

Darmgesundheit als Basis für die Mitochondrienfunktion

Ein weiteres Kapitel der Silent Inflammation | *Eva Li*

Nitrosativer Stress und Mitochondrien-Funktionsstörungen stehen seit den Publikationen von Prof. Pall aus den USA und Dr. Bodo Kuklinski aus Rostock auch wissenschaftlich seit einigen Jahren mehr im Blickfeld von Therapeuten. Mittlerweile werden von immer mehr Laboren umfangreiche, qualitativ hochwertige Tests zur Erfassung des Mitochondrien-Stoffwechsels angeboten. Ein paar Basisparameter sind für den Therapeuten sogar mit relativ wenig eigenem Aufwand realisierbar. So können Laktat und Pyruvat und die Laktat-Pyruvat-Ratio mit einer Morgenurinprobe durch ein Labor bestimmt werden. Ergänzend bietet sich die Erfassung der Methylmalonsäure im Urin als funktioneller Marker eines Vitamin-B12-Mangels an, die mit gleicher Urinprobe geschehen kann. Mit diesen Ergebnissen liegt dann ein gutes Screening für den Mitochondrien-Stoffwechsel vor. Wer es dann genauer wissen will, kann dann nachfolgend weitere Parameter im Blut bestimmen lassen. Über diesen Teil und die zugehörige Therapie des Energiestoffwechsels gibt es u. a. von Dr. Bodo Kuklinski Veröffentlichungen zum Nachlesen.

Woher kommen die Störungen der Energiegewinnung?

Natürlich gibt es auch hier, wie so oft, nicht die Ursache. Diskutiert werden virale Infektionen, strukturelle Ursachen an der Halswirbelsäule bzw. am Übergang vom Schädel zur Halswirbelsäule und chronische Entzündungen. Bis die Patienten den Weg zu einem darauf spezialisierten Therapeuten finden, liegen oft schon mehrere Faktoren, die den Energiestoffwechsel beeinflussen, vor.

Bei der körperlichen Untersuchung stellt man dann nicht selten Spannungen der Halsmuskulatur, einseitig tastbare Fortsätze des Atlas, die auf Verdrehung oder Schiefstand hinweisen, fest. Dazu kommt oft noch ein nicht optimal arbeitendes Kiefergelenk.

Viele Patienten hatten bereits eine Zahnsperre oder eine Aufbisschiene zur Vermeidung von Zähneknirschen. Natürlich müssen solche Befunde entsprechend behandelt werden. Es sind jedoch meist nicht diese Beschwerden, die die Patienten dann in unsere ganzheitlich arbeitenden Praxen treibt. Eher sind es Allergien, Hautprobleme, Unfruchtbarkeit, ständige Müdigkeit mit Angst vor einem Burnout oder Verdauungsbeschwerden. Selten wird dabei an eine Verknüpfung dieser Beschwerden mit den strukturellen Problemen gedacht. Oder gar an Mitochondrien!

Doch sind es gerade all diese kleinen Bausteine, die sich zu einem Gesamtbild zusammensetzen lassen, so dass die verschiedenen Beschwerden unserer Patienten einen Sinn ergeben und wir die Chance erhalten, eine grundlegende und langfristige Gesundheit zu ermöglichen. Sollte das Krankheitsgeschehen so weit fortgeschritten sein, dass wir es als unheilbar einschätzen müssen, können wir den Patienten auf jeden Fall Lebensqualität geben und etwas Lebenszeit zurückgewinnen.

Stellenwert des Darmes für die Energiegewinnung

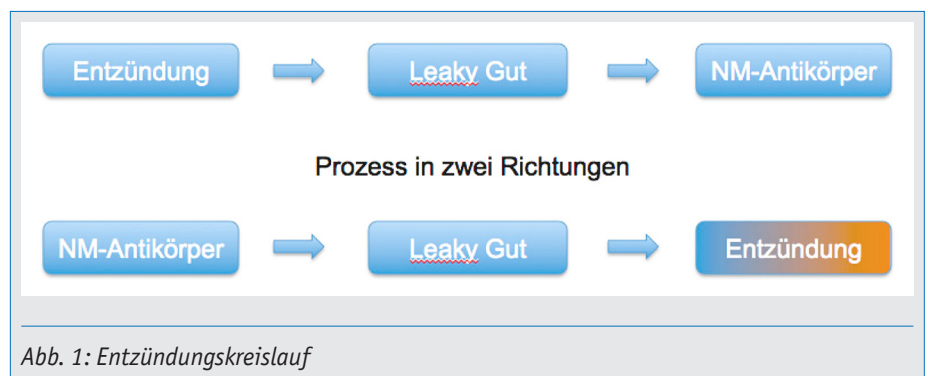
Ein besonderes Augenmerk bei der Therapie der Störungen richte ich bei meinen Patienten auf die Darmgesundheit. Der Darm nimmt eine herausragende Stellung in unserer humoralen Abwehr (sIgA) und der Schu-

lung des zellulären Immunsystems (T-Zellen) ein. Dazu muss an der Schleimhautbarriere des Darmes sicher unterschieden werden können zwischen dem, was uns ernährt, und dem, was fremd und unter Umständen gefährlich ist. Im Darm finden wir weiter hunderte verschiedener Mikroorganismen und nicht selten auch Parasiten, die nicht in das Innere unseres Körpers gelangen und sich auch nicht ungehemmt vermehren dürfen.

