



Milieutherapie und Darmsanierung

Ein Konzept zur Behandlung chronischer Krankheiten

von HP Manfred Haas

Nicht selten stehen wir Therapeuten vor dem Problem der Behandlung chronischer Erkrankungen, die sich in vielfältigen pathologischen Erscheinungen bemerkbar machen, sich sogar maskieren können und dann einer naturheilkundlichen Therapie gegenüber resistent sind.

Im Laufe der Jahre hat sich für mich ergeben, dass der Beachtung des Darms und des körpereigenen Milieus eine nicht zu unterschätzende strategische Bedeutung in der Behandlung zukommt.

Funktionen des Darms

Der Darm ist ein Organ mit komplexen Funktionen.

Im Dünndarm finden die Verdauung des Speisebreis und die Resorption von Nährstoffen, Mineralien und Vitaminen statt. Um die Resorption zu bewerkstelligen, weist die Schleimhaut durch Falten, Zotten und Mikrovilli eine beträchtliche Vergrößerung der Oberfläche auf. Die Dünndarmzotten sind etwa 1mm hohe und 0,1mm dicke fingerförmige Ausstülpungen in das Darm-lumen. Jede Zotte enthält ein Bindegewebegerüst mit arterieller und venöser Versorgung, ein Netz von Blutkapillaren und schließlich ein zentrales Lymphgefäß. Diese Oberflächenvergrößerung nimmt zum Ende des Dünndarmes kontinuierlich ab, da die Aufnahme von Nährstoffen geringer und zunehmend nur Wasser resorbiert wird.

Der Dünndarm ist aber auch ein wichtiges Immunorgan und stellt durch die Interaktion von Darmbakterien und Lymphozyten die erste Abwehrbarriere in unserem Körper dar. Innerhalb der Schleimhaut des terminalen Ileums und im Wurmfortsatz des Blinddarms (Appendix vermiformis) liegen einzeln oder in Gruppen zahlreiche Lymphfollikel, die zusammen mit diffus verteilten Lymphozyten in ihrer Gesamtheit als Darmassoziiertes Lymphatisches System (Peyer Plaques) bezeichnet werden.

Der Darm spielt also neben seiner Verdauungstätigkeit eine zentrale Rolle bei der Immunabwehr. Hier befinden sich nahezu 70 bis 80% aller Antikörper produzierenden Zellen, die das wichtige Immunglobulin A (IgA) sezernieren. Das IgA ist ein wesentlicher Bestandteil der humoralen Abwehr und bildet quasi die immunologische Schleimhautbarriere im Darm. Auf diese komplexe Weise wird der Körper über den Darm vor der Aufnahme von schädlichen Agenzien geschützt.

Außerdem ist der Darm ein Stoffwechselorgan mit besonders wichtiger Funktion für den Säure-Basen-Haushalt. Er ist sozusagen Hauptkampfplatz in Bezug auf die unphysiologische Säurebildung. Die Darmflora leidet unweigerlich bei einer Übersäuerung des Darminhaltes, es kommt zum Übertritt der Säuren ins Blut und dadurch zwangsläufig auch zur Anhäufung von überschüssigen Säuren im Gewebe.

Das Kolon dient vorwiegend der Resorption von Wasser und Salzen sowie der Ausscheidung. Es enthält unverdauliche Nahrungsreste, die durch Bakterien über Gärungs- und Fäulnisprozesse zersetzt werden. Die Schleimhaut des Dickdarmes weist eine wesentlich geringere Oberfläche als die Dünndarm-schleimhaut auf. Es fehlen die Zotten, die Oberfläche wird ausschließlich durch tiefe Einsenkungen (Krypten) vergrößert. Auch hier kommen in der Schleimhaut zahlreiche Lymphfollikel vor.

