

AUSGABE 4

Frauen-Leiden





» Wenn's immer wieder juckt: Pilzinfektionen im Genitalbereich

DR. ANJA MARIA ENGELSING, GYNÄKOLOGIN, BAD FEILNBACH

Eines der häufigsten Probleme, das Frauen immer wieder zum Frauenarzt führt, ist eine Pilzinfektion der Scheide und des äußeren Genitales. An manchen Sprechstunden-Tagen ist es beinahe jede dritte Frau, die über die typischen Symptome Ausfluss, Rötung und quälenden Juckreiz klagt. Häufig wird das Problem nach einigen Behandlungen chronisch. Dies verursacht bei den betroffenen Frauen unglaubliches Leiden. Zu den unangenehmen Krankheitssymptomen Juckreiz und Ausfluss kommen seelische Probleme, wie das Gefühl, einfach nicht in Ordnung zu sein. Auch die Partnerschaft leidet, Sexualität zu leben wird immer problematischer, es tut weh, macht Angst, dass danach alles noch schlimmer ist als vorher. Und da ist auch die Angst vor Ansteckung des Partners, oder sich wie in einem Teufelskreis beim Partner immer dann wieder anzustecken, wenn die Frau gerade einmal selbst beschwerdefrei ist.

Wie entstehen Pilzinfektionen?

Noch heute glauben viele Frauen, dass Pilzinfektionen allein durch Ansteckung entstünden. »Ich war im Schwimmbad, in der Sauna, auf einer vielleicht unsauberen Toilette«, sagen Patientinnen häufig. Der Mythos von der Pilzinfektion durch Ansteckung ist jedoch ein Ammenmärchen. Auf allen Schleimhäuten unseres Körpers, und so auch in der Scheide und im Genitalbereich, sind Pilze zu finden. Diese werden jedoch von der Normalflora in Schach gehalten. Kommt es nun zu einem Verschieben

dieses Gleichgewichts, funktioniert die Abwehr nicht mehr, das Gleichgewicht kippt und es kommt zur Pilzerkrankung.

Gründe dafür können sein:

- Antibiotika-Einnahme, weil Antibiotika nicht nur die unerwünschten Erreger abtöten, sondern auch alle anderen Keime des Körpers beeinträchtigen
- Kortison-Einnahme
- Chemische Einflüsse, zum Beispiel das Chlor im Wasser
- Zu viel Genitalhygiene, die zu häufige Verwendung synthetischer Duschgels oder gar von Intimduschen, wie es vor allem in den USA üblich ist
- Diabetes-Erkrankung
- Einnahme hormonhaltiger Verhütungsmittel wie der Pille
- Abwehrschwäche durch andere schwere Erkrankungen oder bei wiederkehrenden Infektionen im Hals-Nasen-Ohren-Bereich
- Seelische Gründe: Partnerschaftliche Probleme; Schwierigkeiten, die Sexualität zu genießen, vielleicht sogar die oftmals unbewusste Erinnerung an vergangene sexuelle Gewalterfahrungen
- Eine gestörte Darmflora, Pilzbefall des Darmes, der durch die örtliche Nähe von Darmausgang und Scheide immer wieder zu einer Selbstinfektion führt

Natürliche Therapiewege

Ziel der Therapie jeder genitalen Pilzerkrankung ist das Wiederherstellen des Gleichgewichtes der Schleimhautflora. Dazu müssen die Pilze eingedämmt und beseitigt werden. Eine Vielzahl von Heilpflanzen sind antimykotisch, also pilzhemmend und -tötend, und zugleich entzündungslindernd. Dazu zählen Ackerschachtelhalm, auch Zinnkraut genannt, Schafgarbe, Kamille und Frauenmantel. Diese können als Scheidenspülung oder als Sitzbad an die betroffenen Schleimhäute gebracht werden. Vorsichtig können zudem einige Tropfen guten Teebaumöls hinzugefügt werden. Im Akutstadium empfiehlt sich

die mehrmals tägliche Anwendung dieses Vorgehens, die Linderung tritt sofort ein.

