

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Vor allem junge Leute um die 20 sind betroffen, es können aber auch Kinder daran erkranken ebenso wie Ältere. Als Faktoren für diese Krankheiten gelten Autoimmunprozesse, genetische Veranlagung, belastende Strukturen in der Konfliktbewältigung, Ernährungsfehler und Umweltgifte.

Was passiert bei Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa?

Die chronisch entzündlichen Darmerkrankungen verursachen in Schüben leichte bis sehr schwere Entzündungen der Darmschleimhaut. Bei MC (Morbus Crohn) sind auch die darunter liegenden Schichten betroffen. MC kann im gesamten Verdauungstrakt vom Mund bis zum After auftreten, bei der CU (Colitis ulcerosa) beschränkt sich die Darmentzündung auf den Dickdarm. Beide Erkrankungen können aber dieselben Begleiterkrankungen mit sich bringen, wie Augenentzündung, Gelenkentzündungen, Hauterscheinungen und Gallenblasenentzündung. Weitere Begleiterscheinungen sind Mangelzustände, Anämie und Gewichtsverlust.

Wann muss ich an eine Chronisch entzündliche Darmerkrankung denken?

Der Verdacht auf MC / CU tritt auf, wenn ein junger Mensch ständig Durchfall hat; an CU muss gedacht werden, wenn auch Blut dem Stuhl aufgelagert ist. Bei MC sind vor allem die Durchfälle das ausschlaggebende Kriterium, an eine Darmerkrankung zu denken. Da der Dünndarm nur schwer gespiegelt werden kann, dauert es je nach Schwerpunkt der Entzündung teils sehr lange, bis eine gesicherte Diagnose steht. CU lässt sich daher schneller diagnostizieren, da der Dickdarm komplett zugänglich ist und die Diagnoserichtung durch den Blutverlust auch schon vorgegeben ist.

Welches sind die häufigsten Beschwerden?

- kaum zu kontrollierender Durchfall
- Blut im Stuhl
- Bauchkrämpfe
- Gewichtsverlust
- Fisteln (vor allem) bei MC
- Augenentzündungen
- Gelenkentzündungen
- Hautausschlag

Was wird in der Schulmedizin gemacht

Wenn der Verdacht auf eine chronisch entzündliche Darmerkrankung auftritt, muss auf alle Fälle der Darm gespiegelt werden. Mit Rücksicht auf das meist junge Alter der Patienten und der hier besonders schmerzhaften Untersuchung sollte die Koloskopie (Darmspiegelung) auf alle Fälle unter Vollnarkose durchgeführt werden. Eventuell muss zusätzlich eine Magenspiegelung vorgenommen werden.

Bei gesicherter Diagnose wird der Arzt ein Präparat mit Aminosalicylsäure, z.B. Azulfidine oder Salofalk, verordnen. Bei sehr starker Entzündung zieht der Arzt auch unter Umständen eine Kortisontherapie in Betracht. Wenn diese Behandlung nicht zur Wiederherstellung der Gesundheit führt, werden zunehmend auch Immunsuppressiva, wie Imurek, verordnet. Als letzter Ausweg wurde in den letzten Jahren die Therapie mit sogenannten Biologicals, z.B. Remicade, begonnen, die das Immunsystem völlig ausschalten. Bei all diesen Medikamenten sind die Nebenwirkungen erheblich, wodurch auch teilweise wieder zusätzliche Erkrankungen entstehen.

Vorsicht: Manches Mal sieht eine Salmonellenvergiftung aus wie ein erneuter Schub, nur dass dann die herkömmlichen Medikamente nicht helfen. Daher sollte immer auch eine Stuhluntersuchung auf Erreger durchgeführt werden. Hier helfen dann nur Antibiotika!

Was bietet die Alternative Medizin?

In der alternativen Medizin gilt ganz zuerst der Grundsatz, dass jede, aber besonders eine so schwere chronische Erkrankung nur auf allen Seinsebenen behandelbar ist. Immer gilt es in Erkrankungen auch eine Chance zu ergreifen, etwas zu bearbeiten, den Lebensstil ändern und in einem ganzheitlichen Sinn heiler zu werden.

In der Naturheilkunde und der Homöopathie gibt es für alle Verlaufsformen gute Möglichkeiten, entweder begleitend, um die teils sehr schweren Nebenwirkungen zu mildern oder zunehmend alleine für eine tiefgreifende Besserung des Befindens.

