

Liebe Mitglieder unserer BIT-Ärztegesellschaft,
 liebe Anwender energetischer Therapieverfahren,
 liebe interessierte Leser!

Magen-Darm-Erkrankungen

Oder: Wo wirkt sich Stress am stärksten aus? | *Dr. med. Bodo Köhler*

Es gibt nur wenige Menschen, die den negativen Folgen unserer Zivilisation nicht direkt ausgesetzt sind. Sie wohnen entweder auf einsamen Inseln oder ruhen völlig in sich selbst, sodass ihnen keinerlei Stress etwas anhaben kann. Die meisten Bewohner dieses Planeten sind multiplen Belastungen schutzlos ausgeliefert, insbesondere wenn sie passiv erduldet werden müssen, wie in Form technischer Strahlung. Damit steigt nicht nur das Krankheitsrisiko, sondern auch die Häufigkeit der Erbschäden, und zwar auf epigenetischer Ebene. Unsere Kinder kommen bereits belastet auf die Welt und übernehmen die Organschwächen der Eltern.

Stressbelastung trifft den Organismus unterschiedlich. Ein Organbereich, der immer an vorderster Front stehen muss, ist unser Magen-Darm-Trakt. Die damit verbundene Schwierigkeit war unserem Schöpfer von vornherein klar, weshalb er dort über 80 Prozent der Immunabwehr installiert hat. Das macht sehr viel Sinn, schafft aber neue Probleme. Da alles Stoffliche, das wir schlucken, durch den Darm hindurch muss, fällt dem Immunsystem eine große Aufgabe zu, die es offenbar nicht immer korrekt bewältigen kann.

Auch unser Abwehrsystem ist – wie alles im Leben – polar angelegt. Das bedeutet, es muss nicht nur abwehren und kämpfen, sondern auch tolerieren!

Dazu gehört die Fähigkeit, Freund und Feind unterscheiden zu können, was nicht immer einfach ist. Das sehen wir an der Vielzahl der Allergien, wo das Immunsystem falsche Entscheidungen getroffen hat und deshalb überreagiert. Wir haben es bei der Allergie mit einem Abgrenzungsproblem zu tun. Die Polarität des Immunsystems – Kämpfen und Tolerieren – zeigt sich noch in einem an-

deren Punkt: Bekanntermaßen ist unser Darm mit bestimmten Bakterien besiedelt, den Symbionten, die in ihrer Anzahl die Körperzellen um den Faktor 10 bis 100 übertreffen. Wir haben es also mit einer Übermacht an Fremdkeimen zu tun, die in Schach gehalten werden müssen. Auch dafür ist das Immunsystem zuständig, muss aber wiederum zwischen Freund und Feind unterscheiden. Pilzbesiedelungen des Darmes (sehr oft *Candida albicans*) zeigen an, dass es damit ein Problem gegeben hat. Deshalb sollte eine Mykose nicht symptomatisch mit lebertoxischen Antimykotika bekämpft, sondern ursächlich behandelt werden.

Was aber heißt „ursächlich“? Jetzt sind wir genau an dem Punkt, von dem Gesundheit wie Krankheit ausgehen. Es ist das „Terrain“, synonym kann „Milieu“ gesagt werden. Sämtliche Gewebestrukturen und damit auch der Darm gehorchen den gleichen Gesetzen. Der dort herrschende Zustand wird vom Organismus genauestens einreguliert, und zwar über den Zellstoffwechsel als Ausdruck von *Elektronen*-Donator-Akzeptor-Reaktionen. Der Säuren-Basen-Haushalt wird durch *Protonen* und das Ionen-Milieu kontrolliert. Alle Bereiche stehen in einem polaren Verhältnis zueinander und bedingen sich gegenseitig.

Nur wenn im Gewebe ein ausgeglichener Zustand herrscht, also ein labiles Regulationsgleichgewicht, können wir von Gesundheit oder von gesunden Verhältnissen sprechen.