Die beschriebenen Funktionen des Darmes als Resorptions- und Sekretionsorgan müssen immer im Zusammenhang mit dem Bakterienrasen gesehen werden. Die dort ansässigen Darmsymbionten stellen ein komplexes ökologisches Gleichgewicht aus einer Mischung von aerober und anaerober Flora sowie einzelner Pilzgruppen dar. Störungen beeinflussen die prozentuale Zusammensetzung der Keime, die automatisch zu unerwünschten Veränderungen innerhalb der Keimpopulationen und des lokalen Milieus führen.

Der Schutz der Darmschleimhaut-Oberfläche wird somit von mehreren Einrichtungen übernommen:

- Darmbarriere (Darmwand mit Lymphsystem)
- sekretorisches IgA
- Bakterienrasen

Der Bakterienrasen und die Schleimhaut bilden dabei eine Einheit. Das



bedeutet: ist die Mucosa enteralis geschädigt, leidet die Bakterienflora und umgekehrt.

Der Darm als potentielles Störfeld

Wenn man bedenkt, dass der Mensch mehr Bakterien beherbergt als er eigene Körperzellen hat, wird die große Bedeutung der Darmbakterien und des Darmmilieus für den gesamten Organismus verständlich. Sie stellen quasi ein wichtiges „inneres Organ“ dar. Die bakterielle Besiedelung des unteren Ileums sowie des gesamten Kolons und Rektums besteht aus über 400 verschiedenen Bakterienarten. Über 90% davon sind strikt anaerobe Stämme (z.B. Bifidobakterien), der Rest entfällt auf aerobe Arten (z.B. E. coli, Enterokokken).

Die Bakterien der Darmflora haben eine wichtige Stoffwechselfunktion, da sie Stoffe spalten können, die z.B. beim Eiweißabbau anfallen (Ammoniak). Hierdurch erfährt die Entgiftungsfunktion der Leber eine deutliche Entlastung.

Folgende Faktoren können die Darmflora schädigen oder reduzieren:

Antibiotika, Antazida, Laxantien, Nikotin, Konservierungsstoffe in der Nahrung, falsche Ernährung (zu wenig Gemüse, zuviel Fleisch, viel Süßigkeiten, Fast Food), Nahrungsmittelunverträglichkeiten.

In aller Regel führt eine Darmdysbiose früher oder später zur Schädigung des Darmorgans. Die Schleimhaut wird zunehmend poröser und für Schadstoffe vermehrt durchlässig. Die Zotten atrophieren, da sie sich durch die permanente Zerstörung nicht mehr auf ihre normale Höhe regenerieren. In der Fol-

ge kommt es zu einer verminderten Bildung von sIgA und zum Untergang von Peyer Plaques. Dieser Zustand wird als Leaky Gut Syndrom, zu deutsch „undichter“ Darm, bezeichnet. Insgesamt ist sowohl die Entgiftungs- als auch die Verdauungsleistung des Darmes gestört und damit der Weg zur chronischen Erkrankung geebnet.

Bei Funktionsstörungen des Darmes reagieren die Schwachorgane an dessen Stelle. Ein Schwachorgan ist immer derjenige Körperteil, der Belastungen (welcher Art auch immer) am wenigsten tolerieren kann und damit eine krankhafte Reaktion (eine Reizbeantwortung) hervorruft. Solche Schwachorgane begegnen uns häufig in pathologisch verändertem Zustand: Lymphorgane (z.B. hypertrophe Tonsillen), Zähne (Fehlstellungen, Mundatmung), Atemwege (Rhinitis, Bronchitis), Haut (Ekzeme), Rücken/Gelenke (Lumbago, Arthritis, M. Bechterew), Nervensystem (ADS, Migräne), um nur einige zu nennen.

Jeder Mensch hat anlagebedingt „seine“ Schwachstellen. Ursächlich liegt ihnen jedoch der kranke Darm zugrunde, analog der Verschiebung von Krankheitssymptomen nach Reckeweg. Aufgrund dieser Vikaria-tion bleibt zwar die Ernährungsfunktion des „Schockorgans Darm“ erhalten, die immunologische Kompetenz geht jedoch verloren. Die erwähnten Schwachorgane sind häufig verantwortlich für die Chronizität eines Leidens.

