

Resilienz in unruhigen Zeiten:

Körperliche Grundlagen psychischer Gesundheit

 HP Christel Förch-Jösslin

In diesem Artikel sollen – gerade angesichts der heutigen allgemeinen Belastung der Psyche des modernen Menschen durch gesellschaftliche Probleme, politische Krisen und sonstige Umweltbelastungen aller Art – Möglichkeiten der stärkenden Einflussnahme auf die Psyche über den Körper, vor allem über die Darmgesundheit und hormonelle Regulation dargestellt werden. Dazu werden nach einem kurzen Überblick über die enge Vernetzung von Darm, Hormonen und Nerven/Psyche die Mittel und Konzepte der SANUM-Therapie zur Behandlung und Regulation dieser Bereiche ausführlich dargestellt. Dies soll auch Therapeuten mit noch wenig Erfahrung in der SANUM-Therapie ermöglichen, Patienten in Krisenzeiten umfassende Hilfe anbieten zu können.

› Körper und Psyche

Zunächst ein paar Worte zum Begriff der Psyche. Das Wort stammt aus dem Altgriechischen und bedeutet sowohl Seele, Hauch, Atem als auch übertragen "Schmetterling". Der Begriff bezeichnet heutzutage wissenschaftlich die Gesamtheit der geistigen Eigenschaften und Persönlichkeitsmerkmale eines Individuums oder speziell eines Menschen, beinhaltet Fühlen, Denken und sämtliche anderen individuellen kognitiven Fähigkeiten, also somit auch Lernfähigkeit, Emotionen, Wahrnehmung, Empfindung, Empathie, Wissen, Intuition oder Motivation. Darüber hinaus sind auch Träume mit der Psyche in Verbindung zu bringen. Im Gegensatz zum heutigen Begriff der Seele umfasst der Begriff Psyche aber heutzutage keine transzendenten Elemente. Erkrankungen der Psyche werden als psychische Störungen bezeichnet.

In der Medizin geht man heute von der Annahme aus, dass Körper (Physis oder Soma) und Geist (Psyche) nicht voneinander unabhängig sind, sondern sich gegenseitig beeinflussen (Psychosomatik).

Leider wird bei dieser Erkenntnis von schulmedizinischer Seite häufig nur der Einfluss der Psyche und psychischer Belastungen auf den Körper betrachtet und körperliche Symptome nach kurzer diagnostischer Überprüfung allzu oft als „rein psychisch verursacht“ abgetan und dann schlimmstenfalls mit Psychopharmaka behandelt. Dabei wird dann eine genauere Betrachtung grundlegender körperlicher Resi-

lienzen verabsäumt, vor allem der Darmgesundheit und der hormonellen Regulation in all ihrer Komplexität.

› Die Bedeutung des Darms für die psychische Gesundheit

Unser Darm ist bekanntlich nicht „nur“ Verdauungsorgan und beinhaltet wesentliche Teile des Immunsystems, seine Funktion hat auch weitreichende Folgen für unsere Psyche und unsere kognitiven Fähig-

keiten. Die Darm-Hirn-Achse verbindet den Darm über einen Kommunikationskanal mit dem Hirn. Dies geschieht zum einen über das Nervensystem. Der Darm selbst verfügt bereits über 100 Millionen Nervenzellen (mehr als das Rückenmark), dieses enterische Nervensystem ist Teil des vegetativen Nervensystems und steuert die Gesamtheit der Motorik und der sekretorischen Prozesse des Verdauungstraktes. Über den Vagusnerv besteht ein ständiger Informa-



isaac112 - Freepik.com

tionsfluss zwischen ENS und Gehirn. Auch über das Immunsystem, mikrobiell produzierte Botenstoffe wie zum Beispiel kurzkettige Fettsäuren, Darmhormone und Neurotransmitter interagiert dieses System mit Hirn und Psyche. So wird das enterische Nervensystem im Englischen auch als „second brain“ bezeichnet und mit der Entstehung unseres „Bauchgefühls“ in Verbindung gebracht.

