

## Das gesunde Herz

Kardiale Durchblutungsstörungen

Natürliche Arzneien nutzen

## Naturheilverfahren

Vitamin D in der Medizin

## Onkologie

Mythos Spontanheilung

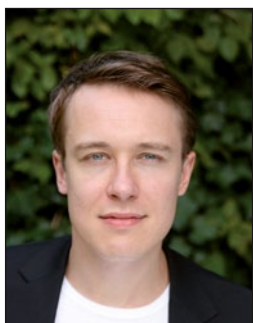


Mit

Forum  
Komplementäre  
Onkologie &  
Immunologie

**FORUM MEDIZIN**

Verlagsgesellschaft mbH



## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das Herz ist bekanntlich der Motor des menschlichen Lebens. Der faustgroße Muskelklumpen in unserem Inneren leistet Erstaunliches: Er pulsiert rund 50 bis 100 Mal in der Minute, Tag und Nacht, ein Leben lang. Das Herz eines schreienden Neugeborenen zeigt sich dabei besonders pumpfreudig, mit 150 Schlägen in der Minute und mehr behauptet das neue Leben seinen Platz in der Welt. Im Alter nimmt die Herzfrequenz normalerweise ab, kann aber durch zahlreiche Faktoren wie eine regelmäßige sportliche Betätigung sowie die individuelle Veranlagung stark variieren.

In Extremsituationen erhöht sich die Herzschlagfrequenz deutlich und die feine Balance zwischen stimulierendem Sympathikus und dämpfendem Parasympathikus gerät aus den Fugen. Das autonome Nervensystem kann so auf äußere Einflüsse reagieren und uns die Kraft geben, vor dem angreifenden Raubtier zu flüchten oder – auch so eine Extremsituation im Leben – uns buchstäblich mit klopfendem Herzen, hektisch und schwitzend vor der großen Liebe stehen lassen. In letzterer Situation wünschte man sich vielleicht, man könne kraft eigener Gedanken die Herzfrequenz spontan senken, um die amouröse Situation doch irgendwie ruhig und gelassen angehen zu können – aber so ist der Mensch nun einmal nicht konstruiert.

Es ist eine beachtenswerte Besonderheit, dass nicht nur physische, sondern auch psychische Faktoren einen unmittelbaren Einfluss auf den Herzschlag ausüben. Steigt die Herzschlagrate sprunghaft infolge eines unsicheren Versuchs romantischer Interaktion oder als Ergebnis einer unvorbereiteten Prüfungssituation, ist dies zwar etwas lästig, aber auch relativ harmlos. Es gibt allerdings psychisch induzierte Funktionsstörungen des Herzmuskels, die durchaus lebensbedrohlich sein können. Die Stress-Kardiomyopathie, das sogenannte *Broken Heart Syndrom*, ist eine solche Störung. Sie wurde erst in den 1990er-Jahren als eigenständige Erkrankung erkannt und beschrieben. Die Symptome – plötzlich einsetzende Brustschmerzen, akute Luftnot, Schweißausbrüche etc. – gleichen fast exakt denen eines „klassischen“ Infarkts. Die Ursache liegt hier jedoch nicht in einer plötzlichen Minderdurchblutung eines Herzkranzgefäßes infolge einer arteriosklerotischen Gefäßverengung,

sondern in einer kürzlich erlebten emotionalen Ausnahmesituation und der damit einhergehenden massiven Ausschüttung von Stresshormonen. So kann ein schockierendes Erlebnis wie etwa ein Unfall oder eine Naturkatastrophe, aber auch ein heftiger Streit oder die Trennung vom Partner dem Menschen buchstäblich das Herz brechen.

Eine besonders perfide Spielart dieser Erkrankung ist das so genannte *Happy Heart Syndrom*, wie eine jüngst im *European Heart Journal* veröffentlichte Studie belegt.\* Demnach können auch freudige Ereignisse das Herz motivieren, seine koordinierte Kontraktion vorübergehend einzustellen. Der Lottogewinn wird so zum Risikofaktor. Glücklicherweise handelt es sich in beiden Fällen um äußerst seltene Phänomene. Für die Herzgesundheit ist es allemal empfehlenswerter auf das Rauchen zu verzichten und moderat Sport zu treiben, als sich etwa das Endspiel der Fußballweltmeisterschaft entgehen zu lassen.

