

Lothar **URSINUS**

Blutwerte

ganzheitlich interpretieren



Das Standardwerk
zur Blutdiagnostik
für Therapeuten

Die Ratschläge in diesem Buch sind sorgfältig erwogen und geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für kompetenten medizinischen Rat, sondern dienen der Begleitung und der Anregung der Selbstheilungskräfte. Alle Angaben in diesem Buch erfolgen daher ohne Gewährleistung oder Garantie seitens des Autors oder des Verlages. Eine Haftung des Autors bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Dieses Buch enthält Verweise zu Webseiten, auf deren Inhalte der Verlag keinen Einfluss hat. Für diese Inhalte wird seitens des Verlages keine Gewähr übernommen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich.



Wir verzichten auf das Einschweißen unserer
Bücher – **UNSERER UMWELT ZULIEBE!**

ISBN Printausgabe 978-3-8434-1555-2

ISBN E-Book 978-3-8434-6534-2

Lothar Ursinus:
Blutwerte ganzheitlich
interpretieren
Das Standardwerk zur
Blutdiagnostik für Therapeuten
© 2015, 2019, 2024
Schirner Verlag, Darmstadt

Umschlag: Anna Twele, Schirner,
unter Verwendung einer Grafik des
Autors sowie # 187920536 (© gopixa),
www.shutterstock.com
Satz: Anna Twele, Schirner
Lektorat: Ina Keller & Bastian Rittinghaus,
Schirner
Printed by: Ren Medien GmbH, Germany

www.schirner.com

Erweiterte Neuauflage 2024 mit neuem Titel (vormals »Mein Blut sagt mir ...«) –
1. Auflage Februar 2024

Alle Rechte der Verbreitung, auch durch Funk, Fernsehen
und sonstige Kommunikationsmittel, fotomechanische oder vertonte
Wiedergabe sowie des auszugsweisen Nachdrucks vorbehalten

Inhalt

Einleitung.....	11
Was ist an Blut so interessant?	13
Zur überarbeiteten Auflage	14
Die Grundlagen von »Labor ganzheitlich«	16
Die vier Grundbausteine von »Labor ganzheitlich«	16
Das kategoriale Ordnungssystem – der Lüscher-Würfel 17 • Der Zellstoffwechsel als einheitliches Bezugssystem 32 • Die Matrix – das Zelle-Milieu-System 33 • Interpretation der Laborwerte – die Ampeldiagnostik 35	
Blutbild	38
Bedeutung der Blutwerte	39
Erythrozyten – die roten Blutkörperchen 39 Hämoglobin, der rote Blutfarbstoff 41 • Hämatokrit 42 • MCV – mittleres Zellvolumen der Erythrozyten 43 • MCH – mittlerer zellulärer Hämoglobingehalt 45 • MCHC – mittlere zelluläre Hämoglobinkonzentration 46 • Retikulozyten 46 Leukozyten – die weißen Blutkörperchen 47 Neutrophile Granulozyten 49 • Lymphozyten 50 • Eosinophile Granulozyten 52 • Basophile Granulozyten 52 • Monozyten 53 Thrombozyten 55	
Biochemie – Elektrolyte	58
Die vier steuernden Elektrolyte im Zellstoffwechsel	59
Kalium – unterstützt das Selbstvertrauen 60 • Natrium – schenkt Zufriedenheit 62 • Calcium – steht für die eigene Freiheit 64 • Magnesium – das Supermineral für die Selbstachtung 68 Beurteilung der Elektrolyte in Vollblut und Serum 70	
Säure-Basen-Gleichgewicht.....	73
Chlor – wichtig für den Säure-Basen-Haushalt 75 • Phosphat anorganisch – das Mineral der eigenen Freiheit 75	

Die essenziellen Spurenelemente Eisen und Kupfer77

Eisen – Ausdruck der Marskräfte, das männliche Prinzip **77** • Ferritin – Speichereisen **79** • Transferrin – das Eiweiß für den Eisentransport **80** • Serumeisen **80** • Hämoglobin – unser Bluteisen **80** • Lösliche Transferrinrezeptoren – LTR **81** • Eisen im Vollblut **81** • Kupfer – Ausdruck der Venuskräfte, das weibliche Prinzip **84**
Laborbeispiele zum Eisen- und Kupferstoffwechsel **87**

Weitere wichtige Spurenelemente88

Zink – der Partner vieler Enzyme **88** • Selen – der Radikalfänger **89** • Jod – ein lebenswichtiges Spurenelement **90**

Biochemie – Vitamine 101

Vitamin A – Retinol **102** • Vitamin B1 – Thiamin **103** • Vitamin B2 – Riboflavin oder Lactoflavin **104** • Vitamin B3 – Niacin **106** • Vitamin B5 – Pantothersäure **107** • Vitamin B6 – Pyridoxin **108** • Vitamin B7 – Biotin **109** • Vitamin B9 – Folsäure **110** • Vitamin B12 – Cobalamin **112** • Vitamin C – Ascorbinsäure **113** • Vitamin D (Calcidiol) und das D-Hormon (Calcitriol) **114** • Vitamin E – Tocopherol **123** • Vitamin K – Phyllochinon/Menachinon **124**

Organe 126

Leber und Galle – die Nachtarbeiter126

Verbindung zu anderen Organen **127** • Leber und Galle im Labor **128**
Bilirubin **128** • Gamma-GT (Gamma-Glutamyltranspeptidase) **131** • Transaminasen – GOT und GPT **131** • GLDH (Glutamatdehydrogenase) **133** • CHE (Cholinesterase) **133** • Alkalische Phosphatase **135**
Emotionale Bedeutung von Leber und Galle **137** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **138**

Die Niere – das Organ der Individualisierung141

Verbindung zu anderen Organen **145** • Die Niere im Labor **146**
Kreatinin **146** • Harnstoff **146** • Cystatin C **147** • Serumelektrolyte **147** • Kupfer **148**
Emotionale Bedeutung der Niere **148** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **149**

Die Milz – das Organ der Mitte152

Die Milz im Labor **152** • Emotionale Bedeutung der Milz **152** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **153**

Die Bauchspeicheldrüse – das Doppelorgan154

Die Bauchspeicheldrüse im Labor 154

Amylase 155 • Lipase 156 • Pankreas-Elastase 156

Emotionale Bedeutung der Bauchspeicheldrüse 157 • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 158

Das Herz – Pumpe oder Sinnesorgan?.....159

Das Herz im Labor 160

Creatin-Kinase – CK und CK-MB 161 • Hydroxybutyrat-Dehydrogenase (HBDH) 162 • Troponin 162 • Kalium 162

Emotionale Bedeutung des Herzens 164 • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 165

Der Darm – die Wurzel der Gesundheit.....167

Darmbarrierestörungen – Leaky Gut 168 • Darmbarrierestörungen im Labor 169

Zonulin 170 • I-FABP 170

Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 176

Stoffwechsel177**Was ist der Stoffwechsel?177**

Synthese- und Energiestoffwechsel 178 • Stoffwechselstörungen, ihre Ursachen, Folgen und Symptome 180 • Auswirkungen der Ernährungsweise auf den Stoffwechsel 182 • Kohlenhydrate 183

Triglyceride 188 • Cholesterin 189 • Oxidiertes LDL-Cholesterin 193 • Harnsäure 195 • HbA1c (Langzeitzuckerwert) 197 • LDH – Lactatdehydrogenase 197 Eiweiß 206

Gesamteiweiß 206 • Aminosäure Phenylalanin 208 • Aminosäure Tyrosin 209 • Aminosäure Tryptophan 210

Fettsäuren 210

Wenn Nahrungsmittel krank machen222

Nahrungsmittelallergien – Epigenetik 223 • Nahrungsmittelunverträglichkeiten – Genetik 224 • Auswirkungen der Nahrungsmittel, die der Stoffwechsel nicht kennt 231

Diaminoxidase 234

Was tun bei Reaktionen auf Nahrungsmittel? 235

Umweltbelastungen und Möglichkeiten der Entgiftung236

Die körpereigene Entgiftung 237

Glutathion 239

Bestimmung einzelner Giftstoffbelastungen 242 • Naturheilkundliche Unterstützung der körpereigenen Entgiftung 243

Immunsystem.....	244
------------------	-----

Akute Entzündungen244

Blutsenkungsgeschwindigkeit (BSG) **246** • C-reaktives Protein (CRP) **247**

Immunglobuline **247**

Immunglobulin A (IgA) **247** • Immunglobulin G (IgG) **248** • Immunglobulin M (IgM) **249** • Immunglobulin E (IgE) **249**

Chronische und niedriggradige Entzündungen250

Chronische Entzündung **250** • Niedriggradige Entzündung (Silent Inflammation) **250**

Hormone256

Tanz der Hormone256

Untersuchung der Hormone257

Hypothalamus und Hypophyse258

Hypophysenhormone und ihre Funktionsweise **259**

Wachstumshormon (STH) **259** • Prolaktin **260** • Oxytocin **260** • Antidiuretisches Hormon (ADH) **261** • Schilddrüsenstimulierendes Hormon (TSH) **261** • Adrenokortikotropes Hormon (ACTH) **261** • Luteinisierendes und Follikelstimulierendes Hormon (LH und FSH) **261**

Analoge Entsprechung **262** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **262**

Schilddrüse263

Schilddrüsenhormone und ihre Bedeutung **265**

Schilddrüsenstimulierendes Hormon (TSH) **265** • Schilddrüsenhormone T3 (Trijodthyronin) und T4 (Thyroxin) **266** • Schilddrüsenhormon Reverse-T3 (rT3) **266** • Schilddrüsenautoantikörper **267**

Schilddrüsenüber- oder -unterfunktion **268** • Analoge Entsprechung **273** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **274**

Steroidhormone275

Pregnenolon – Marker des hormonellen Alters **276**

Nebennieren277

Cortisol – das Alphahormon **278** • Dehydroepiandrosteron (DHEA) **280**

Untersuchung der Nebennieren – Adrenalin-Stress-Index **280** • Analoge Entsprechung **282** • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis **283**

Keimdrüsenhormone im Lauf des Lebens.....284

Die Pubertät **284** • Der weibliche Zyklus **285**

LH (Luteinisierendes Hormon) 287 • FSH (Follikelstimulierendes Hormon) 287 • Progesteron 288 • Östradiol 289 • Testosteron 291 • Prolaktin 292 • Dehydroepiandrosteron-Sulfat – DHEA-S 292 • Sexualhormon-bindendes Globulin (SHBG) 293 Geschlechtshormone im Labor 294 • Hormonelle Balance 298	
Ausgleich hormoneller Störungen.....	305
Heilpflanzen 305 • Homöopathische Heilmittel 307 • Hormonersatztherapie (HET) 308 • Bioidentische Hormontherapie (BHT) 308 • Weitere Unterstützung für das Hormonsystem 309	
Unerfüllter Kinderwunsch – ein Traum wird (nicht) wahr	310
Seelisch-geistige Aspekte der Laboranalyse.....	323
Mangel an Selbstvertrauen	323
Mangelnder Schutz gegenüber äußeren Einflüssen	325
Wandlung, Veränderung und Erneuerung.....	329
Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 331	
Fremdbestimmung.....	332
Erkrankungen – Ausdruck einer gestörten Regulation.....	333
Autoimmunerkrankungen	333
Ganzheitliche Sicht 333	
Anthroposophische Sicht 334 • Hashimoto-Thyreoiditis 336 • Der systemische Lupus erythematoses (SLE) 343	
Degenerative Erkrankungen.....	350
Die Matrix – der Ausgangspunkt für degenerative Erkrankungen 350 • Degenerative Skeletterkrankungen 353 • Degenerative Erkrankung der Gefäße 354 • Neurodegenerative Erkrankungen 355 • Weitere degenerative Erkrankungen 359	
Osteoporose (Knochenschwund) oder Osteomalazie (Knochenerweichung)?	361
Eine Erkrankung mit einem relativen Calciumüberschuss im Knochen 362 • Silizium tut den Knochen gut 363 • Calciumverlust führt zu Osteomalazie 364 • Analoge Entsprechung 365	
Migräne	365
Ganzheitliche Sicht 366 • Es gibt viele Auslöser, aber nur eine Ursache 368 • Insulin und Unterzuckerung (Hypoglykämie) 369 • Hilfe im Akutfall 375 • Vorbeugende Behandlung 376	

