

## Vorwort

Die Unterstützung der körpereigenen Entgiftung als Basistherapie bei chronischen Erkrankten, von der mein erstes Buch „SILENT INFLAMMATION – CHRONISCH KRANK“ handelt, führt zur Stabilisierung und Besserung des Allgemeinzustands chronisch kranker Patienten.

Angespornt von den positiven Rückmeldungen, Fragen und Bemerkungen zu weiteren Therapieschritten auf dem Weg zu einer wiedererlangten Gesundheit, habe ich mich entschlossen, die Erfahrungen aus 30 Jahren eigener Praxistätigkeit in einem umfassenden Behandlungskonzept vorzustellen. Dieses Buch ist gedacht als ein praktischer Therapieleitfaden, in dem ich 10 wichtige Behandlungsaspekte berücksichtige, deren Beachtung und gegebenenfalls Bearbeitung im Laufe der Therapie chronisch Erkrankter von wesentlicher Bedeutung sind. Nicht bei jedem Patienten spielen alle genannten Punkte eine Rolle.

Je länger eine chronische Erkrankung besteht, umso mehr Einflussfaktoren kommen hinzu. Diese gilt es zu erkennen, zu minimieren und bestenfalls zu beseitigen. Für den Therapeuten ist es meist schwierig zu erfassen, welche Trigger vorrangig zu behandeln sind, womit er beginnen soll. Hier gibt das Buch Hilfestellung, selbst Prioritäten zu setzen und zeitgleich vielschichtige Therapiestrategien umzusetzen.

Als ich Anfang der 90er Jahre begonnen habe, mich mit ME/CFS, MCS, Fibromyalgie und weiteren der Schulmedizin nicht geläufigen Erkrankungen zu befassen, hat mir in besonderer Weise meine kinesiologische Ausbildung geholfen. Hiermit war und ist es mir möglich, Prioritäten in der Vorgehensweise zu setzen. In den weiteren Jahren kristallisierte sich eine klare Strategie bei der Koordinierung der verschiedenen Therapiepunkte heraus. Die Vielschichtigkeit chronischer Erkrankungen ist nicht immer sofort komplett zu erfassen. Dabei ist es möglich, dass der Patient resigniert, da es nicht rasch genug voran geht. Mitunter treten Phasen auf, die vermeintlich keine Verbesserungen bringen. In solchen Phasen ist der Therapeut besonders gefordert, um die Zuversicht und somit auch die Compliance des Patienten zu unterstützen. Eine gute Mitarbeit des Patienten bezüglich der eingeleiteten Therapieschritte trägt entscheidend zur Verkürzung der Behandlungszeit bei. Dennoch zeigt meine Praxiserfahrung, eine große Schwankungsbreite der Therapiedauer von mehreren Monaten bis Jahren.

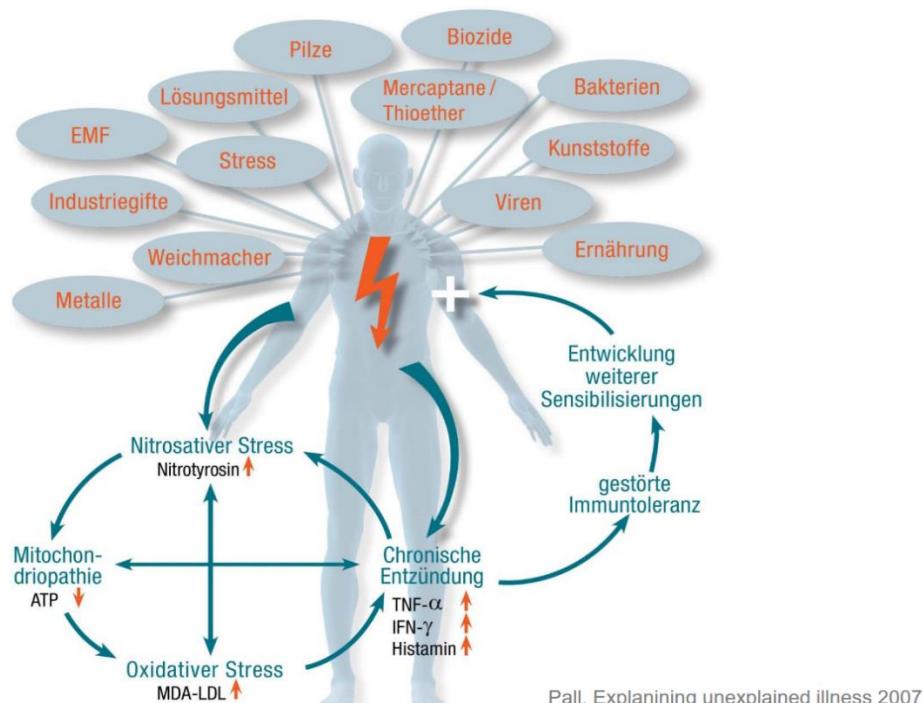
Das in diesem Buch vorgestellte multimodale Behandlungskonzept beschränkt sich auf die wesentlichsten Aspekte und erfolgversprechendsten Therapiemaßnahmen.

