



Bauch- und Herzschmerzen, eine naturheilkundliche Betrachtung

von Dr. med. Kathrin Anselm

Alle Organe im menschlichen Körper arbeiten zusammen. Sie kommunizieren über Hormone, Transmitter, neuronale Signale, RNA, Stoffwechselprodukte und modulieren sich gegenseitig in ihrer Funktion. So auch der Verdauungstrakt und das Herz-Kreislauf-System.

In der traditionell chinesischen Medizin sind die Funktionskreise von Dünndarm und Herz im Element Feuer zusammengehörig. Das Yin-Organ Herz ist Herrscher aller Funktionskreise, durchdringt den Körper mit Spiritualität, Bewusstsein und Emotionen. Der Dünndarm trennt Reines von Unreinem und schützt die Herzenergie durch Ableitung überschüssiger Hitze.

Beide Meridiane und somit Organsysteme sind in der komplementären Zahnheilkunde den Weisheitszähnen zugeordnet. Daher gebührt bei der Untersuchung von Herz- und Darmpatienten besondere Beachtung dem Weisheitszahnbereich in einer Röntgen-Aufnahme (OPT).

Auch die westliche Medizin kennt Zusammenhänge von Darmsystem und Herz. Schon aufgrund ihrer anatomischen Nähe können sich Herz und Darm beeinflussen. Der Begriff des „Roemheld-Syndroms“ beschreibt funktionelle Herzbeschwerden, die von Angina pectoris bis zu Ohnmacht reichen können, und die von einer Verdrängung des Herzens durch einen geblähten Darm ausgelöst werden.

Wie aktuelle Forschungen bestätigen, besteht ein Zusammenhang zwischen der Qualität des Mikrobioms, der bakteriellen (Darm-) Flora des Menschen und chronischen Erkrankungen. So auch bei Herz-

Kreislaufkrankungen wie chronischer Herzinsuffizienz, metabolischem Syndrom, Diabetes Typ 2, Adipositas und Gefäßerkrankungen. Die bakterielle Flora schlüsselt die Nahrung für den Organismus auf und produziert Stoffwechselzwischenprodukte und eigene Nährstoffe. So produziert sie auch verschiedene Stoffe, die Einfluss auf die Durchblutung und die Herzfunktion nehmen, beispielsweise das Betain, das für den Homocysteinestoffwechsel benötigt wird (1) oder Protocatechusäure, die antiatherosklerotische Wirkungen hat (2). Auch die von Darmbakterien synthetisierten kurzkettigen Fettsäuren sind direkte Nahrung für die Herzzellen.

Im Experiment hat sich gezeigt, dass das Mikrobiom von dicken Mäusen mehr Kalorien aus der Nahrung extrahiert, als das Mikrobiom von dünnen Mäusen (3). Dieselbe Ernährung bewirkt also bei unterschiedlicher Darmflora unterschiedliche Effekte auf eine bestehende Adipositas. Bei Mäusen ganz ohne Darmflora haben sich neben vielen anderen Symptomen erhöhte Cholesterin- und Triglyceridwerte gezeigt (4). So verschärft eine falsche oder fehlende Darmbesiedelung ein bestehendes Stoffwechselproblem.

Das Herz-Kreislauf- und das Darmsystem sind weiterhin über das Maß an systemischer Entzündung miteinander verknüpft. Chronisch systemische Entzündungen sind als Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bekannt. Das hsCRP (hochsensitives CRP) und Lp-PLA 2 stellen als chronische Entzündungsmarker sensitive Untersuchungsparameter zur Ermittlung des kardiovaskulären Risikos dar.

