

37. Jahrgang

Nr. 7 - 10/14

Juli - Oktober 2014

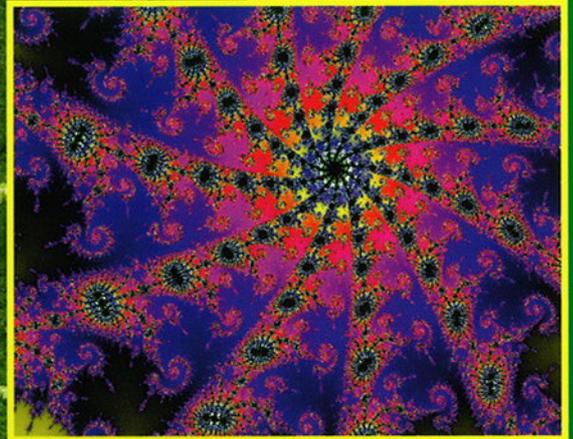
55. Jahrgang

*Zeitschrift für
freiheitliche Ordnung
im ärztlichen Beruf*



NATUR- Heilkunde DER FREIE ARZT

JOURNAL für die Ganzheits-Medizin®



Fraktale –
persönliche
Bildaffirmation

**Erkältung – Immunsystem
Magen-Darmerkrankungen**

Akute und chronische Gastritis – ein häufiges Magenleiden

Fachbeitrag von Peter Elster, geprüfter Präventologe und Heilpraktiker

Der Magen ist eines der zentralen Organe des Verdauungstrakts. Sein saures Milieu (pH-Wert 1 bis 2) stellt sicher, dass chemische Strukturen aus der Nahrung, insbesondere die Eiweiße, so aufgeschlossen werden, dass sie für den späteren Prozess der Nährstoffaufnahme in den folgenden Darmabschnitten optimal aufbereitet sind. Zudem werden durch die Säuren pathogene Keime mit großer Sicherheit abgetötet. Zur Verhinderung einer Selbstverdauung verfügen die Epithelzellen in der Magenschleimhaut über einen speziellen Aufbau. Die Hauptzellen bilden die Pepsinogene, eine inaktive Vorstufe des Pepsins zur Eiweißspaltung. Zur Aktivierung wird Magensäure aus den Belegzellen benötigt – auf diese Weise und durch die Schleim produzierenden Nebenzellen wird verhindert, dass der Magen selbst von Säuren geschädigt wird.

Verschiedene Faktoren jedoch können diesen Schutzmechanismus stören – vor allem nicht-steroidale Antirheumatika (NSAR), Alkoholabusus, Nikotin und Vergiftungen durch verdorbene Lebensmittel. Die typische Folge ist eine akute inflammatorische Reaktion. Als begünstigende Parameter, bisweilen sogar als alleinige Ursache, sind Stress, psychische Belastungen, Schocksituationen oder schwere Traumata zu nennen. Die Ausheilungschancen bei rechtzeitiger Therapie einer akuten Gastritis sind gut. Anders die chronische Gastritis, die in verschiedene Typen klassifiziert wird:

- **Gastritis Typ A:** Form einer Autoimmunerkrankung; der Körper wehrt eigenes Magenschleimhautgewebe ab (ca. 1 Prozent der Fälle)

- **Gastritis Typ B:** Bei dieser mit Abstand häufigsten Gastritis-Form liegt dem entzündlichen Prozess eine Infektion mit dem Bakterium *Helicobacter pylori* zugrunde (ca. 80 bis 90 Prozent der Fälle)

- **Gastritis Typ C:** Ursache ist hier der Rückfluss basischer Gallenflüssigkeit über das Duodenum in den Magen (ca. 10 bis 15 Prozent der Fälle).

Nicht immer deutliche Symptomatik

Die Symptomatik kann bei Gastritis sehr unterschiedlich sein – vom asymptomatischen Verlauf bis hin zu gravierenden Beschwerden ist alles möglich. Typisch sind ein flaeses Gefühl im Oberbauch, das sich nach dem Essen verstärkt, Inappetenz, Völlegefühl, Flatulenz, Übelkeit, bisweilen sogar Erbrechen. Grundsätzlich gilt: Die akute Gastritis verläuft tendenziell mit deutlicheren Symptomen als die chronische Gastritis.

Die Häufigkeit der Typ-B-Gastritis ist auf die hohe Durchseuchungsrate mit *Helicobacter pylori* in den westlichen Industrieländern zurückzuführen: Circa 60 Prozent aller Menschen über 60

Jahre sind Schätzungen zufolge mit dem Erreger infiziert. Längst nicht immer kommt es dabei jedoch auch zur Entwicklung einer Gastritis – die zugrunde liegenden Mechanismen für einen tatsächlichen Ausbruch der Krankheit wer-

den derzeit noch erforscht. Es ist bekannt, dass *Helicobacter pylori* säureresistent ist und deshalb im Magen dauerhaft existieren kann – dank eines alkalischen Enzyms, das die Schleimhaut schädigt. Die typische Lokalisation der Typ-B-Gastritis ist der Bereich des Antrums. Oft ist der Verlauf asymptomatisch und der Befund wird nur zufällig im Rahmen einer gastrointestinalen Diagnostik (Gastroskopie) erhoben. Der exakte Erregernachweis kann dann mittels verschiedener Methoden erfolgen, wobei neben dem direkten Biopsienachweis vor allem der ¹³C-Harnstoff-Atemtest angewendet wird.

