



Autoimmunerkrankungen als Folge einer chronischen Überforderung

von Dr. med. Petra Wiechel

Allgemeines

Zur Zeit forschen 311 Arzneimittelhersteller daran, um gegen Autoimmunerkrankungen optimale Medikamente einsetzen zu können. Die Entwicklung neuer Medikamente ist dabei eine Herausforderung, weil der Grund dafür, dass der Körper eine Aggression gegen sich selbst aufbaut, oft nicht bekannt ist.

Heute schätzen Wissenschaftler, dass besonders die Bevölkerung in Industrieländern von Autoaggressionserkrankungen betroffen ist. In Deutschland wären das ca. 4 Millionen Menschen, 75% der Betroffenen sind Frauen.

Autoimmunerkrankungen:

Dazu zählen unter anderem: chronisch-entzündliche Darmerkrankungen, Diabetes mellitus Typ I, Rheumatoide Arthritis, Multiple Sklerose, Vitiligo (Weissfleckenkrankheit), Psoriasis (Schuppenflechte), Glomerulonephritis, Alopecia areata (kreisrunder Haarverlust), Zöliakie

(2019 bekannt: 159 Erkrankungen)

Immunsystem

Unser Immunsystem ist 24 Stunden für uns im Einsatz. Es funktioniert wie die Streitkräfte einer Armee. Es ist seine Aufgabe, uns zu schützen. Aus diesem Grunde arbeiten alle Abteilungen miteinander und rund um die Uhr. Bildlich gesprochen gibt es eine Marine, eine Luftwaffe, eine Marineinfanterie und eine Küsten-

wache (wir sprechen hier von Antikörpern IgA, IgG, IgE, IgM, und IgD).

Jeder dieser Bereiche hat eine ganz bestimmte Rolle und ist für unseren Schutz und für unser Überleben auf dieser Erde verantwortlich.

Wir sprechen von vier verschiedenen Immunsystemen im Organismus und jedes kann die gerade aufgezählten fünf Arten von Immunreaktionen hervorbringen. Das größte Immunorgan befindet sich im Gastrointestinaltrakt (Darm), dort sind 70-85% unserer Immunabwehr lokalisiert. Ein weiteres Immunsystem existiert in der Leber, es sind die sogenannten Kupffer'schen Sternzellen. Das dritte umfasst die Leukozyten (weiße Blutkörperchen), die sich im Blut befinden. Auch die im Gehirn vorhandenen Gliazellen sind Teil des Abwehrsystems.

Die Belastung unseres Immunsystems richtete sich im Verlauf der Evolution vornehmlich gegen Viren, Bakterien, Pilze, Parasiten einschließlich Würmer. Heute muss das Immunsystem gegen eine unbegrenzte Anzahl von weiteren neuen Substanzen in unserem modernen Alltag zur Verfügung stehen. Das überfordert jedes lebende System.

Infolge einer Milieuveränderung und damit Entstehung pathogener bakterieller Formen, aktivierter Viren, Tumorzellen, durch gentechnisch

veränderte Nahrungsmittel, chemische Substanzen wie Arzneimittel, Schwer- und Leichtmetalle produzieren die angeborenen oder zellulären Zweige des Immunsystems Zytokine, sie sind wie biochemische Geschosse. Es handelt sich um die sogenannten First Responders, oder sie werden auch «Ersthelfer» genannt.

Diese Zytokine regulieren das Immunsystem, welches dann zerstört, was es für bedrohlich hält.

«Unser Körper verfügt über eine Reihe begrenzter Funktionssysteme, um auf eine unbegrenzte Anzahl von Angriffen zu reagieren»

Dr. Marc Houston

Stellen wir im Blut unserer Patienten erhöhte Antikörpertiter fest, sind bereits die «schwersten Geschütze» unserer Abwehr aufgefahren.

- IgA: Wirkung an Schleimhäuten: Darm, Lunge, Blutgefäße
- IgG: systemische Wirkung im Blut
- IgE: Stimulation und Freisetzung von Histamin

Immer, wenn unser Immunsystem umweltbedingten Auslösern ausgesetzt ist (z.B. Gluten, Erdnüsse, Schimmel) wird es aktiviert, um uns zu schützen. Das vollzieht sich für uns völlig unbemerkt und zeitlich rund um die Uhr.

Entzündungen

Steigt aber die Belastung bzw. hält diese an, könnten wir eine milde



Reizung bemerken wie z.B. eine laufende Nase, schmerzende Muskeln oder ein «benebeltes Gehirn». Folge: Unser Immunsystem muss sich der steigenden Belastung anpassen und reagiert aggressiver. Damit setzt es selbst, zu unserem Schutz, eine Entzündungskaskade in Gang.