Störungen dieser Achse werden mit neurologischen Erkrankungen wie Parkinson, Alzheimer, Depressionen und Angststörungen in Verbindung gebracht. Die Zusammensetzung des Mikrobioms und der Zustand der Darm-Schleimhaut spielen eine bedeutende Rolle für Funktion des Hirns und der Nerven. Dies natürlich durch die Versorgung mit Nährstoffen, aber auch, wenn z.B. beim "leaky gut-Syndrom", einer Schwäche der Barriere-Funktion der Darmschleimhaut neurotoxische Belastungen durch belastete Nahrungsmittel oder Erregertoxine nicht ausgeschieden, sondern in den Körper „rückresorbiert“ werden und chronische neurologische Entzündungen verursachen oder wenn Botenstoffe als Stoffwechselprodukt wichtiger Darmkeime mangeln (Beispiel: Gamma-Amino-Buttersäure).

› Hormone und Psyche

Auch die komplexen Kreisläufe der hormonellen Funktionen stehen im engen Zusammenhang mit unserer psychischen Verfassung.

Schauen wir dazu kurz auf die Grundzüge der Schilddrüsen- und Nebennierenfunktionen. Hierzu zitiere ich zunächst meinen Vortrag zur Schilddrüse auf der SANUM-Tagung 2018: Seinerseits angeregt durch die Impulse des zentralen Nervensystems schüttet der Hypothalamus Thyreotropin-Releasing-Hormon (TRH) aus und regt dadurch die Ausschüttung von TSH (Thyreotrope-stimulierendes Hormon) durch den Hypophysenvorderlappen (Adenohypophyse) an. Dieses TSH wiederum führt in der Schilddrüse zur Produktion der Schilddrüsenhormone T4 (Thyroxin) und T3 (Trijodthyronin). Dabei bildet die Schilddrüse zunächst durch die Bindung von vier Jodatomen an die Aminosäure Tyrosin die Speicherform T4, von der dann etwa 80 Prozent unter Abspal-

tung eines Jodatoms in die im Körper dreifach wirksamere Form T3 umgewandelt werden.

Bei hinreichender Versorgung des Körpers mit diesen Hormonen der Schilddrüse drosselt das ausreichende Vorhandensein der Hormone im Sinne einer „negativen Rückkoppelung“ die Ausschüttung von TRH und TSH, während sie im Körper zahlreiche Funktionen aktivieren:

- › Förderung der Proteinsynthese und Erhöhung des Grundumsatzes
- › Steigerung der Cholesterinproduktion (Verwendung als Ausgangsstoff für Neurotransmitter) bei gleichzeitig steigendem Verbrauch → Senken des Blutcholesterinspiegels
- › Steigerung der Enzym-Aktivität
- › Steigerung von Blutdruck, Herzfrequenz und Temperatur
- › Wachstumsförderung
- › Anregung sonstiger hormoneller Prozesse im Körper

Damit ist klar, dass eine Fehlfunktion der Schilddrüse je nach Art und Umfang der Störung umfassende körperliche, mentale und „psychische“ Folgen haben kann.

Dies sind im Falle einer Unterfunktion:

- › Mangel an Lebensaktivität und Kraft in allen Bereichen, Müdigkeit, Erschöpfungsgefühl, Frieren, Stoffwechsel-Verlangsamung, Gewichtszunahme, Verstopfung, Depressionen, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen, Verminderung der Libido, Ödeme, Haarausfall, trockene und rissige Haut/Schleimhäute, brüchige Nägel, Muskelschwäche und Muskelverhärtungen, Gelenkschmerzen, Druck an der Schilddrüse, Kloßgefühl, Rausperzwang, Stimmprobleme.

Bei einer Überfunktion hingegen finden sich:

- › Überaktivität, Nervosität, Unruhe und Angstgefühle bis zur Panik, Schlaflosigkeit, Schwitzen/Schweißausbrüche, überaktiver Stoffwechsel, Gewichtsabnahme trotz Heißhunger, Durchfälle, Herzasen, Bluthochdruck, Zittern, Konzentrationsstörungen, Zyklusstörungen, Unfruchtbarkeit, Muskelschwäche und Osteoporose, endokrine Orbitopathie.

Zu diesen in sich ja schon komplexen Abläufen kommt also, wie erwähnt,

die Wirkung der Schilddrüsenfunktion auf alle anderen Hormondrüsen, die ihrerseits vernetzt reagieren.

Hierbei spielen wiederum gerade die Hormone des Nebennierenmarks eine große Rolle für die „psychische Verfassung“.

Die Nebennieren (NN) bestehen aus NN-Rinde und NN-Mark.