## Einleitung

Die rasche Industrialisierung ausgehend von 1950 bis heute geht mit einer steigenden Inzidenz chronischer Erkrankungen einher. Seit mehr als 50 Jahren steigt die Inzidenz von Diabetes mellitus, neurodegenerativen Erkrankungen wie Demenz und Morbus Parkinson, des chronischen Erschöpfungssyndroms (Myalgische Enzephalomyelitis/Chronic Fatigue Syndrome, ME/CFS), von Fibromyalgie, Multipler Chemikalien Sensitivität (MCS), Autoimmunerkrankungen und Krebs stark an.

Chronische Erkrankungen sind in aller Regel mit einem chronischen Entzündungsgeschehen assoziiert.

Zahlreiche Triggerfaktoren wie Metalle, Weichmacher, Mercaptane, Bakterien, Kunststoffe etc. führen über eine Schädigung der Darmschleimhaut (Leaky-Gut-Syndrom/chronische Darmentzündung) zur Aktivierung immunkompetenter Zellen mit Sekretion diverser Immunbotenstoffe (u. a. Histamin, TNF- $\alpha$ , IFN- $\gamma$ ) und damit zu einer chronischen Entzündung. Diese bewirkt einerseits nitrosativen oder/und oxidativen Stress einhergehend mit verminderter ATP-Synthese (Mitochondriopathie). Andererseits führt die chronische Entzündung zu einer gestörten Immuntoleranz mit Entwicklung weiterer Sensibilisierungen. Der



Pall, Explaining unexplained illness 2007

Abb. 1: Darstellung des Circulus vitiosus der chronischen Entzündung und deren Triggerfaktoren, modifiziert durch Volker von Baehr.

negative Kreislauf (Circulus vitiosus) schließt sich erneut und unterhält sich selbst mit zunehmender, schlechender chronischer Entzündung und damit auch einer voranschreitenden körperlichen Verschlechterung. Die obige Darstellung zeigt, dass die chronische Entzündung die Fähigkeit unseres zellulären Immunsystems zur Erhaltung einer Immuntoleranz stört. So erklärt sich, dass in Folge chronisch systemischer Entzündungen Trigger als Stimulus relevant werden können, die bis dahin toleriert wurden und keine Immunaktivierung induziert haben.

Durch welche Maßnahmen ist es nun möglich, den unaufhörlich sich selbst verstärkenden Prozess zu unterbinden?

Durch die Behandlung chronisch kranker Patienten in meiner naturheilkundlich und umweltmedizinisch orientierten Praxis hat sich seit 1990 sukzessive ein Behandlungskonzept entwickelt, welches ich im Folgenden als das 10-Punkte-Therapieprogramm vorstellen möchte. Für den Überblick sind hier die 10 wesentlichen Schritte aufgelistet:

1. Therapie des Darms
2. Zahn-/Kiefersanierung
3. Unterstützung der körpereigenen Entgiftung /Ausleitungstherapie
4. Therapie mit Mikronährstoffen
5. Ordnungstherapie/Anti-Stresstherapie
6. Psyche
7. Antiinflammatorische Therapie
8. Immunmodulation
9. Antiiinfektiöse Therapie
10. Weitere äußere Einflussfaktoren erkennen und beseitigen

Auf den folgenden Seiten werden die einzelnen Gesichtspunkte und Therapiemaßnahmen näher beleuchtet. Zu Beginn jeder Behandlung sollte besonderes Augenmerk auf die ersten 3 Therapiepunkte gelegt werden. Kapitel 4 beschäftigt sich mit den Nahrungsergänzungsmitteln, die im Rahmen der Therapie von chronisch Kranken eine Rolle spielen. Es ist als kleines Nachschlagewerk gedacht und enthält nützliche Anwendungshinweise. Um den Lesefluss nicht so stark zu beeinträchtigen, kann dieses Kapitel zunächst übersprungen werden. Alle nachfolgenden Schritte begleiten den Therapieplan individuell. Auch wenn nicht jeder Punkt bei jedem Patienten therapeutische Bedeutung hat, sollten jedoch alle einzelnen Aspekte Beachtung finden, um eine ganzheitliche und nachhaltige Behandlung sicherzustellen.