Eine akute Entzündung ist eine natürliche Reaktion des Immunsystems auf eine Bedrohung. Es ist sehr wichtig, das zu verstehen, denn diese akute Entzündung allein ist das vorrangige Instrument unseres Körpers, welches uns gesund hält. Mit diesem Prozess wird eine augenblickliche Bedrohung «abgearbeitet» und beseitigt.

Überschüssige Entzündungsprozesse, die über das normale Mass hinausgehen, verursachen Zellschädigungen. Kontinuierliche Zellschädigungen führen wiederum zu Entzündungen in Organen.

Kontinuierliche Entzündungen in Organen verstärken die Intensität der Symptomatik und die gegen diese Organe gerichteten Antikörper steigen an.

Jede chronische Entzündung aber, *silent inflammation* (stille Entzündung), wirkt langfristig zerstörerisch auf unser System. Gegen Organe gerichtete erhöhte Antikörper führen zu Organschäden. Die Symptomatik wird als Autoimmunerkrankung identifiziert.

Autoimmunerkrankungen

Die Entwicklung zu einer Autoimmunerkrankung benötigt immer 3 Faktoren:

1. genetische Veranlagung
2. Umweltbelastungen
3. Leaky-Gut-Syndrom (erhöhte Durchlässigkeit der Darmschleimhaut).

Genetik

Unsere genetische Disposition ist sehr individuell. Wir alle sind mit einem unterschiedlichen Kartendeck ausgestattet. Daraus folgt, dass gleiche Belastungen zu unterschiedlichen Reaktionen im Körper führen.

So lässt sich z.B. durch die Aktivität der Glutathion-S-Transferase ermitteln, ob die entsprechende Person einer schnellen, langsamen oder verzögerten Entgiftung fähig ist. Liegt die Glutathion-S-Transferase < 0.2 (Norm $1,6 - 4,2 \mu\text{mol/l/min}$), entsteht der dringende Verdacht eines genetischen Defekttyps. Die in der Leber ablaufende Entgiftungsphase Nr. 2, welche die Nierengängigkeit der Substanzen vorbereitet, ist damit nur unzureichend.

Wir sprechen hier im Rahmen der Rückvergiftung nach Dr. Reckeweg von der Homointoxikation.

Umweltgifte

Eine der grossen umwelttoxischen Belastungen für die menschlichen Zellen stellt heute das **Gluten** dar, bekannt als Klebereiweiss des Getreides. Das Gluten verleiht dem Weizen seine verbesserte Back-Fähigkeit. Im menschlichen Körper blockiert es die Zellproliferation, steigert die Oxidation in der Zelle und verändert Membranstrukturen. Allgemein verändert Gluten die



Struktur des Darmes, die Tiefe seiner Krypten und die Oberfläche der Enterozyten.

Seit mehr als 50 Jahren wenden Menschen für eine höhere Ertrags-ernte auf ihren Feldern Pestizide und Herbizide an, stellvertretend sei hier das **Glyphosat**, (seit 1974) genannt. Als Herbizid wirkt es antibakteriell und radiert leise die Mikroben in unserem Darm aus. Diese aber ernähren, erhalten und erneuern uns!

Glyphosat hemmt den Shikimat-Syntheseweg für die Bildung der aromatischen Aminosäuren Tryptophan, Phenylalanin und Tyrosin. Diese sind von grosser Bedeutung für die Bildung von Serotonin, N-Acetyl-Serotonin, Melatonin sowie Dopamin, Noradrenalin und Adrenalin. Das betrifft also unsere Neurotransmitter.

Ein weiterer Aspekt im Rahmen umwelttoxischer Belastungen ist der hohe Gebrauch von **Zucker** in all seinen Formen. Er verursacht Chrom- und Kupfermängel (Chrom ist für die Antikörperbildung wichtig). Zucker füttert Krebszellen, führt zur Darmdysbiose und nährt Candida. Zucker triggert die Tendenz zur Autoimmunität und setzt die Insulin-

empfindlichkeit herab. Zucker senkt den Spiegel von Vitamin E und B. Sein hoher Verzehr führt zu Nahrungsmittelallergien, er verlangsamt die Nebennierenfunktion und fördert degenerative Prozesse.

Lipopolysaccharide (LPS) stellen ebenfalls als Endotoxine bakterieller Herkunft eine zunehmende stumme Gefahr dar. Als Erreger-Fragmente gelangen sie über eine erhöhte Darmpermeabilität in den Körper und unterhalten ein chronisches Entzündungsgeschehen (silent inflammation). Das Institut für Mikroökologie GmbH Herborn erstellt ein *Silent-Inflammation-Profil*.

Umwelttoxische Belastungen wie Quecksilber, Chrom, Cadmium, Aluminium, genveränderte Nahrungsmittel sowie Mobilfunk sind, in der Entwicklung zur Autoimmunität, Brandbeschleuniger.

