

Kritischer Blick auf das Thema Unverträglichkeiten

Ein Kommentar | *Michael Petersen*

In den letzten Jahrzehnten sind Nahrungsmittelunverträglichkeiten zu einem großen Thema im Gesundheitswesen geworden. Ob Glutensensitivität, Laktose- und Fruktoseintoleranz oder Allergien, wie beispielsweise gegenüber Eiweiß – die Kritiker fragen sich: Wie kann es sein, dass Lebensmittel, die so lange Zeit die Menschheit ernähren, heute krank machen? Schnell geraten die heutigen Umweltbelastungen in Verdacht. Ein sicherlich nicht zu unterschätzender Faktor, wie wir noch sehen werden. Doch kann man es dann als krank bezeichnen, wenn sich ein Organismus dagegen wehrt oder wäre das nicht eher als eine gesunde Abwehrreaktion einzustufen? Es wäre schön, wenn es so einfach wäre. Die Sache ist weit komplexer, wie Ganzheitsmediziner aus Erfahrung wissen. Und ein kritischer Blick in die wissenschaftliche Diskussion zeigt Ansätze, woran es liegt, aber auch woran es hakt.

Wie sensibel das Thema Nahrungsmittelunverträglichkeiten ist, zeigen die Erkenntnisse der Universität Hohenheim: Menschen mit entsprechenden Unverträglichkeiten suchen nach Lebensmitteln, die frei von den gefürchteten Allergenen sind. Man nennt sie „Frei von“-Lebensmittel. Das Bewusstsein der Öffentlichkeit für Nahrungsmittelunverträglichkeiten scheint so groß zu sein, dass diese „Frei von“-Lebensmittel zu einem richtigen Modetrend geworden sind.

Viele meinen, sie ernähren sich besonders gesund, wenn sie zu diesen Lebensmitteln greifen. Nur bei rund zwei bis fünf Prozent der deutschen Bevölkerung sei eine Allergie gegenüber bestimmten Nahrungsmitteln, wie beispielsweise Glutenunverträglichkeit, nachzuweisen. Es birgt Gefahren, wenn wir auf solche wertvollen Nährstoffe und deren gesundheitlichen Nutzen verzichten, wenn es dazu keinen medizinischen Grund gibt [1].

Die Experten unterstreichen damit nicht nur, wie wichtig die natürlichen Bestandteile sind, sondern lassen auch den Schluss zu, dass wir die wahren Ursachen von Unverträglichkeiten und Allergien woanders suchen müssen, als im Allergen selbst.

Genetische Disposition von großer Bedeutung

Hinweise darauf gibt beispielsweise die Stiftung Kindergesundheit. Dort wird von Gluten als Auslöser – nicht als Ursache –

„Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind keine ausschließlich moderne und nur auf heutige Umweltbelastungen zurückzuführenden Erscheinungsform [3], sondern ein Beschwerdebild, das sich wohl schon sehr lange über viele Generationen fortsetzt.“

chronischer Autoimmunerkrankungen gesprochen. Hintergrund sei eine Überreaktion des Immunsystems aufgrund bestimmter erblicher Veranlagungen und hinzutretenden Umweltfaktoren [2]. Ein Zusammenhang, der auch von Ganzheitsmedizinern so gesehen wird, als unmittelbare Verkettung von Ursache und Wirkung. Die Bedeutung der genetischen Disposition lässt sich auch am Beispiel des Ötzi nachvollziehen, jenes berühmten 5.000 Jahre alten Mannes aus dem Eis, dessen Genom die Forscher inzwischen entschlüsselt haben. Sie fanden Hinweise auf eine Laktoseunverträglichkeit, die die Annahme unterstützt, dass zu Ötzi Zeiten die Laktoseintoleranz weit verbreitet war, trotz der damals überwiegenden bäuerlichen Lebensweise. [3]

Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind also keine ausschließlich moderne und nur auf heutige Umweltbelastungen zurückzuführenden Erscheinungsform, sondern ein Beschwerdebild, das sich wohl schon sehr lange über viele Generationen fortsetzt.

