

Funktionen des Darms

Immunorgan

Der Darm beherbergt etwa 400 verschiedene Bakterienarten, die in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen sollten. Der Kontakt dieser "Darmflora" mit der Darmschleimhaut bzw. den dort befindlichen "M-Zellen" steuert unser Abwehrsystem. Immunsystemforscher gehen davon aus, dass 60 bis 70 Prozent unserer Abwehrzellen in den Immunorganen des Darms gebildet werden, bevor sie ins Blut gelangen und sich im Körper verteilen. Ein Ungleichgewicht dieser Bakterienarten untereinander hat verschiedene Auswirkungen:

- Das Training des Immunsystems lässt nach.
- Die örtliche Abwehr gegenüber eindringenden Keimen (Hefepilze oder krankmachende Bakterien) verschlechtert sich.
- Durch die nachlassende örtliche Abwehr wird der Infektion durch *Candida albicans* das Tor geöffnet. Dieser Hefepilz kann zunächst völlig harmlos sein, er kann jedoch unter verschiedenen Belastungen und Voraussetzungen rasch eine erhebliche krankmachende Wirkung entfalten.
- Durch veränderte Verdauung des Speisebreis entstehen Fäulnis- und Gärungsvorgänge mit Bildung einer Vielzahl von Stoffen, die wir nicht in unserem Körper haben möchten. Diese sind teilweise stark leberbelastend (Fuselalkohole) oder schädigen unser Gehirn (Fäulnisprodukte).

Entgiftungsorgan

Neben der Verdauung (Aufschließung der Nahrungsbestandteile) obliegt dem Darm auch die Entgiftung des Körpers (neben Haut und Nieren). Vorgesaltet ist dabei die Arbeit der Leber. Wenn Darmschleimhaut und Darmflora geschädigt sind, werden über die Leber ausgeschiedene Gifte wieder in den Körper aufgenommen. Für eine Reihe von Stoffen ist dies auch beim gesunden Darm der Fall. Man bezeichnet dies als den enterohepatischen Kreislauf. Dieser dient dazu, verschiedene für die Entgiftung notwendige Stoffe mehrfach verwenden zu können (z.B. die Gallensäuren). Bei einer Störung des Darms kommt es sehr rasch zu einer nachlassenden Entgiftung des Körpers. Dies führt zu einer Verschlackung des Körpers und fördert die Entstehung vieler Krankheitsbilder, die man auf den ersten Blick nicht mit dem Darm in Verbindung bringen würde. Im Abschnitt "Colon-Hydro-Therapie" dieser Ausführungen sind einige der in Frage kommenden Krankheitsbilder aufgelistet.

„Vergiftungsorgan Darm“

Beim gestörten Darm werden viele verschiedene schädliche Substanzen gebildet und in den Körper aufgenommen. Fäulnis entsteht, wenn Eiweiß nicht ordnungsgemäß verdaut werden kann. Die dabei gebildeten Stoffe sind stark belastend für Leber und Gehirn. Bei der Gärung wird Zucker zu verschiedenen Alkoholen und Kohlendioxid abgebaut. Die stark giftigen Fuselalkohole belasten die Entgiftungsfähigkeit der Leber, das Gas ist für den Blähbauch verantwortlich. Leicht erhöhte Leberwerte, für die sonst keinerlei Ursache zu finden ist, können durchaus auch im Rahmen einer ständigen Gärung z.B. bei einem starken Hefepilzbefall vorkommen.

Darmbakterien

Darmbakterien sind für die Verdauung und die Steuerung unseres Abwehrsystems außerordentlich wichtig. Ihr Kontakt mit speziellen Bereichen der Darmschleimhaut führt zu einem Training unserer Abwehrzellen (weiße Blutkörperchen). Immunologen (Abwehrforscher) gehen davon aus, dass etwa 60 bis 70 % unserer Abwehrzellen in den Darm-Immunorganen gebildet und auch auf ihre Aufgaben im Körper vorbereitet werden.

