

Kopfschmerzen und Migräne

Komplementäre Therapie und Diagnostik

Chronische Schmerzzustände

Fibromyalgie mit Heilpilzen behandeln

Forschung und Praxis

Moderne Magnetfeldtherapie

Serie

Das System der Grundregulation

Omega-3-Fettsäuren

FORUM MEDIZIN

Forum Medizin Verlagsges. mbH, Peterstraße 11, 26382 Wilhelmshaven
DPA-G Postvertriebsstück B 5074 Entgelt bezahlt

Die Naturheilkunde

87. Jahrgang

www.forum-medin.de ISSN 1613-3943 6,90 €

Mit

Forum
Komplementäre
Onkologie &
Immunologie





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

haben auch Sie die erst kürzlich abgeebbte Grunddebatte um Wert und Wirkung der Homöopathie verfolgt? Auslöser der spätsommerlichen Spannungen war eine Titelgeschichte des SPIEGEL (28/2010), in der die Homöopathie als illusionäre Schaumschüttelei dargestellt wurde. Eine medizinische Wirksamkeit sei faktisch nicht vorhanden, anders lautende Erfahrungen seien allein auf Placeboeffekte (Patienten) oder pekuniäre Aspekte (Ärzte) zurückzuführen, leitartikelte das Hamburger Autorengespann wortreich. Studien, die marktschreierisch das Ende der Homöopathie postulieren, wurden zitiert und en passant auch andere Bereiche der Komplementärmedizin mit großen Fragezeichen markiert. Die Publikation provozierte eine rege Resonanz. Verbände und Ärzte riefen verschiedene randomisierte, placebokontrollierte Studien zur medizinischen Wirksamkeit konkreter homöopathischer Mittel in Erinnerung und übten fundierte Kritik an den im SPIEGEL-Artikel angeführten Studien.

Einen gewissen Furor erregte aber auch eine andere, nicht durch Studien erfasste Behauptung. Mit viel Pathos wurde ein unversöhnlicher Antagonismus zwischen Schulmedizinern und Homöopathen konstruiert: *fundierte Kritiker gegen hemmungslos Gläubige* – ein Kampf um Wohl und Wehe des deutschen Gesundheitssystems! Doch entspricht dies wirklich der Versorgungsrealität in Krankenhäusern, Arztpraxen, Ärztekammern, Krankenkassen und medizinischen Fakultäten? Oder wird hier doch nur der kleine Teil eines großen Ganzen übergebühre beleuchtet? Fakt ist, dass vielfach ein Klima des funktionierenden Miteinanders herrscht, ein auf das Wohl des Patienten ausgerichteter Pragmatismus. Die Mehrheit der Schul- wie auch der Komplementärmediziner denkt glücklicherweise gar nicht daran, sich für einen ideologischen Glaubenskrieg instrumentalisieren zu

lassen. Dies lässt sich auch an zahlreichen medizinischen Fakultäten der Universitätskliniken beobachten, wo die Homöopathie wie auch andere Bereiche der Komplementärmedizin längst fester Bestandteil des Lehrplans sind. Es ist dem Wohl des Patienten sicher nicht dienlich, Feindbilder zu konstruieren, wo Verständigung vorherrscht und tiefe Gräben auszuheben, wo gemeinsame Interessen überwiegen.

Von der großen Gesellschaftsdebatte folgt nun ein gewagter Sprung zur Thematik der aktuellen Ausgabe: Kopfschmerzen im Allgemeinen und die Migräne im Besonderen. Die Migräne ist eine wahre Volkskrankheit, von der rund 9 Millionen Menschen in Deutschland betroffen sind. Umso wichtiger ist es für jeden Migräne-Patienten, umfassend über mögliche Auslöser und Vorboten eines nahenden Anfalls informiert zu sein und die Vielzahl der unterschiedlichen Therapieoptionen sicher zu überblicken. Gerade naturheilkundliche und nicht-medikamentöse Verfahren können hier einen wertvollen Beitrag zu einem beschwerdereduzierten Leben leisten. Des Weiteren widmen wir uns im Rahmen des Titelthemas der Behandlung chronischer Schmerzerkrankungen mit Heilpilzen und den gesundheitlichen Auswirkungen einer alltäglichen Belastung der Augen durch routinierte Bildschirmarbeit.