Begleitend können pilzhemmende, systemisch wirkende Medikamente eingesetzt werden. Das sind zum Beispiel Zubereitungen aus Kapuzinerkresse und Meerrettichwurzel (z.B. Angocin-Anti-Infekt-Tbl.) oder aus Myrrhe, Kaffekohlen-Extrakt und Kamille (Myrrhinil-Intest). Sehr wirksame Heilpflanzen bei Pilzbefall sind zudem Knoblauch und Bärlauch. Eine gleichzeitige Mikrobiologische Therapie ist aus zwei Gründen unerlässlich:

Scheidenpilzinfektionen lassen immer auf ein nicht intaktes Immunsystem schließen. Ein gesundes Immunsystem nämlich »erledigt« die Pilze ganz von alleine. Die Besiedlung des Darmes, der als Hauptort der Immunzellbildung unendlich wichtig ist, ist in Fällen genitaler Pilzerkrankungen fast immer gestört.

Häufig lassen sich gerade bei wiederkehrenden Scheidenpilzinfektionen auch im Darm massiv erhöhte Candida-Mengen nachweisen. Dieser Pilzbefall des Darmes muss immer auch behandelt werden, damit es nicht zu einem Rückfall kommt.

Dazu empfiehlt sich bei akuten Infektionen die hochdosierte Gabe von Symbioflor 1, um rasch und nachhaltig das Immunsystem zu aktivieren. Im Falle chronischer Infektionen wird das Immunsystem mit langsam ansteigenden Dosen verschiedener, aufeinander abgestimmter mikrobiologischer Präparate aufgebaut. Dies sind in der Regel Pro Symbioflor, Symbioflor 1 und 2.

Begleitend ist, gerade bei wiederkehrenden Scheidenpilzinfektionen, ein ganzheitlich-regulatives Therapieverfahren wie die Homöopathie sehr empfehlenswert.

Zur Nachbehandlung gehört immer der Wiederaufbau der Scheidennormalflora durch Gabe von Milchsäurescheidenzäpfchen und auch Laktobazillen oral über einige Wochen.



» Pilzinfektionen natürlich heilen: Ein Fall aus der Praxis

DR. ANJA ENGELSING, GYNÄKOLOGIN, BAD FEILNBACH

starken Blähungen. Ihr Bauch war ihr zum »Unort« geworden.

Die Therapie

Die Auswertung aller Symptome ergab die homöopathische Arznei Phosphor, welches aufgrund der langjährigen und hartnäckigen Symptome in aufsteigenden LM-Potenzen verordnet wurde. Dies bedeutet täglich eine etwas höhere Gabe der potenzierten Arznei und ermöglicht dem erkrankten Organismus ein immer wieder neues Auseinandersetzen mit dem, was krank macht, und stellt einen immer neuen Impuls zur anderen, besseren Eigenregulation dar.

Zudem wurden zur örtlichen Behandlung Sitzbäder mit Zinnkraut und Frauenmantel unter Zugabe einiger Tropfen Teebaumöl verordnet. Diese führte sie begeistert und oft mehrmals am Tag durch. Nachdem die gleichzeitige Untersuchung der Darmflora eine massive Fehlbesiedlung insbesondere des Dickdarms und einen erheblichen Befall mit *Candida albicans* ergab, wurde zudem die mikrobiologische Phasentherapie eingeleitet. Diese bestand aus der jeweils mehrwöchigen Gabe zunächst der abgetöteten, später dann der lebenden Darmbakterien *Enterokokkus* und *Escherichia coli* in aufsteigender Menge. Dazu wurden Milchsäurebakterien, Laktobazillen, oral gegeben. Begleitend verwendete Frau B. in der täglichen Küche reichlich als pilzhemmend bekannte Nahrungsmittel wie Zwiebeln, Knoblauch, Fenchel, Kümmel, Propolis, Olivenöl, Meerrettich und Kapuzinerkresse. Außerdem trank sie statt ihrem morgendlichen Kaffee nun Lapachotee, der ebenfalls das Pilzwachstum beeinträchtigt.