Sodbrennen – ein Problem der Magensäure?	379
Ein Problem der Gallensäure 380 • Analoge Entsprechung 382 • Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 382	

Wege zur stabilen Gesundheit.....	383
--	------------

Vital- und Stoffwechselanalyse	384
Gesunde Ernährung – individuelle Ernährung.....	385
Das Stoffwechselprogramm von »gesund + aktiv«	386
Genetische Stoffwechselprägung 387 • Der individuelle Ernährungsplan 393 • Mahlzeitenfrequenz 394	
Dauerstress – eine natürliche Reaktion wird zum Problem	397
Naturheilkundliche Unterstützung und Hinweise für die Praxis 398	

Laborbeispiele aus der Praxis	400
--	------------

Beispiel Marcus	401
Ergebnisse und Befund der Vital- und Stoffwechselanalyse mit Hormonstatus 403 • Zusammenfassung der Erkenntnisse und Therapieansätze 409	
Beispiel Susanne.....	412
Ergebnisse und Befund der Vital- und Stoffwechselanalyse mit Hormonstatus 413 • Zusammenfassung der Erkenntnisse und Therapieansätze 419	
Beispiel Kurt	421
Ergebnisse und Befund der Vital- und Stoffwechselanalyse 423 • Zusammenfassung der Erkenntnisse und Therapieansätze 428	

Allgemeines	431
--------------------------	------------

Danksagung.....	431
Literatur und Quellennachweis	432
»Labor ganzheitlich«	433
Bildnachweis	433
Über den Autor	434

Register.....	435
----------------------	------------

Einleitung

»Sollen wir das Magazin kaufen, ist es für uns interessant, und kann es unsere Produktpalette ergänzen?«, war eine Fragestellung, mit der ich mich in jungen Jahren als kaufmännischer Leiter eines Zeitschriftenverlages immer wieder konfrontiert sah. Ich analysierte, rechnete und bewertete, um eine Entscheidung treffen zu können. Diese Aufgaben machten mir viel Freude, und ich fand es spannend, mit Daten und Fakten zu arbeiten.

Durch ein Managementseminar zum Thema »Kommunikation und Zusammenarbeit« lernte ich eine neue Komponente kennen: die Spiritualität. Als Analytiker und nüchterner Rechner stand diese Sphäre bis dahin noch nicht in meinem Fokus. Auch die Tatsache, dass es viele Dinge zwischen Himmel und Erde gibt, die man nicht erklären oder mit Daten und Fakten belegen kann, hatte mich bislang nicht sonderlich interessiert. Die Impulse des Seminars veränderten meine Sicht- und Denkweise. Für meine Entscheidungsfindung waren nun nicht mehr nur klare Fakten ausschlaggebend – die Komponenten Menschlichkeit und Spiritualität gewannen zunehmend an Bedeutung. Sie wurden in mir immer stärker, und ich merkte, dass mein Umfeld der reinen Businesswelt nicht mehr meiner inneren Berufung entsprach. Ich entschloss mich, meine Managertätigkeit aufzugeben und einen anderen Weg einzuschlagen.

Auf der Suche nach einer Möglichkeit, diesem inneren Ruf nachzugehen, entschied ich mich für eine dreijährige Ausbildung zum Heilpraktiker. Anfangs kamen mir immer wieder Zweifel, ob es wirklich sinnvoll war, aus einer sicheren Tätigkeit mit einem guten Gehalt in die ungewisse Zukunft der Selbstständigkeit zu wechseln. Heute weiß ich, dass es genau der richtige Weg für mich war.

Im Januar 1986 wurde ich stolzer Vater eines Sohnes. Zum selben Zeitpunkt erhielt ich auch meine Urkunde, die es mir erlaubte, als Heilpraktiker tätig zu sein. Im April war es dann so weit: Ich eröffnete meine erste Praxis in Hamburg. Endlich konnte ich mein Wissen aus der Ausbildung für das Wohl meiner Patienten nutzen. Jeder von ihnen war für mich eine neue Herausforderung, und ich beschäftigte mich intensiv mit dem Krankheitsgeschehen jedes Einzelnen. Mir kam dabei zugute, dass ich mich während meiner Ausbildung weniger mit den Symptomen einer Erkrankung auseinandergesetzt hatte als vielmehr mit der Fragestellung: Was war im Organismus nicht im Gleichgewicht und produzierte eben diese Symptome? Dafür hatte ich einen ausgezeichneten Lehrer, Mirko Berger, damals Medizinstudent, der mir

die kompliziertesten Zusammenhänge mit einfachen Worten verständlich erklären konnte. Er war es auch, der mir beibrachte, die physiologischen Hintergründe und – im Krankheitsfall – die pathophysiologischen Entgleisungen zu erkennen. Dieser Ansatz hat meinen Forschergeist geweckt und mich seither fasziniert. Dabei ging es eben vorrangig nicht um das Benennen, sondern um das wirkliche Verstehen einer Erkrankung. Das ganzheitliche Zusammenspiel der einzelnen Organe und Systeme auf körperlicher und seelisch-geistiger Ebene wurde zu meiner Leidenschaft und fasziniert mich noch heute.

Über das komplexe Geschehen »Mensch« gibt es leider kein umfassendes Handbuch. Es wäre auch kaum möglich, alle Facetten unseres Körper-Geist-Seele-Systems zu beschreiben. Für ein besseres Verständnis der physiologischen Abläufe habe ich mich mit der anthroposophischen und der Traditionellen Chinesischen Medizin beschäftigt. Wichtige Hinweise fand ich in den Büchern von Prof. Dr. Jürgen Schole, Dr. Wolfgang Lutz und Dr. Bodo Köhler, Regulationsmediziner, die mir die Systeme näherbrachten, die den Körper steuern. Insbesondere durch die Arbeiten von Dr. Bodo Köhler erkannte ich, dass Krankheiten oder Symptome Ergebnisse einer gestörten körperlichen Regulation sind. Mir wurde klar, dass wir erst dann Symptome entwickeln, wenn wir nicht mehr in der Lage sind, die körperlichen und seelisch-geistigen Disharmonien zu kompensieren. Als wesentliche Ursachen für die Fehlregulation des Stoffwechsels beschreibt Prof. Dr. Jürgen Schole: Dauerstress, zu kohlenhydrathaltige Ernährung, Bewegungsmangel und Umweltgifte. Dieses Wissen setze ich in meiner Praxis täglich diagnostisch und therapeutisch um.

Als im Sternzeichen Jungfrau Geborener war es mir immer wichtig, für eine sichere Diagnose eine objektive Basis zu haben. Zu Beginn meiner Praxistätigkeit arbeitete ich viel mit Irisdiagnose, Stuhluntersuchungen und Urinalysen. Später nutzte ich das Vegatest-Verfahren nach Dr. Dr. Schimmel. Hierbei wird bei dem Patienten an einem Akupunkturpunkt der Hautwiderstand gemessen und dabei anhand von Testampullen die Resonanz mit gewissen Substanzen und Organsystemen überprüft. Doch diese Methode war mir auf Dauer nicht objektiv genug. Auch Stuhlanalysen brachten mir keine Klarheit, da sie nur ein Endgeschehen dokumentierten und nicht die dafür verantwortlichen regulativen Störungen aufzeigten.

Durch meinen Freund und Kollegen Thorsten Hollmann bin ich zur Labordiagnostik gekommen. Das war für mich zumindest eine objektive Darstellung körperlicher Zusammenhänge, wenn ich sie bis zu diesem Zeitpunkt auch als eher grob empfand. Ich erkannte jedoch bald, dass sich nicht nur der Befund der Schulmedizin, sondern

auch das Befinden des Patienten in den Labordaten widerspiegelte. Im Laufe der Zeit wurde das Blut für mich ein vielseitiges Instrumentarium in der ganzheitlichen Diagnostik.

Um meine eigenen Ideen und Vorstellungen in Bezug auf Laboruntersuchungen, Interpretation und Darstellung der Laborergebnisse verwirklichen zu können, habe ich mit zwei Partnern, Peter Farenholtz und Thomas Pregartbauer, 1999 die Laborgemeinschaft für ganzheitliche Medizin in Hamburg gegründet. In dieser von Ärzten und Heilpraktikern zusammen genutzten Einrichtung biete ich auch meine Seminare zur ganzheitlichen Blutbildinterpretation an. Das ist ein Teil meiner Vision: die Anwendung objektiver, wissenschaftlicher und gleichzeitig ganzheitlicher Diagnostik in naturheilkundlich orientierten Praxen.

Was ist an Blut so interessant?

»Blut ist ein ganz besonderer Saft« – das behauptete bereits Mephisto in Goethes *Faust*. In der Tat: Ohne die fünf bis sechs Liter Blut, die unaufhörlich in unserem Körper zirkulieren, wären wir nicht lebensfähig. Über diesen Kreislauf werden alle Organe des Körpers mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt.

Der Philosoph, Naturwissenschaftler und Begründer der Anthroposophie Rudolf Steiner hat einmal davon gesprochen, dass das Blut auf seinem Weg durch den Körper die verschiedenen Eindrücke und Informationen mit sich nimmt, die in das Blut dann gleichsam eingeschrieben und im Zuge der Erneuerung und Erfrischung in der Lunge dann wieder gelöscht werden – so, wie Notizen von einer Tafel gewischt werden, damit diese neue Informationen aufnehmen kann.

Im Blut befinden sich wichtige Stoffwechselprodukte. Das macht den roten Lebenssaft für die Medizin besonders interessant, denn aus den Laborwerten lassen sich objektive Erkenntnisse gewinnen. Sie geben unter anderem Auskunft über Funktion und Zustand der Organe, Menge der vorhandenen Mineralien, Vitamine, Aminosäuren, Metalle, Fette und vieles mehr.

Der ganz besondere Saft beherbergt noch eine Menge weiterer Geheimnisse, die es zu entdecken gibt. In diesem Buch interpretiere ich Blutwerte nach klinischer, naturheilkundlicher und ganzheitlicher Sichtweise. Sie werden dort analoge Entsprechungen einzelner Laborparameter auf seelisch-geistiger Ebene entdecken. Sie erfahren

beispielsweise, warum die Schilddrüse reagiert, wenn die Galle gestaut ist, oder was die Nieren mit Asthma zu tun haben.

Der Körper ist ein fantastisch funktionierendes System, in dem es keine isolierten Organe gibt. Alles ist mit allem verbunden und ergibt zusammen eine Einheit. »Das Ganze ist mehr als die Summe seiner Teile«, sagte bereits Aristoteles (384–322 v. Chr.) mit seinem systemischen Blick auf das Ganze.