Die Nebennierenrinde besteht aus 3 Schichten, diese synthetisieren:

1. *Zona glomerulosa*: Mineralcorticoide (Aldosteron) – Wasserhaushalt/Blutdruck
2. *Zona fasciculata*: Glucocorticoide (v.a. Cortisol) – Entzündungshemmung
3. *Zona reticularis*: Androgene (v.a. Dehydroepiandrosteron und Androstendion)

Alle Hormone der Nebennierenrinde sind Steroidhormone (Botenstoffe).

Die Hormone des Nebennierenmarks sind die beiden Katecholamine Adrenalin und Noradrenalin, die „Stresshormone“ unseres Körpers.

Noradrenalin bewirkt eine Steigerung von Blutdruck, Aufmerksamkeit, Wachheit, Konzentration, Leistungsbereitschaft, Motivation und Motorik als Neurotransmitter. Zudem ist es an der Steuerung einer Vielzahl anderer Hormone beteiligt.

Adrenalin steigert das Atemvolumen, Blutdruck und Leistung des Herzens.

› Fazit

Alle diese körperlichen Bereiche beeinflussen sich gegenseitig und zugleich unsere mentalen und psychischen Funktionen. Umgekehrt lösen äußere belastende oder gar traumatische Ereignisse, Nachrichten(!) und Reize (Zeitdruck, Lärm) psychische und körperliche Reaktionen aus. So kann z.B. andauernder äußerer Stress zu Veränderungen der hormonellen Reaktion der Nebenniere und Schilddrüse und sogar der Darmflora führen. Umgekehrt heißt das aber auch: psychische Resilienz kann durch körperliche Regulation, insbesondere des Darms und der Hormone aufrechterhalten, gestärkt und in Belastungs- und Krisenzeiten wiedergewonnen werden. Und dies ist nach meiner Erfahrung gerade auch durch die Mittel der mikrobiologischen Systemregulation nach Prof. Dr. Enderlein von SANUM-Kehlbeck möglich.

Bevor ich hier die Wahl der richtigen Mittel und deren Einsatz genauer erläutere, sei vorausgeschickt, dass es stets gilt, Ernährung und orthomolekulare Versorgung, Bewegung (an frischer Luft!), Reduzierung der Belastungen durch Elektrosmog und ausschaltbare Stressoren (digital Detox!) im Rahmen dieser Therapie zu berücksichtigen! Diese Faktoren schaffen letztlich das Milieu, welches Basis unsrer mikrobiellen wie hormonellen Regulation ist. Wenn indessen das System nachhaltiger und über längere Zeiträume gestört ist, reicht die Regulierung des Milieus oft nicht mehr aus, um zu Gesundheit und psychischer Stabilität zurück zu kommen. Dann empfiehlt sich der Einsatz der SANUM-Präparate. Zur Erläuterung derer Funktion:

Prof. Dr. Günter Enderlein stellte durch seine Forschungsarbeit mit Blut im Dunkelfeld schon zu Beginn des 20. Jahrhunderts fest, was heute durch die moderne Mycobiom-Forschung bestätigt ist, nämlich, dass im Körper des Menschen „Kleinstformen“ von Schimmel- und Hefepilzen in allen Körperteilen vorkommen. Diese üben regulatorische Funktionen aus und sind wichtig für die Erhaltung der Gesundheit. Bei Untersuchungen zur Zusammensetzung des Mycobioms, also der Gesamtheit der Pilze im Organismus, wurden besonders häufig Pilze der Gattungen *Mucor*, *Aspergillus*, *Penicillium* und *Candida* nachgewiesen. Sie stehen in Wechselwirkung mit vielen Stoffwechselfunktionen des Körpers und wirken auf sie regulierend ein, sind als Kleinstform also in Symbiose mit dem Körper. Die Pilze werden jedoch durch das umgebende Milieu beeinflusst.

Durch Veränderungen des inneren Milieus des Organismus, z.B. durch eine Verschiebung der Säure-Basen-Balance, wandeln sich die Kleinstformen zu höheren Entwicklungsformen um, was auch zu einer veränderten Zusammensetzung der Populationen führt. Eine Dysbiose entsteht. Auf dem Weg der „Kleinstformen“ zu höher entwickelten Formen verändern sich die regulatorischen Eigenschaften, wodurch die Entstehung von Krankheiten gefördert wird. Hier setzt die SANUM-Therapie an. Das Ziel ist die Wiederherstellung der regulatorischen Funk-

tionen der „Kleinstform“ im Körper, um so den Heilungsprozess zu fördern und das Gleichgewicht der Population wiederherzustellen.