Möge Sie dieser kleine Ausblick auf ein großes Artikelmosaik neugierig auf die aktuelle Ausgabe machen. Es wünscht Ihnen ein anregend informatives Leseerlebnis sowie eine stets solide Gesundheit

Ihr

Maik Lehmkuhl

Maik Lehmkuhl
Chefredakteur

Inhalt

EDITORIAL 3

NEWS • FACTS • TRENDS 5

TITELTHEMA

Reinhard Probst
Die naturheilkundliche Migränebehandlung 10

Cathrin Spuck
Der Körper als Feind – Unterstützende Therapie
der Fibromyalgie mit Heilpilzen 16

Gisela Wenzel
Im Büro die Augen im Blick – Durch Sehstress
verursachte Kopfschmerzen vermeiden. 20

Peter W. Gündling
Naturheilkundliche Behandlung von
Kopfschmerzen und Migräne 22

FORSCHUNG UND PRAXIS

Wilfried Wehner, Holger Wehner, Catharina Wehner
Paradigmenwechsel in der medizinischen Nutzung
niederfrequenter elektromagnetischer Felder – Teil 2
Therapeutische Einsatz beim diabetischen Fußsyndrom . . 26

INDIKATIONEN

R. M. Bachmann
Spannungskopfschmerzen und Migräne 28

NATURHEILVERFAHREN

Rolf Ehlers
Migränebehandlung mit nativer Kost –
Die Migräne unter Kontrolle bringen mit Serotonin 30

Maria-Madelon Schröder
Omega-3-Fettsäuren – Teil 2
ω-3-Fettsäuren in Kindheit und Jugend 31

Hartmut Heine
Das System der Grundregulation (SGR) – Teil 5
Kontakt, Begrenzung und Verschlackung:
Zelladhäsion, Basalmembran und Glykosylierung 32

KOMPLEMENTÄRE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Britta Knoll
Die Mesotherapie bei Augenerkrankungen
und Alterssichtigkeit 36

Reinhard W. Kupich
Die Pneumatische Pulsationstherapie bei Arthrose 39

Yvonne Vogelpohl
Cranberry: Schutz vor Harnwegsinfekten
in der Schwangerschaft 40

AKUPUNKTUR

DGfAN informiert 41

Akupunktur und Related Techniques –
Ausblick auf die Wartburgtage 2010 42

INNOVATIVE THERAPIE UND DIAGNOSTIK

Ronald Dehmlow
Die Sauerstoff-Energie-Therapie (SET). 44

Kornelia Gerlach-Meyer
Hilfe bei Müdigkeit, Kraftlosigkeit, chronischer
Krankheit – Das Prinzip gezielter Entgiftung 46

TIERHEILKUNDE

Karsten Kulms
Atemwegserkrankungen bei Pferden und Kleintieren . . . 48

VERANSTALTUNGEN 50

VERANSTALTUNGSRÜCKBLICK

Expertenworkshop: Neuer Biomarker und moderne
Therapien bei Fettstoffwechselstörungen 51

HEILPFLANZEN

Margret Rupprecht
Wasserdost (Eupatorium perfoliatum) 53

PHARMANACHRICHTEN 54

IMPRESSUM 57

BUCHTIPP / VORSCHAU 58

MARKTPLATZ 59

Im Heftinnenteil

Forum Komplementäre Onkologie

Wiederherstellung der immunologischen Toleranz durch
Generierung von regulatorischen T-Lymphozyten – Teil 2

Der besondere Fall: Von der Suche nach Wahrheit im
Fall eines Gallengangkarzinoms

Therapeutische Optionen zur Rezidivprophylaxe
bei Harnblasenkrebs

Die Gesellschaften informieren

Deutsche Gesellschaft für Hyperthermie e. V.

Forschungsförderungsgesellschaft für
Komplementärmedizin e. V.