Der Erfolg

Frau B. war von der sofortigen und bleibenden Besserung ihrer quälenden Beschwerden begeistert, »und das nur mit Mitteln der Natur!«. Die Scheiden-

pilzinfektion ließ sich bereits nach zehn Tagen nicht mehr nachweisen. Im Verlauf der folgenden drei Monate kam es im Zusammenhang mit grippalen Infekten noch zweimal zu Anflügen von Ausfluss und vaginalem Juckreiz, die aber jedes mal mit Sitzbädern gut zu therapieren waren. Die Verdauungsbeschwerden wurden bald merklich weniger und verschwanden schließlich ganz. Die Kontrolle der Darmflora nach acht Wochen ergab eine deutliche Besserung, nach vier Monaten ließ sich bei normaler bakterieller Darmbesiedlung kein Pilzbefall mehr nachweisen.

Frau B. ist seit zwei Jahren beschwerdefrei, und sehr glücklich darüber: »Ich bin ein anderer Mensch geworden«, sagt sie.

Der Fall

Eine 32-jährige Patientin, Frau B., kam wegen wiederkehrender Scheidenpilzinfektionen seit ihrem 20. Lebensjahr zur Behandlung. Diese waren bei ihr so hartnäckig und chronisch, dass sie seit Jahren beinahe ständig unter Juckreiz und Ausfluss litt. Sie lebte in einer liebevollen, tragfähigen Beziehung und war Mutter einer achtjährigen Tochter. Berufstätig war sie halbtags als Buchhändlerin, in ihrem Traumberuf.

Auch aktuell lag eine Scheidenpilzinfektion vor, der gesamte äußere Genitalbereich war gerötet und wund, sie hatte reichlich weißen, dick-bröckeligen Ausfluss und klagte über unerträglichen Juckreiz. Im mikroskopischen Bild des untersuchten Vaginalsekretes ließ sich *Candida albicans* nachweisen.

In einem langen Gespräch wurden die Hintergründe der Erkrankung aufgedeckt: Zwischen dem 15. und 20. Lebensjahr hatte Frau B. wegen ständiger Mandelentzündungen immer wieder Antibiotika verordnet bekommen. Sie litt seitdem auch an einem Reizdarmsyndrom, sehr unregelmäßiger Verdauung mit ständigem Wechsel von Verstopfung und Durchfall sowie

DIE AUTOREN

Dr. med. Uwe Armbrecht
Facharzt für Allgemeinmedizin,
Sportmedizin, Betriebsmedizin,
Naturheilverfahren
Lindener Marktplatz 2
30449 Hannover

Dr. Anja Maria Engelsing
Gynäkologin
Kirchgasse 3
83075 Bad Feilnbach

Petra Kolb-Kisselbach
Ärztin für Allgemeinmedizin und
Naturheilverfahren
Buchenweg 11
35578 Wetzlar

Dr. rer. nat. Andreas Schwiertz
Diplom-Biologe
Institut für Mikroökologie
Auf den Luppen 8
35745 Herborn

Dr. med. Ulrich Woestmann
Arzt für Allgemeinmedizin, Natur-
heilverfahren, Umweltmedizin
Blumentalstr. 166
47803 Krefeld



Bakterien sind aktive Gesundheitswächter

DR. ANDREAS SCHWIERTZ,
DIPLOM-BIOLOGE, HERBORN



Die komplexe Mikroflora des Vaginalbereiches spielt eine wichtige Rolle bei der Aufrechterhaltung der Gesundheit von Frauen. Bisher wurde diese Tatsache vielfach ignoriert oder unterschätzt. Bei jeder geschlechtsreifen Frau ist die Vaginalschleimhaut normalerweise von bestimmten Keimen besiedelt. Die Natur hat dafür gesorgt, dass mit der richtigen Zusammensetzung dieser Mikroflora ein gesundes Milieu entsteht, in dem schädliche Keime erfolgreich abgewehrt werden können. Spezielle Bakterien, die Laktobazillen, die auch Döderleinstäbchen genannt werden (nach dem Münchner Gynäkologen Albert S.

Döderlein, 1860 - 1941), spielen hierbei eine besondere Rolle.

Die Zusammensetzung der Mikroflora in der Vagina ist im Gegensatz zur Darmflora einfach. Es sind überwiegend Milchsäurebakterien vorhanden, den Hauptanteil machen die Laktobazillen aus. Bei gesunden Frauen bestehen fünfzig bis neunzig Prozent der gesamten Vaginalflora aus Laktobazillen. Bei Frauen mit häufigen Harnwegsinfekten und Vaginosen sinkt ihr Anteil jedoch drastisch.