Immunreaktion unter Verdacht

Wie bedeutungsvoll ganz normale immunologische Reaktionen bei der Entwicklung von Nahrungsmittelunverträglichkeiten sein können, zeigte das Luxembourg Institute of Health auf. Kommt es nach einem Zeckenbiss zu sehr starken Entzündungsreaktionen, erhöht sich das Risiko beispiels-

weise für eine Nahrungsmittelunverträglichkeit. Die Betroffenen können dann sogar eine sonst eher seltene Allergie gegen Fleisch ausbilden [4].

Die Betonung liegt auf „sehr starke Entzündungsreaktion“, was auf eine latente Über-

forderung des Immunsystems hindeutet. Daraus kann sich eine Überempfindlichkeit gegenüber Bestandteilen unserer Nahrungsmittel ausbilden, ähnlich wie bei Allergien.

Den Stoffwechsel im Visier

Spannend sind die Erkenntnisse der Forschungsgruppe Diabetes der Technischen Universität München, wonach Menschen mit Typ 1 Diabetes oft auch eine genetische Prädisposition für eine Glutenunverträglichkeit haben [5]. Damit wird nicht nur die Bedeutung der genetischen Veranlagung unterstrichen, sondern auch ein Zusammenhang zu Stoffwechselstörungen aufgezeigt. Ein Zusammenhang, der von Ganzheitsmedizinern häufig beobachtet wird. Beispielsweise finden Energiemediziner bei Menschen mit Unverträglichkeiten oft Hinweise auf das System Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse, wie Fallbeispiele der Bioresonanz nach Paul Schmidt zeigen (Fallbeispiele zu Störungen des Verdauungssystems [6]).

Umwelteinflüsse von Gewicht

Neben der genetischen Disposition und Störungen in den körpereigenen Regulationssystemen müssen selbstverständlich die Umwelteinflüsse beachtet werden. Ob Asthma, Neurodermitis oder eben Nah-

rungsmittelunverträglichkeiten – Umweltfaktoren, wie beispielsweise Feinstaub, haben dabei eine besondere Bedeutung [7]. Dazu gehört zum Beispiel bei der Glutenunverträglichkeit der Weizen selbst. Wissenschaftler gehen davon aus, dass die unter modernen Anbaumethoden veränderte Proteinzusammensetzung im Weizen ein höheres immunstimulatorisches Potenzial hat und die körpereigene Immunabwehr anregt [8]. Aber auch ganz natürliche Giftstoffe aus Bakterien und Schimmelpilzen können bei entsprechend disponierten Menschen ihren Beitrag zu Unverträglichkeiten leisten [9].

Fazit

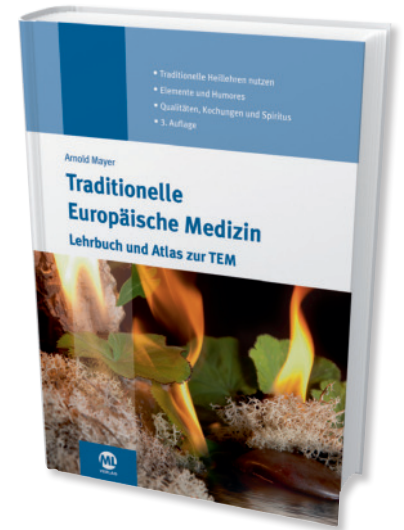
Der kleine Überblick zeigt eindrucksvoll, wie facettenreich die möglichen Ursachen

von Nahrungsmittelunverträglichkeiten der verschiedensten Arten sind. Ganzheitsmediziner gehen sogar davon aus, dass nahezu alle Störungen in den körpereigenen Regulationsystemen zu Fehl- und Überempfindlichkeitsreaktionen gegenüber unserer Nahrung beitragen können. Heraus kommen dann fehlgeleitete Reaktionen, sei es in Form der Allergie oder als Unverträglichkeit.