Fibromyalgie – Der Körper als Feind

Unterstützende Therapie der Fibromyalgie mit Heilpilzen

Cathrin Spuck

Fibromyalgie, wörtlich übersetzt „Faser-Muskel-Schmerz“, wird im Volksmund auch Weichteilrheumatismus genannt. Es handelt sich um ein generalisiertes Schmerzsyndrom mit chronischen Schmerzen im Bereich von Muskeln und Gelenken. Da meist kein erhöhter Rheumafaktor nachweisbar ist, wird die Fibromyalgie allerdings nicht direkt dem Bereich der Rheumatologie zugeordnet, sondern eher als „Schmerzsyndrom“ eingestuft. Betroffen von diesem Krankheitsbild sind zu 90 Prozent Frauen. Die Erkrankung beginnt meist um das 35. Lebensjahr; ab dem sechsten Lebensjahrzehnt ist ein erstmaliges Auftreten dieses Leidens eher selten. Bei weiblichen Betroffenen wird der Häufigkeitsgipfel in den Wechseljahren erreicht.

Beim Fibromyalgie-Patienten finden sich vom Muskelansatz am Hinterkopf bis zur Innenseite der Kniegelenke 18 charakteristische schmerzhafte Druckpunkte, die sogenannten „tender points“. An diesen Punkten zeigen sich häufig auch deutlich tastbare Verhärtungen der Muskulatur. Wird an elf von 18 dieser Punkte durch Druck eine heftige Schmerzreaktion ausgelöst und bestehen die Schmerzen seit mehr als drei Monaten, liegt der Verdacht eines „Fibromyalgie-Syndroms“ nahe.

Mögliche Ursachen

Die Schulmedizin steht diesem Beschwerdebild oft hilflos gegenüber. Immunologische Prozesse spielen offensichtlich eine Schlüsselrolle, allerdings lassen sich diese aber nicht in die bekannten Muster von Allergie oder Autoimmunreaktion einordnen. Es scheint, als befände sich der Organismus in einem Zustand immunologischer Daueraktivierung. Noch ungeklärt ist auch, ob psychischer Stress, nicht ausgeheilte Infekte oder eine Antwort auf Umweltgifte als Auslöser verantwortlich sind. Auch wird diskutiert, inwiefern die Krankheit mit einer Sauerstoffunterversorgung im Muskelgewebe zusammenhängt.

Die Psyche des Fibromyalgie-Patienten

Bis zu 70 Prozent der Betroffenen geben psychische oder physische Traumata an. Fibromyalgie-Patienten zeigen häufig einen Hang zum Perfektionismus, können schwer „Nein“ sagen und haben einen hohen Anspruch an sich selbst. Deshalb leiden sie ganz besonders unter ihrer durch das Leiden eingeschränkten Leistungsfähigkeit und unter der Tatsache, mit ihren Symptomen oft nicht ernst genommen zu werden.



Das körperliche Leitbild sind Schmerzen

Die Beschwerden der Fibromyalgie-Patienten machen sich durch diffuse Ganzkörperschmerzen in Muskeln und Sehnen, Morgensteifigkeit, Müdigkeit, Schlafstörungen, Stimmungslabilität, Konzentrationsstörungen, Kopfschmerzen, Magen-Darm-Störungen, Schwellung im Bereich der Extremitäten (bisweilen durch Flüssigkeitseinlagerungen) usw. bemerkbar. Aufgrund einer Dysfunktion im Bereich der sensorischen Reizverarbeitung des an der Schmerzhemmung beteiligten Opioid-Rezeptorsystems besteht eine geringere Schmerztoleranz. Fibromyalgie-Patienten empfinden Schmerz stärker oder sogar eigentlich nicht-schmerzhafte Reize als schmerzhaft. Es besteht auch eine größere Empfindlichkeit gegenüber Sinneseindrücken wie Geräuschen, Licht und Gerüchen. Das Gehirn ist Umweltreizen hilfloser ausgeliefert, kann schlechter filtern und gerät damit schneller an seine Belastungsgrenzen mit entsprechender Überempfindlichkeit auf seelischer, geistiger, körperlicher sowie psychosozialer Ebene.

Interessant ist auch die Tatsache, dass die Symptomatik und Klinik des Fibromyalgie-Syndroms fast die gleiche ist wie beim Chronic-Fatigue-Syndrom (CFS). Beim CFS wird aber der Schwerpunkt auf das Symptom Müdigkeit und Erschöpfung gelegt, während bei der Fibromyalgie Muskelschmerzen und Muskelschwäche in den Vordergrund gestellt werden.

Triggerpunkte und Muskelschmerzen

Myofasziale Triggerpunkte sind tastbare, druckschmerzhafte Muskelknoten, die durch starke, anhaltende Kontraktion von Muskelfasern entstehen. Sie können als Folge einer Fehlsteuerung der Muskelspindel, welche die Spannung reguliert, verursacht werden.