Dafür werden Arzneimittel der System- und Basen-Regulation eingesetzt. Die Myco-Präparate nutzen das regulatorische Potenzial der „Kleinstformen“ und unterstützen geschwächte Regulationsprozesse. Sie bestehen aus selektierten Pilz-Bestandteilen, welche nach einem firmeneigenen Herstellungsverfahren produziert werden. Zur Wiederherstellung der Säure-Basen-Balance werden verschiedene Mineralstoffe und Spurenelemente sowie ein individuelles Ernährungskonzept aus der Basen-Regulation eingesetzt. Schließlich kann die Funktion des Immunsystems über die „Bacto-Präparate“ sowie gegebenenfalls erregerspezifisch durch die „SANU-KEHL“-Präparate gestärkt und – bei überschießender autoimmuner oder allergischer Reaktionslage – moduliert werden.

➤ SANUM-Therapie des Darms

1. Entzündungen und Fehlbesiedlungen beseitigen durch Mittel der System-Regulation/Myco-Präparate

➤ Myco-Präparate der Penicillium-Reihe

FORTAKEHL® wird erfahrungsgemäß angewendet zur unterstützenden Behandlung von Erkrankungen der Schleimhäute aller Art „von der Nase bis zur Blase“, Dysbiose der Schleimhäute (nach Antibiosen!), Infektanfälligkeit, allen Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes/Verdauungssystems, inklusive Diarrhoe, Obstipation. Es ist folglich das Basismittel unserer Darmtherapie.

NOTAKEHL® wird erfahrungsgemäß angewendet zur unterstützenden Behandlung von bakteriellen Infektionen und Entzündungen aller Art, auch im Magen und Darm. Insbesondere bei Belastungen mit *Helicobacter pylori* ist die Anwendung zusätzlich zu FORTAKEHL® anzuraten.

➤ Arzneimittel aus Candida-Stämmen

Bei Dysbiosen mit erhöhtem Candida-Vorkommen kommen im Bereich der System-Regulation die Präparate ALBICANSAN® (hergestellt aus *Candida albicans*), PEFRAKEHL® (hergestellt aus *Candida parapsilosis*) oder in Kombination mit Penicil-

lium EXMYKEHL® (hergestellt aus *Candida albicans*, *Candida parapsilosis*, *Penicillium roquefortii*) in Frage. Insbesondere EXMYKEHL® wird erfahrungsgemäß angewendet zur unterstützenden Behandlung von Dysbiosen und Mykosen aller Art, zur Regulierung der Darmflora nach Antibiotika-Einsatz, Dysbiose der Darmflora und damit verbundenen Erkrankungen (bakteriell und mykotisch). Kurz: es ist statt FORTAKEHL® das Basismittel der Darmbehandlung, sobald Candida ins Spiel kommt.

➤ Unterstützende Präparate und Maßnahmen

Unterstützt werden sollte jede System-Regulation durch die passenden Carbonsäuren-Präparate. Für die Therapie der Schleimhäute des Magens und Darms ist dies SANUVIS®. Zudem gilt es, das allgemeine Säure-Basen-Gleichgewicht zu regulieren, hierzu kann ALKALA® „N“ (enthält Natriumhydrogencarbonat, Kaliumhydrogencarbonat, Natriumcitrat und Zinkgluconat) zur Entsäuerung im Extrazellularraum, ALKALA® „T“ (Natriumhydrogencarbonat) zur akuten Säurepufferung im Magen, z.B. bei Magenschleimhautreizung oder Ulzera sowie zum Auffüllen von Defiziten im Intrazellularraum ALKALA® „S“ (enthält Magnesiumcitrat, Kaliumcitrat und Calciumcitrat) verwendet werden.

Zur Regulation des Säure-Basen-Haushalts und der Darmfunktion sind außerdem natürlich die entsprechenden diätischen Maßnahmen (Vermeidung von Allergenen und säurebildenden Nahrungsmitteln – „SANUM-Diät“) beziehungsweise auch langfristige Ernährungsumstellung einzubeziehen.