Neben den vielen Möglichkeiten zur Feststellung von Unverträglichkeiten und den zahlreichen begrüßenswerten Therapieoptionen, um diesen zu begegnen, kann nur geraten werden, die ganzheitlichen Ursachenzusammenhänge mit weit geöffnetem Blick in alle Richtungen zu ermitteln und zu regulieren. Eine wohl unabdingbare Voraussetzung, um bei solchen Beschwerdebildern nachhaltige Erfolge zu erzielen. ■

Keywords: *Nahrungsmittelunverträglichkeit, Allergie, Glutensensitivität, Laktoseintoleranz, Fruktoseintoleranz, Zöliakie, Immunsystem, Stoffwechsel, Genetik, Forschung, Umweltmedizin, Kommentar*

Lehrbuch und Atlas zur TEM



Gesundheit und Krankheit hängen aus Perspektive der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM) von der Balance der vier Elemente Erde, Feuer, Luft und Wasser und der vier Humores (Säfte) ab. Ein Großteil unseres heutigen naturheilkundlichen Denkens basiert auf den Wurzeln der traditionellen europäischen Heillehren.

Ziel dieses grundlegenden Lehrbuches ist es, die aktuelle Relevanz der TEM aufzuzeigen und ihr Wissen für die erfolgreiche Anwendung in der modernen Naturheilpraxis zu erschließen.

Aus dem Inhalt

- ausführliche Beschreibung der Elemente und Humores
- philosophische Grundlagen
- Lehre der Qualitäten, Kochungen und Spiritus
- Beziehungen zur modernen Physiologie und Pathologie

Arnold Mayer

Traditionelle Europäische Medizin

3. Auflage 2018, Hardcover, 256 Seiten

ISBN 978-3-947566-69-3

49,95 Euro

Leseprobe unter www.ml-buchverlag.de

Unser Bestellservice



09221 / 949-389



kundenservice@mgo-fachverlage.de



www.ml-buchverlag.de



Michael Petersen

Michael Petersen ist Heilpraktiker und war über viele Jahre in einer großen Praxis tätig. Dabei lernte er das gesamte Spektrum der ganzheitlichen Medizin kennen. Sein Schwerpunkt lag in der Bioresonanztherapie.

Heute gibt er sein Wissen aus über 20 Jahren als Autor und Online-Redakteur zu Themen der ganzheitlichen Medizin sowie zu seinem Schwerpunktthema, Bioresonanz nach Paul Schmidt, weiter. Er ist Autor mehrerer Bücher (z. B. „Vom Schmerz zur Heilung“) sowie zahlreicher eReports.

Kontakt:

Michael Petersen
Redaktion mediportal-online
Ried 1e
88161 Lindenberg
info@mediportal-online.eu
www.mediportal-online.eu
www.bioresonanz-zukunft.de

Literaturhinweis

- [1] *Gefährlicher Modetrend: „Frei von“-Lebensmittel nur für wenige Menschen empfehlenswert, Universität Hohenheim, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news725612>*
- [2] *Zöliakie verstehen – ab jetzt ganz einfach!, Stiftung Kindergesundheit, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news705007>*
- [3] *Ötzi veranlagt zu Herz- und Kreislauferkrankungen – Erste Genomanalyse liegt vor, Europäische Akademie Bozen – European Academy Bozen/Bolzano, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news465221>*
- [4] *Wenn das Steak zur Gefahr wird, Luxembourg Institut of Health, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news708279>*
- [5] *Diabetes mellitus kommt selten allein: Begleiterkrankungen waren Symposiumsthema, Forschergruppe Diabetes der Technischen Universität München, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news565341>*
- [6] *Sammlung der Erfahrungsberichte zur Bioresonanz nach Paul Schmidt, Spurbuch-Verlag, Baunach 2018, ab Seite 180 ff.)*
- [7] *8. Deutscher Allergiekongress diskutiert Zusammenhang von Allergie und Umweltfaktoren, Deutsche Gesellschaft für Allergologie und Klinische Immunologie, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news546890>*
- [8] *Leibniz-Forschungsprojekt „WheatScan“ zur Aufklärung der Ursachen für Weizenunverträglichkeiten, Universitätsmedizin der Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news657102>*
- [9] *Unerwünschte Stoffe in Lebensmitteln – Nicht nur die Dosis macht das Gift, Gesellschaft Deutscher Chemiker e.V., Informationsdienst Wissenschaft (idw), <https://idw-online.de/de/news277020>*