Ich habe dieses Buch geschrieben, weil es mir ein Anliegen ist, meine Erfahrungen aus fast 40 Jahren naturheilkundlicher Praxistätigkeit Heilpraktikern und Ärzten zugänglich zu machen. Das Wissen habe ich bisher nur in Seminaren und Vorträgen weitergegeben. Mit diesem Buch erfülle ich auch den Wunsch vieler meiner Seminarteilnehmer, die Gedanken zu den Laborwerten einmal in schriftlicher Form festzuhalten. Es sind meine über Jahrzehnte gesammelten Erkenntnisse und Erfahrungen zu einzelnen Laborwerten und Erkrankungen. Sie wurden beeinflusst und ergänzt durch die anthroposophische, chinesische und abendländische Medizin, die westliche Naturheilkunde, die wissenschaftliche Labormedizin und nicht zuletzt durch die vielen Patienten, die ich auf ihrem Weg der Gesundheit begleiten durfte.

Die angegebenen Therapiemöglichkeiten sollen nicht den Besuch beim Heilpraktiker oder Arzt ersetzen. Es sind Hinweise für Therapeuten, die aufzeigen, mit welchen Behandlungen ich in der Praxis gute Erfahrungen sammeln durfte.

Zur überarbeiteten Auflage

Unter dem Titel *Mein Blut sagt mir ...* erschien 2015 die erste Auflage dieses Buches für Fachleute und Laien. Es wurde 2019 überarbeitet und um viele neue Laborparameter ergänzt. In der jetzt vorliegenden Neuauflage, die sich vorrangig an Therapeuten richtet, gehe ich ausführlich auf die Grundlagen von »Labor ganzheitlich« ein. Ich hoffe, das trägt zu einem noch besseren Einblick in die ganzheitlichen Zusammenhänge im Organismus bei. Auf Wunsch vieler meiner Seminarteilnehmer habe ich dem kategorialen Ordnungssystem nach Max Lüscher viel Raum geschenkt. Das Denkmodell ist eine gute Grundlage, um Wechselwirkungen und Zusammenhänge im Organismus anschaulich darzustellen. In der täglichen Praxis ist es für mich ein wichtiges Instrument dafür geworden, Krankheiten zu verstehen und Ansatzpunkte in der Therapie zu finden.

Da sich dieses Buch immer mehr zu einem Standardwerk für Therapeuten entwickelt hat, habe ich mich dafür entschieden, für den selbstbestimmten Patienten und an Gesundheit interessierten Laien ein separates Buch herauszubringen, in dem ich ausschließlich Laborwerte nach ganzheitlichen Gesichtspunkten leicht verständlich erläutere.

In der ganzheitlich orientierten Labormedizin wurden in letzter Zeit interessante neue Marker entwickelt. Neben dem Zonulin für entzündliche Darmbarrierestörungen gibt es jetzt mit dem I-FABP (Intestinal-fatty acid binding protein) die Möglichkeit, ebenso degenerative Darmbarrierestörungen zu erkennen. Neben dem 25-OH-Vitamin D3 sind wir nun fähig, die Endstufe des Vitamins, das D-Hormon, im Labor zu bestimmen. Die Untersuchung beider Werte in Kombination ermöglicht eine umfassendere Beurteilung des Vitamin-D-Status im Körper. Die ausführliche Erläuterung beider Werte soll dazu beitragen, ein tieferes Verständnis für dieses Vitamin bzw. Hormon zu gewinnen, und zudem die Frage klären, ab wann eine Substitution notwendig ist und welcher Schaden durch eine Überdosierung angerichtet werden kann.

Ich beschäftige mich ausführlich mit der Entstehung von Autoimmunerkrankungen aus anthroposophischer Sicht. Dieser gedankliche Ansatz kann dazu beitragen, ein Verständnis für deren Ursachen und Verlauf zu erhalten. Ich bin davon überzeugt, dass dieses Thema für alle Medizinerexperten, aber nicht nur sie, von Interesse ist.

Ein besonderes Augenmerk richte ich auf degenerative Erkrankungen, die ihre Gemeinsamkeit in einer katabolen Stoffwechselentgleisung aufgrund einer Schwäche im Aufbaustoffwechsel haben. Insbesondere gehe ich auf die immer häufiger auftretenden neurodegenerativen Erkrankungen ein, die Zeichen des »Überflusses« sind und über eine gesunde Lebensführung möglicherweise vermeidbar wären. Ich habe mich erneut mit dem Thema der Geschlechtshormone und den im Zusammenhang mit ihnen auftretenden Symptomen beschäftigt. Dabei bin ich zu einer interessanten Erkenntnis gelangt, die ich im Abschnitt »Tanz der Hormone« (S. 256) beschreibe. Dazu gehört auch das aktuelle Thema »Migräne«. Im Kapitel »Erkrankungen« (S. 333) erläutere ich die physiologischen Abläufe, die zu einer Migräneattacke führen, um deutlich zu machen, dass es für diese Erkrankung viele Auslöser gibt, aber nur eine einzige Ursache.

Die vorliegende Ausgabe spiegelt mein aktuelles Wissen wider, das sich in einem laufenden Prozess der Wandlung und Veränderung befindet. Daher freue ich mich schon jetzt auf die nächste Neuauflage mit weiteren Erkenntnissen über die Zusammenhänge von Körper, Seele und Geist!

Die Grundlagen von »Labor ganzheitlich«

Die Methode »Labor ganzheitlich« beschreibt den Weg von der sicheren Diagnose zur ganzheitlichen Therapie. Die Basis dafür sind Blutwerte, die in jedem Labor in Deutschland erhoben werden können. Die Besonderheit liegt in der ganzheitlichen Interpretation dieser Werte. Im folgenden Kapitel werden der gedankliche Hintergrund beschrieben sowie die Module, die der Methode von »Labor ganzheitlich« zugrunde liegen.

Grundsätzlich sollen Laboranalysen nicht das Kranksein des Patienten objektivieren, sondern vor allem dem Arzt oder Heilpraktiker ein genaueres Verständnis des körperlichen Zustandes des Patienten geben. Das geschieht am besten mithilfe eines Bildes jenseits von Krankheit und Diagnose, das helfen soll, das individuelle Befinden jedes Einzelnen zu erfassen, um ihn dann ursachenorientiert ganzheitlich zu behandeln. Dieses Bild kann entstehen, wenn die Erkenntnisse der forschenden wissenschaftlichen Medizin, Aspekte der Quantenphysik, das jahrhundertealte Wissen der Traditionellen Chinesischen (TCM) und der abendländischen sowie die Erfahrungen der anthroposophischen Medizin und der Naturheilkunde gleichwertig berücksichtigt werden. Auf diese Weise werden Laborwerte lebendig und verständlich. »Labor ganzheitlich« stellt somit die Brücke zwischen der Schulmedizin und der Naturheilkunde dar.

Die vier Grundbausteine von »Labor ganzheitlich«

Die Methode von »Labor ganzheitlich« basiert auf vier Grundbausteinen, die ich im Folgenden ausführlich erläutern werde:

- Das **kategoriale Ordnungssystem**, der Würfel von Max Lüscher, in dem sich polare Beziehungen und Wechselwirkungen nachvollziehen lassen.
- Der **Zellstoffwechsel** als einheitliches Bezugssystem und kleinste Funktionseinheit.

- Die **Extrazelluläre Matrix (EZM)** – das System der Grundregulation nach Pischinger, der Ort an dem das einheitliche Zusammenspiel sämtlicher Körperzellen stattfindet.
- Die Interpretation der Laborwerte mittels »**Ampeldiagnostik**«: Das Optimum der Analyseergebnisse wird zur neuen Norm.

Das kategoriale Ordnungssystem – der Lüscher-Würfel

Um die Zusammenhänge und Wechselwirkungen im lebenden Organismus besser erfassen zu können, nutzt »Labor ganzheitlich« das Denkmodell des vierpoligen Würfels von Max Lüscher als kategoriales Ordnungssystem.

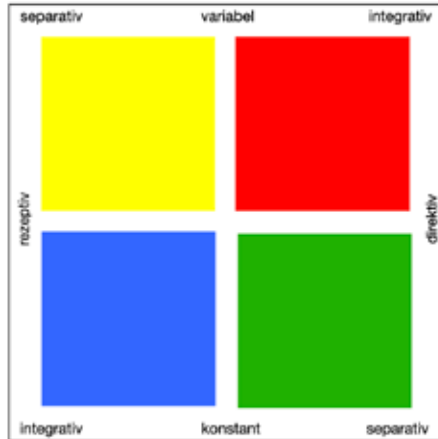
Bei dem Namen Lüscher denken sicherlich viele Menschen sofort an den »Lüscher-Farbstest«. Schauen wir uns einmal sein Vermächtnis an:

»Der Würfel als kategoriales Denkmodell. Rezeptiv – direktiv, konstant – variabel, integrativ – separativ, das sind Kategorien des Denkens, mit denen man Emotionen und Verhaltensweisen definieren kann. Ich wünsche, dass es denjenigen, die sich um das Verstehen dieses Denkmodells bemühen, eine Hilfe in ihrem Leben bedeutet.«

(Max Lüscher am 30. Januar 2017).

Darin wird deutlich, dass er als Psychologe intensiv nach einer Möglichkeit gesucht hat, das komplexe Seelenleben eines Menschen abzubilden. Sein vierpoliges System der Regulations-Psychologie, den Lüscher-Würfel, hat Professor Dr. Max Lüscher erstmalig 1953 vorgestellt.

Für das Verstehen des Erlebens von Gefühlen hat Max Lüscher in seinen Büchern *Der 4-Farben-Mensch* und *Das Harmoniegesetz in uns* verschiedene emotionale Kategorien beschrieben. Danach vollzieht sich emotionales Erleben innerhalb von drei physiologischen Dimensionen, die jeweils aus zwei Polaren bestehen.



Kategoriales Ordnungssystem nach Max Lüscher

Dimension I: direktiv – rezeptiv

In der ersten Dimension geht es um die beiden möglichen Positionen oder Einstellungen zu einer Sache oder einem Gegenüber. Max Lüscher unterscheidet die gegensätzlichen Beziehungen »autonom« (selbstbestimmt, anordnend) und »heteronom« (fremdbestimmt, annehmend). Im kategorialen Ordnungssystem werden sie als »**direktiv**« und »**rezeptiv**« bezeichnet und auf der horizontalen Ebene dargestellt. **Direktiv** ist jemand, der sich zur Wehr setzt, alle Widerstände und Hindernisse überwindet, selbst entscheiden und nicht vom Wohlwollen anderer abhängig sein möchte. Direktive Menschen sind meist Chefs, befehlen und ordnen an, sind eher autoritär und eigenwillig. Bekannt ist es als das männliche Prinzip. **Rezeptiv** hingegen ist jemand, der vorrangig wahr- und annimmt, der sich beeinflussen lässt, unterlegen, aufgeschlossen und mitfühlend ist. Ein Mitarbeiter, der geführt und über den bestimmt wird, der das akzeptiert, was vorgeschlagen oder empfohlen wird, handelt rezeptiv. Solche Menschen sind begeisterungsfähig und empfindsam. Sie werden stark von ihren Gefühlen beeinflusst und neigen dazu, himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt zu sein. Bekannt ist es als das weibliche Prinzip. Direktiv steht somit für bestimmend sowie anordnend, rezeptiv für annehmend sowie folgend.

