

Tatort Darm



„Der Schlüssel zur Gesundheit liegt im Darm!“

Ein bekannter Spruch, der vielleicht in dieser Ausschließlichkeit überzogen erscheint, ein Kern Wahrheit steckt aber ganz sicher darin. Wenn wir uns Gedanken machen wollen über unseren Darm, so können wir sofort erkennen, wie vielschichtig dieses Organ sowohl in seiner anatomischen Ausprägung, als auch in seiner Funktion ist.

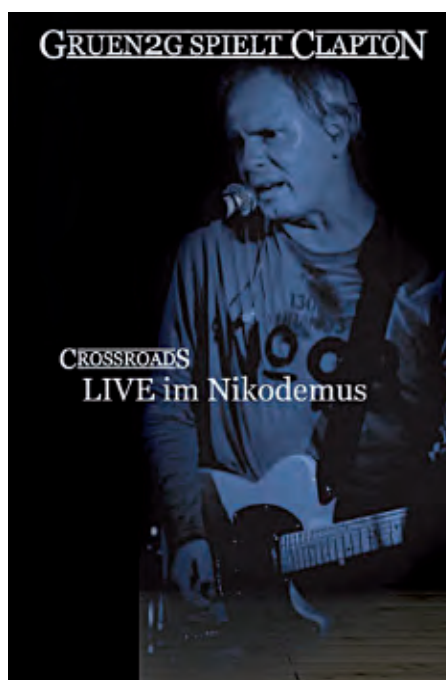
Der Speisebrei, der über Mund und Speiseröhre in unseren Magen gelangt und dort vorverdaut wird, gelangt in flüssig-breiiger Form in den Dünndarm, und zwar zuerst in den Zwölffingerdarm (Duodenum), wo die wichtigen enzymhaltigen Verdauungssäfte der Bauchspeicheldrüse und Galleflüssigkeit beigemischt werden. Also die notwendigen Ingredienzien, um unsere Nahrung auch wirklich in immer kleinere Bestandteile aufzuspalten und so die eigentliche Aufnahme von Nährstoffen in den langen Dünndarmschlingen des Jejunum und Ileum zu ermöglichen. Was nicht aufgenommen werden kann, geht weiter in den Dickdarm, wo in erster Linie Wasser und Salze rückresorbiert werden, wodurch der Stuhl eingedickt wird und somit zur Ausscheidung gelangen kann.

So weit, so gut! Wenn alles passt, wir uns in bester körperlicher und psychischer Verfassung befinden und unser Energiefluss optimal harmonisiert ab-

läuft, erfreuen wir uns bester Gesundheit. Wir wissen aber, dass Darmerkrankungen der verschiedensten Arten immer häufiger werden und das Leben der Betroffenen massiv beeinträchtigen können.

Darmflora

Ein besonderes Merkmal, sowohl des Dünndarms, ganz besonders aber auch des Dickdarms, ist die Tatsache, dass der Darm Lebensraum für Milliarden von einfachen Lebewesen - Bakterien und Pilzen – bietet, mit denen wir in Symbiose leben. Diese Lebewesen sind nicht unsere Feinde, sondern sie ermöglichen erst den für uns so wichtigen Vorgang der Verdauung. Problematisch wird es erst, wenn dieses fein ausgewogene System aus den Fugen gerät. Wenn die Darmflora durch ungemäße Ernährung, aber natürlich auch ganz vorrangig durch die Einnahme von Antibiotika und anderer Chemiepräparate in ihrer Zusammensetzung gestört wird. Vor allem, wenn Antibiotika die physiologischen Bakterienkulturen angreifen, finden Pilze Platz im Übermaß um zu wachsen und können uns ab einem gewissen Ausmaß natürlich krank machen.



Erfolgreich als Arzt und Musiker



Dr. Wolfgang Grünzweig

Kontakt:

Dr. med. univ. Wolfgang Grünzweig
Ganzheitsmedizin
Karl Kurzgasse 3-5/14
A – 3002 Purkersdorf
Tel & Fax +43/2231/66919
E-mail: mail@gruenzweig.co.at
www.gruenzweig.co.at

Multifunktional

Wie gesagt, erfüllt unser Darm verschiedene Funktionen, darunter die Aufnahme und Verwertung von Nahrung und die Rückresorption von Wasser und Salzen. Ganz besonders stellt aber natürlich der Dickdarm, gemeinsam mit der Niere, unser wichtigstes Entgiftungsorgan dar. Hier geht es also um die Ausleitung ausscheidungspflichtiger Substanzen aus unserem Körper. Wie sicher jeder nachvollziehen kann, liegt gerade darin eine der Hauptbedeutungen des Dickdarms. Wenn die Funktion desselben gestört ist, sein Bakterienmilieu zusehends aus dem Lot gerät, büßt er in entsprechendem Maße seine Fähigkeit zur Entgiftung ein. Was nichts anders bedeutet, als dass Giftstoffe zurückbleiben, die die Darmwand weiter irritieren und schwächen. Und letztendlich können diese Giftstoffe sogar zum Teil wieder in den Körper zurückgelangen. Die Folgen für unsere Gesundheit sind beträchtlich und wir tun gut daran, unseren Darm gut zu behandeln und beim Auftreten entsprechender Symptome wie Blähungen, Verstopfung oder Durchfällen fachlich kompetente Beratung zu suchen. Es geht meist auch um die Sanierung der Darmflora, um langfristig schweren entzündlichen (verschiedenen Formen von Colitis), aber auch degenerativen Erkrankungen wie Karzinomen vorzubeugen. Unbestritten ist natürlich, dass bei Entwicklung schwerer Darmstörun-



gen eine umfassende medizinische Diagnostik und Therapie notwendig ist, sowohl im schulmedizinischen, wie auch im ganzheitsmedizinischen Spektrum!

