



KLAUS-DIETRICH RUNOW

WENN GIFTE AUF DIE NERVEN GEHEN

Wie wir Gehirn und
Nervensystem durch
Entgiftung schützen
können

südwest

Wenn Gifte auf die Nerven gehen

Dieses Buch widme ich meinem Lehrer
Prof. Dr. William J. Rea, Environmental Health Center,
Dallas, Texas



FSC

Mix

Produktgruppe aus vorbildlich
bewirtschafteten Wäldern und
anderen kontrollierten Herkünften

Zert.-Nr. SGS-COC-1940

www.fsc.org

© 1996 Forest Stewardship Council

Verlagsgruppe Random House
FSC-DEU-0100

Das für dieses Buch verwendete
FSC-zertifizierte Papier
Munken Premium Cream
liefert Arctic Paper
Munkedals AB, Schweden.



südwest

Klaus-Dietrich Runow

Wenn Gifte auf die Nerven gehen

Wie wir Gehirn und Nervensystem
durch Entgiftung schützen können

Inhaltsverzeichnis

Vorwort von Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer	9
Umweltmedizin – eine noch unterbewertete Disziplin	9
Functional Medicine – die Medizin des 21. Jahrhunderts	14
Zellschutz und speziell Nervenschutz wird immer wichtiger	14
Planwirtschaft behindert individuelle Medizin	17
Fallbeispiele aus der Praxis für Functional Medicine	23
Aluminium im Deodorant löst Multiple Chemikalien-Sensibilität (MCS) aus	23
Tics durch Bleibelastung	24
Autismus-Therapie mit Nährstoffen	25
Hepar-Tox [®] -Entgiftungstherapie bei bleivergifteten Kindern	26
Einführung in die Functional Medicine	32
Die biochemische Individualität – Beeinflussung der Genexpression	33
Hilfe bei chronischen Entzündungen durch Membranschutztherapie	44

Umweltgifte und neurodegenerative Erkrankungen	46
Die Grenze der biochemischen Belastbarkeit	46
Umweltgifte zerstören das Nervensystem	49
Umweltgifte schädigen das Gedächtnis	53
Toxische Metalle schädigen Nerven- und Immunsystem	54
Belastung durch endogene Gifte	60
Krankheitsbilder und Nervenschäden	62
Die Parkinson-Krankheit – Morbus Parkinson	62
Die Alzheimer-Krankheit – Morbus Alzheimer	67
Multiple Sklerose (MS)	74
Amyotrophe Lateralsklerose (ALS)	78
Allergien und Nervensystem	81
ADHS – Aufmerksamkeitsdefizit-/ Hyperaktivitätssyndrom	94
Nervenschutz durch körpereigene Wirkstoffe (Hormone)	106
Natürliche Wirkstoffe – nicht patentierbar	106

Das ärztliche Beratungsgespräch:	
Die umweltmedizinische Anamnese	113
Das ärztliche Beratungsgespräch	113
Das Hepar-Tox[®]-Programm (Basic):	
Membranschutz durch Entgiftung und Antioxidation	118
Hepar-Tox [®] -Entgiftungsprogramm Basic (Update 2008)	119
Diagnostik	123
Functional Medicine Diagnostik (Auswahl)	123
Stoffwechsel- und Nährstoffprofil im Urin (ORGANIX-Profil)	124
Die genetische Stuhl- und Verdauungsanalyse	128
Element-Analyse für Schwermetalle, Mineralien und Spurenelemente	133
Das ABC der Basiswirkstoffe zur Behandlung neurologischer Erkrankungen	136
Acetyl-L-Carnitin	136
Alpha-Liponsäure – das universelle Antioxidans	137
Coenzym Q10 – Ubichinon	138
Ethanolaminphosphat (EAP)	145
Ginkgo biloba	145
Glutamin	147

Glutathion – Neurotransmitter und Neuromodulator	148
Glycero-Phospho-Cholin (GPC)	150
Glycin	151
Mariendistel	151
Melatonin	153
NADH – Nikotinamid-Adenin-Dinukleotid	156
Omega-3-Fettsäuren (EPA, DHA)	156
Phosphatidylserin	158
Polyphenole	158
Quercetin	159
Sulforaphan	160
Taurin	161
Vitamin B	161
Vitamin C (Ascorbinsäure)	162
Vitamin D	164
Vitamin E	164
Schlusswort: Gifte gehen auf die Nerven!	166
Glossar	168
Register	170
Literaturempfehlungen	174
Hilfreiche Links	175
Anlaufstellen für Diagnostik und Therapie	176
Impressum	176

Danke

Meiner Frau Hiltrud und meinem Sohn Christian
danke ich ganz herzlich.
Ohne Euch gäbe es dieses Buch nicht.