Dimension II: konstant – variabel

Als zweite notwendige Unterscheidung beschreibt Lüscher die Zeit-Raum-Richtungen »**konstant**« (stabil) und »**variabel**« (wechselnd). Sie befinden sich im kategorialen Ordnungssystem in der vertikalen Ebene. **Konstant** ist ein Mensch, der ruhig und stabil bleibt, dessen Verhalten zeitlich von Dauer ist und auch als »introvertiert«

bezeichnet werden kann. **Variabel** hingegen ist eine zeitlich begrenzte Einstellung, die sich immer wieder verändert. Es entspricht der Aufgeschlossenheit für das Neue und Moderne und wird auch als »extrovertiert« bezeichnet.

Dimension III: integrativ – separativ

Die dritte Dimension sind die Diagonalen im Lüscher-Würfel. Rot und Blau bilden die **Integrationsachse**, Gelb und Grün die **Separationsachse**. Das zum Blau gehörende Element Wasser (Sedation) verbindet alles miteinander, und das zum Rot gehörende Element Feuer (Stimulation) egalisiert. Beides ist ein Aspekt der **Integration**, eines Prozesses der Vereinigung und des Sich-Einordnens. Das gelbe Luftelement (Dilatation) verteilt und trennt. Das grüne Erdelement (Kontraktion) zieht alles zusammen und trennt somit ebenfalls. **Separation** beschreibt den Prozess des Differenzierens und der Teilung. Das Element steht auch für das Verlassen der Komfortzone, um neue Erfahrungen zu machen, wodurch eine andere Sichtweise möglich wird, Belastendes zu erkennen und zu benennen und Nützliches vom Schädlichen zu unterscheiden (gelber Quadrant).

Die Bedeutung der vier Grundstrukturen und Selbstgefühle

Aus den drei beschriebenen Dimensionen mit der jeweiligen Polarität ergeben sich vier Grundstrukturen. Max Lüscher hat jeder Struktur eine Farbe zugeordnet, die dem Erleben, Empfinden und Verhalten der Struktur entspricht. Am meisten aber liegt Lüscher an den vier Selbstgefühlen, die von diesen Farben des Würfels unbewusst angesprochen werden.



Die vier Grundstrukturen und Selbstgefühle

Grundstruktur 1: Blau, entspricht »rezeptiv«, »konstant« und »integrativ«. Zu ihr gehört das Selbstgefühl der **eigenen Zufriedenheit**. Sie wird durch den Philosophen **»Diogenes von Sinope«** symbolisiert, der in einem Fass lebte und auf die Frage von Alexander dem Großen, ob er ihm einen Gefallen tun könne, nur antwortete: »Geh mir nur ein wenig aus der Sonne!« Diogenes hat weder durch Reichtum noch durch Macht oder eine bahnbrechende Erfindung Ruhm erhalten. Sein Ideal war die geistige und materielle Unabhängigkeit. Er war scharfsinnig, witzig, schlagfertig und willensstark. Menschen mit eigener Zufriedenheit besitzen nicht nur das Selbstvertrauen, zu fordern, sondern auch das nötige Selbstwertgefühl, verzichten zu können. Sie sind bescheiden, friedliebend und fürsorgend. Wer sich aber zu leicht zufriedengibt, landet in der Selbstverleugnung. Der Betroffene gibt die Möglichkeit auf, sein Leben selbstbestimmt zu führen. Ein Mangel an eigener Zufriedenheit hingegen wird zur Selbstunzufriedenheit, der ständigen Angst und Sorge, im Leben zu kurz zu kommen. Blau steht in Polarität zu Rot, dem Selbstvertrauen. Eine Ausgewogenheit beider Pole zeigt sich durch die Bereitschaft, sowohl verzichten als auch geben zu können.

Grundstruktur 2: Grün, entspricht »direktiv«, »konstant« und »separativ«. Zu ihr gehört das Selbstgefühl der **Selbstachtung**. Es ist der **»Edelmann«** in uns, der Selbstachtung besitzt, seinen innersten Überzeugungen folgt, wahrhaftig und echt ist, und nach bestem Wissen und Gewissen handelt. Bei übertriebener Selbstachtung kommt es zu Stolz, Selbstüberschätzung, Rechthaberei, Machtanspruch oder Arroganz. Bei zu wenig Selbstachtung hingegen entsteht Selbstzweifel mit dem Bedürfnis nach Anerkennung. Grün steht in Polarität zu Gelb, der eigenen Freiheit. Das harmonische Miteinander beider Pole zeigt sich durch eine Erdverbundenheit mit gleichzeitiger Leichtigkeit des Seins.

Grundstruktur 3: Rot, entspricht »direktiv«, »variabel« und »integrativ«. Zu ihr gehört das Selbstgefühl des **Selbstvertrauens**. Es wird vom Bild des **»Robinson Crusoe«** in uns symbolisiert, der ganz auf sich selbst angewiesen, etwas aus seinem Leben macht. Wer aus eigener Initiative eine neue Aufgabe meistern möchte, z. B. das erste Mal allein Autoreifen wechselt oder zum ersten Mal eine Reise in fremde Länder selbst organisiert – wer einen Einfall hat und all seine Kraft und Fähigkeiten einsetzt, um ihn zu verwirklichen, in dem fließt das Pionierblut eines Robinson Crusoe. Selbstvertrauen ist das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die körperliche und geistige Leistungskraft. Wird das Selbstvertrauen übertrieben, kann es zu Selbstübersteigerung und zu Prahlerei kommen. Ein Mangel an Selbstvertrauen kann sich durch Selbstmitleid äußern. Die Polarität zum Selbstvertrauen ist die im blauen Qua-

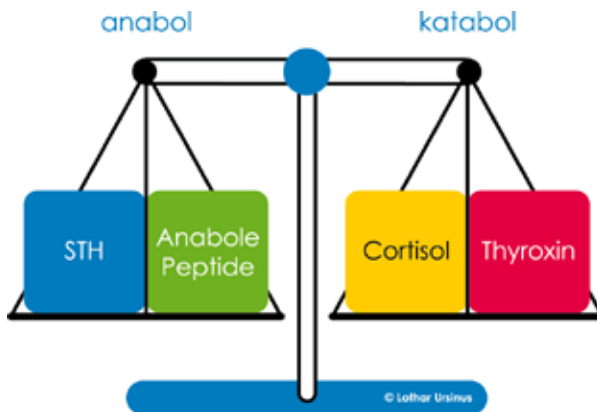
Die Erkenntnis

Mit dem Lüscher-Würfel liegt ein Modell vor, das die universellen Prinzipien des Lebens abbildet und an dem sich die Wechselwirkungen der Einzelkomponenten darstellen lassen. Das Würfelmodell ist von hohem praktischem Nutzen. Die Berücksichtigung der Wandlungsphasen und der Reziprozität eröffnen neue Sichtweisen auf die Entstehung von Krankheiten sowie auf ganzheitliche Wege zur effektiven Therapie.

Als weiterführende Literatur empfehle ich Dr. med. Bodo Köhler *Das Lehrbuch für die vereinte lebenskonforme Medizin*. Bodo Köhler hat in diesem Lehrbuch viele wissenschaftliche Erkenntnisse und Entdeckungen der letzten 100 Jahre zusammengefasst und damit neue Akzente in Diagnose und Therapie chronisch kranker Menschen gesetzt.

Der Zellstoffwechsel als einheitliches Bezugssystem

Die kleinste Einheit in allen biochemischen Abläufen unseres Körpers ist die Körperzelle mit ihrem Stoffwechsel. Zellen bilden die Ordnung für den Aufbau verschiedener Gewebe wie Muskeln, Knochen, Nerven oder Organe. Dabei werden sie von übergeordneten Zentren in uns überwacht. »Labor ganzheitlich« nutzt den **Zellstoffwechsel** als einheitliches Bezugssystem in der Diagnose und der Therapie von Erkrankungen.



Anaboler und kataboler Stoffwechsel

In der Stoffwechselmedizin werden zwei Formen und Phasen des Zellstoffwechsels unterschieden: der **anabole Stoffwechsel**, auch »Synthesestoffwechsel« genannt, umfasst alle Aufbauvorgänge, und der **katabole Stoffwechsel**, auch »Energienstoffwechsel« genannt, sorgt für die kontinuierliche Energiebereitstellung im Organismus. In einem gesunden Organismus besteht ein ausgewogenes Verhältnis dieser beiden Vorgänge. Während der katabole Stoffwechsel am Tag dominiert, in der aktiven Phase, übernimmt der anabole Stoffwechsel nachts, in der Phase von Ruhe und Regeneration, das Steuer. Dieses Wechselspiel wird auch als Regulation und Anpassungsfähigkeit bezeichnet.

Die wissenschaftlichen Grundlagen dazu veröffentlichten Prof. Dr. Dr. Jürgen Schole und Dr. Wolfgang Lutz bereits 1985. Von Jürgen Schole stammt der denkwürdige Satz: »Gesundheit ist die Fähigkeit der schnellstmöglichen Anpassung an wechselnde Umweltbedingungen.«

Erkrankungen, Symptome oder Missempfindungen haben ihre Ursache in einem gestörten Zellstoffwechsel. Dieser ist abhängig von Psyche, Ernährung, Stress und äußeren Bedingungen. Damit der Mensch gesund bleibt, muss die kleinste Funktionseinheit auf sämtliche Einflüsse von innen und außen reagieren und sich anpassen.

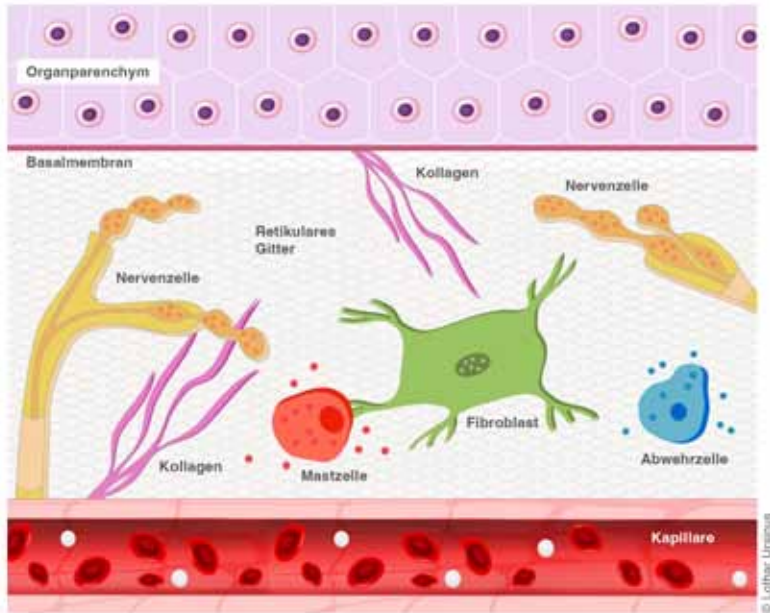
Chronische Erkrankungen können in zwei Gruppen eingeteilt werden:

- **entzündliche Erkrankungen** mit starrer anaboler Stoffwechsellage durch eine verminderte katabole Aktivität
- **degenerative Erkrankungen** mit starrer kataboler Stoffwechsellage durch eine verminderte anabole Aktivität

Mehr zu Zellstoffwechselstörungen in Diagnose und Therapie finden Sie im Kapitel **»Stoffwechsel«** (S. 177).