Störungen der Darmflora sollten durch passende Probiotika und Präbiotika reguliert werden. Hierzu ist es zumeist sinnvoll, zunächst durch eine Laboruntersuchung den Zustand der Darmflora zu bestimmen und damit auch nach einiger Zeit den Erfolg der Therapie zu kontrollieren. Zum Einsatz in der probiotischen Therapie steht von SANUM-Kehlbeck PROBIKEHL® zur Verfügung. Das Nahrungsergänzungsmittel PROBIKEHL® enthält eine Kombination aus sieben verschiedenen Probiotika-Stämmen und die Präbiotika Inulin und Fructo-Oligosaccharide.

Bei speziellen Problemen können nach meiner Erfahrung außerdem sehr gut eingesetzt werden:

Zum einen Mutaflor® Hartkapseln (Fa. Ardeypharm) bei chronischer Verstopfung und chronischer Darm-entzündung. Mutaflor® Hartkapseln enthalten den Bakterienstamm *E. coli* Nissle 1917. Dieser wirkt im Dickdarm entzündungshemmend sowie gegen krankheitserregende Mikroorganismen und fördert die körpereigenen Abwehrkräfte.

Präparate von Symbiopharm: Symbioflor® Reizdarm (ehemals Symbioflor® 2) ist ein Arzneimittel mit lebenden *Escherichia coli*-Bakterien zur Behandlung des Reizdarmsyndroms.

Zur Ausleitung im Bereich des Darms ist vor allem an OKOUBA-SAN® zu denken, ein Phytotherapeutikum aus der getrockneten Astrinde des *Okoubaka aubrevillei*, welches seit der Antike als Antidot bei Nahrungsmittelvergiftungen, Intoxikationen und Infektionen des Magen-Darm-Traktes verwendet wird. Es wirkt als Ausleitung auch bei deren chronischen Folgen und Nahrungs-unverträglichkeiten.

2. Immun-Regulation der Darm-schleimhaut mit Bacto-Präparaten und SANUKEHL®-Präparaten

Erfahrungsgemäß zwei Wochen nach Beginn der Therapie mit Myco-, Carbonsäuren-Präparaten und unterstützenden Maßnahmen ist es sinnvoll, zusätzlich die immunologische Funktion des Darms und somit natürlich des gesamten Immunsystems durch den Einsatz von Bacto-Präparaten zu modulieren, das bedeutet sowohl eine schwache Immunabwehr zu stärken als auch überschießende Reaktionen zu beruhigen.

Hierbei kann als sehr sanftes und auch vorbeugend zum Beispiel bei erhöhter Ansteckungsgefahr einsetzbares Mittel UTILIN® "H" / UTILIN® – *Bacillus subtilis* zum Einsatz kommen. Einsatzgebiete sind primär subakute und akute Entzündungen aller Art, Funktionsstörungen des Darms und allgemeine Immunprophylaxe, sekundäre Störungen der Leber und Gallenblase, Postmenopausensyndrom und Basedow'sche Krankheit. Alternativ und gerade bei schwerwiegenderer Entzündung der Darmschleimhaut RECARCIN® –

Bacillus firmus, eingesetzt bei subakuten und chronischen Entzündungen besonders der Drüsen und Schleimhäute, Arthritis, Arthrose, Infektanfälligkeit und zur allgemeinen Immunmodulation.

Zur erregerspezifischen Stärkung des Immunsystems stehen zudem eine Reihe von SANUKEHL®-Präparaten zur Verfügung, dies sind Extrakte aus speziellen Mikroorganismen (Bakterien / Pilzen) die nach firmenspezifischem Herstellverfahren zur Gewinnung immunologisch wirksamer Bestandteile gewonnen werden. Die Mikroorganismen stammen aus nicht pathogenem Material, es handelt sich also nicht um Nosoden und es befinden sich auch keine lebenden Mikroorganismen im Arzneimittel.

Die SANUKEHL®-Präparate dienen zur unterstützenden Behandlung von akuten und persistierenden Infektionen, insbesondere zur Ausleitung zellwandfreier Formen und von Erreger-Toxinen. Diese könne vom Immunsystem nicht mehr erkannt und entsprechend bekämpft werden. Durch die erregerspezifische Sensibilisierung des Immunsystems und gleichzeitige Immunmodulation mit Hilfe der SANUKEHL®-Präparate wird dies wieder möglich. Der Einsatz der SANUKEHL®-Präparate kann bei bestimmtem Erreger entsprechend erfolgen, ist aber zugleich auch bei verwandten Erregern und somit nach Beschwerdebild/Einsatzgebiet laut Kompendium möglich.