Die Aktivierung der Triggerpunkte kann durch jede Art von Belastungsstress erfolgen und Schmerzen auch in entfernte Gewebe übertragen und dort aktivieren. Dadurch kann eine Bewegungseinschränkung in den angrenzenden Gelenken entstehen. Im Kern des Triggerpunktes herrscht – im Vergleich zum umgebenden Muskelgewebe – Sauerstoffmangel. Ist die Zufuhr von Sauerstoff und Nährstoffen im Triggerpunkt reduziert, kommt es während dieser Störung zu einem Kalziumzufluss und die Muskelspindel hat nicht mehr genügend Energie, das Kalzium aus der Zelle herauszupumpen, damit es dahin gelangt, wo es hingehört. Es entsteht ein Teufelskreis: Die Muskelspindel kann sich nicht lockern, und der betroffene Muskel kann nicht entspannen.

Experten streiten übrigens noch immer, ob es zwischen Tender- und Triggerpoints einen Unterschied hinsichtlich der Schmerzausstrahlung gibt. Ebenfalls wird noch diskutiert, inwieweit sich das Fibromyalgie-Syndrom vom myofaszialen Schmerzsyndrom als eigenständige Erkrankung abgrenzt.

Antioxidantienmangel

Eine andere Erklärung für die Muskelschmerzen von Fibromyalgie-Patienten ist ein Glutathion-Mangel. Der wichtige Radikalfänger Glutathion wird aus den Aminosäuren Glycin, Glutamin und Cystein synthetisiert. Cystein ist die Ausgangssubstanz für die Synthese von Glutathion, das bei toxischen Belastungen zur Entgiftung gebraucht wird und den Körper vor freien Radikalen schützt. Es wurde festgestellt, dass bei Erkrankten mit dem klinischen Bild von Multiple Chemical Sensivity (MCS), Chronic-Fatigue-Syndrom (CFS), zellulärem Immundefizit und Fibromyalgie die Aminosäure Cystein defizitär vorlag und bei durchgeführten Glutathion- und S-Transferasen-Bestimmungen überproportional erniedrigte Konzentrationen dieser Stoffe auffielen. Gerade hier können Heilpilze hervorragend therapeutisch eingesetzt werden, da sie das Glutathion-System aktivieren und somit das Entgiftungssystem unseres Körpers und seine antioxidativen Kapazitäten unterstützen. So wurde bewiesen, dass z.B. der Heilpilz Reishi in der Lage ist, oxidativen Stress zu mindern.

Störungen in der zentralen Schmerzverarbeitung

Es gibt Erkenntnisse, dass das endokrine System und das vegetative Nervensystem an der Entstehung von chronischen Schmerzerkrankungen beteiligt sind. Stressimpulse werden aus der Umwelt aufgenommen und über das Gehirn verarbeitet. Bei Stressereignissen, gleich welcher Art, findet man stets eine parallele Aktivierung der Hypophysen-Nebennierenachse und eine Aktivierung des sympathischen Nervensystems. Jedes Schmerzeignis führt zu einer Aktivierung des zentralen Stress-Systems und somit zu einer erhöhten Sympathikus-Aktivität.

Zur Regulierung und Harmonisierung des Nervensystems können verschiedene Heilpilze eingesetzt werden:

Bei sympathikotonen Zuständen wirkt der Reishi ausgleichend auf das Vegetativum. Er wird zusammen mit dem Hericium eingesetzt, um die „blankliegenden“ Nerven zu beruhigen. Der Hericium besitzt

durch seine Inhaltsstoffe Erinacin und Hericenon eine stimulierende Auswirkung auf die Neubildung der Myelinscheiden der Nerven und damit auf ihre „Isolationsschicht“. Dadurch kommt es zu einer verbesserten Nervenfunktion, was sich positiv für Menschen in Stresssituationen auswirkt.