Eine wichtige Quelle systemischer Entzündung ist der Darm. Hier sehen wir die Verknüpfung von Mikrobiom und Immunsystem. Dieses ist im Darm gewebeständig in den „Peyerschen Plaques“ organisiert. Hier sind Darmbakterien an der Ausbildung und Aktivierung des lymphozytären Systems beteiligt. Im Tierversuch an Kätzchen und Kälbern zeigt sich beispielsweise eine fehlende Ausbildung von T-Lymphozyten bei sterilem Aufwachsen der Tiere. Es besteht eine Immunschwäche, die dazu führt, dass der Körper akute Entzündungen nicht bekämpfen kann, sondern sich chronisch schwellende Prozesse entwickeln.

Weiterhin sind die Darmbakterien an der Toleranzentwicklung von Nahrungsmitteln im Kleinkind-Alter beteiligt. Wenn die nötigen Darmbakterien fehlen, die dem Immunsystem Nahrungsbestandteile als „harmlos“ präsentieren, entstehen vermehrt Unverträglichkeiten und damit ebenfalls Entzündungsreaktionen diesen Nahrungsbestandteilen gegenüber.

Entzündungsfördernd sind auch Stoffwechselprodukte und Partikel von pathogenen Bakterien. Diese treten bei einer schlechten Qualität der Darmflora und Darmschleimhaut ins Blut über. So wurden bei Patienten mit Herzversagen deutlich erhöhte Werte von adhärenenten, biofilm-bildenden Bakterien nachgewiesen. Im Tierversuch zeigten Versuche, die einen Einfluss auf die Darmflora hatten, positive Auswirkungen auf das Herz (5). Eine Studie, die mit Antibiotika pathologische Keime reduzierte, zeigt an Mäusen eine Verkleinerung der Größe eines

Herzinfarktsareals sowie eine Verbesserung der lokalen Durchblutung (5). Aus naturheilkundlicher Sicht vielleicht interessanter sind Studien mit verschiedenen Probiotikastämmen (*Saccharomyces* spp. und *Lactobacillus*). Hier zeigt die Gabe von Probiotika eine Verbesserung der LVEF (linksventrikulären Ejektionsfraktion), eine Verminderung der Hypertrophie sowie eine verbesserte Reperfusion nach Infarkt (5).

Neben ihrer entzündungsmodulierenden Funktion ist die Funktion der Darmbakterien beim Prozess der Aufschlüsselung und Aufnahme von Nährstoffen entscheidend für das Herz. Als nie ruhender „Hochleistungsmuskel“ ist das Herz permanent auf eine Versorgung mit Mineralien, Spurenelementen, essentiellen Aminosäuren und Fettsäuren angewiesen. Diese können nur bei intakter Resorption aus dem Verdauungstrakt dem Herzen zur Verfügung gestellt werden.

Neben der Resorption von Nährstoffen ist auch der Histaminspiegel von einer intakten Darmschleimhaut abhängig. Histamin entsteht sowohl im Körper als auch beim Zerfall von Eiweißen in der Nahrung. Histamin wird im Körper in Mastzellen, Epithelien und Nervenfasern gespeichert. Bei der Freisetzung von Histamin erweitern sich die kleinen Gefäße, es kommt lokal zu Juckreiz und die Bronchien kontrahieren sich. Die Wirkung auf das Herz ist positiv chronotrop (Herzschlag erhöht) und inotrop (Kontraktionskraft erhöht), während die großen zentralen Gefäße sich verengen. Ein ständig erhöhter Histaminspiegel wirkt durch diese Aktivierung des Herzens bei gleichzeitig schlechterer Blutversorgung als starker Belastungsfaktor.

In einer intakten Darmschleimhaut hingegen wird genug Diaminoxidase (DAO) gebildet, um den Histaminspiegel zu reguliert und die kardialen Auswirkungen zu verringern.

