

Alarm im Darm

Morbus Crohn

Krampfartige Bauchschmerzen, starke Durchfälle und anhaltende Erschöpfung: Typische Symptome für die chronische Darmentzündung Morbus Crohn. Rund 160 000 Menschen sind in Deutschland betroffen. Heilen lässt sich die Krankheit nach bisherigem Wissensstand nicht. Doch es gibt Möglichkeiten, sie langfristig positiv zu beeinflussen oder sogar zum Stillstand zu bringen.

Morbus Crohn ist eine chronische Entzündung des Darms, die meist in Schüben verläuft. Dabei ist die Abwehrfunktion der Schleimhäute vom Mund bis zum Darmausgang beeinträchtigt, wodurch Viren und Bakterien einfacher in den Organismus eindringen können. Meist sind allerdings nur der letzte Abschnitt des Dünndarms, der Dickdarm oder beide Darmanteile gemeinsam betroffen. Dabei können sich gesunde mit erkrankten Darmabschnitten abwechseln. In den erkrankten Bereichen ist nicht nur die Schleimhaut entzündet; alle Wandschichten des Darms können in Mitleidenschaft gezogen sein. Es kommt zu schmerz-

haften Entzündungen, die sehr unterschiedlich verlaufen können.

Bis heute nicht geklärt: Ursachen von Morbus Crohn Warum Menschen an Morbus Crohn erkranken, ist bis heute nicht vollständig erforscht. Es gibt aber verschiedene Hypothesen:

Gestörte Darmbarriere Eine der möglichen Erklärungen ist eine gestörte Barrierefunktion des Darms. Einerseits muss der Darm durchlässig für Nährstoffe sein, die in den Körper gelangen sollen. Andererseits muss er Erregern das Eindringen verweigern. Wenn dieses Gleichgewicht nicht mehr besteht, können sich Bakterien in der Darmwand einnisten und das Immunsystem zu starken Abwehrreaktionen zwingen.

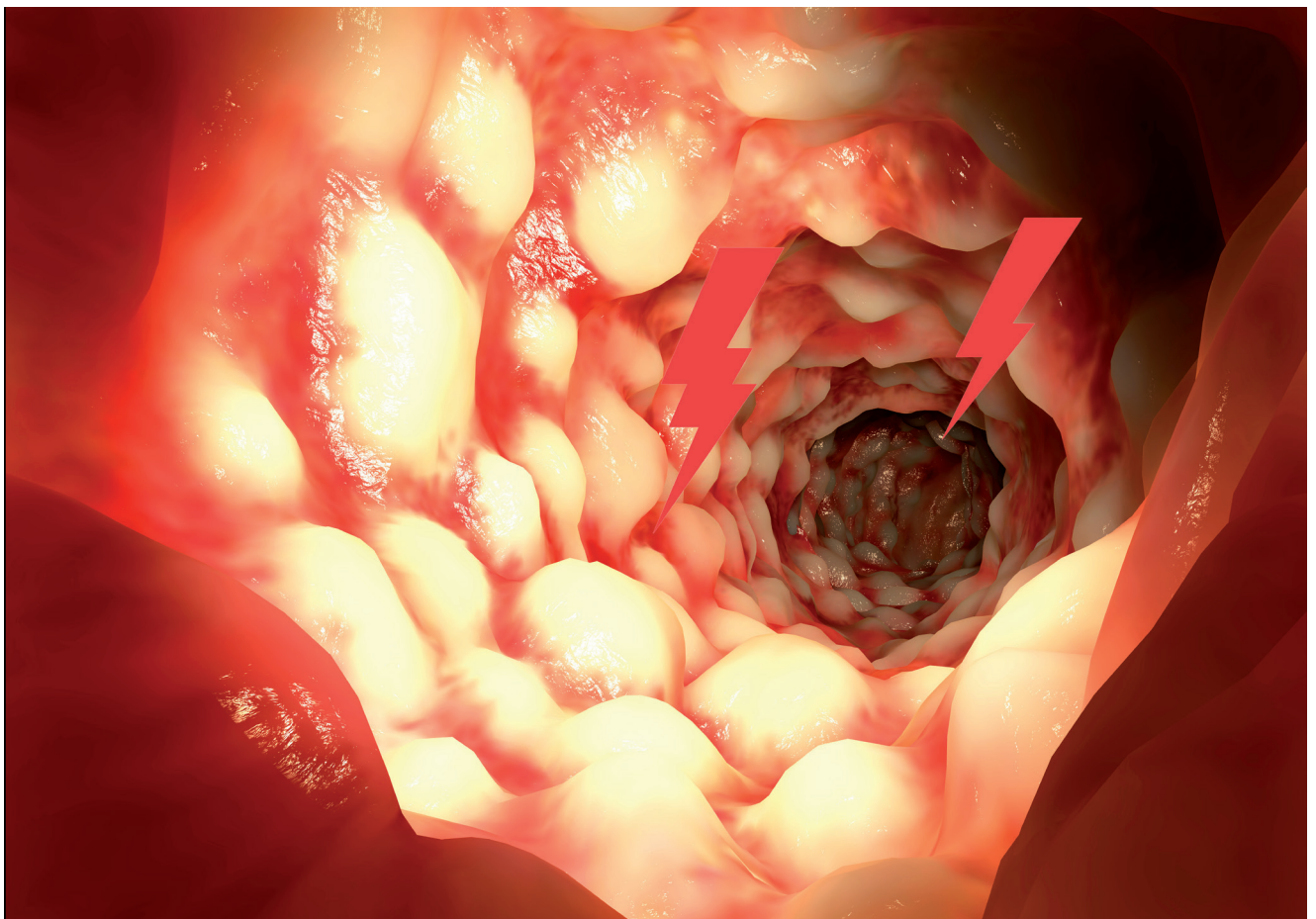
Autoimmunreaktion Davon spricht man, wenn das Immunsystem übermäßig stark auf Belastungen reagiert, z. B. auf eine Infektion.