Die Matrix – das Zelle-Milieu-System

Der Zellstoffwechsel als kleinste biologische Grundfunktion des Lebens hängt von der Regulationsfähigkeit der Matrix ab. Das ist der Ort, an dem das einheitliche Zusammenspiel sämtlicher Körperzellen stattfindet. Jeder Reiz von außen oder innen, jeder Austausch zwischen den Organzellen verläuft über die Matrix. Der Wiener Arzt Prof. Dr. Alfred Pischinger hat mit seinem Team die Matrix erforscht und 1975



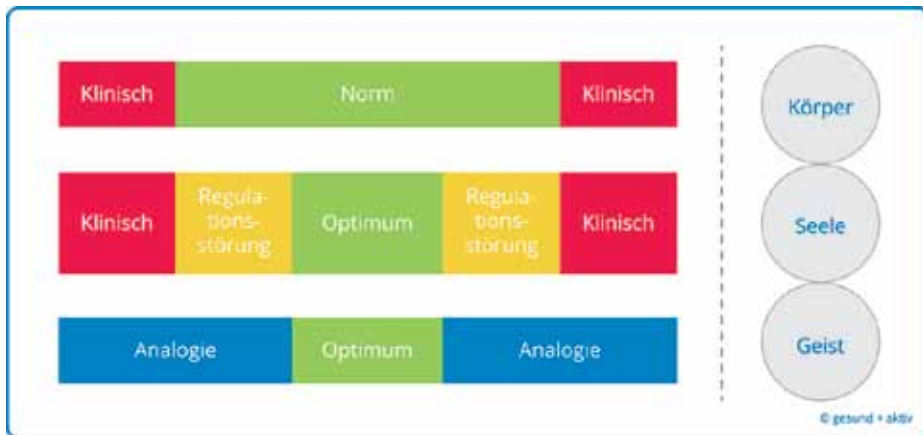
Matrix – Pischinger-Raum

Die Struktur der Matrix wird im Kapitel »Degenerative Erkrankungen« (S. 350) noch einmal genauer erläutert. Wichtig an dieser Stelle ist, dass der Zellstoffwechsel von der Matrix abhängig ist und diese wiederum vom Zellstoffwechsel beeinflusst wird. Die Aufgabe der Matrix besteht darin, das einheitliche Zusammenspiel sämtlicher Körperzellen zu gewährleisten, indem alle Voraussetzungen für einen reibungslosen Energieaufbau- und Informationsaustausch immer wieder neu geschaffen werden. Sie ist damit für den gesundheitlichen Zustand des Organismus verantwortlich.

Interpretation der Laborwerte – die Ampeldiagnostik

Unser Blut ist ein besonderer Saft, der eine Menge Geheimnisse birgt. Um ihm diese zu entlocken, erfolgt die Interpretation der Laborwerte von »Labor ganzheitlich« nach klinischen, naturheilkundlichen und ganzheitlichen Gesichtspunkten. Damit auch der Patient diese Sichtweise nachvollziehen kann und er die Möglichkeit hat, die Laborwerte besser zu verstehen, hat »Labor ganzheitlich« eine grafische Darstellung in Form einer Ampeldiagnostik gewählt. Sie unterscheidet sich gedanklich von

allen grafischen Darstellungen anderer Labore – die Messergebnisse sind natürlich dieselben.



Laborinterpretation

Befund und Befinden – ein essenzieller Unterschied

Die klinische Diagnostik reduziert sich auf die Frage, ob ein Patient gesund oder krank ist. Im Rahmen der Notfallmedizin reicht diese Einteilung auch aus. Beim Arztbesuch erfolgt dann häufig aber die Aussage: »Die Laborwerte sind alle unauffällig.« Trotzdem hat der Patient Schmerzen, Missempfindungen oder anfallsweise Beschwerden. Für chronisch kranke Patienten (das betrifft etwa 80 % aller Patienten) ist diese grobe Einteilung zu gering differenziert.

»Labor ganzheitlich« unterteilt den Normbereich der klinischen Vorgabe in drei einzelne Abschnitte: Der grüne Balken markiert den unbedenklichen Wertebereich (Optimum), der an den Rändern jedoch kontinuierlich in einen gelben Warnbereich (Regulationsstörung) übergeht und schließlich in einen roten Alarmbereich (Klinisch) ausläuft. Das klassische Schwarz-Weiß-Schema, das nur ein Innerhalb oder Außerhalb des Normbereichs zulässt, wird dadurch um wertvolle Zwischentöne der Betrachtung bereichert. So lassen sich bereits frühzeitig Tendenzen einer Stoffwechselentgleisung oder der Schwächung einzelner Organe erkennen.

Ein weiterer und entscheidender Unterschied zur klassischen Laboranalyse liegt in der **analog-sinnhaften Deutung** der einzelnen Werte. Wenn wir davon ausgehen, dass Körper, Seele und Geist eine Einheit sind, finden alle körperlichen Sympto-

me oder physiologisch ablaufenden Prozesse auch analog auf seelisch-geistiger Ebene statt. Jeder einzelne Tropfen Blut enthält schließlich die Information des ganzen Menschen. Laborwerte werden also nicht mehr nur funktionell interpretiert, sondern als Gesamtausdruck bestimmter Lebensprozesse, Lebensbedürfnisse oder Organaktivitäten betrachtet.

Lassen Sie mich das an einem Beispiel verdeutlichen: Vitamin B12 ist im Körper unter anderem für die Zellerneuerung (Zellteilung) erforderlich. Bei einem Mangel ist die Zellerneuerung verlangsamt. Die Folge sind überalterte Körperzellen. Der Betroffene könnte frischer aussehen und sich vitaler fühlen, wäre genug Vitamin B12 vorhanden. Gleiches passiert analog auf seelisch-geistiger Ebene: Der Aspekt »Erneuerung« ist gehemmt. Dem Betroffenen fällt es schwer, Ideen in die Tat umzusetzen. Wird das Vitamin-B12-Depot wieder aufgefüllt, verbessert sich auf körperlicher Ebene des Betroffenen die Zellteilung, auf seelisch-geistiger Ebene ist es für ihn leichter, seine Vorsätze und Ziele umzusetzen. Er kommt aus der »Man müsste mal«-Haltung ins Handeln.

Wichtiger Hinweis

Die nachfolgenden Darstellungen und Beschreibungen der Laborwerte basieren auf den beschriebenen Grundlagen von »Labor ganzheitlich«. Sie können von der allgemeinen Lehrmeinung der Schulmedizin, aber auch von den Erkenntnissen der Naturheilkunde abweichen.

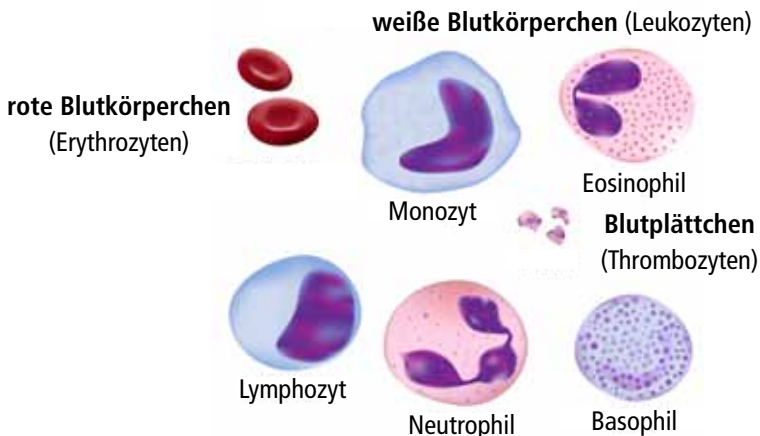
Blutbild

Das Blut besteht etwa zur Hälfte aus einer gelblichen Flüssigkeit, dem Blutplasma, und zur anderen Hälfte aus Zellen, sogenannten Blutkörperchen. Diese unterteilen sich in

- rote Blutkörperchen (Erythrozyten)
- weiße Blutkörperchen (Leukozyten) und
- Blutplättchen (Thrombozyten).

Die Bildung der Blutzellen findet beim Ungeborenen vor allem in Milz und Leber statt. Nach der Geburt übernimmt ausschließlich das Knochenmark diese Aufgabe. Für die Neubildung sind die Nieren als Impulsgeber und die Epiphyse (Zirbeldrüse) als Steuerungsorgan zuständig. In der anthroposophischen Medizin gehört die Blutbildung zum Bleiprozess. Folglich können potenziertes Blei (Plumbum metallicum praep.) oder die Kombination aus Epiphyse und Blei (Epiphysis/Plumbum) begleitend bei der Behandlung von Blutbildungsstörungen eingesetzt werden.

Die Darstellung des Blutbildes gehört zu fast jeder Laboruntersuchung. Im »**kleinen Blutbild**« werden die Anzahl der Erythrozyten, Leukozyten und Thrombozyten sowie der Hämatokrit, ihr Anteil am Gesamtvolumen, die Größe der Erythrozyten (MCV) und deren Eisengehalt (MCH) dargestellt. Das »**große Blutbild**« beinhaltet zusätzlich noch die Differenzierung der Leukozyten in ihre einzelnen Bestandteile.



Blutwert	Gemessener Wert		Referenzbereich	Gemessener Wert im Referenzbereich
BLUTBILD				
Vollständiges Blutbild	E			
Leukozyten	E	4.3 /nl	3.6-10.5	
Erythrozyten	E	4.5 /pl	3.9-5.2	
Hämoglobin	E	14.3 g/dl	11.8-15.8	
Hämatokrit	E ▲	0.47 l/l	0.35-0.46	
MCV	E ▲	105 fl	80-101	
MCH	E	32 pg	27-34	
MCHC	E ▼	31 g/dl	32-36	
Thrombozyten	E	250 /nl	160-370	
Seg. Granulozyten	E	43.7 %	40.0-70.0	
Lymphozyten	E	43.8 %	20.0-44.0	
Eosinophile Gran.	E	2.3 %	0.5-5.5	
Basophile Gran.	E	0.9 %	0.0-1.8	
Monozyten	E	9.3 %	2.0-9.5	

Großes Blutbild

Bedeutung der Blutwerte

Erythrozyten – die roten Blutkörperchen

Referenzbereich Männer 4,5–5,9 Millionen/ μ l Blut
 Frauen 3,8–5,2 Millionen/ μ l Blut

Erythrozyten werden im Knochenmark gebildet und in der Milz sowie durch die Aktivität in den Gefäßen wieder abgebaut. Ihre Gestalt ist scheibenförmig, häufig mit einer Einbuchtung in der Mitte. Die Lebensdauer beträgt etwa 120 Tage. Bei einem gesunden Menschen findet ein ununterbrochener Auf- und Abbau statt.

Die Hauptaufgabe der Erythrozyten ist der Transport des Sauerstoffs, der sich an das in ihnen befindliche Protein Hämoglobin bindet. Diese Eiweißverbindung ist rot und gibt dem Blut seine Farbe.

Für die Herstellung der roten Blutkörperchen werden vor allem Eisen, Vitamin B12 und Folsäure benötigt. Fehlt einer dieser Stoffe oder ist er nicht in ausreichender Menge vorhanden, können nicht genügend Erythrozyten gebildet werden.

