

Neue ganzheitliche lymphologische Therapieansätze für Morbus Crohn und andere Darmerkrankungen

Dr. A. H. Barth

Eine gestörte Darmphysiologie gilt vor allem in der Naturheilkunde als Grundübel internistischer Krankheiten. Doch auch in der Schulmedizin rückt neben der Leber der Darm zunehmend ins Blickfeld, seit eine gestörte Darmflora als Krankheitsursache anerkannt wird. Die Darmflora und die muskuläre Verkrampfung der Darmwand mit Obstipation ebenso wie Diarrhö gelten als ursächlich für viele Erkrankungen.

Grundlage für Organfehlfunktionen sind Störungen der betreffenden Organzellen. In unterschiedlicher Weise leisten diese einen Beitrag zur Funktion des gesamten Körpers, je nach ihrer Art und ihren Aufgaben und abhängig von ihrer Belastbarkeit und auch der Zusammenarbeit mit anderen Organen.

Was aber kann nun die Ursache für eine verminderte Leistungskraft bzw. das Versagen der Zellen sein? Was hindert sie daran, gut zu arbeiten? Diese Fragen werden schulmedizinisch noch zu selten gestellt, weil der Patient und auch der Therapeut vor allem das Symptom, die Beschwerden (Schmerzen, Krämpfe, Entzündungen, Schwäche etc.) loswerden bzw. beseitigen wollen.

Lymph als Versorger der Zellen

Entscheidend für die optimale Funktion der Zellen, für hohe Widerstandskraft und Belastbarkeit ebenso wie für die Heilung

ist der kaum bedachte Umstand, dass unsere Körperzellen (Organparenchym ebenso wie -stroma) kaum oder fast nicht direkt über die Blutgefäße versorgt werden, sondern der Nährstofftransport und der Austausch der Blutgase (Sauerstoff und Bikarbonat, innere Atmung) über die Intermediärstrecke, also die Lymphe, als Bindeglied zwischen Blutkapillare und Zelle stattfindet – die „Langsamfahrstrecke“ gegenüber dem „Schnelltransportweg“, der Blutbahn.

Der direkte Zellversorger ist also die Lymphe. Und ein guter Lymphfluss ist der Garant für eine gute Zellversorgung wie auch für die Entsorgung von Stoffwechselendprodukten. [1, 2]

Eine Lymphblockade oder bereits in gemäßigter Form ein Lymphstau verlangsamen oder verhindern die Zellversorgung. Sie sind heutzutage die überragende Ursache von Krankheiten der verschiedensten Fachgebiete von Hirnschlag und Herzinfarkt über Gelenksarthrose, Hautekzeme, Grippe bis hin zu den als unheilbar geltenden Darmerkrankungen.

Säuren + Milcheiweiß = acidotische Lymphblockade

Ursache für einen Lymphstau ist zumeist die Übersäuerung des Gewebes aufgrund der körpereigenen sauren Verstoffwechslung energiereicher Nahrungssubstan-



Dr. med. A.H. Barth

Nach Afrikaaufenthalt in der medizinischen Entwicklungshilfe über 25 Jahre niedergelassen als praktischer Arzt mit Anwendung von Naturheilverfahren, Homöopathie und verschiedenen alternativen Methoden. Seit 2004 privatärztliche Praxis für Lymphologische Ganzheitstherapie in Müllheim-Britzingen, Ärztlicher Leiter des dortigen POTAMOS® Acidosecentrums. Entwicklung und Lehre der Lymphologischen Ganzheitstherapie (LGB®).

Kontakt:

post@potamos.de, www.potamos.de

zen, aber auch durch hohe Säurezufuhr über die Nahrung.

Der heutzutage oft übermäßige Verzehr von Tiermilch und Tiermilchprodukten trägt darüber hinaus entscheidend zur Verdichtung der Lymphe, des Extrazellulärraums insgesamt bei und fördert damit den Lymphstau, der sich mit der Zeit zur acidotischen Lymphblockade

Therapieoptionen

1. Karenz von Gluten und Tiermilch: Neben dem bei leichter Glutenunverträglichkeit vorübergehenden Vermeiden von Gluten in der Nahrung ist es bei allen Darmkrankheiten – auch bei Obstipation und Diarrhö – erforderlich, auf jegliche Tiermilch/-produkte und tiermilchhaltige Nahrungsmittel zu verzichten.