Schädliche Keime abwehren

Die Laktobazillen haben eine so große Bedeutung, weil sie in mehrfacher Hinsicht für den Erhalt einer gesunden Vaginalflora und damit für die Gesundheit der Frau sorgen.

So können Laktobazillen eine Vielzahl von antibakteriell wirksamen Substanzen ausscheiden und auf diese Weise verschiedene schädliche Organismen abwehren. Das ist wichtig weil die Vagina aufgrund ihrer Lage und ihrer Funktion immer wieder mit den verschiedensten Keimen der Haut, des Darmbereichs und des Partners in Kontakt kommt.

Durch ihre Stoffwechselaktivitäten, insbesondere die Ausscheidung von Milchsäure, bewirken Laktobazillen zudem eine Ansäuerung des Vaginalmilieus. Im günstigen Normalfall liegt der pH-Wert unter 4,5. In einem solchen sauren Milieu können krankmachende Bakterien nicht gedeihen. Zusätzlich stimulieren Laktobazillen das lokale Immunsystem und tragen damit zum Erhalt der Gesundheit bei.

Bakterielle Vaginose: Veränderte Vaginalflora

Der hohe Anteil der Laktobazillen ist

eines der wesentlichen Merkmale für eine normale Vaginalflora bei einer gesunden Frau. Dieser Normalzustand lässt sich außerdem daran erkennen, dass keine subjektiven Beschwerden vorliegen, der Ausfluss eine weiße Farbe und cremige Konsistenz hat, der pH-Wert unter 4,5 liegt und der Aminetest, der die Zusammensetzung der Vaginalflüssigkeit untersucht, negativ ist.

Nicht bei jeder Frau ist die Vaginalflora so optimal zusammengesetzt, dass schädliche Keime abgewehrt werden können. Zwanzig bis dreißig Prozent aller Frauen leiden an einer bakteriellen Vaginose, bei der die Zusammensetzung der Vaginalflora dauerhaft verändert ist. Die bakterielle Vaginose bleibt häufig unerkannt. Wichtigstes Merkmal ist eine starke Verminderung der Laktobazillen. Es überwiegen nun Bakterien und Pilze, die vorher nur in geringer Zahl nachweisbar waren. Das hat Auswirkungen. Die Beschwerden, die dadurch entstehen, sind Ausfluss, Juckreiz, Brennen beim Wasserlassen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr. Auch konnte in Studien gezeigt werden, dass bei Schwangeren mit Komplikationen weniger Laktobazillen nachgewiesen werden konnten als bei Vergleichspatientinnen ohne Beschwerden.

Therapie mit Probiotika

Um eine bakterielle Vaginose unter Kontrolle zu bringen, ist der Einsatz von Antibiotika nicht immer sinnvoll. So wird schon seit längerer Zeit der Einsatz von Laktobazillen als Probiotika empfohlen und wissenschaftlich bestätigt. Durch die gezielte Ansiedlung solcher probiotischer Organismen kann eine intakte und schützende Vaginalmikroflora aufgebaut werden.



Der Darmfloraverschiebung gezielt entgegen wirken

DR. UWE ARMBRECHT, FACHARZT FÜR ALLGEMEINMEDIZIN,
SPORTMEDIZIN, BETRIEBSMEDIZIN, NATURHEILVERFAHREN,
HANNOVER

und Bifidobakterien, die wesentliche Verteidigungslinie gegen Krankheitserreger im Darm, stark vermindert nachweisbar, die Entzündungsbakterien dagegen vermehrt. Insgesamt lag ein typischer Befund für eine Darmfloraverschiebung, eine »Darmdysbiose« und eine Candidabesiedelung des Darms, vor.