Neben Nährstoffen, Mikrobiom und Entzündungsprozessen sind Herz

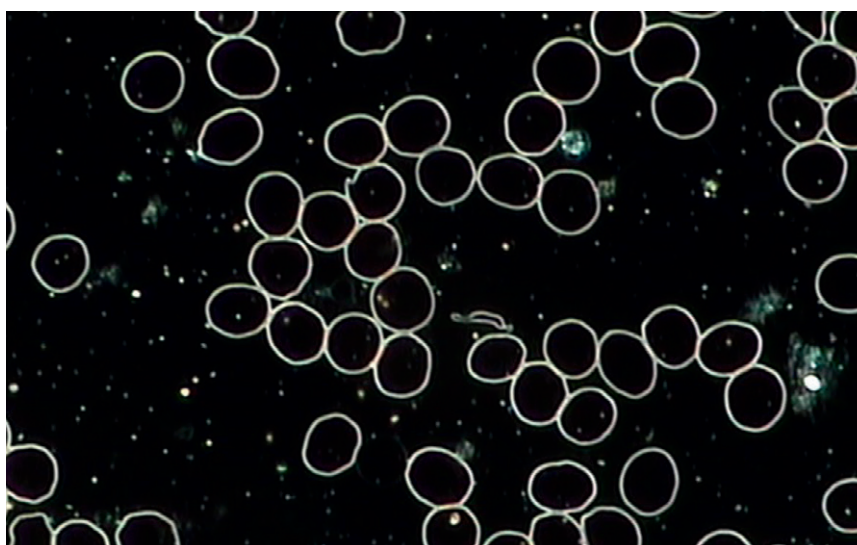


Abb. 1: Bakterielle Hochvalenz im Serum

und Verdauungstrakt über das vegetative Nervensystem (VNS) eng miteinander verbunden. Für eine gesunde Herzleistung benötigt es ein Wechselspiel von sympathischen und parasympathischen Einflüssen. Bei chronischen Herzerkrankungen liegen meist eine Sympathikusdominanz und eine Parasympathikusschwäche vor, das Herz leidet unter Dauerstress.

Hier behandelt der Therapeut ebenfalls über den Darm. Im Darmgewebe ist die größte Anzahl parasympathischer Fasern im Körper vorhanden. Von hier aus ziehen Afferenzen ins zentrale Nervensystem, wo sie auf Hirnstammebene auf die vegetativen Kerngebiete anderer Organe, wie des Herzens verschaltet werden. Positive Einflüsse im Verdauungssystem, wie eine physiologische Besiedelung, antientzündliche Ernährung und Therapien wie Colon-Hydro-Therapie wirken parasympathikusaktivierend. Über die zentrale Verschaltung parasympathischer Reize aus dem Darm stärkt man so die parasympathische Leistung des Herzens!

Es empfiehlt sich also bei Patienten mit Herz- Kreislauf-Erkrankungen den Darm in den diagnostischen und therapeutischen Fokus zu rücken.

Die Diagnostik von Darm und Stoffwechsel umfasst die körperliche Untersuchung, die Verdauungs-, Ernährungs- und Lebensstil-Anamnese sowie (labor-) technische Untersuchungen.

Durch eine Stuhluntersuchung erfährt man die Zusammensetzung der ansässigen Keime, die Entzündungsaktivität, den Grad der Durchlässigkeit der Darmschleimhäute sowie den Gehalt an Fermenten. Im Blut werden Nahrungsmittelunverträglichkeiten (über IgG-Tests), das Profil der Fettsäuren, Cholesterin und Triglyceride, Leber- und Bauchspeicheldrüsenwerte, Zonulin (als Leaky-Gut-Marker), Homozystein, Lipoprotein A, hsCRP (als kardiovaskuläre Risikofaktoren), Zucker, HbA1c, Ammoniak und Nährstoffprofile getestet.

Häufig weisen Patienten mit Herzerkrankungen Besiedelungen mit pathogenen Bakterien und Entzündungen der Darmschleimhäute auf. Viele von ihnen haben positive Ergebnisse bei der Testung auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten, die systemische Entzündungsprozesse unterhalten. Die Fettsäuren sind bei den allermeisten der Herz-Patienten fehlreguliert, proinflammatorische Fettsäuren wie die Arachidonsäure oder Linolsäure sind erhöht, während die entzündungshemmenden



Omega 6- und Omega 3-Fettsäuren erniedrigt sind, bzw. das physiologische Verhältnis von Omega 6 zu Omega 3 zuungunsten von Omega 3 gestört ist.