Cave: Hoch verarbeitete Lebensmittel und Fertigprodukte enthalten sehr häufig Magermilchpulver, Molkeextrakt oder andere Milcheiweißzusatzstoffe. Tiere, die mit (milcheiweißhaltigem) Kraftfutter gefüttert werden, speichern das Milcheiweiß in den Muskeln, so dass wir es dann trotz aller Vorsicht unbewusst in Fleisch und Fleischprodukten/Wurst aufnehmen.

2. Darmschonende, individuelle Ernährung: Darüber hinaus ist auf eine erhöhte Basenzufuhr (basenüberschüssige Nahrung, eventuell ergänzt um Basenpulver) und eine darmschonende, individuell verträgliche Kost (z. B. leichtes Getreide wie Reis, Hirse, Mais, Quinoa; weniger oder gar kein Brot) zu achten. Im Laufe der Behandlung kann diese Schonkost dann in eine ebenfalls individuelle Aufbaukost übergehen, die für Nichtvegetarier eventuell auch Fleisch und Fisch enthalten kann. [4] Hier empfehle ich eine kompetente Ernährungsberatung.

3. Lymphologische Tiefenbehandlung des Bauchraums: Therapeutisch empfehlen sich zur Lösung von Lymphblockaden im Bauchraum Behandlungen wie die lymphologische Ganzheitstherapie LGB®, mit der wir es schaffen, die tiefen Lymphblockaden in der Radix mesenterii – im Hauptlymphsee des Bauchraums – manuell zu lösen und so den Lymphstau im Darm direkt und sehr schnell aufzulösen.

entwickelt und zu Krankheiten führt. [3] Der dafür verantwortliche Inhaltsstoff der Tiermilch ist das Milcheiweiß und eben nicht der heute viel gescholtene Milchzucker (Laktose). Dies gilt besonders in Bezug auf Osteoporose, Darmstörungen oder Gefäßsklerose. Selbst die häufigsten Krebsarten wie Brust-, Prostata- oder Dickdarmkrebs korrelieren mit einer übermäßigen Aufnahme von Milcheiweiß. Die bedarfsgerechte zelluläre Abgabe von körpereigenem Eiweiß in die Lymphe wird permanent von einer zu hohen Zufuhr von Fremdeiweißen über die Nahrung gestört, und zwar heutzutage pathologisch fast ausschließlich über Milcheiweißmoleküle.

Die Annahme, Milcheiweiß sei gesund, hält sich hartnäckig und wird über die Werbung massiv unterstützt.

Die Folge der „Eiweißmast“, wie Prof. Lothar Wendt (1907-1989) den übermäßigen Verzehr tierischen Eiweißes genannt hat, ist deutlich erkennbar im asymptotisch ansteigenden Auftreten so genannter Zivilisationskrankheiten. Ein wichtiger, wenn nicht ein Hauptgrund hierfür ist die seit Mitte des 20. Jahrhunderts kontinuierlich steigende Verfügbarkeit von Kuhmilch und anderen Tiermilchprodukten.

Die Tiermilch ist nach meiner Erfahrung der mit Abstand bedeutendste Verursacher von Krankheiten, da sie die Lymphe massiv verdichtet, blockiert, Säuredeponierung erzwingt und so den gesunden (Zell-)Stoffwechsel behindert. [3]

Kleinere Mengen von Tiermilch spielen keine Rolle, wenn das im Gewebe zu verdauende Milcheiweiß vom dort zuständigen Immunsystem gut aufgefangen oder sogar benötigt wird als Lieferant von dringend nötigen Aminosäuren, z. B. bei Hungersnot oder Naturkatastrophen. Steigt der Verzehr von Tiermilch und -produkten, gehen wir davon aus, dass das Überangebot von tierischem Milcheiweiß die Kapazität des Immunsystems überfordert und es nicht schnell genug dieses Milcheiweiß abbauen kann. Dadurch wird die Widerstandsfähigkeit des Körpers reduziert. Darüber hinaus führt eine Verdichtung der Lymphe durch das Eiweißüberangebot zu einer verminderten Versorgung der Zellen, sodass neben weiteren Effekten sich die zelleigene Resistenz ebenfalls deutlich reduziert.