Aus neuroendokrinen Untersuchungen ist bekannt, dass im Rahmen der chronischen Stressreaktion bei Fibromyalgie mehrheitlich, aber nicht durchgängig, das Signalthormon CRH (corticotropin releasing hormon) vermehrt ausgeschüttet wird und ebenso auch ACTH (Adreno-Corticotropes Hormon) bei gleichzeitig verringerter peripherer Kortisolfreisetzung. Ein stressbedingter Hypercortisolismus kann nämlich dauerhaft in einen Hypocortisolismus übergehen. Zur Regulierung des endokrinen Systems empfiehlt sich der Cordyceps. Er kann hormonelle Verschiebungen positiv beeinflussen, somit das Stressempfinden reduzieren und die damit verbundenen hormonellen Auswirkungen ausgleichen.

Zytokine und Chemokine

Cortisolmangel hat neben vielfältigen Auswirkungen auf die Organsysteme auch einen Einfluss auf die Schmerzempfindung und das Immunsystem. Wahrscheinlich mitbedingt durch den reduzierten Cortisolspiegel kommt es zu vermehrter Produktion von



Reishi



Cordyceps



Pleurotus-Austernpilz



Hericium

proinflammatorischen Zytokinen wie IL-1, IL-6, TNF-alpha, Cyclooxygenase 2 (COX-2) und Prostaglandin E2, da deren Hemmung durch Cortisol unterbleibt. Die folgende Zunahme der entsprechenden Interleukine führt zu Abgeschlagenheit, Antriebslosigkeit und Müdigkeit.

Bei Fibromyalgie-Patientinnen konnten aber auch oft erhöhte Noradrenalinwerte und eine erhöhte Noradrenalin-Freisetzung bei gleichzeitig erhöhtem IL-6, das ein klassisches proinflammatorisches Zytokin ist, beobachtet werden (Torpy et al., 2000).

Ebenfalls wurden bei Fibromyalgien auch erhöhte IL-8 Spiegel festgestellt. Dieses chemotaktische Zytokin, auch Chemokin genannt, führt – möglicherweise durch eine Interaktion mit dem sympathischen Nervensystem – zu einer Hyperalgesie (Hyperalgesie; Cunha et al., 1991). Zur Reduzierung dieses entzündlichen Chemokines IL-8 trägt der Reishi bei, wie in einer interessanten Studie belegt wurde. Darüber hinaus wird dieser Heilpilz bei Fibromyalgie generell aufgrund seiner antiinflammatorischen Eigenschaften empfohlen und ebenso, um die überreizten Sinnesempfindungen auszugleichen.

Die Substanz P

Besonders im zentralen und peripheren Nervensystem existiert ein Warnsystem von sensorischen Rezeptoren. Diese Schmerzrezeptoren, auch Nozizeptoren genannt, werden durch Noxen aktiviert, die die Körperintegrität gefährden könnten. Sie sind im zentralen und peripheren Nervensystem weit verbreitet und wirken als Neurotransmitter. Die Nozizeptoren reagieren auf Reize und setzen Neuropeptide frei, darunter u. a. die Substanz P (SP). Das „P“ steht für „Pain“ und ist an der Schmerzübertragung, neurogener Entzündung, der Kontraktion glatter Muskelzellen, der Vasodilatation und der Immunsystemaktivierung beteiligt.

Die SP stimuliert als neuroinflammatorischer Mediator die Synthese der Interleukine IL-1, IL-8 und IL-6. Diese vermitteln Hyperalgesie, Abgeschlagenheit und Depression. Des Weiteren steht die SP u. a. in Interaktion mit reaktiven O₂-Spezies, NO und Antioxidantien. Bei Fibromyalgie-Patienten herrscht eine gestörte Neurotransmitter-Balance mit einem Überschuss der Substanz P vor.

Unter die Lupe genommen:

Chemikalien, Umweltgifte und Medikamente

Nach den Erkenntnissen von Dr. Martin Pall (2007) und vielen anderen Wissenschaftlern, handelt es sich bei Fibromyalgie und verwandten Krankheiten um einen Entzündungsprozess, der durch die Wirkung von Fremd- und Schadstoffen an bestimmten Rezeptoren im zentralen und peripheren Nervensystem bedingt ist und Krankheits-Symptome auslöst. Es häufen sich reaktive Sauerstoffradikal-Verbindungen (ROS) an und lösen nachfolgend über den Stickstoffoxid-Peroxyinitrit (NO-ONOO-Zyklus) eine Reihe weiterer pathologischer biochemischer Prozesse aus. Reagiert das Stickoxid mit Peroxid zu hochreaktivem Peroxyinitrit, werden auch wichtige Enzyme des Zellstoffwechsels gehemmt. Diese Reaktionen lassen die hohe Empfindlichkeit betroffener Patienten gegenüber geringsten Konzentrationen von Schadstoffen erklären.