Zu einer Darmfloraverschiebung gehören oft Veränderungen des pH-Wertes, die auf Fäulnisbildung deuten lassen, sowie eine Vermehrung gasbildender Bakterien und Pilzen, die sich dort besonders wohl fühlen. Als Folge einer Darmfloraverschiebung tritt speziell bei Frauen zudem häufig eine Pilzwanderung vom Darm in die Vagina und Blase auf, die dort die entsprechenden Beschwerden auslöst. Wichtig ist es, die eigentlichen Ursachen der Probleme zu bekämpfen. Mithilfe der Mikrobiologischen Therapie kann das Gleichgewicht der Darmflora wieder hergestellt werden. Im Rahmen einer solchen Therapie kommen hochdosierte Milchsäurebakterien zum Einsatz, die in etwa der Menge von zwei bis drei Kilogramm probiotischem Joghurt entsprechen.

Die Patientin reagierte sehr erleichtert auf den Befund, da sie aufgrund ihrer andauernden Beschwerden bereits für psychisch krank erklärt worden war.

Die Therapie

Wir empfahlen zunächst eine vierwöchige strenge »Pilzdiät« ohne Zucker und verschrieben ein Nystatin-Präparat zur Bekämpfung der Pilze auf der Darmschleimhaut. Zusätzlich setzten wir Myrrhekapseln ein, die stark entblähend und darmkrampfend wirken und den Durchfall stoppen. Nach vier Wochen begannen wir eine insgesamt fünfmonatige Kur mit Bakterien, um die Darmflora wieder aufzubauen: Zunächst nahm die Patientin Tropfen

mit abgetöteten E.Coli- und Enterokokken-Bakterien in ansteigender Dosierung ein, danach lebende Bakterien ebenfalls in Tropfenform. Erst kamen lebende Enterokokken, später zusätzlich lebende Coli-Bakterien zum Einsatz.

Der Erfolg

Innerhalb kürzester Zeit waren keine Darmblutungen mehr vorhanden. Schnell war das Befinden der Patientin insgesamt deutlich gebessert, sie fühlte sich so gesund und fit wie schon lange nicht mehr.

Nach der fünfmonatigen Therapie folgte eine Pause von einem Vierteljahr, in der sich der Darm selbst weiter regenerierte. Danach nahm die Patientin erneut für jeweils acht Wochen Symbioflor 1 und Symbioflor 2 ein – diesmal ohne die Vorphase mit »Pro Symbioflor«, da keine Allergie vorlag. Die Patientin gilt mittlerweile nach der dritten mikrobiologischen Kur als gesund.

Darmsanierung mit der Mikrobiologischen Therapie

Das Fallbeispiel zeigt, dass eine Darmsanierung durch die Mikrobiologische Therapie sich auf den gesamten menschlichen Organismus positiv auswirken und immer wieder auch Patienten helfen kann, die als »ausgezeichnet« gelten.

Patienten mit gynäkologischen Krankheiten, Pilzkrankheiten der Scheide oder auch der Harnblase, profitieren bei auffälligem Darmflorabefund immer von einer entsprechenden »ganzheitlichen« Therapie, diese Beschwerden verschwinden quasi nebenbei, da mit der Behandlung die eigentliche Ursache, die Darmpilze und die Darmfloraverschiebung beseitigt wird!

Immer wieder leiden Frauen nicht nur unter Pilzen im Vaginalbereich, sondern zusätzlich auch unter Darmproblemen. Wie in solchen Fällen die Mikrobiologische Therapie helfen kann, zeigt das folgende Fallbeispiel.

Der Fall

Als die Patientin, eine 33jährige Lehrerin, in die Praxis kam, hatte sie sich bereits seit Jahren mit ihren Beschwerden gequält und verschiedene Therapien vergeblich versucht: Sie hatte Blähungen, Blut im Stuhl, Sodbrennen, vertrug kein Fett in der Nahrung und litt an einer Blutarmut. Zusätzlich hatte sie auch diffusen Haarausfall und Hautprobleme bekommen. Morgens konnte sie gleich wieder ins Bett gehen, so müde war sie. Seit langer Zeit klagte sie über Vaginalpilze, wie sie nebenbei berichtete. Wir führten eine mikrobiologische Analyse der Darmflora mit Pilzdiagnostik durch. Der sogenannte »Kyber-Status« zeigte deutlich weiße Hefepilze (*Candida albicans*) im Stuhl, die sich auch bei 37° C noch vermehrten. Außerdem waren die Laktobazillen