Milch nur für den Säugling der eigenen Art

Die Milch von Säugetieren ist die große Ausnahme der Natur in Bezug auf die Ei-

genschaften ihres Eiweißes, nämlich seiner Art und Individualspezifität.

Die Muttermilch enthält wichtige Eiweiße für den Säugling, die er während des Übergangs vom geschützten Leben im Uterus hin zum eigenständigen Leben benötigt. Die vor Infektionen schützenden Antikörper in der Muttermilch sind solche Eiweiße. Eventuell sind auch Zellwandbestandteile enthalten. Magen und Dünndarm erlauben, dass die großen Eiweißmoleküle der Muttermilch komplett ins Gewebe aufgenommen werden. Leider passiert dies auch mit Muttermilch von Tieren (also von Kühen, Schafen, Stuten oder anderen Säugetieren) und beim Erwachsenen – lebenslang. Für den Organismus eines Erwachsenen ist das Milcheiweiß aber Fremdeiweiß und kann von den Zellen des Körpergewebes nicht so problemlos verwendet werden wie beim Säugling.

Das Milcheiweiß von Säugetieren wird demnach bei der Verdauung

1. großmolekular erhalten, also durch den Verdauungsprozess nicht ausreichend in Aminosäuren abgebaut, und
2. großmolekular durch die Schleimhautschanke hindurch in die Lymphe geschleust, da nur auf diesem Weg die mütterlichen Antikörper (großmolekulare Eiweiße) zur Widerstandssteigerung des Säuglings übertragen werden können. Inwieweit weitere Eiweiße als Zellbausteine verwendet werden, bleibt weiteren Forschungen überlassen.
3. Auch im Erwachsenenalter wird das Milcheiweiß mindestens teilweise im Dünndarm resorbiert und erscheint als großmolekulares Eiweiß in der Lymphe, wo es in direkten Kontakt mit dem Immunsystem kommt. In der Forschung wird dieser Weg häufig übersehen, da ein Teil des Milcheiweißes bis in den Dickdarm vordringt und dort in Fäulnis übergehen kann. Die Menge des im Dünndarm resorbierten Teils scheint individuell zu variieren, ebenso auch die Verträglichkeit je nach Lebensalter und in Gesundheits- und Krankheitsphasen.

Somit gelangt Milcheiweiß von anderen Säugetieren als Fremdeiweiß ins Innere des menschlichen Körpers und damit in

den Zuständigkeitsbereich des Immun-/ Abwehrsystems und der inneren Regulation. Dieser Bereich wird normalerweise nur von Bakterien, Viren und kleineren Schmutzpartikeln bei Verletzungen erreicht. Die riesige Menge Eiweiß aus der Milch dagegen kann mit den feinen und feinsten Regulations- und Korrekturmöglichkeiten des Immunsystems nur ansatzweise verarbeitet werden.

Für Säuglinge wirkt das Milcheiweiß der eigenen Mutter in der Frühphase nicht als Fremdeiweiß, da das noch relativ unreife Immunsystem dieses als eigen akzeptieren kann, zumal die extreme genetische Nähe zwischen Mutter und Kind die Unterschiede in der Eiweißstruktur minimiert. Mit der Zeit wird das Muttermilcheiweiß immer stärker als Fremdeiweiß wahrgenommen, und parallel dazu nimmt auch die Eiweißkonzentration in der Muttermilch ab.

Die weitere Entwicklung des Menschen wird durch eine fortgesetzte regelmäßige Milcheiweißzufuhr von Säugetieren spezifisch geprägt und führt individuell und altersbedingt zu Krankheiten und Fehlentwicklungen.

Je nach Lebensalter weisen die durch Milcheiweißbelastung verursachten Erkrankungen unterschiedliche Sym-

ptomatiken auf. Bei älteren Personen entwickeln sich verstärkt chronische Erkrankungen bis hin zu Krebs, denn das allgemeine Reaktionsvermögen des Organismus verlangsamt sich mit den Jahren deutlich.