Schwermetalle sind vor allem dann gefährlich, wenn die Entgiftungssysteme im Körper nicht gut funktionieren. Durch den therapeutischen Einsatz von Heilpilzen werden die verschiedenen Ausleitungsorgane des Körpers gut in ihren Bemühungen unterstützt, vorhandene Schadstoffe auszuleiten.

Um die Toxine, die Fibromyalgie-Patienten oft schon über einen längeren Zeitraum im Körper akkumuliert haben, auszuleiten, muss vor allem die Leber als größtes Entgiftungsorgan unterstützt werden. Der Heilpilz Reishi fördert die Giftausleitung über die Leber und ist deshalb eine gute Unterstützung für den belasteten Organismus. Der Cordyceps hat einen großen Bezug zur Niere. Durch seinen Einsatz wird so auch über dieses Organ die Schadstoff-Ausleitung gefördert.

Gestörter Serotoninstoffwechsel

Bei Fibromyalgien besteht auch eine serotonerge Dysfunktion. Man findet erniedrigte Konzentrationen von Tryptophan und Serotonin in Serum und Liquor vor. Letzteres entsteht durch Blockade der Serotoninsynthese, die u. a. durch die Entzündungsmediatoren und oxidativen Stress bedingt ist. Auch Antikörper gegen Serotonin werden bei Fibromyalgie assoziiert. In Folge eines verminderten Serotoninspiegels wird auch zu wenig Melatonin – ein Serotonin-Derivat, das für unseren Schlaf wichtig ist – gebildet. Außerdem erfüllt das „Glückshormon“ Serotonin eine wichtige Funktion in der Schmerzverarbeitung sowie bei Depressionen, die man bei Fibromyalgie-



Reishi



Agaricus Blazei Murrill



Hericium



Polyporus

Patienten häufig antrifft. Liegt eine Störung des Hormonhaushalts im Gehirn vor, ist der Pilz Cordyceps hilfreich. Er wirkt regulierend auf den Hormonhaushalt ein, gleicht so die Psyche aus und kann Depressionen lindern.

Andere Ursachen

Als weitere mögliche Ursachen, die mit einer Fibromyalgie Erkrankung in Verbindung gebracht werden, gelten Amalgambelastungen, genetische Disposition und L-Carnitin-Mangel. Es besteht auch ein Zusammenhang zwischen IgG-Nahrungsentkörpersen und der Fibromyalgie.

Weitere Unterstützung durch Heilpilze

Da Allergien in direktem Zusammenhang mit einer dysbiotischen Darmflora stehen, sollte unbedingt eine Darmsanierung erfolgen. Der Heilpilz Pleurotus hilft, die gesunde Darmflora, die ja auch die zentrale Ausbildungsstätte des Immunsystems ist, wieder aufzubauen.

Liegt eine schwache oder eine aus der Balance geratene Immunlage vor, unterstützt zusätzlich der Agaricus Blazei Murrill (ABM) dank seiner hohen Konzentration an Betaglukanen das Gleichgewicht der immunologischen Aktivitäten.

Bei einem Reizdarmsyndrom, unter dem etwa 60 Prozent der Fibromyalgie-Erkrankten leiden, erweist sich der Hericium als äußerst hilfreich. Alles in allem spricht er den Magen-Darm-Trakt an und reguliert so die Ausscheidungen und die physiologischen Funktionen.

Die Polysaccharide des Polyporus wirken bei Lymphstauungen und Wassereinlagerung entwässernd. Und zwar, ohne dabei – wie etliche andere Entwässerungsmittel – das wertvolle Kalium auszuscheiden, das eine wichtige Funktion im Organismus einnimmt.