Es ist ersichtlich, dass die Darmphysiologie über viele Ansatzpunkte störanfällig ist und dass Defekte für unseren Körper weitreichende Folgen haben können. Denn aufgrund der zentralen Rolle, die der Darm in unserem Organismus inne hat, haben diese Störungen langfristig nicht nur eine lokale, sondern auch eine systemische Reaktion des gesamten Immunsystems zur Folge.

In den meisten Fällen wird aus einer nachhaltigen Störung eine Entzündung des Darms resultieren. Es ist bekannt, dass Entzündungen die Funktion der Mitochondrien beeinträchtigen können. Und so muss auch eine Entzündung des Darmes ausgeheilt werden, um eine nachhaltige Regulation der Mitochondrien-Tätigkeit ermöglichen zu können.

Es ist nicht nur die Immunreaktion selbst, die Einfluss auf die Mitochondrien nimmt, sondern ein entzündeter Darm kann auch die zur ATP-Synthese notwendigen Nährstoffe nicht in ausreichender Menge zur Ver-



fügung stellen. Es fehlen obendrein noch Antioxidantien.

Die Kombination aus Immunreaktion und Mangelversorgung macht es den Mitochondrien auf Dauer schwer und treibt sie in den anaeroben Stoffwechsel mit deutlich eingeschränkter ATP-Synthese.

Der Weg zum Ausweg

Die Trigger der Entzündung im Darm sind vielfältig, oft gibt es mehrere. Deshalb bedarf es einer gezielten Diagnostik, die sich wiederum nach der Anamnese richtet und am besten stufenweise durchgeführt wird.

Eine klassische Darmsanierung reicht oft nicht aus. Die moderne Labordiagnostik bietet eine große Palette an Tests, um die konkreten Störfaktoren zu finden.

Wichtig ist zunächst die Unterscheidung zwischen Malabsorption und Maldigestion. Fehlen Verdauungsenzyme, kommt man an einer Substitution nicht vorbei. Leidet der Patient an Allergien, Unverträglichkeiten oder Kohlenhydratverwertungsstörungen (ggf. Zöliakie), muss er sich auf eine entsprechende Diät einstellen, da nur die Karenz der entsprechenden Nahrungsmittel zu einer störungsfreien Darmtätigkeit führt.

Insbesondere Nahrungsmittelunverträglichkeiten aufgrund von IgG- oder IgG4-Antikörpern sollten im Fokus stehen. Die Bildung dieser Antikörper ist die Folge eines Leaky-Gut-Syndroms, das immer aufgrund einer Entzündung des Darmes entsteht. Ist diese Reaktion einmal soweit fortgeschritten, dass sich diese Immunglobuline in pathologischer Menge gebildet haben, erhalten diese die Entzündung solange, wie der Darm mit diesen Nahrungsbestandteilen in Kontakt kommt. Hier schließt sich nun der Kreis den Mitochondrien-Funktionsstörungen.

Das Herunterfahren dieser Immunglobuline auf ein physiologisches Maß erfolgt, wie gesagt, am effektivsten durch Einhalten einer Karenz der entsprechenden Nahrungsmittel, was über einen recht preisgünstigen Screeningtest (ggf. anschließend einzelne Gruppen oder Nahrungsmittel) herausgefunden werden kann.

Relevanz in Zahlen

Ich habe von 2012 bis 2013 bei 53 Neupatienten sowohl die Laktat-Pyruvat-Ratio ge-



Abb. 2: Antikörper gegen Nahrungsmittel (NM-Antikörper) verursachen Nitrostress und unterhalten eine Entzündung, solange der Körper in Kontakt mit dem unverträglichen Nahrungsmitteltitel bleibt.