Die Problematik wird noch verschlimmert, wenn im Alter der Verzehr von Milcheiweiß mit Joghurt, Quark, Käse, Eiscreme etc. nicht ab-, sondern eher zunimmt und bei Krankheit oft sogar noch weiter gesteigert wird.

Bei jedem Patienten ist der Zeitpunkt der Überforderung des Lymph- und Immunsystems unterschiedlich und wird oft von Infekten oder Belastungsphasen des täglichen Lebens ausgelöst.

Milcheiweiß und Glutenunverträglichkeit

Das Milcheiweiß trägt auch zur Glutenunverträglichkeit in immer jüngerem Alter bei. Der Grund dafür ist die schlechte Versorgung der Schleimhautzellen im Dünndarm.

Gluten ist das in Weizen und anderem Getreide enthaltene Klebereiweiß, das als pflanzliches Eiweiß im Stoffwechsel unproblematisch ist. Zwar lässt seine Klebeeigenschaft das Brot beim Backen gut

zusammenhalten und knusprig werden, verklebt aber auch die Schleimhautzotten des oberen Dünndarms. Dieser Darmabschnitt wird dadurch zunehmend inaktiviert, d.h. seine Teilnahme an der Verdauung wird vermindert. Diese Störung erschwert oder verhindert dann zwangsläufig die Aufnahme der angedauten Nahrungssubstanzen im weiteren Darmverlauf, aber auch die Einspeisung und Kopplung mit Sekreten dieser Schleimhäute. Die Folgen sind Resorptionsstörungen – vor allem von Eisen und B-Vitaminen – und Krankheiten wie Anämie, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, Divertikulose bis hin zu Darm-schleimhautentartung.

Oft sprechen Patienten davon, dass sie Gluten und/oder Tiermilchprodukte nicht vertragen, obwohl kein positiver Befund vorliegt. Denn erkannt wird eine Glutenunverträglichkeit meist erst, wenn Antikörper im Blut vorliegen, die aber für den Verlauf und die Schwere der Symptomatik – im Unterschied zur echten Glutenallergie, der Zöliakie – nicht von Bedeutung sind.

In den meisten Fällen liegt der Glutenunverträglichkeit eine Milcheiweißunverträglichkeit zu Grunde.

Da diese aber nur selten erkannt wird, werden auch ihre Symptome dem Gluten



Abb. 1: Lymphologische Bauchbehandlung (Quelle: Potamos-Verlag)

zugeschrieben. Dies führt zu einer unübersichtlichen Symptomatik. Dennoch lässt sich die Entwicklung logisch erklären:

Solange die Schleimhaut im Magen-Darm-Trakt von feuchtem Schleim überzogen ist, gleitet der glutenhaltige Speisebrei ungehindert weiter und wird normal verstoffwechselt. Bei unzureichender Schleimbildung jedoch kann das Gluten andocken und sich verfestigen: Die abnehmende Versorgung der Schleimhautzellen im Alter, aber insbesondere der zu hohe Tiermilchverzehr führen aufgrund der lymphatisch eingeschränkten Versorgung dieser Zellen zu einer Minderproduktion von Schleim, sodass der Schutz der Schleimhautzellen vor Klebersubstanzen verringert oder gar aufgehoben wird.

Die Bildung von Antikörpern im Blut ist erst eine spätere Folge der direkten Auseinandersetzung von Gluten mit den Schleimhautzellen nach dem Durchbrechen der Schleimbarriere.

Sehr gute Heilungsaussichten

Entscheidend für die Gesundheit ist die Belastbarkeit der Darmwand/-zellen. Der Nahrungsbrei im Darmlumen stellt zwar eine gewisse Belastung für die randständigen Darmwandzellen dar, Darmkrankheiten werden aber regelmäßig aufgrund der lymphbedingten Minderversorgung und -belastbarkeit der Darmwand selbst ausgelöst. Denn die Darmwand wird ebenfalls vom Gewebe her versorgt – eben vor allem von der Lymphe. Je zähflüssiger und langsamer diese fließt, desto geringer wird die Belastbarkeit.

Dieses Wissen vorausgesetzt, bieten sich auch für diese oft schweren Erkrankungen sehr gute Heilungsaussichten – und zwar auf relativ einfache Weise – mit deutlich erkennbaren Erfolgen bereits innerhalb kurzer Zeit (vgl. Kasten).