Esstörungen: Frauenkrankheiten mit schwerwiegenden Folgen

PETRA KOLB-KISSELBACH,
ÄRZTIN FÜR ALLGEMEINMEDIZIN UND NATURHEILVERFAHREN, WETZLAR

Eigentlich haben wir heutzutage in den westlichen Industrieländern einen so hohen Standard bezüglich der Versorgung der gesamten Bevölkerung mit Nahrungsmitteln wie nie zuvor in der Geschichte. Jeder könnte sich optimal ernähren. Zuviel zu essen scheint das einzige Problem zu sein – in der Tat ist ja inzwischen auch jeder zweite Deutsche zu dick, sodass die »Adipositas« regelrecht als Volkskrankheit bezeichnet werden kann. Aber es gibt mit zunehmender Tendenz auch eine andere Facette von Störungen der Essgewohnheiten, unter denen besonders häufig Frauen leiden. Es sind dies die Magersucht (Anorexie) und die Ess-Brechsucht (Bulimie).

Warum das Idealgewicht zur Sucht wird

Frauen, vor allem junge Frauen, orientieren sich bezüglich ihrer äußeren Erscheinung stärker als Männer an ihrem sozialen Umfeld und an den Vorgaben der Medien. Schön, anerkannt und erfolgreich ist, wer schlank ist. In Film, Fernsehen und (Frauen-) Zeitschriften wimmelt es förmlich von perfekten, schlanken, ja mageren Frauen. Für dieses Idealbild scheuen viele junge Mädchen und Frauen keine Mühen. Wenn dann die Gedanken fast nur noch ums Essen und um das Körpergewicht kreisen, haben diese

Bemühungen Suchtcharakter angenommen.

Bei der Magersucht (Anorexie) wird dabei im Laufe der Zeit die Wahrnehmung des eigenen Körpers so sehr gestört, dass die betroffenen Frauen sich noch mit Kleidergröße 34 als viel zu dick empfinden. Sie ziehen sich aus dem gesellschaftlichen Leben zurück, gehen gemeinsamen Mahlzeiten aus dem Weg oder täuschen dabei Essen nur vor. Ist zum Beispiel ein Gewicht von 45 kg erreicht, wird die Messlatte nochmals höher gehängt, und es werden 40 kg als erstrebenswertes Idealgewicht angepeilt. Der Missbrauch von Appetitzüglern und Abführmitteln sowie extreme sportliche Tätigkeit soll zusätzlich eine Gewichtszunahme verhindern. Gefährdet für die Magersucht sind oft sehr ehrgeizige, perfektionistische und intelligente junge Frauen. Da die Magersucht häufig mit Beginn der Pubertät einsetzt, nimmt man an, die psychische Ursache dafür sei die Ablehnung der Rolle als Frau.

Im Gegensatz zur Anorexie haben Frauen mit Bulimie oft Normalgewicht oder sogar leichtes Übergewicht, sodass ihre Essstörung für die Umgebung lange verborgen bleiben kann. Bei ihren Heißhungerattacken essen sie anfallsartig Ummengen von Nahrungsmitteln. Anschließend wird dann Erbrechen künstlich herbeigeführt oder es werden große Mengen von Abführmitteln genommen, um der Gewichtszunahme vorzubeugen.

Dauerschäden als Folge

Bei beiden Formen der Essstörungen sind die negativen Auswirkungen auf die Körperfunktionen gewaltig. Besteht die Erkrankung über viele Jahre unbehandelt, sind Dauerschäden die Folge. Die Regulierung unserer Nahrungsaufnahme wird üblicherweise durch die Gefühle »hungrig« oder »satt« gesteuert. Hormone und eine

Vielzahl sogenannter Botenstoffe, die sowohl vom Gehirn als auch von den Verdauungsorganen (vor allem Magen, Bauchspeicheldrüse, Darm) ausgeschüttet werden, sind an dieser Steuerung beteiligt.