Schulmedizinische Therapiekonzepte

Die Schulmedizin behandelt auch asymptomatische Formen der Gastritis, da die chronische Form grundsätzlich die Gefahr von Komplikationen birgt – zu nennen sind hier vor allem das *Ulcus ventriculi*, aber auch Magenblutungen oder lebensbedrohliche Magenperforationen. Darüber hinaus ist das Magentumorrisiko bei Menschen mit nachgewiesenem *Helicobacter pylori* erhöht. Auch aus naturheilkundlicher Sicht stellt ein chronischer Entzündungsprozess eine im Hintergrund schwelende Dauerbelastung für den Organismus dar, so dass eine (kurative) Therapie angeraten erscheint.

Auf schnelle Wirksamkeit und weniger auf Kausalität ausgerichtet sind schulmedizinisch eingesetzte Medikamentengruppen wie Antazida zur Säurebindung oder Protonenpumpenhemmer beziehungsweise H₂-Rezeptorenblocker, deren Wirkprinzip darauf beruht, die Magensäureproduktion zu drosseln, was die schmerzhaften Beschwerden lindert. Die Säurereduktion ist positiv für die Schleimhautregeneration, andererseits jedoch wird der Verdauungsprozess bei Säuremangel beeinträchtigt, die Nahrungsverwertbarkeit sinkt und die Gefahr einer Infektion mit anderen Keimen steigt.

Mit der Eradikationstherapie wird versucht, das Bakterium *Helicobacter pylori* zu bekämpfen. Üblicherweise werden für ein bis zwei Wochen Antibiotika und Säureblocker verordnet. Die Nachteile: Aufgrund von Resistenzbildungen liegt die Erfolgsquote bei derzeit nur noch rund 70%. Zudem ist unter anderem mit einer Darmdysbiose zu rechnen, die den Verdauungstrakt



insgesamt eher schwächt und das Risiko einer Rezidiventstehung erhöht.

Psychische Komponente

Zwischen dem Verdauungstrakt und der Psyche bestehen enge Wechselwirkungen. Dementsprechend sollte nicht nur das erkrankte Organ selbst therapiert werden, sondern der ganze Mensch. Eine ganzheitliche Therapie hat das psychische Befinden mit im Blick und setzt hier gegebenenfalls regulativ mit an. Insbesondere ein gezielter Stressabbau – sei es durch Entspannungsverfahren, gezielte Bewegung oder Schulungen des Selbstmanagements – kann die Magengesundheit erheblich fördern, da das Stresshormon Adrenalin zu einer verstärkten Magensäuresekretion führt.

Grundsätzlich gilt: Eine akute Gastritis heilt am besten aus, wenn die Therapie zielgerichtet nach möglichst frühzeitiger Diagnosestellung beginnt. Ein wesentliches Element ist eine magenfreundliche Schonkost, die bei chronischer Gastritis ohnehin zu empfehlen ist. Unmittelbar die Schleimhaut schädigende Substanzen wie NSAR, Alkohol, Tabak oder Kaffee sollten gemieden werden. Gleiches gilt für sehr fettthaltige und scharf gewürzte Speisen.

Regelmäßig und ohne Hast eingenommene Mahlzeiten, gründliches Kauen und der Verzicht auf Getränke direkt beim Essen leisten ebenfalls einen wichtigen Beitrag zur Schonung und Gesundheit des Magens.

Vitalpilze für die Magengesundheit

Im Wesentlichen sind es 4 Vitalpilze, die bei Gastritis – und zwar sowohl bei der akuten Form als auch bei jeder der chronischen Varianten – zum Einsatz kommen könnten.



Herizium

• **Herizium:** Dieser Pilz besitzt ein erhebliches Wirkpotenzial im gesamten Verdauungsbereich. Besonders auf die Schleimhäute im Magen-Darm-Trakt hat er positiven Einfluss, da er kräftigend und schützend wirkt und bei Defekten den gesunden Wiederaufbau fördert. Besonders bei der häufigsten Gastritis-Form, bei der chronischen Typ-B-Gastritis, sollte an den Herizium gedacht werden: Seine natürlichen antimikrobiellen Inhaltsstoffe können nachweislich den verursachenden Keim *Helicobacter pylori* hemmen. Und noch ein weiterer wichtiger Punkt unterstreicht die große Bedeutung dieses Vitalpilzes bei Erkrankungen des Verdauungstrakts: Auf der psychischen Ebene kann er Unruhe, Ängste und Spannungszustände lindern, ohne das unerwünschte Begleiterscheinungen wie Müdigkeit oder Konzentrationsschwäche zu befürchten sind.