Erhöhte Erythrozytenwerte

Eine Erhöhung der Erythrozytenzahl verursacht kaum Symptome. Sie ist häufig eine Begleiterscheinung von Erkrankungen oder ein Hinweis auf Sauerstoffmangel. Werden im Blutbild vermehrt rote Blutkörperchen festgestellt, kann das folgende Ursachen haben:

- Blutkrankheiten mit einer anormalen Vermehrung der Blutkörperchen (Polyglobulie oder Polycythämia vera)
- Sauerstoffmangel durch längeren Aufenthalt im Hochgebirge oder chronische Lungenkrankheiten
- Tabakrauch (das im Tabakrauch enthaltene Kohlenmonoxid bindet sich an das Hämoglobin, das dann keinen Sauerstoff mehr aufnehmen kann)
- schwere Herzschwäche (es kommt so zu einem chronischen Sauerstoffmangel im Gewebe, der Körper reagiert mit der vermehrten Produktion von Erythrozyten)
- Nierenerkrankungen
- Tumore (häufig ein Zeichen bei Nieren- oder Leberzellkarzinom)
- Stoffwechselkrankheiten, z. B. Cushing-Syndrom (chronisch erhöhtes Cortisol)
- Hormontherapien mit Testosteron, Erythropoetin (Doping) oder Cortisonpräparaten

Reduzierte Erythrozytenwerte

Eine Verminderung der Erythrozytenzahl kann zu Konzentrationsstörungen, Schwindel, Leistungsschwäche, Müdigkeit, Kurzatmigkeit oder Herzrasen führen. Ursachen dafür sind:

- Blutverlust (häufig bei chronisch starker Menstruation)
- Krankheiten des Knochenmarks (Leukämie, Tumore)
- Vitaminmangel (Vitamin B12, Folsäure, Vitamin C)
- Eisen- oder Kupfermangel
- chronische Infekte oder Entzündungen
- Tumorleiden
- Lebererkrankungen
- Bleivergiftungen
- chronische Nierenerkrankungen mit Einschränkung der Nierenfunktion
- Hormonstörungen der Schilddrüse, Hypophyse oder Nebenniere
- Medikamente, z. B. Schmerzmittel

Analoge Entsprechung

Die Farbe Rot steht für Dynamik und Kraft. Bei reduzierten Erythrozytenwerten fehlt dem Menschen diese Energie. Die grobstoffliche Sauerstoffversorgung entspricht analog betrachtet der geistigen Durchdringung. Fehlt es an Sauerstoff, ist diese geschwächt und die Wahrnehmung herabgesetzt. In diesem Zusammenhang ist das Organ Niere interessant. Sie ist in der Traditionellen Chinesischen Medizin die Eintrittspforte des Chi (der körperlichen Energie) und in der westlichen Medizin Initiator der Blutbildung (Erythropoese).

Hämoglobin, der rote Blutfarbstoff

Referenzbereich	Männer	13–18 g/dl
	Frauen	12–16 g/dl

Das Hämoglobin, der rote Blutfarbstoff, ist der wichtigste Bestandteil der Erythrozyten. Es besteht aus Eiweißketten und Eisen. Seine Hauptaufgabe ist die Bindung und der Transport des Sauerstoffs. Dieser wird in der Lunge aufgenommen und durch die Blutgefäße transportiert. Die Körperzellen gewinnen in Verbindung mit den Nährstoffen daraus Energie. Auf dem Rückweg sorgt das Hämoglobin für den Abtransport des Kohlendioxids, das dann über die Lunge ausgeatmet wird. Hämoglobin gilt im Blut als Säurepuffer. Die in der Naturheilkunde häufig beschriebene »Übersäuerung« hängt unter anderem von der Menge des im Blut befindlichen Hämoglobins ab. Ein Mangel daran kann Auslöser für eine Gewebsübersäuerung sein. Zur Beurteilung des Säure-Basen-Haushalts sollten daher immer auch die Elektrolyte im Vollblut und im Serum bestimmt werden. Nach Abbau der Erythrozyten in der Milz entsteht aus dem Hämoglobin das Bilirubin.

Neben der Anzahl der Erythrozyten ist die Höhe des Hämoglobinspiegels das wichtigste Kriterium einer Anämie oder Polyglobulie.

Erhöhte Hämoglobinwerte

Erhöhungen des Hämoglobinspiegels entsprechen meist einer parallel erhöhten Zahl an roten Blutkörperchen. Auslöser sind beispielsweise:

- längere Aufenthalte im Hochgebirge oder eine Lungenerkrankung (der Körper versucht, den Sauerstoffmangel durch vermehrte Bildung von Erythrozyten auszugleichen)

- verstärkte Blutbildung im Knochenmark bei gutartigen oder bösartigen Tumoren (Krankheitsbild der Polycythämie vera oder Polyglobulie)
- Medikamente, z. B. EPO (Erythropoetin, das auch von den Nieren gebildet wird), das beim Doping im Leistungssport Anwendung findet

Reduzierte Hämoglobinwerte

Verminderte Hämoglobinwerte im Blut entsprechen hinsichtlich der Ursachen denen einer verminderten Erythrozytenzahl:

- Eisenmangel ist eine der häufigsten Ursachen reduzierter Hämoglobinwerte. Der Körper kann ohne Eisen kein Hämoglobin bilden. Eisenmangel entsteht häufig bei Frauen mit einer zu starken Menstruation.
- Vitamin-B12- oder Folsäuremangel aufgrund einer unausgewogenen Ernährungsweise oder eines zu alkalischen Darmmilieus
- verstärkter Zellzerfall (Hämolyse – kann bei der Blutentnahme entstehen, wenn der Arm zu lange gestaut wird, durch Infektionen, Tumore oder Störungen im Immunsystem)

Analoge Entsprechung

Der rote Blutfarbstoff entspricht in der analogen Betrachtung dem Eisen. Grundsätzlich können physiologische Probleme in diesem Bereich der Frage nach der inneren Stabilität zugeordnet werden. Näheres zum Eisen in der analogen Betrachtung erfahren Sie im Kapitel über Eisen und Kupfer (S. 77).

Hämatokrit

Referenzbereich	Männer	0,40–0,52 g/dl
	Frauen	0,35–0,47 g/dl

Blut ist buchstäblich dicker als Wasser. Die Blutzellen (Erythrozyten, Leukozyten, Thrombozyten) sind die festen Bestandteile. Gemeinsam machen sie etwa 45 % des Blutes aus. Dieser Wert wird als Hämatokrit bezeichnet.

Erhöhte Hämatokritwerte

Erhöhte Hämatokritwerte vermindern die Fließeigenschaft des Blutes (Viskosität). Es kommt zu einer Mehrbelastung des Herzens und zu einer mangelhaften Durchblutung des Gewebes. Ursachen dafür können sein:

Stoffwechsel

Was ist der Stoffwechsel?

Stoffwechsel ist nicht dasselbe wie Verdauung. Der Stoffwechsel, auch Metabolismus genannt, ist die treibende und lebenserhaltende Kraft des Körpers. Er sorgt für die Umwandlung und den Transport aller Nährstoffe, die unsere Körperzellen zum Erhalt und zur Energiegewinnung benötigen.

Das, was wir essen, wird zerkleinert, verarbeitet und sowohl in verwertbare als auch in nicht weiter brauchbare Bestandteile sortiert. Kohlenhydrate, Eiweiße, Fette, Vitamine, Mineralien und Spurenelemente werden über den Blutkreislauf in alle Zellen des Körpers gebracht. Unbrauchbare Substanzen werden über Galle oder Nieren ausgeschieden.

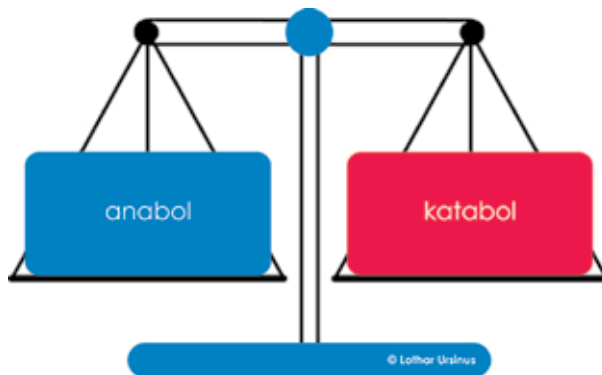
Das Hormon- und das Nervensystem steuern die Stoffwechselprozesse. Beeinflusst werden sie durch die aufgenommenen Nahrungsmittel, Umweltfaktoren und körperliche Bewegung. Das wichtigste Stoffwechselorgan ist die Leber. Bedingt durch Gene und Lebensumstände hat jeder Mensch ein individuelles Stoffwechselprofil.



Synthese- und Energiestoffwechsel

In der Medizin werden zwei Formen und Phasen des Stoffwechsels unterschieden: anabole und katabole Prozesse.

- Der **anabole Stoffwechsel**, auch »Synthesestoffwechsel« genannt, umfasst alle Aufbauvorgänge, die für das Wachstum der Zellen und ihre Erhaltung erforderlich sind. Außerdem ist der anabole Stoffwechsel für den Stressabbau und das Immunsystem zuständig.
- Der **katabole Stoffwechsel**, auch »Energiestoffwechsel« genannt, sorgt für den Abbau Energie liefernder Nährstoffe, für die kontinuierliche Energieproduktion und einen ausreichenden Vorrat an einfachen organischen Substanzen.



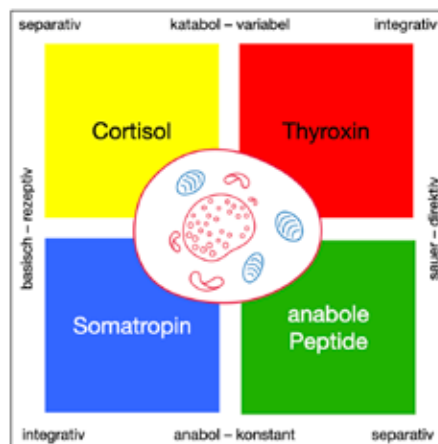
Ausgewogenes Verhältnis beider Stoffwechselvorgänge

In einem gesunden Organismus besteht ein ausgewogenes Verhältnis dieser beiden Stoffwechselvorgänge. Während der katabole Stoffwechsel am Tag dominiert, in der aktiven Phase, übernimmt der anabole Stoffwechsel nachts, in der Phase von Ruhe und Regeneration, das Steuer. Dieses Wechselspiel wird auch als »Regulation« und »Anpassungsfähigkeit« bezeichnet.

Die wissenschaftlichen Grundlagen dazu veröffentlichten Prof. Dr. Dr. Jürgen Schöle und Dr. Wolfgang Lutz bereits im Jahre 1985. Von Schöle stammt auch folgende Definition von Gesundheit: »Gesundheit ist die Fähigkeit der schnellstmöglichen Anpassung an wechselnde Umweltbedingungen.«

Beide wiesen nach, dass eine Regulation des Zellstoffwechsels nur möglich ist, wenn Cortisol (Nebennieren) und Thyroxin (T3/T4 der Schilddrüse) als katabol wirkende Hormone gemeinsam mit Somatotropin (STH, Wachstumshormon) und anabolen Peptiden anwesend sind. Die Ausgewogenheit dieser vier Komponenten wird als »Basisregulation« bezeichnet.