Für die kontinuierliche Unterstützung auch in schwierigen
Situationen bedanke ich mich bei meiner Familie und ganz
besonders bei Herrn Felix Henrichs und seiner Frau Gaby
sowie Heidi und Dieter Henrichs, Familie Peter und Frank-
Florian Glinicke, Hildegard Kreutzig, Monika Lerche,
Holger Oetzel, Katja Schubert, Dr.Claus Schubert,
Dr.Klaus-Michael Weber, Won Suk Weber, Hansjörg Wentz,
Monika und Thomas Werner.

Danke Prof. Maximilian Gege für den B.A.U.M. Umweltpreis.
Danke Prof. Dietrich Grönemeyer für das Vorwort.

Vorwort von Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer

Umweltmedizin – eine noch unterbewertete Disziplin

Ein zukunftssträchtiges, ganzheitliches Medizinkonzept wird nach meiner Auffassung in diesem Jahrhundert um eine neue Form der Medizin erweitert werden müssen, die ihre Entstehung der Tatsache verdankt, dass die Menschen nicht autark leben können, sondern als Naturwesen Teil der Natur, Teil eines ökologischen Netzwerkes in der Mitwelt von Tieren und Pflanzen, von Erde, Luft, Wasser sind. Wir leben aber nicht nur in der Natur, sondern auch durch die Natur, d. h. wir greifen in den Kreislauf der Natur ein unter oftmals dramatischen Konsequenzen für die Natur, aber auch für uns selbst. Luftverschmutzung und der viel diskutierte Treibhauseffekt sind das vielleicht plakativste Beispiel.

Da eine gesunde Mit- und Umwelt für uns überlebenswichtig ist, gilt es, sie zu pflegen, zu erhalten und an vielen Stellen zu rekultivieren. Es geht um uns selbst und unsere Gesundheit, aber auch um die Zukunft der Menschheit. Der Medizin stellt sich eine neue Aufgabe: nicht nur das nachhaltige Engagement für die Natur und die Behebung von Umweltschäden, sondern auch die Behandlung von umweltbedingten Krankheiten sowie das vorsichtige und umweltbewusste Nutzen von Naturprodukten für unsere Gesundheit.

Zunehmende Belastungen für Mensch und Umwelt

In den industrialisierten Ländern nimmt die Belastung der Menschen durch chemische und physikalische Beeinträchtigungen ständig zu. Allein in Deutschland reagieren bereits

rund 14,5 Mio. der über 14-Jährigen auf unterschiedliche Stoffe und Umwelteinflüsse allergisch. Allergien sind in den letzten Jahren verstärkt aufgetreten. Mit der Entwicklung ständig neuer chemischer Produkte und gentechnisch veränderter Nahrung werden unsere Körper zunehmend mit »Fremdstoffen« belastet. Und auch Tiere und Pflanzen haben keine Chance, sich daran anzupassen. Folge sind nicht nur die toxische, also giftartige Einwirkung auf Organismen unter dem zunehmenden Auftreten von Krebserkrankungen, Magen- und Darmgeschwüren, Hautveränderungen und Zellsterben in anderen Organen, sondern gerade auch Allergien.

Allergien sind überschießende Reaktionen des Immunsystems, bei denen der Körper meistens versucht, den unverträglichen Stoff loszuwerden, was bis zu lebensbedrohlichen Zuständen führen kann (anaphylaktischer Schock). Es genügt dazu unter Umständen ein einziges Molekül dieses Stoffes. Allergische Krankheiten bzw. Reaktionen kennt jeder: Asthma, Neurodermitis, Kontaktallergien z. B. auf Nickel und Gummihandschuhe. Smog und Ozon spielen als Auslöser von allergischen Symptomen ebenfalls eine große Rolle. Mittlerweile gibt es Menschen, bei denen schon geringe Spuren von Chemikalien, z. B. in Reinigungsmitteln oder Parfums, zu schweren allergischen Reaktionen führen. Das Phänomen ist unter dem Begriff »Multiple Chemical Sensitivity« (MCS) in den USA als Krankheit anerkannt. Die Behandlung von Allergien und ihrer Symptome verursacht Kosten in Milliardenhöhe. Auch aus diesem Grund ist der Aufbau eines Netzwerks von umweltmedizinischen Ambulanzen äußerst wichtig.