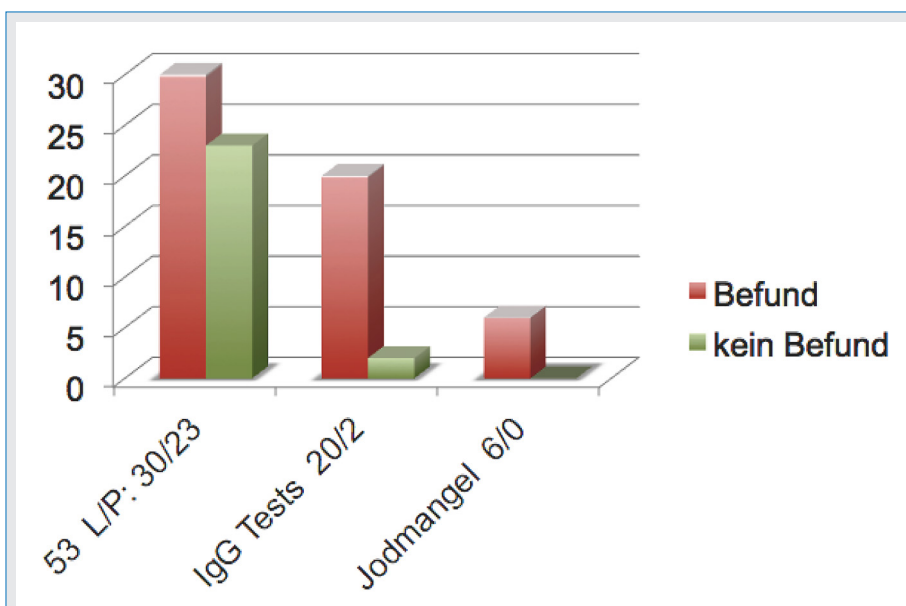


Abb. 3: Bei 53 Neupatienten wurde die Laktat-Pyruvat-Ratio (L/P) gemessen, sie war bei 30 Patienten auffällig. 20 davon (91 %) wiesen gleichzeitig erhöhte IgG-Antikörper auf. Bei wiederum 6 dieser Patienten wurde auf Jodmangel getestet: 100 % positiv.

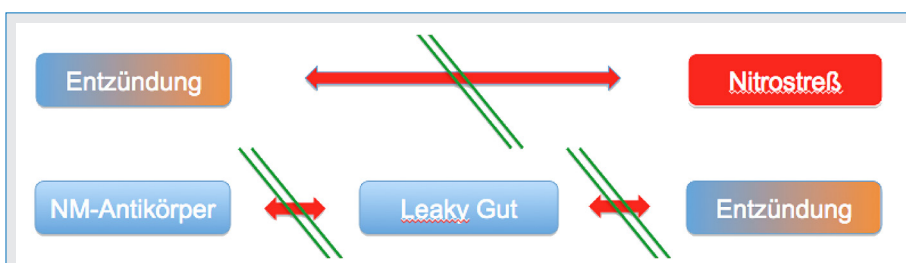


Abb. 4: Den Teufelskreis unterbrechen. Unverträgliche Nahrungsmittel meiden, Schleimhautbarriere abdichten, Entzündungsherde abheilen lassen und Nitrostress minimieren.

testet als auch das Vorhandensein von erhöhten IgG- oder IgG4-Antikörpern als Reaktion auf bestimmte Nahrungsmittel. Ergebnis:

91 % der Patienten mit Störungen im Bereich Laktat, Pyruvat und / oder Laktat-Pyr-

uvat-Ratio hatten gleichzeitig erhöhte IgG- und oder IgG4-Antikörper auf Nahrungsmitteln.

Interessante Nebenbeobachtung: Bei 6 der Patienten mit einer nicht normgerechten Laktat-Pyruvat-Ratio habe ich gleichzeitig

noch auf Jodmangel untersucht. Alle 6 Patienten hatten einen Jodmangel. Hingegen waren bei den Patienten mit unauffälligem Laktat, Pyruvat und Laktat-Pyruvat-Ratio nur 3 von 6 Patienten von Jodmangel betroffen. Ob sich diese Tendenz über eine größere Anzahl von Patienten langfristig bestätigen lässt, bedarf weiterer Untersuchungen.

Schließlich kommt auch die lang bewährte Darmsanierung zum Einsatz, also die Regulierung der Darmflora. Hier kommen je nach Laborergebnis Antimykotika und Probiotika zum Einsatz.

Fazit

Ein entzündeter Darm, oft verbunden mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten, kann Funktionsstörungen von Mitochondrien beschleunigen und damit die Energieversorgung des Organismus auf systemische Ebene beeinträchtigen. In diesen Fällen ist es notwendig, eine normale Verdauungsfunktion wieder herzustellen, um den anheizenden Kreislauf dieser Störung zu unterbrechen. Sind Entzündungen beseitigt und ist der Darm ausgeheilt, kann er die für die ATP-Synthese notwendigen Nährstoffe wieder aufnehmen. Immunreaktionen und der Bedarf und Verbrauch an Antioxidantien können auf ein physiologisches Maß heruntergefahren werden. Unter diesen Voraussetzungen kann auch die Funktion der Mitochondrien reguliert und wieder hergestellt werden.



Eva Li

ist Heilpraktikerin in eigener Praxis in Aschaffenburg. Sie ist Dozentin für Weiterbildungsthemen an Heilpraktikerschulen und bei der Erfurter Sommerakademie der Naturheilkunde. Der Praxisschwerpunkt liegt in der Behandlung von Patienten mit chronischen Erkrankungen, Verdauungsproblemen, Schmerzpatienten und Kinderwunschbehandlung. Die Hauptbehandlungsmethoden sind Koreanische Handakupunktur und orthomolekulare Therapie in Kombination mit Labordiagnostik.

Kontakt:

www.sanbalance.de