Der Darm als *Funktionseinheit* hat eine Doppelfunktion: Er dient sowohl der Aufspaltung und Aufnahme der Nahrung als auch der Ausscheidung von Stoffwechselrückständen und Giften. Um dieser Aufgabe gerecht zu werden, müssen beide sich kreuzenden Wege streng voneinander getrennt werden. Dieses Problem wurde in hocheleganter Weise da-

durch gelöst, indem der Gallensaft – womit die Abfall- und Giftstoffe abtransportiert werden – eine komplexe, in sich verschachtelte Struktur aufweist. Es erfolgt eine Emulgierung durch das Zusammenspiel von Gallensäuren und Monoglyceriden mit den Triglyceriden, beziehungsweise Neutralfetten. Dabei werden die Ausscheidungsstoffe durch die Bildung sogenannter *Micellen* nach innen eingestülpt, sodass sie keinen Kontakt zu den Nahrungsbestandteilen haben. Der Gallensaft ist entsprechend wertvoll und wird deshalb nach getaner Arbeit (fast) vollständig rückresorbiert.

Auch die **Galle** erfüllt eine Doppelfunktion. Die enthaltenen Säuren sind für die Aufschlüsselung der Fettbestandteile verantwortlich und gleichzeitig aktivieren sie die Enzyme der Bauchspeicheldrüse, die in einem Ypsilon-förmigen, gemeinsamen Ausführungsgang mit ihr zusammentreffen.

Dieses doppelte Kunststück des Gallensafts hängt von einer normalen Leberfunktion ab. Leider haben wir in unserem heutigen Giftzeitalter damit oftmals ein Problem. Die immer mehr um sich greifende, nicht-alkoholische Fettleber (NAFLD) behindert deren Arbeit zusätzlich. Die Leber als Hauptentgiftungsorgan ist deshalb oft überfordert, was sich auch in einer veränderten Gallenproduktion äußert – mit allen Folgen, die wiederum milieuhängig sind. Die Galle bestimmt wesentlich (neben Magen- und Bauchspeicheldrüsensaft) die herrschenden Verhältnisse im Dünndarm, was sich entscheidend auf die Darmflora auswirkt. Die Darmbakterien sind an die richtige Zusammensetzung der Verdauungssäfte gewöhnt und haben nicht sehr viel Lebensspielraum. Eine anhaltende Veränderung der Galle, oft kombiniert mit Säuremangel im Magen, zieht unweigerlich eine Störung der Bakterienkulturen nach sich, was als Dysbiose bezeichnet wird.

Die *Funktionseinheit Darm* (das Mikrobiom) kann deshalb nur dann richtig verstanden werden, wenn das Zusammenspiel der großen Verdauungsorgane Magen/Leber/Galle/Bauchspeicheldrüse, Bakterienbesiedelung, die Darmwand mit ihren Epithelzellen und Zotten, die *Matrix* – das nährnde, versorgende weiche Bindegewebe mit ihren Blut- und Lymphgefäßen, den Nerven und der Immunabwehr (das *Grundregulationssystem n. Pischinger*) sowie die *Regulation des Zellstoffwechsels* gemeinsam betrachtet werden.

Alle stehen wieder in polaren Abhängigkeiten zueinander; zusammen sind sie neutral. Im Darm selbst herrschen die katabolen (abbauenden) Aktivitäten vor, die die anabolen (aufbauenden) überwiegen. Der pH-Wert sollte im oberen Dünndarm zwar nur leicht sauer sein, aber eben sauer und *nicht* basisch. Das wird nur erreicht bei ausreichend guter Magensäureproduktion. Da sowohl Blutgruppe A als auch alle anderen Blutgruppen mit zunehmendem Alter Probleme haben das zu gewährleisten, zeigte sich bei vielen Messungen fälschlicherweise ein alkalischer Wert im Duodenum, was aber pathologisch ist, mit allen negativen Folgen für die Verdauungsfunktion und die Darmflora!