Darm und Immunsystem

Vielen werden auch die Zusammenhänge zwischen Darm und Immunsystem bekannt sein. Hier spielt ganz besonders der Dünndarm eine besondere Rolle. Er schützt uns durch darmeigene Immunglobuline vor möglichen Infektionen. Dieses darmeigene Immunsystem entwickelt sich von Kindes-tagen an und ist im Laufe eines Lebens Schwankungen unterworfen. Eine spezielle Form immunologischer Störung stellt die Entwicklung von Allergien dar. Die dem Allergiegeschehen zugrunde liegenden ursächlichen Veränderungen können vielfältig sein und sind nicht Gegenstand dieses Artikels. Die Auswirkungen im Darmbereich sind jedenfalls beträchtlich und wirklich häufig! Gerade alle Formen von Lebensmittel-unverträglichkeiten zeigen sich gerne und sehr primär als Darmsymptome! Es zahlt sich aus, diese Mechanismen mit ganzheitsmedizinischen Methoden der Diagnostik und Therapie anzugehen.

Darm und Psyche

Es ist sicherlich auch schon weitestgehend vielen Menschen bewusst, dass der Darm und seine Störungen in enger Verflechtung mit psychisch wirksamen

Konflikten und Themen zu sehen sind. Ein Phänomen, das als Psychosomatik bekannt ist. Dennoch war die Psychosomatik bislang ein mehr oder minder unbeschriebenes Blatt und ließ nur schwer klare Zusammenhänge erkennen. Ganzheitsmedizin und das Miteinander großer alternativer Systeme, wie der chinesischen Fünf - Elementenlehre, ermöglichen nun aber viel klarere Blicke in die Tiefe. Wir wissen, wie Lunge, Dickdarm und Haut als Element Metall mit alle Entsprechungen, oder Dünndarm und Herz als Element Feuer zusammenhängen. Aus meiner Sicht ergibt sich erst durch Miteinbeziehungen der umfassenden Verbindungen der einzelnen Elemente die Möglichkeit, tiefgreifend psychosomatisch zu behandeln!

Es geht um so viel und doch so wenig!

Die hier angedeuteten Aspekte zum Thema „Tatort Darm“ können auf Grund der Fülle von Zusammenhängen nur unvollständig sein. Es gibt so vieles, was man schreiben könnte, und Generationen von Autoren haben umfassende Bücher zum Thema verfasst. Und dennoch reduziert sich letztlich alles wieder auf einige wenige Punkte, um die es ja immer wieder geht. Achten wir auf uns und unsere Umwelt! Gehen wir behutsam mit Mensch, Tier und Pflanze um. Je achtsamer wir mit Menschen

agieren, umso mehr positives Feedback wird sich im Leben einstellen. Ausgeglichenheit, Glück und Gesundheit bedeuten immer auch gutes Funktionieren in allen unseren Ebenen. In Körper, Geist und Energiekörper!

Leben wir mit unserer Umwelt in Symbiose!

Ist unsere Umwelt intakt, so wird unsere Nahrung uns Kraft und Energie geben und nicht Schaden zufügen. Genauso, wie die Bakterien in unserem Darm mit uns in Symbiose leben, leben wir mit unserer Umwelt, mit unserer Erde in Symbiose. Ich möchte an dieser Stelle nicht auf die derzeit in allen Ebenen spürbaren Entgleisungen des Biosystems Erde eingehen - die Medien sind voll mit diesbezüglichen Horrormeldungen – aber erlauben Sie mir, Ihre Gedanken vielleicht wieder einmal in die Richtung zu lenken, dass jeder Mensch wohl das unbedingte Recht hat, sich entsprechend seiner Fähigkeiten und Möglichkeiten voll zu entfalten, zu wachsen und sich zu entwickeln. Dass aber auch jeder die Pflicht hat, sich um sich selbst, seine Mitmenschen, seine Umwelt, um Mensch, Tier und Pflanze zu kümmern und daran zu arbeiten, dass diese Erde, auf der wir alle leben, ein guter Platz ist! Meinem Verständnis nach liegt darin die eigentliche Bedeutung des Wortes Gesundheitsvorsorge!

Die passende Lösung für jeden Hustentyp.



WICK HUSTENSTILLER- SIRUP

Befreit schnell und
langanhaltend von
Reizhusten und
beruhigt den Hals



WICK HUSTENLÖSER- SIRUP

Löst rasch den
Schleim und
erleichtert das
Abhusten

WICK Formel 44 plus Hustenstiller-Sirup Wirkstoff: Dextromethorphanhydrobromid Symptomatische Behandlung von trockenem Reizhusten (ohne Schleimbildung), z. B. bei Erkältung, grippalen Infekten sowie Raucherhusten. Über Wirkungen und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. WICK Formel 44 plus Hustenlöser-Sirup Wirkstoff: Guaifenesin Bei allen Hustenformen mit feststehendem, zähem Schleim im Hals- und Bronchialbereich. Zur unterstützenden Behandlung von Katarrhen der Atemwege. Über Wirkungen und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