Bacto- und SANUKEHL®-Präparate können auch parallel verwendet werden.

Last, not least steht mit dem Organpräparat REBAS® aus Folliculi lymphatici aggregati (lyophil., steril.) als D4/D6 Kapseln oder Zäpfchen ein wunderbares Mittel zur Stärkung der Peyer'schen Plaques, bei Leaky Gut und chronischer Hepatitis, Störungen der humoralen Abwehr, chronischen und rezidivierenden Entzündungen sowie Tonsilitis zur Verfügung!

› SANUM zur hormonellen und neurovegetativen Regulation

Hier kann ich mich nun kürzer fassen, da alles, was im Hintergrund hormoneller Störungen, insbesondere von Funktionsstörungen der Schilddrüse, stehen kann, im vorher-

STROPHANTHUS D4 SANUM

TROPFEN

Angst vor der Angst?



DIE ANWENDUNGSGEBIETE ENTSPRECHEN DEM HOMÖOPATHISCHEN ARZNEIMITTELBILD. DAZU GEHÖREN

- › Herzschwäche
- › Erwartungsangst

DOSIERUNG

Täglich 1-6x 5 Tropfen (akut)
Täglich 1-3x 5 Tropfen (chronisch)

Auch als Tabletten verfügbar.

**HERGESTELLT IN DEUTSCHLAND.
IN ALLEN APOTHEKEN ERHÄLTICH.**

Strophanthus D4 Sanum Flüssige Verdünnung | **Zusammensetzung:** 10 ml enthalten: Wirkstoff: 10 ml Strophanthus gratus D4 dil. **Indikationen:** Die Anwendungsgebiete entsprechen dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehören: Herzschwäche, Erwartungsangst. **Gegenanzeigen:** Strophanthus D4 Sanum Flüssige Verdünnung darf nicht angewendet werden bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren sowie in der Schwangerschaft und Stillzeit. Nicht anwenden bei bestehender Niereninsuffizienz. **Warnhinweis:** Strophanthus D4 Sanum Flüssige Verdünnung enthält 51 Vol.-% Alkohol. SANUM-Kehlbeck GmbH & Co. KG, 27318 Hoya. www.sanum.com

gehenden Teil schon erörtert wurde. Mit anderen Worten: meist bedarf ein langfristiger Therapieerfolg bei hormonellen Störungen auch der Behandlung des Darms.

Hinzu kommt nun für die Behandlung der Schilddrüse sowie der gesamten hormonellen Regelkreise ein Leitmittel der Myco-Präparate: MUCEDOKEHL®, das Mittel für hormonelle Störungen, Schilddrüsenfunktionsstörungen (sowohl bei Über- als auch bei Unterfunktion) zudem für neurovegetative Störungen und Dysfunktionen des limbischen Systems, Angst und Depressionen, womit wir auch den Bereich der psychischen Störungen abgedeckt hätten. Das Mittel ist zudem angezeigt bei Lymphostase und Erkrankungen des HNO-Bereichs.

In all diesen Einsatzgebieten kann MUCEDOKEHL® als Einzelmittel eingesetzt werden, bei Dysfunktion hormonellen Drüsengewebes empfiehlt sich der zusätzliche Einsatz von NIGERSAN® zur regenerativen Behandlung für Organe/Gewebe des ganzen Körpers. Außerdem hat nach Enderlein der „*Aspergillus niger*“ gerade auch für Drüsengewebe große Bedeutung! So ist das Präparat das Mittel bei Strumaerkrankungen, auch unter Umständen bei Adipositas! Zur Ergänzung dieses Myco-Präparates dient das Carbon-säuren-Präparat CITROKEHL®.

Im Falle von Durchblutungsstörungen, Schwellung und Stauung kann MUCOKEHL® sinnvoll zusammen mit NIGERSAN® verwendet werden. (Im Dunkelfeld zeigt sich bei einer großen Anzahl der Patientinnen und Patienten mit autoimmunen Erkrankungen und Schilddrüsenstörungen ein extremer Stau-Zustand des Blutes als Ausdruck des „gekippten“ Systems, dieser muss bereinigt werden!). Das ergänzende Carbon-säuren-Präparat SANUVIS® wurde schon im Abschnitt zur Darm-Therapie besprochen.