Für ein ordnungsgemäßes Training der Immunabwehr ist das Verhältnis der etwa 400 verschiedenen Bakterienarten untereinander bedeutsam. Im Dünndarm und Dickdarm herrschen unterschiedliche Bakterienarten vor: z.B: milchsäurebildende Bakterien im Dünndarm, Coli-Bakterien im Dickdarm

Das Gleichgewicht der "Darmflora" ist störanfällig und wird unter anderem beeinträchtigt durch:

- Behandlung mit Penizillin und Antibiotika
- Schwermetalle (insbesondere Amalgam, siehe entsprechende Web-Seite)
- Formaldehyd, Lösungsmittel u.a. Gifte
- Nikotin- und Alkoholmissbrauch
- Stress und psychische Überlastung
- Elektrosmogbelastung
- Fehlernährung mit zuviel Zucker und konservierter Nahrung
- Zuckerkrankheit

Wegen seiner großen Bedeutung für das Immunsystem zeigt eine Behandlung allergischer Erkrankungen ohne Berücksichtigung des gestörten Darms langfristig keine Erfolge. Der Aufbau der Darmflora ist gleichzeitig Immunmodulation und verbessert die örtliche und die allgemeine Abwehrlage. Er ist daher auch bei Infektanfälligkeit und verschiedenen anderen chronischen Erkrankungen ein "Muss" im Rahmen einer ganzheitlichen Behandlung. Um die Darmflora aufzubauen, ist neben einer ausgewogenen, zuckerarmen Ernährung auch die Gabe von Präparaten möglich, die lebensfähige oder abgetötete Darmbakterien oder Spaltprodukte davon enthalten. Ein solcher Darmflora-Aufbau ist naturgemäß eine langwierige Angelegenheit.

Hefepilze im Darm

Bezüglich der Hefepilzkrankungen (überwiegend *Candida albicans*) besteht eine tiefgreifende Meinungsverschiedenheit innerhalb der Wissenschaft. Einig ist man sich zwar bei der Bedeutung von *Candida*-Erkrankungen bei Patienten mit schwerer Schädigung des Abwehrsystems (z. B. AIDS-Patienten, Krebspatienten, Patienten mit Transplantationen), oftmals angezweifelt wird jedoch eine *Candida*-Infektion beim Patienten in der täglichen Praxis.

Die dem Thema Hefepilze offen gegenüberstehenden Ärzte, ziehen die Möglichkeit einer Pilzkrankung als Ursache der vielfältigen, oft anderweitig nicht erklärbaren Symptome und Beschwerden in Betracht und finden sehr häufig einen Befall des Darmes mit *Candida*-Arten. In die diagnostischen Überlegungen sind natürlich auch andere mögliche Ursachen mit einzubeziehen, um solche nicht zu übersehen.

Mögliche Beschwerdebilder

Ebenso kontrovers wie die Häufigkeit des Krankheitsbildes werden auch die damit verbundene Beschwerdebilder diskutiert. Die im folgenden aufgeführten Symptome können - müssen aber nicht- auf eine Hefepilzkrankung zurückgeführt werden.

- Völlegefühl, Blähungen, Verstopfung, Durchfall, Sodbrennen, wechselnde Stuhlbeschaffenheit
Bauchschmerzen, Jucken oder Ausschlag am Darmausgang, Mundgeruch
- Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, Depressionen, Stimmungsschwankungen,
Schlafstörungen
- Heißhunger auf Süßes oder Obst, Muskelzittern, Schwindelanfälle, Schweißausbrüche
- Übergewicht trotz vieler Diäten
- Schlafstörungen, Untergewicht und Gedeihstörung von Kleinkindern und Säuglingen,
dauerndes Erbrechen von Säuglingen
- Chronischer Schnupfen, gehäufte Mittelohrentzündungen
- Gelenksbeschwerden, auch vermehrte Schmerzen in abgenutzten Gelenken! Undefinierbare
Muskelschmerzen
- Unreine oder trockene Haut, Pickel, stumpfe oder fettige Haare
- Wiederholt auftretende Scheidenpilzinfektionen und Blasenentzündungen der Frau
- Erhöhung der Leberwerte, wie bei erhöhtem Alkoholgenuss
- Entwicklung eines Eisenmangels
- Hautausschläge, Nesselsucht, sonstige allergische Reaktionen,
Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Verschlechterung von Neurodermitis, Asthma, Schuppenflechte u.a.