Einflüsse des Milieus

Das so genannte innere Milieu spielt bei der Entstehung chronischer und allergischer Erkrankungen eine wichtige Rolle. Das Milieu ist - kurz gesagt - der Raum, in dem eine

Reaktion abläuft (Werthmann), es ist die Umgebung, in der Leben entsteht und sich fortentwickelt. Es wird von verschiedenen Faktoren und Einflüssen sowohl von innen als auch von außen geprägt. In vielen Situationen ist das Milieu eines Organs entscheidend dafür, ob eine physiologische oder pathologische Reaktion abläuft. Jedes Organ hat seinen physiologischen Toleranzbereich. So ist das Magenmilieu sauer, während im Dünndarm alkalische Zustände herrschen, das Scheidenmilieu der Frau liegt im sauren Bereich, der normale pH-Wert des Spermas des Mannes ist schwach alkalisch und so weiter.

Für die Aufrechterhaltung aller Lebensabläufe sind das Blut als wichtigster Puffer und das Bindegewebe mit all seinen Regulationseinrichtungen die Basis eines korrekten Milieus. Unsere Ausscheidungsorgane und die Abwehrorgane (Niere, Atmungsorgane, Haut, Verdauungsorgane, Lymphorgane) helfen dabei, das Milieu in den verschiedenen Geweben konstant zu halten.

Die Schaffung des physiologischen Milieus ist ein Eckpfeiler der ganzheitlichen biologischen Medizin. So sah neben vielen anderen Prof. Günther Enderlein im Milieu den alles entscheidenden Faktor für die Entwicklung der Krankheiten. Er wies nach, dass das Blut nicht steril ist, sondern vielmehr Tummelplatz aller möglichen pathogenen und nicht pathogenen Mikroorganismen, die sich in einem ständigen Prozess auf- und abwärts entwickeln. Vom veränderten Blutmilieu ausgehend können pathologische Veränderungen dann natürlich zu anderen Geweben fortschreiten.

Enderleins Thesen können allgemein wie folgt zusammengefasst werden:



- Krankheit bedeutet Symbiosestörung.
- Kranksein ist ein biologisches Problem, und nur die Biologie kann es lösen.
- Das Milieu ist alles, es bestimmt, welche pathologischen Prozesse sich im Körper oder einzelnen Organen entwickeln können.

Nehmen wir als Beispiel verschiedene Bakterien: je nach Bakterienart erlaubt das jeweilige Milieu, dass aus an sich harmlosen Stämmen krankmachende Erreger werden. Es ist daher nicht sinnvoll, Keime auszurotten (Antibiotika, Antimykotika), sondern wichtig, eine grundsätzliche Milieuveränderung herbeizuführen. Dies ist vergleichbar mit einem Garten, in dem nur auf gesundem Boden ein gesundes Wachstum entsteht.

Der Mensch lebt in intensiver Symbiose mit seinen Mikroorganismen. Dies wird uns im Darmsystem besonders deutlich vor Augen geführt, kann aber selbstverständlich auf alle anderen Körperbereiche übertragen werden.

Therapiestrategie

Gerade bei chronischen Erkrankungen müssen wir bedenken, dass manche erkrankten Organe oder Organsysteme zwar in keinem direkten Zusammenhang mit dem Darm stehen, die Symptome aber Folge der Fernwirkung einer Dysbiose des enteralen Systems sind.

Die Eckpfeiler der Therapie sind daher:

- Milieukorrektur
- Darmsanierung
- Stimulation des Immunsystems.

Diese Reihenfolge ist einzuhalten. Schließlich wäre es wenig sinnvoll,

eine Stimulation des Immunsystems mit einer Reiztherapie in die Wege zu leiten, ohne dass die hierfür vorgesehenen Reaktions-Einrichtungen des Darms (Peyer Plaques, Zottenapparat, Schleimhaut) die notwendige Kompetenz besitzen.