Wachsende Kenntnisse über Umweltbelastungen

Das allgemeine Wissen um Gefährdungspotenziale durch chemische Gifte wie Dioxin oder physikalische Belastungen durch Radioaktivität, Lärm oder Licht ist in den letzten Jahren sehr

gestiegen. Die Wirkmechanismen äußerer Schädigungen der Haut und die Aufnahme von Giften durch die Nahrung oder die Luft sind bekannt. Täglich gewinnen wir mehr Erkenntnisse über die kumulativen Wirkungen – also das Zusammenwirken und die Speicherung von verschiedenen Schädigungen im Körper.

Eine zunehmend in das Bewusstsein der Wissenschaft und der Öffentlichkeit tretende Gefährdung ist die Belastung des Trinkwassers und der Nahrung mit Hormonen oder hormonartigen Substanzen. Das weibliche Hormon Östrogen beispielsweise, das insbesondere von Frauen über den Urin ausgeschieden wird, die orale Verhütungsmittel (»die Pille«) nehmen, lässt sich im Abwasser nachweisen. Es ist noch nicht restlos geklärt, inwieweit und in welcher Größenordnung diese Substanz in die Nahrungskette gerät. Man weiß allerdings, dass schon vergleichsweise geringe Mengen an Östrogen Männer in ihrer Potenz negativ beeinflussen und die Spermienqualität mindern sowie die Gefahr eines Auftretens von Prostatakrebs oder malignen Melanomen erhöhen kann. Aber auch Frauen können durch unnatürliche Östrogengaben geschädigt werden: Schwangere, an Brustkrebs Erkrankte oder Mädchen in der Pubertät.

Wir brauchen Umweltambulanzen

Es fehlen jedoch immer noch geeignete Institutionen, die nicht nur das Schädigungspotenzial von chemischen oder physikalischen Giften analysieren, sondern auch ein umfassendes Angebot an therapeutischen und vorbeugenden Maßnahmen anbieten. Die Aufgabenstellung einzurichtender Umweltambulanzen sollte sich deshalb nicht nur darauf konzentrieren, allgemeine Analyseleistungen bereitzustellen, sondern sich in erster Linie an regionalen Besonderheiten der ortsansässigen Industrie und den sonstigen Schädigungspotenzialen des Standortes ausrichten. Umweltmedizinische Ambulanzen der Zukunft

sollten über folgende Einrichtungen verfügen können: Diagnoseeinheiten, Umweltmedizinlabore (chemische und physikalische Umweltanalytik), Untersuchungs- und Beratungsstellen (Allgemeinmediziner, Fachärzte und Psychologen) sowie Informations- und Dokumentationsstellen.

Es wäre sinnvoll, die umweltmedizinischen Leistungen in Zusammenarbeit mit spezialisierten Arztpraxen und Klinikabteilungen anzubieten und Laboratorien, Forschungseinrichtungen sowie Behörden hinzuzuziehen. Die Angebotspalette der Schadstoffanalysen reicht von Untersuchungen über Emissionen von Industrieanlagen, Analysen von Schadstoffen in Haus und Garten sowie im Körper von Menschen und Tieren; doch sie muss auf jeden Fall erweitert werden, insbesondere mit spezifischen Entsorgungskonzepten für Gebäude- und Landschaftsentsorgung (Asbest, Formaldehyd, Benzol, Schwermetalle, Pilze usw.), Entgiftung von Mensch und Tier, Beratung zur Rekultivierung von verseuchten Landstrichen und Gewässern. Zum Aufgabenbereich der Umweltambulanz sollte auch die Betreuung von Risikogruppen gehören, darüber hinaus epidemiologische Untersuchungen und der Aufbau von speziellen Datenbanken.

Gewaltiges Zukunftspotenzial der Umweltmedizin

Das Potenzial für Arbeitsplätze im Bereich der Umweltschutztechnik, Umweltanalytik und Umweltmedizin ist gewaltig. Es reicht von der Forschung und Entwicklung von Prototypen über Produktion und Vertrieb bis hin zu Leistungen in umweltmedizinischen Zentren. Ärzte, Ingenieure, Naturwissenschaftler, Techniker und viele andere Berufsgruppen können in dieser Branche ihr Auskommen finden. Es werden natürlich auch ganz neue Berufsfelder entstehen.

Eine weitere Zukunftsbranche ist die baubiologische Planung. Wenn in Zukunft Städte, Straßen und Gebäude auch

unter medizinischen Gesichtspunkten entworfen werden, brauchen wir entsprechende Spezialisten wie Bauingenieure, Architekten, Raumplaner, Landschaftsarchitekten sowie Klima- und Wasserexperten oder Physiker. In interdisziplinärer Zusammenarbeit können sie Konzepte entwickeln, mit denen es möglich ist, geschädigte Naturräume zu sanieren und zu rekultivieren, z. B. Chemiehalden oder verstrahlte Böden entsorgen.