Behandlung

Wenn durch entsprechende Untersuchungen eine Hefepilzinfektion des Darms als (Mit-)Ursache eines Beschwerdebildes einigermaßen dingfest gemacht wurde, so ist eine Behandlung sinnvoll und notwendig. Dabei sind folgende Punkte zu beachten:

- Pilzabtötende Behandlung
- Ernährungsumstellung
- Aufbau der Darmflora (siehe entsprechende Seite in diesem Web)
- Aufbau des Immunsystems, u.a. durch Vitamine (siehe entsprechende Seite in diesem Web)
- Mitbehandlung von Kontaktpersonen im engeren Umfeld

All diese Maßnahmen müssen ineinander greifen, um dauerhaft wirksam werden zu können. Die Behandlung erfordert Zeit, Geduld und auch ein gewisses Maß an Disziplin.

Pilzabtötung

Häufig steht am Beginn der Behandlung einer Hefepilzerkrankung des Darms die Abtötung der Candida-Hefen mit einem pilztötenden Medikament. Der Klassiker unter den in Frage kommenden Präparaten ist Nystatin. Es wirkt ausschließlich am Ort der Anwendung, kann also keine Nebenwirkungen auf den Körper hervorrufen. Dies unterscheidet es ganz klar von anderen Stoffen, die in den Körper aufgenommen werden (sog. systemische Antimykotika). Solche sind bei einer Candida-Infektion des Darms nur in Ausnahmefällen sinnvoll.

Die Anwendung von Nystatin muss zwingend in der Mundhöhle als Flüssigkeit zum Spülen und Schlucken, aber auch zum Bürsten der Zähne und zum Behandeln von Zahnprothesen beginnen, um ein erneutes Aufflackern der Erkrankung aus diesem Bereich heraus möglichst zu verhindern. In Form von Dragees wird es dann zur Behandlung des Darmbefalls eingesetzt. Bewährt hat sich eine stufenweise Dosissteigerung, um anfängliche Immunreaktionen, ausgelöst durch Zerfallsprodukte der abgetöteten Candida-Hefen zu vermeiden.

Eine solche Behandlung kann unterschiedlich lang notwendig sein, 3 Wochen reichen häufig aus, gelegentlich ist jedoch auch eine längere Einnahme von Nystatin notwendig. Andere Darreichungsformen von Nystatin sind Salben, Vaginaltabletten etc.

Ernährung

Hefepilze leben überwiegend von rasch verfügbaren Kohlenhydraten, wie sie typischerweise in Zucker und Weißmehlprodukten enthalten sind. Der Begriff "Anti-Pilzdiät" ist sicherlich missverständlich: die so bezeichnete - und häufig zu streng gehandhabte - Ernährungsumstellung ist keinesfalls in der Lage, Pilze abzutöten. Sie ist ausschließlich eine unterstützende Maßnahme. Als Bewusstmachung grundsätzlicher Ernährungsfehler ist sie für den Patienten jedoch unverzichtbar.

Zu meiden sind

- Zucker in seinen vielfältigen Formen
- Weißmehlprodukte
- Süße Obstsorten (nur ganz zu Beginn der Behandlung)

Zu bevorzugen sind frische Lebensmittel mit hohem Anteil an Ballaststoffen

Aufbau der Darmflora

Wesentlich für den langfristigen Behandlungserfolg ist der Aufbau und die Stabilisierung des Darmbakteriengleichgewichts. Dazu eignen sich:

- Einnahme von Medikamenten mit lebensfähigen oder abgetöteten Darmbakterien oder Spaltprodukten davon.
- Konsequente Zufuhr von "probiotisch" angereicherten Joghurts, u.a. auch mit Oligofruktose und/oder Inulin

Diese Form der Behandlung muss über viele Monate hinweg durchgeführt werden. Wesentlich ist, die Darmflora so gut zu stabilisieren, dass die mit der Nahrung oder über andere Wege immer wieder aufgenommenen Candida-Hefen keine Chance haben, sich erneut im Darm festzusetzen. ("Nicht jeder ausgeschiedene Hefepilz bedeutet eine Krankheit")