Dr. Bodo Köhler hat diese Grundlagen weiterentwickelt und die Erkenntnisse mit der Regulationspsychologie nach Max Lüscher und den polaren Systemen der Medizin in Verbindung gebracht. Er beschreibt in seinen Büchern und Veröffentlichungen, dass sämtliche Erscheinungen im Universum, jedes Leben und alle Funktionseinheiten dem Gesetz der Vierheit unterworfen sind. Alles steht in Wechselbeziehung mit jeweils drei anderen Aspekten, und alle sind oder sollten in Polarität zueinander aktiv sein. Seine hochinteressanten Erkenntnisse hat er in einem Artikel unter dem Titel »Der 4-polige Mensch und die Drehscheibe des Lebens« und in seinem Buch *Das Lehrbuch für die vereinte lebenskonforme Medizin* zusammengefasst.



Der Stoffwechsel im Lüscher-Würfel

Während einer körperlichen Anstrengung nutzen wir den katabolen, in der Erholungsphase den anabolen Anteil. Solange sich der Stoffwechsel immer wieder ins Gleichgewicht bringt, also beide Anteile in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen, sprechen wir von einer intakten Regulation. Ist dieser Ausgleich nicht mehr möglich, besteht eine Regulationsstörung, die sich in Form von Symptomen und letztlich als Krankheit zeigt.



Stoffwechselregulation

Stoffwechselstörungen, ihre Ursachen, Folgen und Symptome

Die kleinste Einheit in allen biochemischen Abläufen unseres Körpers ist der Zellstoffwechsel. Die Zellen bilden die verschiedenen Gewebe und Organe des Körpers, z. B. Magen, Darm, Knochen, Nerven usw. Ein gestörter Zellstoffwechsel ist somit der Ausgangspunkt allen Unwohlseins, aller Symptome oder Erkrankungen.

Ursachen für Stoffwechselstörungen:

- **Ernährung:** Häufig wird zu viel, zu oft, zu schnell und zu hochkalorisch (kohlenhydratlastig) gegessen sowie stoffwechselfremde Nahrungsmittel, die der individuelle Stoffwechsel aufgrund seiner genetischen und epigenetischen Prägung nicht verarbeiten kann (die Folge sind Mangelzustände oder Überfrachtung).
- **Dauerstress** mit Überforderung eines Funktionssystems (Nebennieren und Schilddrüse)
- **Bewegung** in Form einer Über- oder Unterforderung (Zu wenig Bewegung führt zu Einlagerung von Energie liefernden Substanzen, eine dauerhafte Überforderung kann oxidativen Stress begünstigen.)
- **Toxische Belastungen** aus der Umwelt durch Giftstoffe, die grobstofflich (Medikamente, Metalle, Mikroplastik etc.), aber auch feinstofflich sein können (häusliche Lebens- oder Umgebungssituation)

Aus den Ursachen ergeben sich je nach »Locus minoris resistentiae«, dem Ort der größten Schwäche im Organismus, individuelle Störungen im Stoffwechsel. Diese können sein:

- Störungen im Kohlenhydratstoffwechsel mit Reduzierung des Wachstumshormons
- Insulinresistenz der Körperzellen
- Darmbarrierestörungen (Leaky Gut)
- niedriggradige Entzündungen
- eine gestörte Entgiftung
- funktionelle Organstörungen
- hormonelle Dysregulationen (Hormonstörungen)
- Defizite an Vitalstoffen wie Vitaminen, Mineralien etc. mit entsprechenden Mangelerscheinungen

Die aufgeführten Ursachen bzw. ihre Auswirkungen führen einzeln und in Kombination zu einer Stoffwechselentgleisung, entweder in Richtung anabol oder in katabol. Sie können über einen langen Zeitraum unbemerkt bleiben. Erst wenn der Organismus nicht mehr in der Lage ist, sie zu kompensieren, entwickelt er ein Symptom, das eigentlich als Warnsignal verstanden werden soll. Aus der Summe der Symptome ergibt sich in der Medizin ein Krankheitsbild mit einer bestimmten Bezeichnung. Wie sich die jeweilige Auswirkung im Stoffwechsel zeigt, ist jedoch von vielen Faktoren abhängig und je nach Stoffwechselpprägung unterschiedlich.

Typische Symptome sind:

- Schlafstörungen, Leistungsschwäche
- Hauterkrankungen, Darmstörungen, Hormonstörungen, Migräne, Autoimmunerkrankungen, Gewichtsveränderung, Osteoporose, Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Arteriosklerose, Herzinfarkt, Krebs
- Depressionen, Alzheimer, Demenz

Stoffwechselstörungen		
Ursachen	Störungen im Stoffwechsel	Symptome
Ernährung Mangelzustände/Überfrachtung	Kohlenhydratstoffwechsel Insulinresistenz Darmbarrierestörungen (Leaky Gut) niedriggradige Entzündungen gestörte Entgiftung funktionelle Organstörungen hormonelle Dysregulationen Mangelercheinungen Vitamine, Mineralien etc.	Leistungsschwäche, Schlafstörungen, Neurodermitis, Schuppenflechte, Migräne, Kopfschmerzen, Schilddrüsenunter- oder Überfunktion, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Apoplex, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, Blähungen, Verstopfung, Durchfall, Osteoporose, Arthrose, Gicht, Diabetes mellitus, Krebs, Wechseljahresbeschwerden, Autoimmunerkrankungen, Depression, Alzheimer, Demenz

© Lothar Unsinn

Auswirkungen der Ernährungsweise auf den Stoffwechsel

Essen ist die Grundlage unseres Lebens. Die zugeführte Nahrung wird im Mund zerkleinert und im Magen durch Säure und Enzyme chemisch zerlegt. Erst im Dünndarm werden die Makronährstoffe Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette durch Enzyme in ihre einzelnen Bestandteile aufgespalten und aufgenommen. Der Dickdarm ist der Schwerstarbeiter des Körpers. Seine Aufgabe ist es, dem noch flüssigen Speisebrei, der aus dem Dünndarm kommt, Wasser und Salze zu entziehen und den unverdaulichen Rest über den Enddarm auszuscheiden. Neben den Enzymen sind die Darmbakterien wichtige Helfer des Verdauungs- und Stoffwechselsystems.

Zur Gesunderhaltung benötigt der Stoffwechsel **gute Kohlenhydrate** mit niedriger glykämischer Last (z. B. in stärkefreiem Gemüse), **wertvolle Eiweiße** (z. B. in Fisch, Fleisch, Eiern, Nüssen), **gesunde Fette** (z. B. in Leinöl, Olivenöl) und **stilles Wasser** in einem ausgewogenen Verhältnis.

Erkrankungen – Ausdruck einer gestörten Regulation

In diesem Kapitel beschreibe ich meine Sichtweise und Behandlungsansätze zu **Autoimmunerkrankungen, degenerativen Erkrankungen, Osteoporose, Migräne** und **Sodbrennen**. Diese basieren auf den Schriften der anthroposophischen Medizin, der Anwendung des kategorialen Ordnungssystems nach Max Lüschner, den Erkenntnissen der vereinten lebenskonformen Medizin nach Dr. Bodo Köhler und meiner langjährigen Zusammenarbeit mit Patienten.

Die von mir empfohlenen naturheilkundlichen Arzneimittel stellen lediglich eine Auswahl der möglichen Therapeutika dar. Sie sollten im jeweiligen Einzelfall weniger dem Krankheitsbild, sondern vielmehr den individuellen Bedürfnissen des Patienten entsprechen.

Autoimmunerkrankungen

Ganzheitliche Sicht

Das Thema »Autoimmunerkrankungen« scheint in der heutigen Medizin fast zur Modeerscheinung geworden zu sein, da alle Krankheiten mit immunologischen Phänomenen und chronischem Verlauf in diese Gruppe eingeordnet werden – insbesondere, wenn sonst keine gängige Theorie über ihre ursächliche Entstehung existiert.

Beschrieben werden Autoimmunerkrankungen als chronisch-entzündliche Prozesse im Körper, bei denen das Immunsystem körpereigene Strukturen angreift und zerstört. Es ist ein sogenannter autoaggressiver Prozess, bei dem der Körper die Fähigkeit verloren hat, zwischen »eigen« und »fremd« zu unterscheiden.

Der Begriff »Aggression« beschreibt eine seelische Tätigkeit, die jeder in sich trägt. Meist wird er mit einer negativen zerstörerischen Aktivität in Verbindung gebracht. Doch Aggression (»aggredi«, lateinisch für »etwas angehen«), im ursprünglichen, positiven Sinn verstanden, beseitigt Hindernisse, damit sich Neues entwickeln kann.

Das ist ein wichtiger Aspekt in der Betrachtung von Autoimmunerkrankungen oder auch Autoaggressionsprozessen.

Auf physiologischer Ebene finden wir die Zellzerstörung als **Abbautätigkeit** im Zellstoffwechsel wieder. Dem steht die Regenerationsfähigkeit als **Aufbautätigkeit** entgegen. Jede Zellerneuerung bedingt den Abbau alter Zellen. Diese Regeneration durch Selbstzerstörung und Wiederaufbau geschieht ein Leben lang und wird vom Organismus selbst durchgeführt. Stellen Sie sich vor, Sie würden nur rote Blutkörperchen produzieren, ohne die alten zu entsorgen. Sie hätten innerhalb kürzester Zeit verstopfte Blutgefäße. Das wäre ein Zustand, der mit dem Leben nicht vereinbar ist.

Die dabei wirkenden körperlichen und seelisch-geistigen Kräfte sind untrennbar. Sie sollten bei allen Autoimmunerkrankungen gleichermaßen in der Therapie unterstützt werden.

Anthroposophische Sicht

Die von Rudolph Steiner vermittelte Anthroposophie versteht die Entwicklung des Menschen in Zyklen von jeweils sieben Jahren, so wie es auch die Lehre der Chakras in der östlichen Medizin vorsieht.



1.–21. Lebensjahr: körperliche Reifung, 22.–42. Lebensjahr: seelische Reifung

In den ersten drei mal sieben Jahren benötigt der Mensch Zeit für die körperliche Reifung. Der Körper und das Immunsystem entwickeln und verändern sich in dieser Phase und werden individualisiert. Früher war man mit 21 Jahren »volljährig«, da das Wachstum auf körperlicher Ebene bis zu diesem Lebensjahr als abgeschlossen galt.

Noch einmal drei mal sieben Jahre benötigt der Mensch für die seelische Entwicklung. Idealerweise sind wir mit 42 Jahren im Sinne von Körper und Seele ein vollständiger Mensch. Das Immunsystem ist erst nach dieser Zeit wirklich reif und ausgewachsen, auch wenn es bis ans Lebensende stetig weiter lernt.

Interessant ist in diesem Zusammenhang, dass die meisten Autoimmunerkrankungen zwischen dem **20. und 40. Lebensjahr**, also in der Reifezeit der Seele, entstehen.

Besonders wichtig ist die körperliche Immunität in den ersten 20 Jahren, denn in diesem Lebensabschnitt wird der Mensch in seiner Entwicklung stark von außen geprägt, z. B. von Eltern, Geschwistern, Vorbildern, Freunden, Erziehern oder Lehrern. Diese ahmt er nach, bis er sich zu einer eigenständigen Person entwickelt hat.