Lebenswandel Wie bei vielen anderen Krankheiten, werden Erkrankungsrisiko und

Verlauf auch bei Morbus Crohn durch ungünstigen Lebenswandel negativ beeinflusst. Schlechte Ernährung, Rauchen und Stress stehen ganz vorne in der Rangliste: Raucher erkranken häufiger, Stress verursacht erneute Krankheitsschübe, und die Ernährung ist grundlegend wichtig für die Erholung des Darms.

Genetische Disposition Etwa 50% der Betroffenen haben Mutationen im Gen NOD2. Dieses ist für Bestandteile von Immunzellen wichtig, die in der Darmschleimhaut vorkommen. Können diese Zellen Krankheitserreger nicht mehr vollständig beseitigen, weil sie nur eingeschränkt funktionieren, kommt es womöglich zu einer Überreaktion des körpereigenen Immunsystems. Das könnte in die chronische Entzündung münden, die bei Morbus Crohn vorliegt.

Die Symptome von Morbus Crohn sind überaus unangenehm und schmerzhaft für die Betroffenen. Es kommt zu krampf- und kolikartigen Bauchschmerzen, die im rechten unteren



© Juan Gärner | fotolia.com

Bauch auftreten und den Beschwerden einer Blinddarmentzündung ähneln. Daneben treten starke, unblutige Durchfälle auf, während eines Schubs 3-6 Mal am Tag. Zudem ist eine anhaltende Erschöpfung zu beobachten.

Oft kommt es bei Betroffenen auch zur Gewichtsabnahme. Das liegt u.a. daran, dass der Appetit reduziert und die Angst vor den Schmerzen nach dem Essen erhöht ist. Aufgrund der Durchfälle gehen viele Nährstoffe verloren.

Durch die auftretenden Entzündungen können abgekapselte Eiteransammlungen zu schmerzhaften Abszessen oder Fisteln im Analbereich führen. Aber auch der abheilende Darm kann noch Probleme bereiten. Im Zuge der Abheilung besteht die Möglichkeit einer starken Narbenbildung, die zu einem Darmverschluss führen kann. In diesem Fall ist eine Operation unumgänglich.

Aufgrund der Entzündungsprozesse fühlen sich viele Patienten müde und schlapp. Oft kommt Fieber hinzu und verursacht ein allgemeines Krankheitsgefühl. Halten diese Beschwerden mindestens 6 Monate an, spricht man von einem chronischen Verlauf. Da die Krankheit in Schüben verläuft, kann es sein, dass Symptome zeitweise vollkommen verschwinden.

Die Behandlung von Morbus Crohn

wird durch unterschiedliche Wege beschritten. Auf dem klassischen Weg finden wir Kortison, Immunsuppressiva, Operationen und Psychotherapie. Der Weg der Naturheilmedizin sieht mehrere wichtige Stationen vor:

- Elektrostress minimieren
- Kohlenhydratarme Ernährung
- Auffüllen essenzieller Vitalstoffe
- Beseitigen wurzeltoter Zähne

Darüber hinaus ist v.a. ein Mikrobiom-Stuhltest (z.B. Biovis) wichtig, damit die Darmschleimhaut mit den richtigen Stoffen versorgt werden kann, um wieder besser funktionieren zu können. Förderlich wären zudem ein Hormonspeicheltest sowie eine Untersuchung psychosomatischer Komponenten (Gibt es etwas, das nicht verdaut werden kann?).