Weiterhin gibt die Dunkelfeld-Mikroskopie Auskunft über bakterielle (Fehl-) Besiedelung, Qualität der Zellmembranen, endobiontische Belastung, Leberstoffwechsel, Säure-Basen-Haushalt und Entzündungsniveau.

Zusätzlich lohnt die Analyse des vegetativen Nervensystems über eine Herzratenvariabilitätstestung. Hier kann überprüft werden, ob Sympathikus- und Parasympathikusaktivität ausgewogen sind oder ob eine Dominanz in einem Schenkel des vegetativen Nervensystems (VNS) vorliegt.

Hinweisgebend ist auch die Thermographie. Sie kann mit Hilfe von Temperaturmessungen an der Körperoberfläche Dysbiosen, Reizzustände, Gärungs- oder Fäulnisprozesse im Darm anzeigen.

Ein Therapiekonzept zur Sanierung des Darmes sollte, abgestimmt auf die erhobenen Befunde, folgende Faktoren beinhalten:

1. Ernährung: möglichst basisch mit viel Gemüse, Suppen und Smoothies, ohne Zucker, ohne Kuhmilchprodukte, ohne Gluten, ohne rotes Fleisch, ohne Nüsse, wenig Soja und Ei
2. Aufbau der Darmflora: Probiotika, Isopathika (s. Tbl. Isopathischer Darmaufbau), Präbiotika, Synbiotika (z.B. PROBIKEHL®)
3. Nährstoffe für die Darmschleimhaut: Glutamin, essentielle Aminosäuren, ungesättigte Fettsäuren
4. Phytotherapeutische Präparate zur Anregung der Verdauungssäfte (Bitterstoffe) und zur Reduktion der Entzündungslast des Darms (Weihrauch, Kamille, Myrrhe)
5. Darmentgiftende Mittel wie Heilerde, Chlorella oder Zeolith

Stuhl			
Gesundheitscheck Darm			
Wassergehalt	83	g/100g	(75-85)
Pankreas-Elastase	268	µg/g	(>200)
Calprotectin	20.3	mg/kg	(<50.0)
Eiweiss	1.0	g/100g	(<1.0)
Stärke	▼ <1.0	g/100g	(9.0-13.0)
Zuckergehalt	2.5	g/100g	(<2.5)
Florastatus			
pH	▲ 7.0		(5.5-6.5)
α-1-Antitrypsin	▲ 54.3	U/ml	(<27.5)
Gallensäuren	negativ		
Fettsäuren	2.7	g/100g	(<3.5)
Sekretorisches IgA	▲ 7430	µg/ml	(510-2040)
Eosinophiles Protein X	▲ 415	µg/l	(<360)
aerobe Leitkeime			
E. coli	▲ 4e+08		(1e+06-9e+07)
Proteus sp.	<1e+04		(<1e+04)
Klebsiella sp.	▲ 5e+08		(<1e+04)
Enterobacteriaceae sp.	<1e+04		(<1e+04)
Hafnia alveii	<1e+04		(<1e+04)
Serratia sp.	<1e+04		(<1e+04)
Providencia sp.	<1e+04		(<1e+04)
Morganella morganii	<1e+04		(<1e+04)
Kluyvera sp.	<1e+04		(<1e+04)
Citrobacter sp.	<1e+04		(<1e+04)
Pseudomonas sp.	<1e+04		(<1e+04)
Enterococcus sp.	▼ <1e+04		(1e+06-9e+07)
anaerobe Leitkeime			
Bacteroides sp.	9e+09		(1e+09-9e+11)
Bifidobacterium sp.	▼ 4e+08		(1e+09-9e+11)
Lactobacillus sp.	▼ <1e+05		(1e+05-9e+07)
Clostridium sp.	1e+06		(<1e+06)
C. difficile	negativ		
quantitativer Pilznachweis			
Candida albicans	<1e+03		(<1e+03)
Candida sp.	<1e+03		(<1e+03)
Geotrichum sp.	<1e+03		(<1e+03)
Schimmelpilze	negativ		