Die oben beschriebenen Essstörungen sind nun ein gewaltiger Dauerangriff auf das System: Häufiges Erbrechen schädigt die Schleimhaut der Speiseröhre, sodass sie sich entzündet. Magen, Bauchspeicheldrüse und Leber werden in ihren Funktionen gestört. So wird die Nahrung schlechter aufgeschlossen und dadurch die Aufnahme der sowieso schon spärlichen Nährstoffe, Vitamine und Mineralstoffe noch weiter vermindert. Ständiges übermäßiges »Antreiben« der Darmbewegungen durch Abführmittel führt zu chronischen Entzündungen der Darmschleimhaut und schädigt die für unser Immunsystem so wichtige Darmflora. Außerdem »verlernt« der Darm, sich von selbst normal zu bewegen. Eine hartnäckige Verstopfung nach Absetzen der Abführmittel ist die Folge.

Natürliche Heilverfahren plus Psychotherapie

Alle diese Störungen und Schädigungen erfordern eine geduldige umfassende Behandlung. Sie sind nicht von heute auf morgen zu beheben, aber die Naturheilkunde bietet eine ermutigend große Vielzahl an Möglichkeiten, die körperlichen Funktionen auf sanfte Weise umfassend zu normalisieren. Voraussetzung dafür ist jedoch die Aufarbeitung und Behandlung der seelischen Probleme, die hinter der Magersucht und der Bulimie stehen. Psychotherapie und Therapie der körperlichen Störungen müssen Hand in Hand gehen, damit am Ende Frauen nicht mehr an ihrem Körper leiden, sondern sich so akzeptieren wie sie sind und voller Selbstbewusstsein gut für sich sorgen können.



» Hormonstörungen mit natürlichen Heilverfahren behandeln

DR. MED. ULRICH WOESTMANN,
ARZT FÜR ALLGEMEINMEDIZIN, NATURHEILVERFAHREN,
UMWELTMEDIZIN, KREFELD

Viele Abläufe im Körper einer Frau werden von Hormonen gesteuert. Ein unausgeglichener Hormonhaushalt hat weitreichende Auswirkungen, zum Beispiel auf den Zyklus und die Fruchtbarkeit einer Frau, aber auch auf ihr seelisches Wohlbefinden. Wie sensibel der Hormonhaushalt ist, lässt sich zum Beispiel an den verschiedenen Formen der Zyklusstörungen ablesen, die bei Frauen im Laufe ihres Lebens auftreten können: Vielfach bleibt die Periode bei seelischen Belastungen aus, in anderen Fällen sind aufgrund von Myomen (gutartige Geschwulst) die Blutungen zu stark oder es treten Schmierblutungen aufgrund von Hormonunterfunktionen auf, und schließlich gibt es oftmals Blutungsstörungen in der Zeit des Klimakteriums. Die in solchen Fällen üblicherweise eingesetzten Hormone sind mit erheblichen Risiken und Nebenwirkungen behaftet. Vor einer routinemässigen Hormontherapie wird daher immer wieder gewarnt.

Neue Behandlungsmethoden

In den letzten zwanzig Jahren wurde an der Universitätsfrauenklinik in Hei-

delberg intensiv nach den Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten für Hormonstörungen bei Frauen geforscht. Es zeigte sich, dass Phytoöstrogene, pflanzliche Präparate, Akupunktur oder Homöopathie in vielen Fällen geeignet sind, solche Hormonstörungen zu beseitigen.

In der Praxis konnten inzwischen auch sehr gute Erfahrungen mit diesen Therapieformen gewonnen werden. So können pflanzliche Therapeutika wie beispielsweise Phytoöstrogene oder Agnus-castus-haltige Mittel die Zyklusstörungen erheblich verbessern. Bei den homöopathischen Substanzen gibt es sowohl Einzelmittel wie auch Komplex-Präparate, die Hilfestellung bei Hormonstörungen und Beschwerden mit dem Zyklus geben können. Als erfolgversprechend hat sich immer wieder auch eine eingehende Ernährungsberatung erwiesen.

Auch für die Behandlung von Fruchtbarkeitsstörungen hat die Universität Heidelberg neue Wege aufgezeigt. Statt die betroffenen Ehepaare mit Hormontherapien oder künstlichen Befruchtungen zu behandeln, bieten auch hier Akupunktur, Homöopathie und Umweltmedizin in vielen Fällen erfolgreiche Alternativen.

