brisanz und Relevanz des Themas. Mit Blick auf diese Vieldimensionalität sagt Andreas Scheler: „Der Darm fordert eine individuelle Therapie, flexible therapeutische Protokolle und ein komplexes Denken.“

Alle wichtigen Parameter zur Darmgesundheit

Unter der Leitung des IABC ist Wissenschaftlern aus der Schweiz, Deutschland und den Niederlanden ein wichtiger Durch-

bruch in der Ursachenforschung zum breiten Spektrum der chronischen Darmerkrankungen, unter anderem des Reizdarmsyndroms, gelungen. Mit modernsten Methoden konnte das IABC in dreijähriger Forschungsarbeit erstmals alle wichtigen Parameter zur Darmgesundheit analysieren. Mit Hilfe eines neu entwickelten Labortests (ColonScan) ist es z. B. möglich, nun auch die Darmparasiten zuverlässig zu bestimmen. „Bei herkömmlichen Methoden ist dies nicht immer der Fall, da die Parasiten auf dem Weg ins Labor absterben, zersetzt werden und damit nicht erkannt werden können“, erklärt Prof. Dr. med. Matthias Heiliger, Medizinischer Direktor am IABC. Die neue mikrobiologische Methode weist auch Enzyme im Darm nach, die durch bestimmte krankmachende Bakterien gebildet werden. Sie können z. B. zu Eisen-



mangel, nervlichen Beeinträchtigungen oder zu Immundefiziten führen. Seit Herbst 2015 wurden über das IABC 400 Stuhlproben daraufhin untersucht. In sämtlichen Proben konnten schädliche Faktoren der virulenten Keime, wie Katalase, Hämolyisin, Coagulase, Urease und Gelatinase, eindeutig nachgewiesen werden. Die hochempfindliche Methode hat in jeder vierten Probe Darmparasiten nachgewiesen. Damit konnte das Team von Spezialisten zeigen, welche schädlichen Mikroorganismen und krankheitserregenden Merkmale das Abwehrsystem Darm gefährden: „Der Körper versucht, sich gegen Darmparasiten, Bakterien, Hefen, Schimmelpilze und Viren zu verteidigen. Die akuten, chronischen und niedrigschwelligten Entzündungen im Darm sind das Problem. Jetzt haben wir die Diagnostik dazu“, sagt der Biologe, Sportwissenschaftler und Heilpraktiker Dr. Dr. Ralf Abels aus den Niederlanden. Bei der differenzierten Analytik können auch Hinweise entdeckt werden, ob z. B. eine Histaminintoleranz oder eine Störung im Hormonhaushalt vorliegt.

Balance im Darm dauerhaft gestört

Als Teil des Darmmikrobioms können schädliche Mikroorganismen und krankheitserregende Merkmale eine stabile Balance im Darm dauerhaft stören – mit zum Teil schwerwiegenden gesundheitlichen Folgen für die Betroffenen. In vielen Fällen lässt sich dann ein direkter Zusammenhang mit häufig vorkommenden Erkrankungen nachweisen, z. B. Nahrungsmittelunverträglichkeit, Allergie, Depression, Burnout-Syndrom, Immunschwäche, chronische entzündliche Erkrankungen, Autoimmunkrankheiten und Harnwegsinfekte. Zu ihrer Behandlung erklärt Dr. Burkhard Poeggeler: „Bisher führten konventionelle Maßnahmen selten zu einer nachhaltigen Verbesserung der Darmgesundheit. Die Symptome kehrten immer wieder und konnten nicht abgestellt werden. Dazu müssen die Ursachen wie bakterielle Krankheitserreger, Parasiten und Darmentzündungen angegangen werden.“ Die Behandlung von Darmbeschwerden mit Probiotika aus meist fünf Bakterienfamilien stellt dabei nur einen Baustein einer ganzheitlichen Therapie dar.

Gesunde Darmmikrobiota wieder herstellen

Vor diesem Hintergrund ist neben einer differenzierten Analytik auch eine Darm-

therapie unerlässlich, die das gesunde Mikrobiom wieder herstellt. Eine mikrobiologische Stuhlflora-Analyse liefert wertvolle Informationen zur Situation im Darm. Der Florastatus deckt Störungen des mikrobiellen (bakteriellen) Gleichgewichtes auf und erlaubt Rückschlüsse zur Abwehrsituation. So hat der neue differenzierte Labortest den Weg frei gemacht für eine neue individualisierte Darmtherapie, die eine gesunde Darmmikrobiota wieder herstellt – und aufgrund der Erfahrungen nach den ersten 250 Behandlungen für den Patienten bekömmlicher und wirksamer ist. Besonders bei der Beseitigung des Biofilms im Darm, der von schädlichen Bakterien gebildet wird, stellt die Behandlung nach dem sog. ColonConcept einen Fortschritt dar. Bei dieser Therapie durchlaufen die Patienten drei Phasen. Der Ablauf führt sie von der Entgiftung (1) über das Eliminieren schädlicher Mikroorganismen und dem Abbau krankheitserregender Merkmale (2) bis hin zum Aufbau einer gesunden, symbiotischen Bakterienflora (3).