Ernährung

Ganz oben bei der Darmsanierung steht eine Ernährungsumstellung mit einer Reduktion des säurelastigen Anteils, der bei den meisten Menschen circa 70-80% betragen dürfte. Der basische Anteil muss sich dagegen auf etwa 70% erhöhen. Daneben sind für die Dauer der langfristigen Therapie Kuhmilchprodukte und Hühnerispeisen zu meiden; sie stellen Primärallergene für den Darm dar und schädigen den Zottenapparat. Der Fleischkonsum ist zugunsten von pflanzlichem Eiweiß einzuschränken. Auf Schweinefleisch sollte grundsätzlich verzichtet werden. Auch Süßigkeiten und sonstige Säurebildner müssen gemieden werden.

Erst auf dieser Grundlage hat eine medikamentöse Behandlung des Darms überhaupt Aussicht auf Erfolg.

Aufbau der Dickdarmflora

Hierzu empfiehlt sich besonders die rektale Therapie mit EXMYKEHL D3 1-2x wöchentlich ein Zäpfchen. Die Colon-Hydro-Therapie hat sich in der Praxis sehr bewährt; ihre Hauptwirkung liegt nicht allein im Spüleffekt, sondern auch in einer tiefen, sorgfältigen Bauchmassage, die den Parasympathikus stimuliert.

Daneben kann noch mit OKOUBASAN D2 1-3x tägl. 5 Tropfen wirksam entgiftet werden.

Regeneration der Dünndarmflora

Basenpulver sind in diesem Punkt unerlässlich, wobei auf den richtigen Einnahmezeitpunkt zu achten ist, damit der sofortige Weitertransport aus dem Magen zum eigentlichen Wirkbereich, dem Dünndarm, gewährleistet ist. Daher sollte das Basenpulver morgens nüchtern, am besten in warmem Wasser aufgelöst, getrunken werden.

Aufbau der Schleimhaut

- Mucosa comp. Amp. (Fa. Heel) 1 x 1 tgl. im Mund einspeicheln,
- OKOUBASAN D2 1-3x tägl. 5 Tropfen.
- Diät (wie beschrieben)
- Glutamin (etwa 2x 2g tgl.) oder Kartoffelsaft, beides schützt den Darm und baut auf.

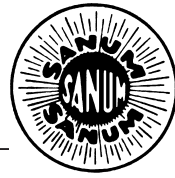
Aufbau der Darmflora

Hier verordne ich zur Restaurierung einer symbiontischen, abschnittsgerechten Bakterienflora für mindestens vier bis fünf Wochen FOR-TAKEHL D5 Tropfen 1-2x tgl. 1-8 Tr., gefolgt von PEFRAKEHL D5 Tr. (1-2x tgl. 1-10 Tr.). Daran anschließend kommen multimikrobielle Probiotika, z.B. ProEmsan von Tissot oder relativ häufig auch eine Phasentherapie mit Myrrhinil-Intest und Rephalysin (Firma Repha) zum Einsatz.

Es sei aber noch einmal darauf hingewiesen, dass oft schon eine konsequente Ernährungsumstellung ein wesentlicher Schritt zur Besserung ist!

Immunstimulation

Erst danach beginne ich die Reiztherapie, in der Regel mit den Immunmodulatoren UTILIN, UTILIN „S“, LATENSIN, RECARCIN und ge-