Am Rande sei noch erwähnt, dass die eingangs aufgestellte Behauptung, das Herz sei der Motor des menschlichen Lebens, zwar ein überaus starkes Paradigma darstellt, aber mit einigem Fug und Recht auch einmal kritisch hinterfragt werden darf.\*\* Denn es ist ja gerade der stete Zweifel an vermeintlich sicheren Wahrheiten, der den Erkenntnisgewinn erst möglich macht. Oder um es mit den Worten Virchows zu sagen:

„Zwei Dinge pflegen den Fortschritt der Medizin aufzuhalten: Autoritäten und Systeme.“

Es wünscht ein angenehmes Leseerlebnis und eine stets solide Gesundheit, herzlichst Ihr

*Maik Lehmkühl*

Maik Lehmkühl  
Chefredaktion

\* Ghadri JR et al.: Happy heart syndrome: Role of positive emotional stress in takotsubo syndrome. *European Heart Journal*, 2016

\*\* Lesen hierzu den Kommentar auf Seite 56f: „Fragen zu unserer Kreislauftheorie“

# Inhalt

EDITORIAL ..... 3

NEWS • FACTS • TRENDS ..... 6

## TITELTHEMA

Olaf Hoos, Helena Gabel, Stephan Bortfeldt

Die Bedeutung der Herzfrequenzvariabilität für die kardiovaskuläre Regulationsfähigkeit ..... 12

Markus Peters

Die integrative Therapie kardialer Durchblutungsstörungen ..... 16

Margit Müller-Frahlng

Die Herzkraft stärken: Biochemie nach Dr. Schüßler .... 19

Rainer Graf

Betablocker, Blutdruck- und Cholesterinsenker – Mit natürlichen Arzneien chemische Medikamente ersetzen ..... 20

Deutsches Grünes Kreuz e.V.

Das Broken-Heart-Syndrom ..... 24

Klaus Kisters, Joachim Schmidt, Faruk Tokmak, Uwe Gröber

Die Bedeutung von Magnesium und Magnesiumorotat für das gesunde Herz ..... 25

## NATURHEILVERFAHREN

Rudolf Inderst

Vitamin D – Eine aktuelle Bestandsaufnahme ..... 28

Leonie Jagenburg, Christa Golücke, André-Michael Beer

Ordnungstherapie in der stationären Naturheilkunde .... 33

Elisabeth Schleer

Herz-Kreislauf-Erkrankungen: Möglichkeiten einer ortho- und mykomolekularen Unterstützung ..... 36

## KOMPLEMENTÄRE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Christian Mucha

Chronische Polyarthrits – Möglichkeiten und Grenzen physikalischer Therapien ..... 38

Heike Lück-Knobloch

Zink und Depressionen – Ein Update ..... 42

## AKUPUNKTUR

Henrik Ewert, Regina Schwanitz

Möglichkeiten der adjuvanten Therapie des primären Offenwinkelglaukoms und der okulären Hypertension ... 44

## INNOVATIVE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Michaela Döll

Adipositas und Hyperlipidämien mit Naturextrakten behandeln ..... 47

R. Schubert, R. Madeleyn, A. Hackelberg, L. Koch, U. Lamek

Stuten- und Eselsmilch bei Allergien und Entwicklungsstörungen von Säuglingen und Kleinkindern ..... 48

Angelika Hecht

Biochemische Marker bei unklaren Abdominalbeschwerden ..... 52

## MEDIZINRECHT

Frank Breitzkreutz

Das Antikorruptionsgesetz ist da: Was muss künftig beachtet werden? ..... 53

## VERANSTALTUNGSKALENDER ..... 55

## KOMMENTAR

Manfred Kögel

Fragen zu unserer Kreislauftheorie ..... 56

## PHARMANACHRICHTEN ..... 58

## IMPRESSUM ..... 61

## BUCHTIPP / VORSCHAU ..... 62

## MARKTPLATZ ..... 63

Im Heftinnenteil

### Forum Komplementäre Onkologie

György Imrey

Spontanheilungen bei Krebs: Mythos, Wunder oder Realität?

Wolfgang Huber, Volker von Baehr

Chronische Entzündungen behandeln – Ergebnisse einer orthomolekularen Langzeittherapie

### Die Gesellschaften informieren ...

Deutsche Gesellschaft für Akupunktur und Neuraltherapie e.V. – DGfAN ..... 43

Im Heftinnenteil

Deutsche Gesellschaft für Hyperthermie e.V. – DGHT. .... 7

Forschungsförderungsgesellschaft für Komplementärmedizin e.V. – FoFöG ..... 12