Abb. 2: Stuhlprobe eines 56-jährigen Patienten mit Diabetes Typ 2, Z.n. 7-facher Bypass-OP

1. Woche	2. Woche	3. Woche	4. Woche	5. Woche	6. Woche
tägliche Dosis: Notakehl D5 Tabl. 3x 1 --- oder --- Notakehl D5 Tr. 3x 10	tägliche Dosis: Notakehl D5 Tabl. 3x 1 --- oder --- Notakehl D5 Tr. 3x 10	tägliche Dosis: Notakehl D5 Tabl. 3x 1 --- oder --- Notakehl D5 Tr. 3x 10			
	tägliche Dosis: Pefrakehl D4 Kps. 1x --- oder --- Pefrakehl D5 Tr. 3x 10	tägliche Dosis: Pefrakehl D4 Kps. 1x --- oder --- Pefrakehl D5 Tr. 3x 10	tägliche Dosis: Pefrakehl D4 Kps. 1x --- oder --- Pefrakehl D5 Tr. 3x 10		
		tägliche Dosis: Sankombi D5 Tr. 3x 10	tägliche Dosis: Sankombi D5 Tr. 3x 10	tägliche Dosis: Sankombi D5 Tr. 3x 10	über mehrere Monate
wöchentl. Dosis: Utilin D6 Kps. 1x --- und --- Recarcin Kps. 1x	wöchentl. Dosis: Utilin D6 Kps. 1x --- und --- Recarcin Kps. 1x	wöchentl. Dosis: Utilin D6 Kps. 1x --- und --- Recarcin Kps. 1x	wöchentl. Dosis: Utilin D6 Kps. 1x --- und --- Recarcin Kps. 1x	wöchentl. Dosis: Utilin D6 Kps. 1x --- und --- Recarcin Kps. 1x	über mehrere Monate
tägliche Dosis: Rebas D4 Kps. 3x 1	tägliche Dosis: Rebas D4 Kps. 3x 1	tägliche Dosis: Rebas D4 Kps. 3x 1	nach 2 Monaten Pause wiederholen		
tägliche Dosis: Echinacea Ceres Tr. 3x 5	Pause	tägliche Dosis: Echinacea Ceres Tr. 3x 5	Pause	tägliche Dosis: Echinacea Ceres Tr. 3x 5 wiederholen alle 2 Wochen während 2 Monaten	Pause

Schema: Isopathischer Darmaufbau, statt NOTAKEHL® kann auch FORTAKEHL® eingesetzt werden

6. Homöopathische Mittel zur Anregung von Schleimhaut und Verdauungsdrüsen (z.B. HEXACYL®)
7. Rechtsdrehende Milchsäure: säuert den Darm an, nährt die physiologische Darmflora, verringert Fäulnisprozesse (z.B. SANUVIS®, RMS-Biofrid)
8. Begleitende Therapien: Colon-Hydro-Therapie, lokale Hyperthermie und Magnetfeldtherapie, Leberwickel, Bauchmassagen, Fuss-Reflexzonen-Therapie

