

### **Begleitende Therapie „Darmregulation“**

#### **Annika de Buhr, Moderatorin:**

Eine Krebsbehandlung führt häufig zu schweren Schäden am Darm. Besonders eine Chemo- oder eine Strahlentherapie kann die lebenswichtige Darmflora zerstören und das beeinträchtigt unser Immunsystem und den Heilungsprozess. Eine Sanierung kann da helfen, eine Darmsanierung – und das nennt man wirklich so. Dabei wird die Darmflora reguliert, die Darmfunktion normalisiert und das stärkt die Abwehrkräfte.

#### **Sprecherin:**

Ingrid Kain unterzieht sich regelmäßig einer Chemotherapie. Siebzehn Jahre nach ihrer Brustamputation wegen Krebs, wurden Knochenmetastasen festgestellt und die gilt es zu bekämpfen. Durch die Therapie sind allerdings ihre Darmflora und das Immunsystem gestört.

#### **Ingrid Kain, Brustkrebs-Patientin:**

Ich hatte dann Durchfälle, Verstopfung, Krämpfe und die andern Beschwerden, die man dann hat bei der Chemotherapie wie Schweißausbrüche, bisschen Übelkeit und Kreislaufbeschwerden.

#### **Sprecherin:**

Der Darm übernimmt wichtige Aufgaben im Körper, insbesondere bei der Verdauung. Milliarden von Mikroorganismen, vor allem Bakterien, bilden die Darmflora. Sie bereiten unter anderen die Nahrung auf. Chemotherapeutische Medikamente können diese Bakterien jedoch töten. In der Veramed Klinik im bayerischen Brannenburg werden unerwünschte Nebenwirkungen während einer Krebsbehandlung wie etwa die Schädigung der Darmschleimhaut behandelt. Der ärztliche Direktor, Dr. Peter Holzhauer, setzt dabei auf die unterstützende Kraft der Naturheilkunde. Ziel ist es, den Darm möglichst schnell wieder zu regulieren.

#### **Dr. Peter Holzhauer, Veramed Klinik Branneburg:**

Geschädigt ist die erste Zellschicht, das sogenannte Zell Epithel, auf dem auch die Darmflora sitzt. Dieses ökologische System wird durch eine Chemotherapie oder Strahlentherapie geschädigt und verliert so seine Funktion. Sie müssen sich das als einen ökologischen Kampf vorstellen. Im Darmloben selber sind auch pathologische, also krank- machende Keime, die nicht in einer Symbiose mit dem Darm Epithel leben. In diesen ökologischen Nischen, die durch die Medikamente gerissen werden, verschwinden gesunde Bakterien und Kranke können eindringen. So kommt diese Störung zustande.

#### **Sprecherin:**

Grundsätzlich ist eine vollwertige Ernährung zu empfehlen. Auf den Speiseplan gehören vollwertige Produkte: Joghurt und so genanntes mildes, pektin-haltiges Obst. Zum Trinken eignet sich neben Wasser auch Kräutertee. Oliven- und Keim-Öl liefern Vitamine und die

zuckerhaltige Cola hilft Kalorien zuzuführen. Weniger geeignet sind schwerverdauliche Mehl-Produkte oder Fruchtsaft mit hohem Säuregehalt. Beim Obst sollen Patienten auf blähungsfördernde Birnen und Citrusfrüchte verzichten. Auch Süßigkeiten, Quarkspeisen, Koffein und Alkohol sind zu meiden. Ingrid Kain bekommt Besuch von Heide Koula-Jenik. Die Ernährungsberaterin misst unter anderem dem Fett-, Wasser- und Muskelanteil, um einen individuellen Ernährungsplan zusammen zu stellen.

**Heike Koula-Jenik, Ernährungsberaterin:**

Wie geht's denn mit dem Essen?

**Ingrid Kain, Krebspatientin:**

Ich habe wieder ein bisschen abgenommen, weil ich wieder Darmprobleme hatte.

**Heike Koula- Jenik, Ernährungsberaterin:**

Ja, sie essen ja sonst auch immer sehr gut. Vollwertkost, hatten wir ja auch schon besprochen mit viel Vollkorn, Früchten, Obst und Gemüse. Sie müssen im Moment noch ein bisschen vorsichtig damit sein, denn viele Ballaststoffe aus Getreide kann der Darm jetzt schwer verarbeiten. Gerade, wenn noch Durchfälle da sind. Denn der Darm ist noch geschädigt. Sie sollten noch ein bisschen vorsichtig sein.

**Sprecherin:**

Mit den Werten, die mit einer so genannten nichtinvasiven Methode an der Hautoberfläche gemessen werden, kann Heide Koula-Jenik Rückschlüsse auf die Körperzusammensetzung der Patienten ziehen. Erst dann wird ein Ernährungsplan erstellt.

**Heike Koula- Jenik, Ökotrophologin:**

Letztendlich müssen wir immer ein bisschen unterscheiden, wo der Weg hingeht. Geht er eher in eine Mangelernährung, dann müssen wir natürlich aufpassen, ein bisschen weg von der normalen gesunden Ernährung hin zu mehr Kalorien, damit die Patienten auch ausreichend Eiweiß bekommen und der Kalorienbedarf gedeckt ist. Dies geht zum Beispiel mit vielen kleinen Mahlzeiten, wenn der Appetit nicht so groß ist.

**Sprecherin:**

Neben einer individuell abgestimmten Ernährung erhält Ingrid Kain im Rahmen der mikrobiologischen Therapie noch Infusionen. Darin sind Bakterienextrakte enthalten. Diese helfen zusätzlich die Darmflora wieder ins Gleichgewicht zu bringen, damit die Bakterien ihre Arbeit zur Stärkung der Abwehrkräfte wieder aufnehmen können.

**Dr. Peter Holzauer, Veramed Klinik:**

Diese Darmregulation ist letztendlich ein langwieriger Prozess, eine Therapieform die sich über mehrere Wochen oder Monate, längere Zeit zieht. Sie erfordert sehr viel Geduld, es gibt da keine Wundermittel, die an einem bestimmten Zeitpunkt eingreifen.

**Sprecherin:**

Aber mit der richtigen Therapie wird letztlich fast jeder Darm wieder gesund und zusammen mit Gleichbetroffenen fällt dies noch ein Stückchen leichter.