Auch das Bauen wird sich verändern, weil neue ökologische Materialien zur Herstellung von Gebäuden, Möbeln und Straßen gebraucht werden. Innovative Felder für Beschäftigung können auch vom Einsatz neuer integrativer Energieansätze – auch für Medizingeräte – und neuer Recyclingkonzepte ausgehen. Warum können wir nicht die herkömmliche Stromversorgung medizinischer Elektrogeräte durch Solarenergie ergänzen oder ersetzen? Kleinstgeräte oder Handys zur Herzrhythmusüberwachung könnten heute bereits ganz mit Solarstrom betrieben werden.

Umweltmedizin und Umweltmedizintechnik werden im 21. Jahrhundert sehr stark an Bedeutung gewinnen. Hier liegen große Chancen, dass Europa durch die Bündelung von Kompetenzen und eine Zusammenführung gewachsener Strukturen in Medizin, Naturwissenschaft, Ingenieurswesen, Technik und Architektur in der Umweltmedizin eine Vorreiterrolle einnehmen könnte – zur Verbesserung und Sicherung der Lebensgrundlagen und der Lebensqualität für Pflanzen, Tiere und für den Menschen.

Prof. Dr. Dietrich H. W. Grönemeyer
Grönemeyer-Institut für Mikrotherapie Bochum

Functional Medicine – die Medizin des 21. Jahrhunderts

»Lehrbücher werden immer von denjenigen Leuten geschrieben, die wenig Zeit haben, Patienten zu behandeln.«

Zellschutz und speziell Nervenschutz wird immer wichtiger

Da ich nun seit über 20 Jahren Patienten behandle und auch zukünftig Zeit für meine Patienten haben möchte, soll das vorliegende Buch das Volumen eines kleinen Ideen-Ratgebers nicht übersteigen. Ich möchte meinen Lesern aber empfehlen, die in der Literaturliste aufgeführten und darüber hinausgehenden Publikationen und Internetseiten zu nutzen, um die in diesem Buch vorgetragenen Überlegungen zu vertiefen.

Obwohl das Wissen in der Medizin und den Naturwissenschaften ständig im Flusse ist – es gibt rund 6000 Publikationen pro Tag! – und jedes Buch gleich nach der Veröffentlichung schon wieder veraltet ist, habe ich mich dazu entschlossen, einige wichtige Aspekte aus diesem Fluss herauszupicken, um präventivmedizinische Anregungen zu geben und Interesse zu wecken für eine in Deutschland neue medizinische Disziplin: die Functional Medicine, die ich auch als Medizin des 21. Jahrhunderts bezeichnen möchte. Ich hoffe, dass es mir gelingen wird, meine Leser mit der Lektüre dieses Buches von dieser Meinung zu überzeugen.

All jene, die tiefer in die Materie einsteigen möchten, sind herzlich eingeladen, unsere monatlich stattfindenden Seminare in Bad Emstal oder die überregionalen Veranstaltungen zu besuchen. Einzelheiten werden auf den Functional-Medicine-Internetseiten www.umweltmedizin.org oder www.fmed.de genannt.

Nerven- und Gehirnerkrankungen: Tendenz steigend

Nerven- und Gehirnerkrankungen steigen stark an. Die Patienten werden immer jünger. In den USA gibt es bereits heute etwa 500.000 Alzheimer Patienten in der Altersgruppe um 50! Bei der Alzheimer-Krankheit sprechen Fachleute von einer Explosion der Fallzahlen:

»Für die Volkswirtschaft sieht die Bilanz so aus: Rund 18 Milliarden Euro machen die direkten Gesamtkosten bei neurodegenerativen Erkrankungen aus, wobei die medizinische Versorgung inklusive Medikamente nur 10 Prozent dieser Summe stellen. Bezieht man auch die Pflegekosten – direkt und indirekt – ein, kommt man schon heute auf eine Summe von 40 Milliarden Euro pro Jahr.« (Vlad Georgescu, im Doc Check Newsletter im Juli 2007)

Die Aufnahme giftiger Substanzen aus unserer Umwelt führt immer schneller zu einer Belastung des Nervensystems, was man auch als Gehirnverschmutzung bezeichnen kann. Die Folge der zunehmenden Gehirnverschmutzung ist der Anstieg neurodegenerativer Erkrankungen und die Minderung der Intelligenz. In seinem Buch *Endstation Gehirn – Die Bedrohung der menschlichen Intelligenz durch die Vergiftung der Umwelt* schreibt Christopher Williams: »Als Folge der Umweltvergiftung bahnt sich eine lautlose Katastrophe an: die Degeneration des Gehirns. Die Leidtragenden sind weltweit die Kinder und Jugendlichen. Die sozialen Folgen sind noch gar nicht abzusehen. Folgt auf das ›Jahrzehnt des Gehirns‹ eine ›Epoche des geistigen Verfalls‹?«

Die Folge der zunehmenden Gehirnverschmutzung durch Umweltgifte ist geistiger Verfall und der Anstieg neurodegenerativer Erkrankungen.