Ein Beispiel aus meiner Praxis

Patientin, 26 Jahre alt, 162 cm, 58 kg, RR 97/65, Ruhepuls 81; 2 zarte Töchter (1 und 3 Jahre alt)

Diagnose: Morbus Crohn der Speiseröhre, des Dünn- und Dickdarms, Typ-B-Gastritis

Anamnese: Die Patientin leidet seit 2006 unter allgemeiner Schwäche, Bauchschmerzen, Fistelbildung zwischen Colon und Vagina, Gelenkschmerzen, Aggressionen, friert häufig, hat ständig Oberbauchbeschwerden mit Blähungen, Durchfälle, häufiges Erbrechen, insbesondere nach den großen Mahlzeiten.

Labor: Eisenmangel, Vitamin-B-Mangel

Dreitägiger Aufenthalt bei uns im Juni 2013:

- **1. Tag:** einstündiges Patientengespräch, einstündige LGB®-Bauchbehandlung
- **2. Tag:** Acidose-Lymphmassage nach Rosemarie Holzer (Ganzkörper), zwei Hauptmahlzeiten basenüberschüssige Schonkost, Ernährungsberatung: streng gluten- und tiermilchfrei, auch latent
- **3. Tag:** einstündige LGB®-Bauchbehandlung, Nachgespräch, zwei Hauptmahlzeiten basenüberschüssige, tiermilchfreie Schonkost, individuelle Ernährungsempfehlungen für die Folgezeit

Juli 2013:

Die Patientin war zwar nach den ersten Behandlungstagen schmerzfrei, die alten Symptome sind aber bei Diätfehlern wieder stärker geworden, z. B. Bauchkrämpfe nach Rohkost, einmal Erbrechen. Die Fistelbildung geht zurück und heilt aus.

Bis Dezember 2013:

Die Patientin kam alle zwei Wochen zur lymphologischen Behandlung. Ernährungsfehler konnten dabei gut aufgefangen werden. Neben homöopathischen Mitteln nahm die Patientin regelmäßig Basenpulver.

Januar 2014:

Das Gefühl zu genesen nimmt immer mehr zu. Wir empfehlen eine weiterhin gluten- und milcheiweißfreie Ernährung sowie die lymphologische Ganzheitstherapie in nun größeren Abständen.

Fazit

Die zunehmend anerkannten Therapien zur Verbesserung der Darmflora sind günstig und wirksam, die zentrale, weil ursächlich heilende Therapie bildet meiner Erfahrung nach jedoch die Lymphtherapie. Diese restabilisierende, die Zellversorgung verbessernde Behandlungsstrategie eröffnet einen neuen (uralten?) erstaunlich effektiven Therapieansatz für die verschiedensten, auch für unheilbar gehaltenen Darm- und anderen Erkrankungen. Sie ist darüber hinaus nicht nur aus schulmedizinischer Sicht nachvollziehbar und richtig, sondern auch ganzheitlich und absolut biologisch.

Literaturhinweise

- (1) Barth, Dr. med. A.H.: *Alles in Fluss. CO'MED Fachmagazin* (2013), 10: 8-11.
- (2) Barth, Dr. med. A.H.: *Die Lymphe – das heilende Wasser. Meine lymphologische Ganzheitstherapie. Potamos-Verlag, 2013.*
- (3) Barth, Dr. med. A.H.: *Acidotische Lymphblockade – das Kernproblem für Therapieresistenz. CO'MED Fachmagazin* (2012), 7: 16-19.
- (4) Holzer, Rosemarie: *Acidose-Naturküche. Lymphe in Fluss bringen – der genussvolle Weg zu Vitalität und Lebensfreude. Potamos-Verlag, 2. Auflage, 2013.*
- (5) Rollinger, Maria: *Milch besser nicht. Jou-Verlag, 2004.*
- (6) Campbell, T. Colin: *China Study – Die wissenschaftliche Begründung für eine vegane Ernährungsweise, Verlag Systemische Medizin, Juli 2011 (Neuaufgabe von: Die „China Study“ und ihre verblüffenden Konsequenzen für die Lebensführung von 2010).*