Ganzheitliches Therapiekonzept Generell gilt Morbus Crohn als nicht heilbar. Moderne Behandlungsmethoden aus dem Bereich der orthomolekularen und der energetischen Medizin zeigen allerdings Möglichkeiten auf, die Krankheit positiv zu beeinflussen oder sogar zum Stoppen zu bringen. Sie bekämpfen die Krankheit nicht symptomatisch, sondern streben die Wiederherstellung einer gesunden

Körperbalance an. Eine solche ganzheitliche Behandlung setzt sich aus 3 Bausteinen zusammen:

- 1) einer gesunden, frischen Ernährung mit Verzicht auf Kohlenhydrate
- 2) einer gezielten Versorgung mit Mikronährstoffen
- 3) einer Anwendung der bioenergetischen Frequenztherapie

Baustein 1: Ernährung Aus bioenergetischer Sicht ist es für Patienten mit Morbus Crohn elementar, ihre Ernährung sofort und komplett umzustellen. Eine allgemein gültige Ernährungsempfehlung bei Morbus Crohn gibt es jedoch nicht. Insgesamt sollten Patienten ihren Magen-Darm-Trakt schonen, d.h.: Besser mehrere kleine Mahlzeiten als wenige große. Ebenso nicht zu heiß und nicht zu kalt sowie nicht zu sauer und nicht zu scharf essen.

Vermieden werden sollten blähende Lebensmittel (Rohkost), zu fettes Essen, Kaffee und Obstsaften. Generell verzichtet werden sollte auf Kohlenhydrate, also auf Brot, Nudeln, Kartoffeln, Reis, Süßigkeiten, Alkohol, zuckerreiche Getränke sowie frittierte Speisen. Der Grund: Die Aufnahme von Kohlenhydraten führt immer zu einem Anstieg der Insulinproduktion. Insulin ist ein Hormon, das den Transport des Blutzuckers in die Zellen fördert. Es blockiert aber gleichzeitig den Abbau von Fett. Im Gegenteil: Es schließt die Zellen zur Fetteinlagerung auf und sorgt dafür, dass ein Zuviel an Zucker (= Kohlenhydrate) in Fett umgewandelt wird – als Speicher für „schlechte Zeiten“ (die es heute nicht mehr gibt). In Kombination mit zu wenig Bewegung sind Kohlenhydrate daher Dickmacher und Stoffwechselbremsen.

Andersherum ist es besser: Reichlich frische Nahrung mit viel Obst und Gemüse, hochwertigem Eiweiß, gesunden Fettsäuren und ausreichend Wasser halten den Stoffwechsel in Schwung. Und ein aktiver Stoffwechsel ist beste Voraussetzung für körperliche und geistige Fitness.

Baustein 2: Optimale Versorgung mit Mikronährstoffen Es gibt 47 essenzielle Mikronährstoffe, die lebenswichtig für den menschlichen Organismus sind. Morbus Crohn-Patienten weisen häufig einen Mangel an diesen auf. Es liegt nahe, dass dies den Stoffwechsel beeinträchtigt und das Entstehen der Krankheit begünstigt. In jedem Fall sollten die Vitalstoffe im Blut im Rahmen einer speziellen Blutuntersuchung gemessen werden. Vorhandene Mängel können mit Hochleistungs-Mikronährstoffen aufgefüllt werden.

Es empfiehlt sich, die Blutuntersuchung nach 8 Wochen zu wiederholen, damit der Erfolg der Vitalstoffgabe überprüft werden kann.

Baustein 3: Bioenergetische Frequenztherapie

Parallel zu den Bausteinen 1 und 2 empfehlen wir eine bioenergetische Frequenztherapie im Mikrostrombereich. Mithilfe von Frequenzen können funktionsschwache Organe in unserem Körper zur Arbeit angeregt werden – nicht zuletzt der Darm. Das Außergewöhnliche dabei ist die Tatsache, dass das in unserer energetischen Praxis eingesetzte Gerät ohne Fremdstrom arbeitet, sondern mit der reinen Körperenergie funktioniert. Überlagert man einen Krankheitserreger mit seiner Eigenfrequenz, wird dieser unschädlich gemacht bzw. harmonisiert. Nebenwirkungen können nicht auftreten, allerdings zeigen „Erstverschlimmerungen“ ähnlich wie in der Homöopathie die Wirksamkeit der begonnenen Therapie an. Diese Therapieform ist schmerzfrei, gut verträglich und für alle Patientengruppen geeignet.

Fazit Morbus Crohn verläuft bei jedem Betroffenen anders und in unterschiedlichen Schweregraden. Die klassische Schulmedizin bezeichnet die Krankheit als unheilbar und fortschreitend. Die ganzheitliche Praxis zeigt allerdings andere Verläufe und Erfolge in der Behandlung: Entzündungsprozesse können gebremst, die Beschwerden gelindert und Rückfälle hinausgezögert werden.

Jürgen Lueger

Therapeut, Bioenergetiker, Buchautor, Dozent an der Paracelsus Schule Freilassing, Naturheilpraxis für Bioenergetik in Salzburg



j.lueger@symbio-harmonizer.de

Literatur

Ulrike von Arnim: Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen (CED) – 40 Fragen und Antworten für Patienten. Thieme Verlag, 2016

Gudrun Biller-Nagel: Gesund essen – Morbus Crohn & Colitis ulcerosa: Über 100 Rezepte bei chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen (CED). Trias Verlag, 2017

Ingrid Beck: Beschissen bis heiter – Leben und lieben mit Morbus Crohn. Books on Demand, 2017

Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS): Diagnostik und Therapie des Morbus Crohn, 2015