Nur wenn es gelingt, die Giftbelastung zu minimieren und unsere Zellstrukturen so lange wie möglich mit orthomolekularen Membranschutzsubstanzen zu versorgen, können die

**Neurologische
Erkrankungen
sind nicht
unumkehrbar.**

Kraftwerke in unseren Zellen, die Mitochondrien, optimal funktionieren. Wenn man bedenkt, dass sich unser Alterungszentrum in den Mitochondrien befinden soll, wird deutlich, welcher Stellenwert dem Schutz der Mitochondrien beizumessen ist. Wissenschaftler des California Institute of Technology fanden bei Hundertjährigen fünfmal häufiger bestimmte Mutationen, die es offenbar erlauben, alterschwache DNA der Zellkraftwerke zu ersetzen.

Wichtiger denn je: Membranschutz

Der Schutz der Mitochondrien mit umweltmedizinischen Entgiftungsmaßnahmen und der Einsatz von körpereigenen Membranschutzsubstanzen wie beispielsweise Coenzym Q10 (Ubichinon) ist daher vorrangige Aufgabe einer Medizin, die man auch als mitochondriale Medizin bezeichnen kann.

Functional Medicine und mitochondriale Medizin haben zum Ziel, die biochemischen Grundprozesse chronischer Erkrankungen durch moderne Analysemethoden zu untersuchen und über eine hieraus resultierende individuelle Nährstoff- und Entgiftungsbehandlung (Hepar-Tox[®]-Therapie) die Lebensqualität von Patienten mit chronischen Leiden, wie neurodegenerative Erkrankungen, zu verbessern. In diesem Zusammenhang erinnere ich mich an eine Bemerkung von Dr. Jeffrey Bland, der Leiter des US-amerikanischen *Institute for Functional Medicine (IFM)*: »Neurologische Erkrankungen sind **nicht** unumkehrbar oder unbeeinflussbar. Es wird aber wohl noch mehr als zehn Jahre dauern, bevor die Schulmedizin die vorliegenden wissenschaftlichen Erkenntnisse in die Praxis umsetzt.«

Ärzte, die Functional Medicine betreiben, können natürlich auch keine Wunder vollbringen. Aber sie können versuchen, mit modernen Therapieansätzen aus dem Bereich der angewandten Umwelt- und Ernährungsmedizin die klassischen

Verfahren zu unterstützen, um die biochemischen Prozesse auf zellulärer Ebene zu optimieren und hierdurch die Lebensqualität zu verbessern.

Functional Medicine ist keine neue »alternative Medizin«

Die in diesem Buch diskutierten therapeutischen Wege sollen nicht als neue alternative Medizin betrachtet werden. Vielmehr möchte ich Therapeuten und Patienten bei ihrem Entscheidungsprozess hinsichtlich der Auswahl der zahlreichen Therapieverfahren im schulmedizinischen und komplementären Bereich helfen. Die hier beschriebenen therapeutischen Ansätze werden unterstützt durch zahlreiche Zitate aus weltweit respektierten Fachzeitschriften und anerkannten wissenschaftlichen Publikationen. Der Neurologe, Dr. David Perlmutter aus Naples, Florida, schreibt in seinem Buch *Brain Recovery*:

»Der umwelt- und ernährungsmedizinische Ansatz bei der Therapie neurodegenerativer Erkrankungen zielt darauf ab, den Organismus zu stärken und mit physiologischen Prozessen der Natur zu arbeiten und ist kein Krieg, der den Patienten als Schlachtfeld betrachtet, wie es der Fall ist, wenn man potente immunsupprimierende Medikamente einsetzt.«

Planwirtschaft behindert individuelle Medizin

Überspitzt gesagt kommt aus meiner Sicht jede Arzneitherapie ohne vorherige genetische Entgiftungsanalyse einem Russisch-Roulette-Spiel gleich. Mir ist klar, dass die gesetzlichen Krankenversicherungen, die sich in den letzten Jahren am Rande des wirtschaftlichen Ruins befanden, zusätzliche Kosten für genetische Analysen wohl kaum akzeptieren. Das eine ist Politik, das andere ist Wissenschaft. Der ehemalige Präsident der Berliner