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Ansatz in der Naturheilkunde ist die Gesamtheit des Patienten: Über die Ernährung wird die Grundlage gelegt und der Körper aufgebaut, über Naturheilkunde, Pflanzenpräparate und Spagyrik werden Symptome gelindert. Mit der prozessorientierten Homöopathie kann in einer Konstitutionsbehandlung der Grundstein gelegt werden zu einer Genesung und dann hin zu einer Entwicklung, in der die Symptome der Erkrankung allmählich überflüssig werden. Grundsätzlich wichtig ist aber auch eine Bearbeitung der psychischen Probleme, die aus der Erkrankung resultieren. Über Tiefenentspannung können die Bereiche bearbeitet werden, die an der Wurzel der Erkrankung beteiligt sind.

Phytotherapie / Spagyrik

Neben ausgleichenden Pflanzenpräparaten wie Piper methysticum, Johanniskraut und Passionsblume, hat vor allem Weihrauch (*boswellia serrata*) als Mittel der Wahl Beachtung gefunden. In Studien wurde eine gleich gute Wirkung wie unter Cortison erzielt, und dies ohne die erheblichen Nebenwirkungen. Bei Durchfällen hilft auch eine Mischung aus Kohle, Kamille und Myrrhe (Myrrhilin). Tormentillpräparate, (Wala) können helfen, Blutungen zu stoppen. Bei starken Krämpfen sind auch Tees aus Pfefferminze oder Kamille hilfreich. Wichtig ist es, auf immunstärkende Präparate wie Echinacea, Aloe vera oder Nonisaft zu verzichten.

Ernährungstherapie

In der Ernährung haben sich vor allem 2 völlig entgegengesetzte Richtungen hervorgetan, die aber beide sehr gute Erfolge erzielt haben: Einmal eine fast vegane Ernährung, das heißt ein weitgehender Verzicht auf tierisches Eiweiß, wobei Kuhmilchprodukte und Eier völlig weggelassen werden sollten, eventuell werden später roher Schinken und gelegentlich Fisch oder Fleisch (1x im Monat) vertragen. Ansonsten sollte eine einfache Ernährung mit Reis, Nudeln und Kartoffeln mit anfangs gedünstetem, individuell bekömmlichen Gemüse eingehalten werden. Später können auch Salate, Rohkost und etwas Obst hinzukommen. Sinnvoll ist, wo immer es möglich ist, auf Fertigprodukte zu verzichten, um so all die Zusatzstoffe vollständig zu meiden. Da durch die Durchfälle ein hoher Flüssigkeitsverlust besteht, sind Suppen zusätzlich zu stillem Wasser und Tees eine gute

Möglichkeit, die Depots aufzufüllen. Für CED-Patienten ist ein etwas großzügigerer Umgang mit dem Salzstreuer erlaubt, es sollte allerdings sehr gutes Salz sein (Meersalz oder Himalayasalz). Dieser Verzicht auf tierisches Eiweiß ist für viele chronisch Kranke eine Chance, beschwerdefrei zu werden.

Die andere Ernährungsform, die sogenannte Spezielle Kohlenhydrat-Diät (SCD) wurde von Elaine Gottschall entwickelt, um ihre Tochter von Colitis ulcerosa zu heilen, was ihr auch gelang. Bei dieser Ernährung ist es unerlässlich, vollständig auf Stärke und Zucker zu verzichten. Man ernährt sich von Gemüse, bestimmten Obstsorten, Fleisch und Fisch, langgereiften, laktosefreien Käsesorten, Brot aus Mandelmehl mit Eiern (das übrigens ausgesprochen lecker schmeckt). Der Verzicht auf Getreide, Kartoffeln, Reis und Brot ist sicher der schwierigste Teil dieser Diät. Wer keine Schwierigkeiten hat, Fleisch in großer Menge zu essen, hat es leicht, diese Diät durchzuhalten, um nach etwa 6 Monaten zu überprüfen, ob es etwas gebracht hat.

Erfahrungen in meiner Praxis

Bei meinen CED-Patienten habe ich mit beiden Ernährungsformen gute Erfolge erzielt. Für welche Ernährung auch immer Sie sich entscheiden, unerlässlich ist es, dann auch mit höchster Konsequenz 6 Monate durchzuhalten. Diese Zeit benötigt der Verdauungstrakt, um sich zu regenerieren. Zusätzlich zu einem individuell zugeschnittenen Ernährungsplan begleite ich meine CED Patienten mit verschiedenen naturheilkundlichen Verfahren, um den Darm wieder ins Gleichgewicht zu bringen und auch um den Organismus vorzubereiten auf eine homöopathische Behandlung. Häufig muss die Lebenskraft erst wieder soweit geweckt werden, bis die homöopathischen Mittel zum Erfolg führen können. Dann aber zeigt sich immer wieder, dass das passende homöopathische Arzneimittel einen tiefgreifenden Heilungsprozess einleitet.