Drei Behandlungsphasen greifen ineinander

In der ersten Phase werden Leber- und Nieren mit Hilfe pflanzlicher Extrakte, Mikronährstoffen und Schwefel angeregt und die Entgiftungsmechanismen des Körpers aktiviert. In der zweiten Phase werden schädliche Mikroorganismen eliminiert und krankheitserregende Merkmale abgebaut. Zunächst wird aber der Biofilm mithilfe eines Enzymkomplexes aufgebrochen. Der Biofilm schützt Bakterien gegen Antibiotika; es entstehen vermehrt Toxine und Histamin. Durch die niedrigschwellige Entzündung werden vermehrt Zink, Eisen, Kobalt und Mangan verbraucht. Danach können Pathogene verstärkt ausgeleitet werden. Je nach Befund werden zusätzlich mit Hilfe von pflanzlichen Komplexen und Mikronährstoffen die Darmschleimhaut und die Schleimhautimmunität gestärkt, die Ausschüttung von Histamin verringert, Entzündungen reduziert und Pathogene (Bakterien, Hefen, Schimmelpilze und Parasiten) eliminiert. Nach der Behandlung des Mikrobioms wird die gesunde, symbiotische Bakterienflora in der dritten Phase wieder durch einen probiotischen Komplex (mit neun Bakterienstämmen) aufgebaut. Durch diese frische Besiedelung und die gestärkte Magenbarriere können sich neue schädliche Mikroorganismen nicht mehr ansiedeln. Gleichzeitig werden die Schleimhäute

des Darms reguliert und somit auch das Immunsystem.

„Diese drei Behandlungsphasen greifen genau ineinander. Dies ermöglicht eine individuelle Darmtherapie mit einer natürlichen Sanierung des gesamten Verdauungstrakts. Nach dieser Behandlung kann der Körper wieder ungestört mit Nährstoffen, Nervenimpulsen und Immunreaktionen versorgt werden“, erläutert Dr. Burkhard Poeggeler. Damit sind wesentliche Voraussetzungen geschaffen, um den Darm als größtes Immunsystem des Menschen dauerhaft gesund zu halten. „Wir mussten erst den kurativen Ansatz finden, um das Konzept auch präventivmedizinisch weiterentwickeln zu können“, so Matthias Heiliger. Ralf Abels unterstreicht den Zusammenhang zwischen der neuen mikrobiologischen Darmdiagnostik und der Früherkennung eines Ungleichgewichts im Darm:

„Darmdiagnostik ist Präventivdiagnostik.“

Neue Ansätze und Konzepte für einen gesunden Darm

Viele bestehende Therapien versprechen schnelle Lösungen und wirken dann nur rein symptomatisch für kurze Zeit. Dies kann den Betroffenen nicht wirklich helfen. Ein solches Vorgehen erscheint auch deshalb unverantwortlich, da die Ursachen vieler Erkrankungen, die Dysbiose, Fettleber und Entzündung, nicht wirklich abgestellt werden können. Dazu ist eine mehrphasige und langfristige Behandlung über mindestens sechs Monate zur erfolgreichen Beseitigung der Stoffwechselstörungen notwendig. Das erfordert viel Disziplin und Geduld.

„Zunächst muss eine Entgiftung mit einer kompletten Detoxifikation erreicht wer-

den. Nur diese schafft die Voraussetzung für eine zielführende Darmsanierung. Die Eradikation der gefährlichen Keime muss gewährleistet werden. Das ist eine große Herausforderung. Schließlich bedarf es nicht nur der Abstellung der Dysbiose, sondern eben auch der Wiederherstellung der Symbiose. Auch dann, wenn alle Symptome abgeklungen sind, sollten die Betroffenen den Behandlungsplan durchhalten, sonst ist ein Rückfall vorprogrammiert“, erklärt Dr. Burkhard Poeggeler.

Darmgesundheit ermöglicht Gesundheit, und nur ein intaktes Verdauungssystem kann die lebenswichtige Versorgung mit Nährstoffen sowie die Ausleitung von Abbauprodukten gewährleisten.

„Durch die Umkehrosmose können über Ionengradienten an intakten Oberflächen im Darm so endogene Toxine und giftige Metalle sowie schädliche Xenobiotika wie Biozide erfolgreich eliminiert werden. Der Verdauungstrakt ist also nicht nur für die Versorgung mit Nährstoffen von essentieller Natur, sondern gewährleistet auch die Entgiftung und Ausleitung von Schadstoffen, die sonst im Organismus akkumulieren“, führt er weiter aus. Das Wissen um diese Vorgänge wächst ihm zufolge nun sehr schnell an und schon bald werden neue Wege und Möglichkeiten vielen Betroffenen eine erfolgreiche Hilfe bieten, an denen viele Forscher weltweit intensiv arbeiten.

Kontakt zu den Autoren über:

Dr. Burkhard Poeggeler
bpoegge@gwdg.de

Weitere Informationen:

www.iabc.ch

SfGU fördert den Austausch über Darmgesundheit

Die Schweizer Stiftung für Gesundheit und Umwelt (SfGU) macht das Wissen über den Nutzen der Regulations- und Modernen Orthomolekularen Medizin einer breiten Bevölkerung zugänglich. Zu diesem Zweck fördert sie auch den Dialog zwischen Wissenschaft und Praxis, z. B. zum Thema Darmgesundheit. So kam auch am 11. Internationalen Bodenseekongress für Regulations- und Moderne Orthomolekulare Medizin die grosse Bedeutung der Darmgesundheit zum Ausdruck. Um das hinzugewonnene Wissen in der Praxis anzuwenden, bietet die SfGU auch zertifizierte Weiterbildungen an und fördert den Austausch von Wissen aus der Forschung für die Anwendung in der Praxis.

Weitere Informationen: www.sfgu.ch