Es gibt heute 260.000 Mobilfunk-Sendeanlagen in Deutschland und es werden täglich mehr. Fast 90 Millionen Handys, ca. 50 Millionen DECT-Schnurlos-Telefone und WLAN-Anschlüsse strahlen in Haushalten, Schulen, Kindergärten und Betrieben mit gepulster Mikrowellentechnologie.

Bitte informieren Sie sich und ihre Patienten über die Auswirkungen des Mobilfunks über www.diagnose-funk.org. Mit der neuen Handygeneration 5G ist der Bogen überspannt. Die grosse gesellschaftliche Verantwortung für uns und unseren Lebensraum tragen wir alle.

Darm und Mikrobiom

In der Entwicklung zur Autoimmunität ist das gestörte Gleichgewicht unseres Mikrobioms von zentraler Bedeutung. Das Mikrobiom steht über der Bildung von Vitaminen, die Regulierung des Stoffwechsels und Blutzuckers sowie der Beeinflussung der Genexpression mit den chemischen Vorgängen im Gehirn in direktem Zusammenhang. Auf jede Botschaft vom Gehirn zum Darm kommen 9 Botschaften vom Darm zum Gehirn. Diese Informationen steuern die Reaktion des Gehirns auf Stress. Sie steuern die Bildung der Hormone im Gehirn, die Aktivierung des gehirneigenen Immunsystems, das Wachstum neuer Gehirnzellen und die Lernfähigkeit dieser neuen Zellen sowie viele andere Funktionen (*Tom O'Bryan Autoimmun-Präventions-Programm*).



Die Gene der Bakterien des Mikrobioms beeinflussen unsere eigene Genexpression über die Epigenetik. Die Mikroben unterstützen z.B. die Verdauung von Aminosäuren aus der Nahrung und wandeln sie in verschiedene Neurotransmitter um.

Infolge chronischer Entzündungen und eines bakteriellen Ungleichgewichtes entwickelt sich häufig ein Leaky-Gut-Syndrom (erhöhte Permeabilität der Darmschleimhaut).

Die Entwicklung zur Autoimmunität wird dadurch wesentlich getriggert, da Endotoxine aus dem Darm unkontrolliert die Darmschleimhaut passieren können und damit das Immunsystem auf körperlicher Ebene zu einem Dauereinsatz zwingen.

Diagnostik des Leaky-Gut-Syndroms

1. Silent-Inflammation-Profil
2. Stuhl: Calprotectin / Alpha 1-Antitrypsin
3. Zonulin

Wie fördert man ein gesundes Mikrobiom?

Denken Sie immer an den reichlichen Verzehr von Polyphenolen. Dabei bedarf es einer farbenfrohen Auswahl an Obst und Gemüse neben dunkler Schokolade über 70%, frischem Knoblauch oder rohen Mandeln; dazu Fleisch von Weidelandtieren, gesunde Fette, wie Avocado, Oliven- oder Kokosöl. Diese wertvollen sekundären Pflanzenstoffe sind reich an Antioxidantien mit hoher antiinflammatorischer Wirkung auf unser System.

Ebenfalls bedarf es der «Zufuhr» von guten Bakterien oder Probiotika (z.B. PROBIKEHL®). Es gibt tausende von Arten verschiedener Probiotika und jede wird durch ihre eigene Gattung definiert (z.B. *Lactobacil-*

lus). Probiotika sollten immer mit einer ballaststoffreichen Ernährung kombiniert werden, damit sie sich so am wirksamsten entfalten können.

Darm-Aufbauprogramm mit SANUM

1. Schritt:

MUCOKEHL® D5 Tropfen 1x 5 am Morgen zusammen mit SANUVIS® Tropfen 2- 3 x 30 in Wasser

2. Schritt:

FORTAKEHL® D5 Tropfen 1x 5 und NOTAKEHL® D5 Tropfen 1x 5 tgl.

3. Schritt:

SANKOMBI® D5 Tr. morgens 1x 5-10 Tropfen tgl.

4. Schritt:

PROBIKEHL® Kps. 2x 1 tgl. bis 4x 1 tgl.

Diagnose Autoimmunerkrankung

Ein Autoimmungeschehen zu diagnostizieren, bedarf zunächst einer gründlichen Anamnese. Dabei liegt der Schwerpunkt in der Erfassung der allgemeinen Lebenssituation, von Auslandsaufenthalten, Schwangerschaften, Unfällen, Ernährungsverhalten usw.. Im Rahmen eines medizinischen Erfassungsbogens wird symptomatisch abgefragt, inwieweit Beschwerdebilder sich seit kürzerer oder längere Zeit manifestieren oder verändern.