Pflanzliche Unterstützung der hormonellen Therapie bietet bei Unruhe, Erwartungsangst, Bluthochdruck und zur Stützung der Nebennierenfunktion STROPHANTHUS D4 SANUM.

Zudem ist bei Erkrankungen und Störungen der Schilddrüse die Versorgung mit Selen und Jod oder eine Überempfindlichkeit gegen Jod (auch aus Nahrung wie Meeresfisch,

jodierte Salze in Speisen) zu beachten.

Schließlich folgt ein letztes, wertvolles Mittel für neurovegetative Störungen aller Art, das Myco-Präparat MUSCARSAN® D6 (Tabletten, Tropfen oder Injektionen). Das Arzneimittel MUSCARSAN® wird hergestellt aus dem Fliegenpilz *Amanita muscaria*. Indikationen sind Entgiftung und Entwöhnung von Suchtmitteln, Psychopharmaka und neurotoxischen Stoffen aller Art, des Weiteren zerebrale und nervöse Übererregungs- und Erschöpfungszustände, Durchblutungsstörungen im Kopf, Kopfschmerz/Migräne, Vertigo, Spasmen, auch Gefäßspasmen und nervöse Verdauungsstörungen, rauschartige Zustände bis hin zu Delirium.

Allgemeine Hinweise zur Anwendung:

- > Darreichungsform (Tropfen, Kapseln, Tabletten), Dosierung und Potenz der SANUM-Präparate sind nach Konstitution und Ausleitungsfähigkeit des Patienten sowie Schwere der Symptomatik einzusetzen! Der sanfte Einstieg (z.B. über D5-Tropfen, die langsam hoch dosiert werden können) ist meist sinnvoll, eventuell Austestung, z.B. kinesiologisch oder über Biotensor!
- > Die Ausleitung sollte bei Bedarf mit passenden pflanzlichen oder homöopathischen Mitteln gestützt werden.
- > Alle Myco- und Bacto-Präparate sowie SANUKEHL®-Präparate bei Einnahme in der Mundschleimhaut wirken lassen (also Tabletten zergehen lassen und Kapseln öffnen, Pulver zergehen lassen)!
- > Der Einsatz einzelner Mittel, gerade bei MUCEDOKEHL® und MUSCARSAN®, ist ebenso möglich wie ein komplexer Einnahmeplan, der verschiedene Bereiche der Problematik abdeckt (Darm, Hormone) sowie Ausleitung und – in der Regel 14 Tagen nach Therapiebeginn – immunologische Regulation (Bacto-Präparate/SANUKEHL®-Präparate) beinhaltet.

So sollte nach meiner Erfahrung mit Hilfe der SANUM-Therapie also die körperliche Grundlage psychischer Gesundheit und Stabilität auch in herausfordernden Situationen wiederhergestellt und erhalten werden können.

MUCEDOKEHL® D5 Tropfen

Zwischen Hoch und Tief



Dosierungsempfehlung

> Zum Einnehmen:

1x täglich 8 Tropfen
vor einer Mahlzeit.

> Zum Einreiben:

2x wöchentlich 5-10 Tropfen
in die Ellenbeuge einreiben.

Auch in anderen Darreichungs-
formen verfügbar.

Hergestellt in Deutschland.
In allen Apotheken erhältlich.

Mucedokehl® D5 Flüssige Verdünnung | **Zusammensetzung:** 10 ml Flüssige Verdünnung enthalten: Wirkstoff: 10 ml Mucor mucedo e volumine mycelii (lyophil., steril.) D11 D5 (HAB, Vorschrift 5a). **Anwendungsgebiete:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei bekannter Überempfindlichkeit gegenüber Schimmelpilzen (*Mucor mucedo*), Autoimmunerkrankungen, Kindern unter 12 Jahren, Schwangerschaft und Stillzeit. SANUM-Kehlbeck GmbH & Co. KG, 27318 Hoya. www.sanum.com



AUTORIN
HP CHRISTEL FÖRCH-JÖSSLIN

- > Praxistätigkeit:
Hauptstraße 17
D-79540 Lörrach-Stetten
- > Praxis-Schwerpunkte:
SANUM-Therapie nach
Enderlein, Dunkelfelddiag-
nostik, neuraltherapeutische
Injektionen
- > Referenten-Tätigkeit für
SANUM-Kehlbeck seit 2014
- > E-Mail:
christel-foerch@bluewin.ch
- > www.naturheilpraxis-foerch-joesslin.de