Fallbeispiel

Ein Patient, männlich, 64 Jahre alt stellt sich mit KHK, Hypertonie,

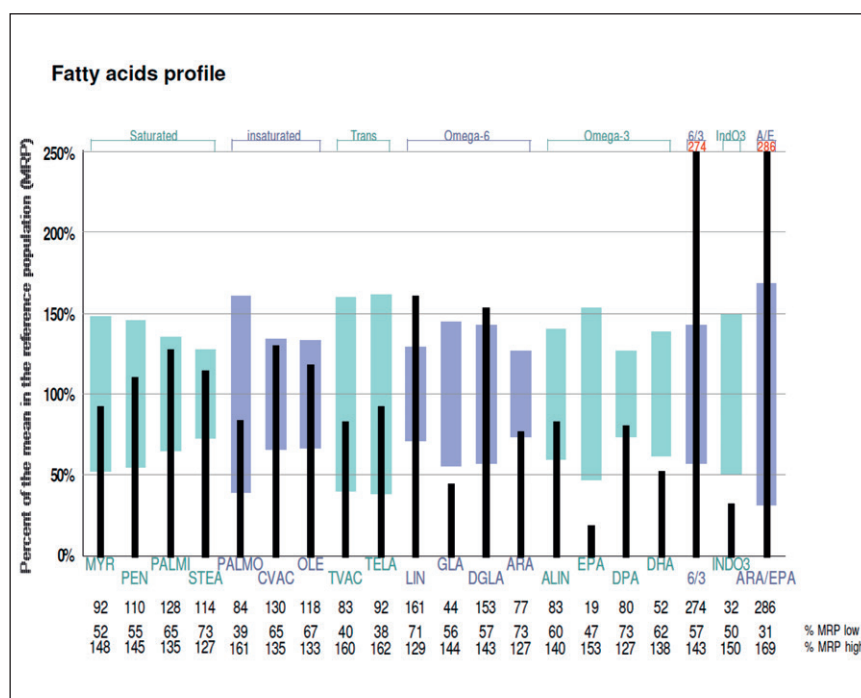


Abb. 3: Fettsäureprofil mit starken Mängeln an Omega-3-Fettsäuren und Gamma-Linolen-Säure, deutliche Erhöhung der proinflammatorischen Fettsäure Linolsäure



Abb. 4: Iridologischer Aspekt: starke metabolische Belastung

Hypercholesterinämie, Diabetes Typ 2, Glaukom, Schwerhörigkeit, Gelenkschmerzen und Adipositas vor. An Medikamenten nimmt er Insulin, Aspirin protect® (Fa. Bayer), Metaphage® (Fa. Meyer), verschiedene Augentropfen sowie Kräuterpräparate ein. An eine spezielle Diät hält er sich nicht. In der körperlichen Untersuchung fallen eine Adipositas,

ein deutlich geblähtes Abdomen, Blutdruck von 155/80, HF 72/min sowie eine gelblich belegte Zunge auf.

Die Blutuntersuchungen zeigen eine Erhöhung von HbA1c (7.1), Cholesterin Triglyceriden und Lipoprotein a, positive Schilddrüsenautoantikörper, Nahrungsmittelunverträglichkeiten (IgG4-AK gegen Eier und Milchprodukte) sowie stark reduzierte Omega-3-Fettsäuren.

Im Stuhltest zeigt sich eine Dysbiose mit Verminderung der Anaerobier Bacteroides, Lactobacilli und Bifidobakterien.

Das Dunkelfeld-Bild zeigt eine deutliche Adhärenz der roten Blutkörperchen sowie Hinweise auf bakterielle Fehlbesiedelungen.

Er hat erhöhte Werte für Schwermetalle im Provokationstest. In der zahnärztlichen Untersuchung zeigen sich wurzelbehandelte Zähne und Amalgame.

Er wird über zwei Wochen mit folgenden Therapien behandelt:

1. Neuraltherapie und Organzellextrakte
2. Viermal wöchentlich orthomolekulare Infusionen auf Basis von Natriumbicarbonat
3. Einmal wöchentlich EDTA-Infusion
4. Zweimal wöchentlich Ozon-Eigenblut-Infusion
5. Zweimal wöchentlich Oxyven-Anwendung
6. Ernährungsberatung und -therapie
7. Colon-Hydro-Therapie
8. Lokale Hyperthermie
9. Magnetfeldtherapie
10. Manuelle Therapie
11. Schröpfen
12. Zahnärztliche Behandlung: durch den Patienten abgelehnt