Das gilt auch für das Immunsystem: Es wird von der Mutter übernommen und individualisiert sich dann durch eigene Erfahrungen weiter. Krankheiten trainieren das Immunsystem. Das gilt insbesondere für die klassischen Kinderkrankheiten, die heute durch die umfangreichen Impfungen nicht mehr richtig durchlebt werden können. Aus Sicht der anthroposophischen Medizin sind gerade diese Erkrankungen für die individuelle Entwicklung von besonderer Bedeutung. Die vollständige Individualisierung des Körpers gelingt daher heutzutage häufig nicht mehr. Das, was nicht der eigenen Persönlichkeit angepasst werden konnte, kann als möglicher zukünftiger Krankheitsherd angesehen werden.

Bedenkt man, mit welcher Kraft das Immunsystem sich beispielsweise gegen transplantierte Organe wehrt, ist vorstellbar, dass es mit der gleichen Dynamik organische Reste aus der Erbgesetzmäßigkeit in Form von Autoimmunerkrankungen bekämpft. Autoimmunprozesse sind fast immer durch Störungen in der Kindheit und bis zum 21. Lebensjahr begründet. Sie können sich überall im Körper entwickeln. Es gibt jedoch bevorzugte Organe oder Gewebe, in denen unveränderte Anteile des Erbleibs existieren.

Diese Sichtweise möchte ich anhand der **Hashimoto-Thyreoiditis** und anhand des **systemischen Lupus erythematodes** als der tiefgreifendsten Autoimmunerkrankung darstellen. Betroffen sind die Organe Schilddrüse bzw. Nieren. Über die Hashimoto-Thyreoiditis habe ich bereits im Abschnitt zur Schilddrüse (S. 263) gesprochen. Da es die aktuell häufigste organbezogene Autoimmunerkrankung ist, nehme ich das Thema hier noch einmal mit auf.

Der systemische Lupus erythematodes (SLE)

Der systemische Lupus erythematodes zählt neben der Autoimmunhepatitis zu den tiefgreifendsten Autoimmunerkrankungen. Er manifestiert sich am Binde- und Stützgewebe und durchzieht so den gesamten Organismus. Die wichtigsten Antikörper richten sich gegen die Zellkernsubstanz (antinukleär).

Bei dieser Krankheit sind junge Frauen neunmal häufiger betroffen als Männer. Sie geht von Affektionen des Bindegewebes und der Arterien aus und zeigt sich an verschiedenen Orten wie Herz, Lunge, Leber, Gelenken oder Gehirn mit einem typischen schmetterlingsförmigen Ekzem im Gesicht sowie rezidivierenden Fieberschüben. Das Ekzem muss nicht in allen Fällen deutlich sichtbar oder erkennbar sein.



Schmetterlingsförmiges Ekzem

Am zentralsten für diese schwere Erkrankung erscheint mir die Nierenorganisation, die neben den beiden Nieren die Harnleiter, die Harnblase und auch die Nebennieren einschließt.

Neben der Reinigung des Blutes und der Rückresorption (Prozess der Individualisierung) haben die Nieren noch weitere lebenswichtige Aufgaben im Rahmen des Hormonsystems:

- Die Nierenhormone regulieren z. B. den Tonus der Gefäße und des Bindegewebes.
- Durch sie wird der Blutdruck gesteuert, z. B. im Renin-Angiotensin-System.
- Das Erythropoetin-Hormon regt die Bildung des roten Blutfarbstoffs (Hämoglobin) an.

- Die Niere ist aus anthroposophischer Sicht das Hauptorgan der Ausatmung und ist so mit dem Thema »Loslassenkönnen« verbunden.

Es ist eine Rudolf Steiners geisteswissenschaftlicher Forschung entstammende Feststellung, dass jeder Mensch ein eigenes Licht bildet, mit dem er in die Welt hineinleuchtet. Dieses innere Licht strahlt durch die Augen und wird von einem empfindsam Beobachtenden dort auch wahrgenommen.

Lichtbildung und damit Leichtigkeit, Ausatmung und zugleich Ausscheidung und damit Erfrischung des Organismus sind wesentliche Funktionen der Nierenorganisation, die im gesamten Organismus wirksam wird, weit über das anatomisch begrenzte Organ Niere hinaus.

Auf der seelischen Ebene ist die Nierenorganisation der Ort, an dem Leib und Seele miteinander verbunden werden. Tief im Unterbewusstsein liegt hier die Empfindungswelt, mit der wir moralisch beurteilen (»gut« oder »böse«), von der Steiner sagte, dass sie uns das »Einssein mit Gott« vermitteln könne. Diese Organwelt mit ihren Funktionen und Tätigkeiten wird beim Erythematodes von der Autoimmunkrankheit angegriffen.

Diagnose und Behandlung

Eine Patientin von mir, Marianne, geboren 1968, bekam 1996 nach einer schmerzhaften Trennung erstmalig heftige Gelenksbeschwerden und eine Blasenentzündung. Die bis dahin gesunde Leistungssportlerin dachte, das wird sich schon geben. Eine Behandlung mit Antibiotika brachte etwas Ruhe in das Krankheitsgeschehen. Die Gelenksbeschwerden und auch die Blasenentzündung flammten zeitweise jedoch immer wieder auf. Ihrem Leistungssport ging sie trotz erheblicher Schmerzen weiter nach. Als »Kämpferin« verstand sie es, die Signale ihres Körpers zu ignorieren. Sport war ihr Lebenselixier.

Nach der Geburt ihres Sohnes im Jahr 2005 traten die Beschwerden an den Gelenken wieder vermehrt auf. Hinzu kam eine starke Abgeschlagenheit sowie Kopf- und Unterleibsschmerzen. Ihre Karriere im Leistungssport musste sie aufgrund der Beschwerden aufgeben. Auch die Verantwortung ihrem Sohn gegenüber veranlasste sie, dem Krankheitsgeschehen auf den Grund zu gehen.

Der Hausarzt führte diverse Laboruntersuchungen durch, ohne eine eindeutige Diagnose zu erhalten. Nachdem ihre schmerzhaften Gelenksbeschwerden immer häufi-

ger auftraten und sie sich keinen Rat mehr wusste, bat sie einen befreundeten Laborarzt um Hilfe. Er veranlasste einige spezielle Untersuchungen, die Folgendes abklären sollten:

- rheumatoide Arthritis (entzündliche Erkrankung der Gelenke)
- Kollagenosen (Bindegewebserkrankungen)
- Vaskulitiden (Gefäßerkrankungen)
- Fibromyalgie (Weichteilrheumatismus)
- Autoimmunerkrankungen
- Lyme-Borreliose (bakterielle Infektion durch Borrelien)

Die umfangreichen Laboruntersuchungen mit spezifischen Werten aus der Immun-diagnostik brachten Klarheit. Die Diagnose: systemischer Lupus erythematodes (SLE).

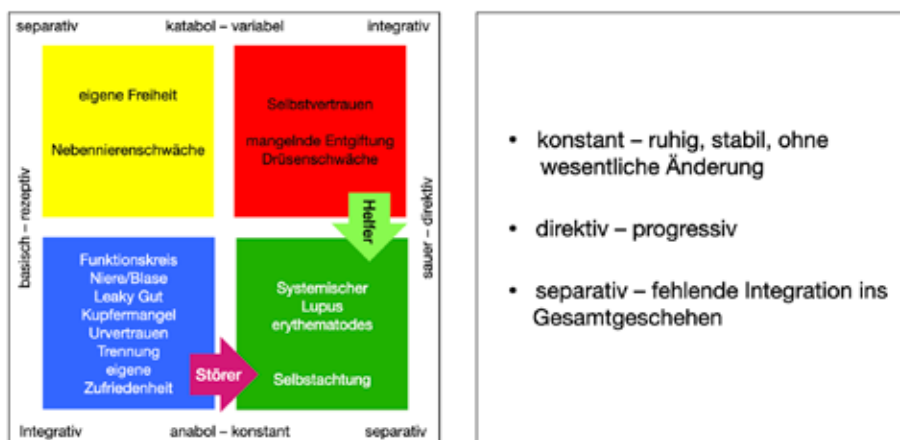
Blutwert	Gemessener Wert	Referenz-bereich	Gemessener Wert im Referenzbereich
Autoimmundiagnostik			
Antinukleäre Antikörper IFT (ANA)	1 : 160 + Titer	< 1 : 80	
ds-DNA-AK (Crithidia luciliae IFT)	1 : 40 + Titer	< 1 : 10	
Thrombophilie-Diagnostik			
Cardiolipin-IgG-AK	0,50 U/ml	< 10	
Cardiolipin-IgG-AK	61,80 + U/ml	< 10	
beta 2-Glycoprotein I-IgG	< 0,01 U/ml	< 10	
beta 2-Glycoprotein I-IgG	123,70 + U/ml	< 10	
Komplementsystem			
C3-Komplement	1,0 g/l	0,9 - 1,8	
C4-Komplement	0,1 g/l	0,10 - 0,40	

Spezifische SLE-Diagnostik

ANA (Antinukleäre Antikörper) als Suchtest bei Verdacht auf Kollagenosen ist erhöht, ebenso weisen die ds-DNA-Antikörper, die spezifisch für SLE sind, erhöhte Werte auf. Doch beide Werte sind nicht in dem Maß erhöht, wie es der Schulmediziner bei SLE erwarten würde. Die Gefäßdiagnostik mit den erhöhten Cardiolipin-Antikörpern ist ebenfalls ein aktives Geschehen mit Hinweis auf SLE. Das Komplementsystem weist Grenzwerte auf.

In vergangenen Untersuchungen waren vereinzelte Parameter wesentlich höher, wobei nicht immer alle gleichmäßig angestiegen sind.

Das Krankheitsgeschehen ist, solange es sich in einem chronischen Zustand befindet, als konstant (ruhig, stabil, ohne wesentliche Änderung), direktiv (progressiv) und separativ (fehlende Integration ins Gesamtgeschehen) einzustufen. Das entspricht dem grünen Quadranten im kategorialen Ordnungssystem, dem Ort, in dem fast alle Autoimmun- und chronisch-entzündlichen Erkrankungen als anabole Prozesse wiederzufinden sind.



SLE im kategorialen Ordnungssystem

Laborparameter aus der Vital- und Stoffwechselanalyse

Die wichtigsten Laborwerte, die in der umfangreichen Vital- und Stoffwechselanalyse Beachtung finden sollten, entsprechen denen, die bereits bei der Hashimoto-Thyreoiditis beschrieben wurden.



Das Standardwerk zur ganzheitlichen Blutdiagnostik

Laboranalysen von Blutproben sind ein gängiges Mittel, den Gesundheitszustand von Patienten besser zu verstehen. Doch bedeutet ein und derselbe Wert – beispielsweise Cholesterin, Harnsäure oder Cortisol – nicht immer das Gleiche. Er muss im Gesamtzusammenhang der Befunde und des ganzen Menschen betrachtet werden. Erst dann können die wahren Ursachen von Erkrankungen etwa im Stoffwechsel, Lebensstil oder der Ernährung erkannt werden. Doch selbst erfahrene Fachleute verlieren angesichts der unzähligen Parameter zu Blutbild, Vitaminen und Spurenelementen, Nährstoffen, Enzymen und Hormonen schnell einmal die Übersicht.

Der Experte für ganzheitliche Therapie Lothar Ursinus erklärt aus Sicht der Schul-, Regulations- und Komplementärmedizin, worauf es bei der Interpretation einer Blutdiagnostik ankommt und wie sich körperliche, seelische und geistige Aspekte in ihr widerspiegeln.

Auf dem neuesten Stand der Forschung unterstützt dieses Buch Sie dabei, die besten Maßnahmen für Ihre Patienten zu ergreifen.