Im weiteren Verlauf wird der Darminhalt über die Lactobazillen immer mehr angesäuert (zwischen pH 5,8 und 6,5). Nur dann hat unsere Darmflora gute Überlebenschancen gegenüber Fehlernährung und es wird damit einer Ammoniakbildung im basischen Milieu durch Fäulnisbakterien (Clostridien, Citrobacter o. ä.) vorgebeugt. Die falsch verstandene Gabe von Basenpulvern ist kontraproduktiv und wirkt sich verheerend aus!

In der komplex aufgebauten Darmwand mit ihren Zotten dreht sich das Ganze um. Es herrschen vorwiegend anabole Verhältnisse (Synthese, auch von Antikörpern). Der pH-Wert ist neutral bis leicht alkalisch (max. 7,1). Für diesen Balance-Akt wendet unser Organismus sehr viel Energie, aber auch eine enorme Logistik auf. Logistik bedeutet unablässigen Informationsaustausch mit allen (!) Bereichen des Organismus, einschließlich Gehirn.

Wie ist so etwas zu schaffen? Das geht nur, wenn über sämtliche eintreffenden Stoffe „Buch“ geführt wird und diese Daten über ein Netzwerk weitergegeben werden. Dies nun beherrscht unser Immunsystem ganz exzellent, weshalb ihm von vornherein diese Aufgabe zufällt. Dazu befinden sich in der Darmwand große Immunzellen, die sogenannten „M-Zellen“, die zum MALT-System

gehören. MALT steht für Darmwand (Mucosa)-assoziiertes Lymphsystem.

Das Besondere ist nun, dass jede wichtige Information, die bei einer M-Zelle eintrifft, sofort über Botenstoffe ins Blut gebracht und damit im ganzen Organismus verteilt wird. Jede Zelle erhält damit die Möglichkeit, diese Informationen abzurufen – aber nur, wenn es ihr nutzt. Die Leberzellen interessiert es ganz sicherlich, was sie demnächst zu synthetisieren haben. Einer Lungenzelle wird es vorerst egal sein.

Der Informationstransfer, das heißt die Übertragung in die Körperzellen wird über Rezeptoren geregelt. Das sind „Antennen“ an der Zelloberfläche, mit denen nur bestimmte Informationen aufgenommen werden (können). Welche, das entscheidet die Körperzelle selbst – ein intelligenter Akt! Denn sie selbst baut ihre Rezeptoren auf oder ab. Damit wird einer Überfrachtung an Informationen vorgebeugt. Die Insulinresistenz ist ein gutes Beispiel hierfür.

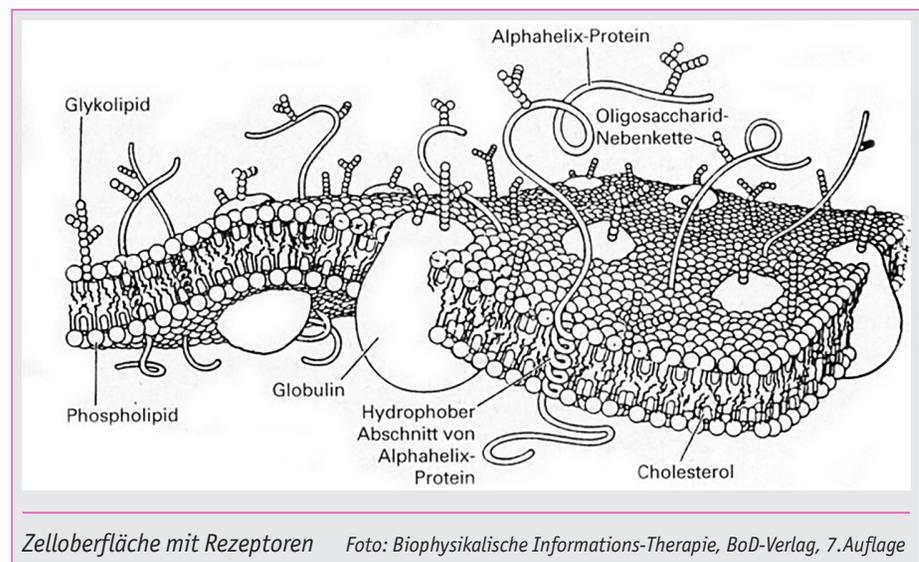
Welche Rolle spielt die **Psyche** im Magen-Darm-Trakt? Jeder hat sicher schon die Erfahrung gemacht, dass es vor großen Aufregungen zu einer durchfallartigen Darmentleerung kommen kann. Die Darmtätigkeit wird also unter Stress angeregt, was über das vegetative Nervensystem abläuft. Ebenso können Koliken, also Verkrampfungen der Darmwand ähnliche Ursachen haben. Aber auch die Verstopfung geht oft auf psychische Verhaltensmuster zurück. Wer nicht loslassen kann, hält fest. Dabei ist die Gallentätigkeit involviert. Hier finden wir eine Schnittstelle zum Hormonsystem. Ärger legt sich gern auf die Galle. Eine überaktive Galle erzeugt Durchfälle. Eine verminderte Gallenfunktion führt zu hellem Stuhl und Verstopfung, aber auch Meteorismus (Blähbauch).