Diagnostisch gilt es, einem Silent-Inflammations-Geschehen auf den Grund zu gehen. Während jede akute Entzündung eine antientzündliche Reaktion provoziert und damit im Körper das Gleichgewicht wiederherstellt, wird das Immunsystem bei einer stillen Entzündung kontinuierlich gefordert und überfordert.

Es gerät leise aus dem Gleichgewicht und kann entsprechend unter- oder überreagieren.

Diagnostik: Silent Inflammation Profil

- hochsensitives CRP
- LPS -Antikörper
- Kynurenin
- Tryptophan
- IDO-Aktivität (Kynurenin/Tryptophan-Ratio)

(Labor Mikroökologie Herborn)

Der **Nachweis von Antikörpern** ist ebenfalls ein hilfreiches Diagnostikum. Man muss jedoch betonen, dass heute erst im dringenden Verdachtsfall eine Antikörperdiagnostik erfolgt. Wenn man bedenkt, dass bei einer Schilddrüsenerkrankung vom Typ Hashimoto der Prozess des langsamen Anstiegs der organ-spezifischen Antikörper eine Zeit von 7-10 Jahre umfasst, müssen wir uns fragen, ob wir deren Bestimmungen nicht in eine Screening Untersuchung integrieren, um rechtzeitig diesen Prozess wahrzunehmen und damit wesentlichen Folge-Entwicklungen vorbeugen können. Bei Morbus Crohn bedarf es nur einer Zeit von 3 Jahren.

Unsere Diagnostik auf toxische Belastungen, z.B. eine Schwermetalllast, erfolgt anfangs über den Oligoscan. Aus diesem ergibt sich ein klares Bild einer eventuellen Bindegewebsvergiftung, welche indirekt die mangelnde Entgiftungsfähigkeit des Organismus signalisieren kann. Daher ist im Anschluss labortechnisch abzuklären, inwieweit die individuelle Entgiftungsleistung beeinträchtigt ist.

Erst wenn sichergestellt ist, dass alle mineralischen Defizite einschließ-



lich Zink und Selen aufgefüllt sind, erfolgt die Bindung der toxischen Schwermetalle durch Chelat-Infusionen oder eine Kombination aus Phospholipiden und Galaktose.

Das SANUM Detoxprogramm:

- *PLEO CHELATE*® Tropfen 3x 10 tgl.
- *SELENOKEHL*® D4 Tropfen 3x 5 tgl.
- *ZINKOKEHL*® D3 Tropfen 3x 5 tgl.

Im Rahmen verschiedener klinischer Studien konnte der Zusammenhang zwischen einer Blockade am Vitamin D-Rezeptor mit Autoimmunerkrankungen nachgewiesen werden. Vitamin D ist ein Modulator, eine immunmodulatorische Substanz, welche das Immunsystems moduliert, nicht jedoch unterdrückt.

Die 25(OH)-Vitamin D3- und 1,25-Dihydroxy-Vitamin D3-Spiegel sind laborchemisch zu messen.

Bei Autoimmunpatienten erfolgt die anfängliche Substitution mit 10.000 Einheiten/Tag.

Wir kombinieren diese Gabe mit Vitamin K2 100 mg und 300 – 600 mg Magnesium als MAPURIT® (Magnesiumoxid 150 mg + Vitamin E 50 mg) 2-3x 1 Kps. tgl.

Schlussbetrachtung

Jede Erkrankung hat ihre eigenen Ursachen. Im Rahmen der Entstehung eines Autoimmungeschehens vollziehen sich viele Prozesse in unserem Körper, leise und unbemerkt. Wir sollten grösser denken, kritischer werden und uns bewusst sein, dass wir dem ursächlichen Geschehen frühzeitiger begegnen müssen. Eine chronische Entzündung führt zwangsläufig zu einem zerstörerischen Prozess, der vom Körper so nie gewollt ist. Eine chronische Entzündung provoziert eine ständige Gegenreaktion.

„Sein Sie sich immer wieder neu bewusst, dass es im Laufe ihres Lebens nicht die Ärzte sind, denen Sie vertrauen, nicht die Medikamente, die Sie einnehmen, nicht die Operation, der Sie sich unterziehen. Den tiefgreifenden Einfluss auf Ihre Gesundheit haben die kumulativen Entscheidungen, die Sie treffen betreffs ihrer Ernährung und ihrer Art und Weise, wie sich diese auf die Expression Ihrer Gene auswirken“.
Dr. phil. Jeffrey Bland □

Literatur

Das Autoimmun-Präventions-Programm, Tom O'Bryan

Adresse der Autorin:

Dr. med. Petra Wiechel
SWISS MOUNTAIN CLINIC AG
Strada Cantonale 158
CH-6540 Castaneda