Colon-Hydro-Therapie

Die Colon-Hydro-Therapie ist eine aus Amerika kommende, schonende und dabei sehr gründliche Spülung und Reinigung des Dickdarms (Colon). Im Gegensatz zu einem Einlauf wird dabei kein Druck aufgebaut, so dass die Behandlung in der Regel als angenehm und keineswegs schmerzhaft empfunden wird. Durch entsprechende Technik sind auch Geruchs- oder sonstige Belästigungen auszuschließen. Es wird gefiltertes Wasser in verschiedenen Temperaturstufen ohne Druck in den Dickdarm eingebracht, das auch sofort wieder ablaufen kann. Der Patient muss also diese Spülflüssigkeit nicht halten, wie man das bei einem Einlauf kennt.

Der Tod sitzt im Darm! Mit dieser alten Weisheit soll ausgedrückt werden, dass ein gesunder Darm die Grundlage für einen gesunden Körper bildet. Um dies zu verstehen, muss man sich die vielfältigen Aufgaben des Darms vor Augen halten:

- Größtes Immunorgan unseres Körpers: von den in den Darmwänden lokalisierten Immunorganen werden etwa 70 Prozent unseres gesamten Abwehrsystems gesteuert.
- Entgiftung: der Darm ist das wichtigste Entgiftungsorgan unseres Körpers für die Ausscheidung von nicht verwertbaren und insbesondere giftigen Stoffen. Durch vielfältige Störungen wird aus diesem Entgiftungsorgan häufig ein Vergiftungsorgan, da sich durch Eiweißzerfall (Fäulnis) und Gärungsvorgänge hochgiftige Stoffe bilden, die nicht nur unsere Leber schädigen und belasten, sondern auch unser Gehirn umnebeln.
- Aufnahme von Nährstoffen: auch diese Aufgabe ist im Rahmen eines nicht voll funktionsfähigen Darms nicht mehr gewährleistet.

Nicht zuletzt unsere Ernährung, die überwiegend aus raffinierten, chemisch bearbeiteten Lebensmitteln besteht, zu reich an Fetten und zu arm an Ballaststoffen ist, trägt dazu bei, die Darmprobleme zu vergrößern. Die Colon-Hydro-Therapie entfernt angesammelten und in den Ein- und Ausbuchtungen des Dickdarms hängen gebliebenen Darminhalt. Durch Entfernen von Schleim, Darmgasen, Parasiten und abgestorbenen Zellbestandteilen wird auch eine verbesserte Beweglichkeit des Dickdarms erzielt. Dieser natürliche Säuberungsprozess bewirkt, dass Beschwerden, die direkt oder indirekt mit dem Nichtfunktionieren des Darms zusammenhängen, beseitigt werden.

Wann ist die Colon-Hydro-Therapie sinnvoll ?

- Im Rahmen einer Pilzbehandlung
- Chronische Verstopfung
- Reizdarmsyndrom
- Allergien: Hauterscheinungen, Atemwegserkrankungen
- Migräne
- Schlafstörungen
- Entlastende Behandlung bei schweren Erkrankungen (auch bei Tumorerkrankungen)
- Leber- und Nieren-Erkrankungen
- Vor, während und nach einer Fastenkur, einschließlich des Heilfastens

Literaturempfehlungen

- Dörfler: Hefepilze im Körper
- Dörfler: Neue Lebenskraft durch Bioresonanz.
- Dörfler: Hilfe, Allergie! Allergiebehandlung konkret
- Dörfler/Dörfler: Ratgeber der gesunden Ernährung

Haftungsausschluss:

Wenn Behandlungsmaßnahmen – insbesondere schulmedizinisch nicht anerkannte Verfahren - erwähnt werden, so stellt dies keine Beratung im Sinne eines Arzt-Patienten-Verhältnisses dar. Die Eignung bestimmter Therapieformen für den Leser und seine Beschwerden muss im Einzelfall immer durch einen Fachmann geprüft werden.