Es gibt allerdings auch helle (nichtinfektiöse) Durchfälle. Hier fließt zwar genügend Gallensaft, jedoch in der falschen Zusammensetzung.

An der **Darmwand** selbst kann ein Problem auftreten, das praktisch ohne örtliche Symptome abläuft, jedoch Auswirkungen an anderer Stelle zeigt. Es handelt sich um das **Leaky-Gut-Syndrom**, auf Deutsch: Durchlässiger Darm. Auf dem Boden einer leichten, jedoch chronischen Entzündung der Darmwand resultiert eine erhöhte Permeabilität, wodurch Stoffe einwandern können, die üblicherweise im Organismus nichts zu suchen haben. Das bleibt der Immunabwehr vor Ort jedoch nicht verborgen. Sie muss diese Stoffe ständig entsorgen. Das führt zunächst zu einer deutlich erhöhten Aktivität (erhöhtes sIg-A im Stuhl), später zu einer Erschöpfung des Abwehrsystems. Es gibt kaum einen Allergiker, bei dem dieses Syndrom nicht vorliegt!

Hier hätten wir also ein brauchbares morphologisches Substrat für die Allergieentstehung und eine sinnvolle Behandlung. Es fragt sich allerdings, wie solche oberflächlichen Entzündungen entstehen können. Doch das lässt sich leicht beantworten: Die zunehmende Anzahl toxischer Stoffe in der Nahrung bleibt eben nicht ohne Folgen! Auch einige Medikamente sind dafür verantwortlich. Dadurch können zwei wichtige Bakterienstämme geschädigt werden, nämlich *Akkermansia muciniphila* und *Fäkalis Prausnitzii*, die einen Oberflächenschutz darstellen und auch für die Butyratbildung zuständig sind.

Die Zahl der **Unverträglichkeiten** von Nahrungsstoffen, zu denen Gluten, Lactose, Fructose und andere gehören, steigt ständig. Fehlende Enzyme in der Darmwand ver-



Zelloberfläche mit Rezeptoren

Foto: Biophysikalische Informations-Therapie, BoD-Verlag, 7. Auflage

hindern die Aufspaltung. Da sich solche Phänomene langsam entwickeln, handelt es sich um Erschöpfungsprozesse. Die Ernährung sollte dann individuell angepasst werden. Häufiges Weglassen im Sinne einer Rotationskost kann hier Wunder bewirken.

Krebserkrankungen des Darmes rangieren in der Häufigkeit ganz oben, was nicht verwundert bei den beschriebenen Zusammenhängen.