Umweltbelastungen verursachen Hormonstörungen

Vielfach zählen Umweltbelastungen zu den Ursachen für Fruchtbarkeitsstörungen und Hormonproblemen bei Frauen. Die Belastungsfaktoren lassen sich über Blutuntersuchungen nachweisen. Häufig werden dann erhöhte Konzentrationen von bestimmten Metallen und anderen schädlich wirkenden Stoffen gefunden.

Die häufigste Belastungsquelle im Bereich der Umweltgifte stellt das Rauchen dar. Raucherinnen leiden häufiger unter Hormonstörungen und

Eierstockinsuffizienzen, sie haben niedrige Östrogenspiegel und erhöhte Werte des männlichen Hormons Androgen. Erhöht ist zudem der Quecksilberwert, während der Zinkspiegel niedriger als normal ist. Erwiesen ist, dass es bei Raucherinnen signifikant länger bis zum Eintritt einer Schwangerschaft dauert als bei Nichtraucherinnen.

Eine weitere Belastungsquelle stellt das Amalgam dar. Bei Frauen mit Amalgamfüllungen sind die Risiken für Zyklusstörungen höher als bei Nichtraucherinnen. Bei erhöhten Quecksilberwerten kann eine Amalgamentfernung und Entgiftung zu einer verbesserten Schwangerschaftsrate und Verhinderung von Fehlgeburten führen.

Die Reduktion oder möglichst sogar die Beseitigung der Umweltbelastungen sowie eine Ernährung, die reich an Vitaminen und Spurenelementen ist, wirkt sich häufig positiv aus.

Risikofaktor Über- oder Untergewicht

Auch Über- oder Untergewicht stellen Risikofaktoren für Hormonstörungen und Kinderlosigkeit dar. Bei Gewichtsabnahme steigt die Chance übergewichtiger Frauen, schwanger zu werden. Dies liegt daran, dass die Übergewichtigen erhöhte Konzentrationen an männlichen Hormonen im Blut haben, vermehrt Insulin ausscheiden und bestimmte Hormone sich nicht den Tagesrhythmen anpassen können. Untersuchungen an der Frauenklinik in Heidelberg zeigen, dass sich bei Gewichtsnormalisierung auch der Zyklus zu mehr als achtzig Prozent einregelt.

Übrigens können schlechte Ernährungsgewohnheiten auch bei normalgewichtigen Frauen zu Problemen mit dem Zyklus führen.

Der Arbeitskreis für Mikrobiologische Therapie

hat es sich zur Aufgabe gemacht, Patienten und Ärzte über das Heilen mit Bakterien zu informieren und die Entwicklung der Mikrobiologischen Therapie zu unterstützen.

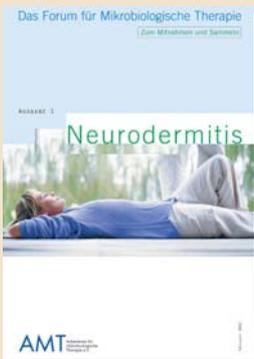
Mit der Patientenzeitschrift »Forum für Mikrobiologische Therapie« und Vortragsveranstaltungen wendet sich der Arbeitskreis an Patienten.

Weitere Aktivitäten sind Vorträge und Fortbildungsveranstaltungen für Ärzte, die Förderung von Wissenschaft und Forschung sowie die Zusammenarbeit mit Institutionen, die ähnliche Zielsetzungen verfolgen.

Dem Arbeitskreis, der 1954 gegründet wurde und im hessischen Herborn ansässig ist, gehören rund 100 Ärzte als Mitglieder an.

Das Forum für Mikrobiologische Therapie

erscheint seit Frühjahr 2002. Bisherige Ausgaben:



Die nächste Ausgabe erscheint zum Thema »Asthma«

Impressum

Herausgeber:

Arbeitskreis für Mikrobiologische Therapie
Kornmarkt 2
D-35745 Herborn
www.amt-herborn.de

Redaktion und Anzeigenverwaltung:

Dipl. oec.troph. Ulla Veit-Köhler

Gestaltung:

Imke Krüger, Mannheim

Druck:

Druckerei Adolf Schwörer
Mönchwörthstr. 222
D-68199 Mannheim

Für den Inhalt der Artikel sind die Autoren verantwortlich.
Ihre Meinung muss nicht unbedingt mit den Ansichten des AMT übereinstimmen.