Seine Medikation für zuhause enthält orthomolekulare, isopathische Mittel, Probiotika und Phytotherapeutika:



Isopathische Mittel	<ul style="list-style-type: none"> • Bacillus firmus (RECARCIN®) D6 Kps. 1x/Woche • Bacillus subtilis (UTILIN®) D6 Kps. 1x/Woche • FORTAKEHL® D4 Kps. 1x 1/Tag • MUCOKEHL® D5 Tbl. 2x 1/Tag • SANUVIS® 3x 20 Tropfen/Tag
Orthomolekulare Mittel	<ul style="list-style-type: none"> • Magnesium 500 mg/Tag • Chrom 40 mcg/Tag • Anti-Ox/Detox (Mischung aus B-Vitaminen, Selen, Zink, Vitamin E) 2x 2/Tag • Chondrovital 1x 2/Tag (Mineralien, Glucosamin und Chondroitinsulfat) • Phosphatidylserin 300 mg/Tag • Coenzym Q10 90 mg/Tag • Eveliza (essentielle Aminosäuren) 1Btl./Tag (Bio Health Switzerland, Auf dem Stein 463, CH 9053) oder MAP® (Dr. Reinwald)
Phytotherapie	<ul style="list-style-type: none"> • Strophanthus gratus Urtinktur/ D1 HAB 4A
Fettsäuren	<ul style="list-style-type: none"> • EPA 1500mg/Tag • Nachtkerzenöl 3000 mg/Tag
Sonstige Mittel	<ul style="list-style-type: none"> • PROBIKEHL®, SymbioLact® (Probiotikum, Fa. Symbiopharm) • Alpha-Liponsäure 600mg/Tag

Der Patient wird mit der oralen Medikation entlassen, soll diese teils dauerhaft, teils über 2-3 Monate weiterführen. Er erhält genaue Diätvorschriften und soll zuhause 2 mal monatlich eine Infusion mit Vitamin C, Milchsäure, Magnesium, Acetylcystein und Homöopathika erhalten.

Nach 6 Monaten meldet sich der Sohn telefonisch. Sein Vater fühle sich sehr wohl, an die Ernährung halte er sich allerdings nicht konsequent. Der HbA1c sei auf 6.5 gesunken, der Blutdruck sei ebenfalls gesunken. Die Augentropfen konnten abgesetzt werden, da sich der Augendruck normalisiert habe. Er konnte seine Insulindosis verringern.

Das Wissen um diese enge Verknüpfung der Organsysteme Herz und Darm wird Ihnen bei der Be-

handlung Ihrer Patienten deutlich weiterhelfen. Aus unserer Erfahrung ist eine Therapie von Herz-Kreislauf-Erkrankungen dann am erfolgreichsten, wenn eine konsequente Darm- und Ernährungstherapie mit einhergeht. □

Literaturverzeichnis

- (1) Does Our Gut Microbiome Predict Cardiovascular Risk? A Review of the Evidence From Metabolomics, Julian L. Griffin, Xinzhu Wang, Elizabeth Stanley, Circulation: Cardiovascular Genetics. 2015;8:187-191
- (2) Intersections between Microbiome and Heart Failure: Revisiting the Gut Hypothesis, Nagatomo Y, Tang WH : J Card Fail, 2015 Dec
- (3) Metagenome and metabolism: the tissue microbiota Hypothesis, Remy

Burcelin et al., Diabetes, Obesity and Metabolism 15 (Suppl. 3): 61–70, 2013.

(4) siehe (1) und: Commensal Bacteria at the Crossroad between Cholesterol Homeostasis and Chronic Inflammation in Atherosclerosis, Kazuyuki Kasahara et al., J.Lipid Res 2017

(5) siehe (2)

Adresse der Autorin:

Dr. med. Kathrin Anselm
Paracelsus Klinik Lustmühle
Battenhusstr. 12
CH-9062 Lustmühle, Schweiz