Natürlich darf der **Magen** nicht vergessen werden. Er ist häufiger beteiligt als der Darm selbst, oft sogar, ohne dass es spürbar wird. Eine leichte Gastritis macht kaum Symptome, kann aber chronisch werden, zum Beispiel durch regelmäßigen Konsum von Kaffee und/oder Alkohol.

Magenschmerzen und Sodbrennen sind nicht selten Folge einer gestörten Gallenfunktion, vor allem wenn es mit häufigem Aufstoßen verbunden ist. Völlegefühl schon während oder direkt nach dem Essen spricht für eine überforderte Leber (oder sogar Hepatitis), meist in Kombination mit Magensäuremangel. Dann hat auch ein *Helicobacter pylori* leichtes Spiel.

Wenn von Magen-Darm-Erkrankungen die Rede ist, dürfen Mundraum und Zähne (!) nicht fehlen. Die Funktionseinheit Darm beginnt an den Lippen und endet am After. Aber selbst damit ist sie nicht abgeschlossen. Über die Akupunkturmeridiane ist sie auch mit den Nebenhöhlen und der Haut verbunden. Die Haut ist das sogenannte Hilfsorgan des Dickdarmes. Akne oder Pickel auf der Haut deuten auf eine Funktionsstörung des Darmes hin und sollten auch primär dort behandelt werden (in Verbindung mit einer Leberentgiftung).

Das Ziel jeder Behandlung ist die Wiederherstellung des labilen Gleichgewichts zwischen den polaren Extremen.

Daraus ergibt sich, ganz im Sinne der **Lebenskonformen Medizin** (LKM):

1. eine individuelle Bearbeitung des zugrundeliegenden psychischen Verhaltensmusters
2. die Wiederherstellung der normalen Regulation des Zellstoffwechsels
3. die Regeneration der Matrix (Grundsystem) mit Milieuregulierung des Darm-pH
4. Symbioselenkung (Modulation der Darmflora)

Welche Therapie-Methoden beziehungsweise Medikamente im Einzelnen angewandt werden, ist der Erfahrung des Behandlers überlassen. Entscheidend ist, dass *alle vier*

Therapiebereiche berücksichtigt werden. Das fehlerhafte psychische *Verhaltensmuster* ergibt sich nur zum Teil aus der Anamnese, weshalb der *Lüscher-Test* sehr hilfreich ist. Für die Behandlung kommt Farb-Ton-Therapie in Frage, wobei sich besonders die Coloma-Therapie (unter zusätzlichem Einsatz von Aromen) bewährt hat. Parallel sollten Patientengespräche zu Lebensausrichtung und Sinnfindung erfolgen.

Die Regulation des anabol/katabolen *Zellstoffwechsels* ist abhängig von der Funktion der drei großen Hormondrüsen *Hypophyse*, *Nebenniere* und *Schilddrüse*. Diese sollten auf ihre Funktion hin untersucht werden, um hier eventuell unterstützend einzugreifen. Therapeutisch kann auf direkte Weise mit der Stoffwechsel-Regulations-Therapie SRT, STT, mit ZMR 703, MRT 503 oder MORAnova behandelt werden. Mit entsprechend programmierten Magnetstreifen (anabol oder katabol) können die zugehörigen Meridiane direkt moduliert werden.

Für die Wiederherstellung der *Grundregulation der Matrix* bieten sich gleich mehrere Möglichkeiten an. Auf direktem Wege ist dies mit der Matrix-Regenerations-Therapie (MRT 503) möglich. Sehr gute Wirkung zeigt auch die Colon-Hydro-Therapie CHT, die gleich mit einer Symbioselenkung gekoppelt wird. Auch die verschiedenen Arten der Sauerstofftherapie, Eigenblutbehandlungen, Heilfasten sowie Darmkuren, zum Beispiel nach F. X. Mayr haben sich hervorragend bewährt.