1. Milieukorrektur während der gesamten Therapie:
 - Diät nach Dr. Werthmann
 - ALKALA N 1-2x tägl. 1 Messl. in warmem Wasser lösen, nüchtern trinken.
 - Entsprechend der individuellen Situation: OKOUBASAN D2 2x tägl. 5 Tr. oder 1 Tbl.;
 - Substitution von Mineralstoffen und Spurenelementen, z.B. MAPURIT 1-2x tgl. 1 Kapsel, SELENOKEHL D4 Tropfen 1x 5-10 morgens, ZINKOKEHL D3 Tropfen 1x 5-10 abends.
 - Mucosa comp. Amp. (Fa. Heel) 1x 1 Amp. tgl. im Mund einspeicheln.
 - Evtl Myrrhinil-Intest, Rephalysin oder ProEmsan.
2. Spezifische Regulation: EXMYKEHL D3 Supp. abends 1x 1 tgl. rektal (evtl. nur 1-2x 1 wöchentlich) oder FORTAKEHL D5 morgens und PEFRAKEHL D5 abends, jeweils 1 Tbl. bzw. 2-8 Tr.
3. Allgemeine Regulation: SANKOMBI D5 2x tgl. 2-8 Tr. von Montag bis Freitag, samstags und sonntags wieder EXMYKEHL D3 bzw. FORTAKEHL D5 und PEFRAKEHL D5 wie unter Punkt 2.
4. Immunmodulation beginnt mit Punkt 3
UTILIN D6, UTILIN „S“ D6, LATENSIN D6, RECARCIN D6 im wöchentlichen Wechsel je 1 Kapsel.
REBAS D6 Kps. 1x 1 täglich.

Die Dauer der Therapie hängt vom Beschwerdebild und Verlauf ab, in der Regel beträgt sie 6-8 Wochen.

Grundschemata einer Darmsanierung

gegebenfalls REBAS. Letzteres ist ein homöopathisiertes Mittel aus den Peyer Plaques vom Schwein.

Durch diese Präparate wird nicht nur eine unspezifische Immunstimulation, sondern eine Erhöhung der allgemeinen Reaktionsbereitschaft bewirkt, etwaige Stauungen oder Blockaden werden gelöst, und die Regulationsfähigkeit des Organismus wird gesteigert. Gerade REBAS hat sich als sehr effektives Aufbaumittel des Immunsystems gezeigt und konnte schon oft mit Erfolg eingesetzt werden.

Aber wie schon erwähnt: vor der Immunmodulation müssen die Darmschleimhaut und der Bakterienrasen regeneriert und aufgebaut werden, um nicht mit Erstverschlimmerungen, unerwünschten Reaktionen oder gar mit der Erfolglosigkeit der Therapie infolge einer Blockade rechnen zu müssen.

Orthomolekulare Substanzen

Die Schädigung des Darms in der oben dargestellten Weise bewirkt

natürlich auch den allmählichen Verlust von Mineralien und Spurenelementen. Dem Mineralhaushalt sollte entsprechend den aktuellen Gegebenheiten unbedingt ein Platz auf dem Therapieplan gewidmet werden: insbesondere ist an Zink, Mangan, Magnesium und Kalzium zu denken. Die Enzyme des Verdauungs- und Immunsystems benötigen zum großen Teil als Baustein Zink. Auch Mangan und Magnesium werden bei allen energetischen Prozessen der Zellen gebraucht. Selen gilt als Radikalfänger und verbessert die Ratio der Helfer- und Suppressor-Zellen.

Inwiefern solche Mängel substituiert werden müssen, sollte aber immer im Einzelfall und nicht pauschal entschieden werden. Hingegen ist der Einsatz von Antioxidantien generell sinnvoll.

Schlussbemerkung

Mit diesem Beitrag habe ich versucht, die Zusammenhänge zwischen einem chronisch kranken

Darm und seinen Fernwirkungen auf die verschiedenen Organe aufzuzeigen, damit ein Grundstein für eine erfolgreiche Therapie gelegt werden kann. □

Anschrift des Autors:

Manfred Haas
Heilpraktiker
Boehringerstraße 4
55218 Ingelheim
Telefon (0 61 32) 89 93 98
E-Mail: mmv-haas@gmx.de

Literatur

- Pschyrembel, Klinisches Wörterbuch; 259. Auflage (deGruyter)
- „Kranker Darm – Kranker Körper“, Dr. med. H. Weiss (Haug Verlag)
- „Kuhmilch- und Eiweißallergie bei Kindern“, Dr. K. Werthmann (Sonntag Verlag)
- „Der Körper des Menschen“, Adolf Fallers, 14. Auflage (Thieme Verlag)