Therapieansätze

Das Fibromyalgie-Syndrom hat seine Ursache in biochemischen Störungen, die sowohl die körperlichen als auch die geistigen Funktionen erheblich stören und durch Stressereignisse (seelische oder körperliche Traumata) verstärkt oder ausgelöst werden. Therapien mit psychotherapeutischen Verfahren, Entspannungsübungen und physikalischen Maßnahmen haben leider ihre Grenzen. Meistens werden in der schulmedizinischen Therapie stimmungsaufhellende Psychopharmaka, Beruhigungsmittel, Muskelrelaxantien, opiathaltige Schmerzmittel, Antirheumatika und Corticoide verschrieben. Manchmal werden damit zwar spektakuläre Anfangserfolge erzielt, aber in der Regel kommt es zu keiner dauerhaften Wirkung. Darüber hinaus können durch die Dauermedikation mit Schmerzmitteln, Antidepressiva, Muskelrelaxantien und Antirheumatika unabsehbare Folgeschäden auftreten.

Es ist sinnvoll, ein ganzheitlich orientiertes Behandlungskonzept, das man als multimodale Therapie bezeichnen kann, zu erstellen. Wichtig sind Entspannungsübungen, Psychotherapie, physikalische Anwendungen, intensive Patientenschulungen zur Stress-

und Schmerzbewältigung und naturheilkundliche Verfahren. Dazu zählt auch die Mykotherapie, die mit einer Vielzahl von Heilpilzen die Behandlung der Fibromyalgie sinnvoll ergänzen kann.

Fazit

Zur Heilung ist es wichtig, Ordnung in Körper und Geist zu bringen sowie den Organismus zu entgiften und zu stärken. Heilpilze besitzen eine Vielfalt wissenschaftlich untersuchter Inhaltsstoffe, die den Körper unterstützen können, wieder in die Balance zu kommen. Auch für eine gute Versorgung mit Vitaminen der B-Gruppe und mit Aminosäuren, die für viele Abläufe im Organismus notwendig sind, ist durch die Gabe von medizinisch wirksamen Pilzen gesorgt. So können die Heilpilze erheblich zum Wohlbefinden der Fibromyalgie-Betroffenen beitragen. ■



Kontakt:

Cathrin Spuck
Heilpraktikerin

Wernher-von-Braun-Str. 2 – 4
D-63694 Limeshain
Tel.: 06047-988530
Fax: 06047-988533
www.heilenmitpilzen.de

Cathrin Spuck arbeitet im MykoTroph-Institut für Ernährungs- und Pilzheilkunde in Limeshain-Rommelhausen seit dessen Gründung als wissenschaftliche Beraterin. Die ausgebildete Heilpraktikerin beschäftigt sich seit einigen Jahren mit alternativen Therapien auf Basis fernöstlicher Medizin.

Sie war in der Ayurveda-Klinik Bad Nauheim tätig und absolvierte u. a. eine zweijährige Ausbildung in Traditioneller Indischer Medizin am Mahindra-Institut sowie eine dreijährige Akupunktur-Ausbildung.

Quellen:

- Pall, Dr. Martin: "Explaining Unexplained Illnesses: Disease Paradigm for Chronic Fatigue Syndrome, Multiple Chemical Sensitivity, Fibromyalgia, Post-Traumatic Stress Disorder, and Gulf War Syndrome"; Informa Healthcare; 1. edition (April 23, 2007)
- Detlev Ganten und Klaus Ruckpaul (Hrsg.): „Handbuch der Molekularen Medizin, Bd.4 : Immunsystem und Infektiologie“; Springer Verlag, 1999
- Leon Chaitow: „MuskelEnergieTechniken in der Osteopathie und manuellen Medizin“; Karl F. Haug Verlag, 2004
- Jong-Min Lee, Hoonjeong Kwon, Hoon Jeong, June Woo Lee, Seung Yong Lee, Seong Jin Baek, Young-Joon Surh: „Inhibition of lipid peroxidation and oxidative DNA damage by Ganoderma lucidum“; Phytotherapy Research, Volume 15 Issue 3, Pages 245-249; May 2001
- Lai KN, Chan LY, Tang SC, Leung JC, Department of Medicine, University of Hong Kong, Queen Mary Hospital, 102 Pokfulam Road, Hong Kong. knlai@hkucc.hku.hk: "Ganoderma extract prevents albumin-induced oxidative damage and chemokines synthesis in cultured human proximal tubular epithelial cells".
- http://immunendokrinologie.de/html/fibromyalgie_und_reflexdystrop.html
- <http://www.dgm.org/files/neuro32.pdf>
- www.umweltmedizin.de