Die *Symbioselenkung* mit Darmkulturen sollte nicht zu früh begonnen werden, sondern erst, wenn das Milieu wieder stimmt (pH unter 6,5). Deshalb ist es kein Nachteil, wenn der Untersuchungsbefund der eingeschickten Stuhlprobe (an ein mikrobiologisches Speziallabor) erst nach ca. 2–3 Wochen eintrifft. Es sollte jedoch nicht allein nach der Zusammensetzung der Flora geschaut, sondern auch ein sogenannter Kyberstatus erhoben werden (Bestimmung von sIg-A, Alpha-1-Antitrypsin, Calprotectin, Zonulin sowie Verdauungsrückstände), weil sich erst dadurch entzündliche Schleimhautveränderungen nachweisen lassen. Ein Labor bietet die Komplettuntersuchung inklusive Florabestimmung als „Gesundheitscheck Darm“ an. Parallel kann auch eine Screening-Untersuchung auf Krebs mitlaufen.

Bei der Therapie sollten niemals Einzelkulturen verabreicht werden, sondern Kombinationen mit bis zu neun Stämmen oder „Effektive Mikroorganismen“. Parallel hat sich die Behandlung mit Bierhefe sehr bewährt. Damit wird gleichzeitig das Abwehrsystem stimuliert, das wir zu jedem Heilungsprozess in

Topform versetzen sollten. An Inulin, Glutamin und Galaktose zur „Fütterung“ der Kulturen sollte ebenso gedacht werden wie an Colostrum und Lecithin, speziell beim Leaky-Gut. Unbedingt ist auf ein saures Milieu mit pH-Werten unter 6,5 zu achten! Fehlende Magensäure kann auch als Betain-HCl-Pressling direkt zugeführt werden. Es gehört auch und vor allem der Ausgleich von Mangelzuständen dazu (immer an Zink, Selen, Chrom, Jod, Mangan und Magnesium denken). Eine direkte Stimulation des Immunsystems, zum Beispiel mit Thymusextrakten oder Mistel sollte vor allem dann erfolgen, wenn über einen Leukozytentransformations-Test (LTT), beziehungsweise die Bestimmung der NK-Zell-Aktivität (natürliche Killerzellen) eine Erschöpfung nachgewiesen wurde, was vor allem bei Krebspatienten oft der Fall ist.

Selbstredend gehört eine (professionelle!) Ernährungsberatung und eine vorübergehende Diät dazu. Die wesentlichsten Eckpunkte sind dabei: Milch und -produkte, Weißmehl und alle zuckerähnlichen Stoffe, sowie Nüsse für sechs Wochen meiden, danach sehr abwechslungsreich und biologisch vollwertig essen (Biokost ist reich an freien Elektronen!), erhitzte Fette meiden, dafür ausreichend Omega-3-Fettsäuren. Keinesfalls einseitige Dauerdiäten einhalten! Entscheidend für den Therapieerfolg ist dabei die konsequente Umsetzung aller vier Punkte, weil es hier zu synergistischen Effekten kommt.

Dieses Gesamtkonzept der *Lebenskonformen Medizin* unter Einbindung der wichtigsten wissenschaftlichen Erkenntnisse über die Lebensprozesse, insbesondere über die Interaktionen der verschiedenen Ebenen des Organismus bis hin zur Psyche, hat sich seit Jahren bewährt. Es richtet sich an der individuellen, tieferliegenden Ursache aus – nicht vordergründig am Symptom – und berücksichtigt alle Ebenen des SEINs. Deshalb ist dieses Konzept so erfolgreich.

Die nächste Gelegenheit, mehr darüber zu erfahren, haben Sie auf der Medizinischen Woche in Baden-Baden, dem größten Europäischen Kongress für Erfahrungsheilkunde. Unsere BIT-Tagung findet am 3. November 2018 Samstagvormittag im Kongressaal I statt. Ich freue mich auf Ihr Kommen!

In diesem Sinne grüßt Sie herzlich

Ihr

Dr. med. Bodo Köhler
- Internist -
1. Vorsitzender