Reishi

• **Reishi:** Dieser Vitalpilz verfügt über ein sehr breites Wirkspektrum, das von der Modulation des Immunsystems über eine

nebenwirkungsfreie Schmerzlinderung bis hin zum vegetativ ausgleichenden und beruhigenden Effekt reicht.

• **Cordyceps:** Er wirkt ähnlich wie der Herizium ausgleichend auf die Psyche.

Cordyceps



Der zugrunde liegende Mechanismus ist die Regulierung der Adrenalinausschüttung. Dies führt dazu, dass die Magensäureproduktion unmittelbar gehemmt wird. Außerdem kann der Cordyceps diverse Stresssymptome lindern, was sich insbesondere bei Magenbeschwerden ohne organischen Befund günstig auswirkt.



Auricularia

• **Auricularia:** In vielen Fällen ist auch dieser Vitalpilz sinnvoll einzusetzen. Er weist generell entzündliche Eigenschaften bei Haut- und Schleimhautrekrankungen auf. Zudem regt der Auricularia die Durchblutung an, was im Bereich der Magenschleimhaut die Selbstheilung optimal unterstützen kann.



INNOVATION FROM SWITZERLAND

IN DIE TIEFE GEHEN. BLOCKADEN SUCHEN. LEBENSENERGIE SPÜREN.



Hinweis gemäß § 3 Heilmittelwerbegesetz: Bei der Behandlungsmethode der Psychosomatischen Energetik handelt es sich um ein Verfahren der alternativen Medizin, das wissenschaftlich noch nicht anerkannt ist.

- Die Basismethode der modernen Komplementärmedizin: Ganzheitlich für Körper und Seele.
- Verbindet moderne Erkenntnisse der Psychoneuroimmunologie mit antiker Medizin und Yoga-Philosophie.
- Testen der vier feinstofflichen Energie-Ebenen („energetischer Blutdruck“).
- Emotionale Blockaden suchen und mit 28 Komplex-Homöopathika schonend behandeln.
- Selbstheilkräfte anregen und Lebensfreude wecken.

Grossmatt 3
CH-6052 Hergiswil

Fon 0041 - 41 - 630 0888
Fax 0041 - 41 - 630 0887

info@rubimed.com
www.rubimed.com

Berichte aus der Praxis

Bei Magenbeschwerden stehen vor allem zwei Vitalpilze im Fokus: Hericium und Reishi. Das zeigen auch die folgenden Fallbeispiele. Allerdings machen sie zudem deutlich, dass für eine ganzheitliche und langfristig erfolgreiche Therapie an einer Überprüfung und gegebenenfalls Änderung der Lebensgewohnheiten von der Ernährung über die Bewegung bis hin zum gezielten Stressabbau mit Entspannungsübungen kein Weg vorbeiführt.

Fallbeispiel 1

Ein 28-Jähriger wendet sich zur ganzheitlichen Behandlung seiner zuvor von einem Schulmediziner diagnostizierten Gastritis an den Heilpraktiker. Der junge Mann hatte bereits vor zwei Jahren ein *Ulcus ventriculi*, das allerdings bereits vor einiger Zeit abgeheilt war. Im Anamnesegespräch stellt sich vor allen Dingen heraus, dass der Abteilungsleiter im Vertrieb eines expandierenden Mittelstandsunternehmens beruflich stark unter Druck steht und den dauernden Stress als sehr belastend empfindet. Er erkennt die aktuelle Gastritis als eine Art „Warnschuss“ und möchte versuchen, den Umgang mit den Belastungen des Alltags zu verändern. Es bedarf nicht viel Überredungskunst, ihn zur Anmeldung bei einem Kurs für Autogenes Training in der Volkshochschule seines Wohnorts zu bewegen, um gezieltes Entspannen zu üben. Außerdem ist der Patient bereit, mehr als bisher auf regelmäßige, in Ruhe eingenommene und ausgewogene Mahlzeiten zu achten und insbesondere jeden Tag zu frühstücken. Seinen Kaffeekonsum möchte er von circa sechs bis acht auf maximal drei Tassen pro Tag reduzieren. Aus dem Bereich der Mykotherapie werden Reishi- und Hericium-Extrakt verordnet.

Bereits nach vier Wochen ist eine deutliche Besserung der Symptome festzustellen. Nicht nur die Magenbeschwerden

selbst sind fast verschwunden, sondern der Mann wirkt auch deutlich entspannter und hat eine weniger fahle Gesichtsfarbe. Gemeinsam mit dem Therapeuten vereinbart er, die Vitalpilze noch über mindestens sechs weitere Wochen einzunehmen, da er selbst erkannt hat, dass er an der Veränderung seiner Lebensgewohnheiten noch arbeiten muss.

Fallbeispiel 2

Auch die 40-jährige Bürokauffrau, die sich hilfeschend an die Praxis wendet, ist vor allem in beruflicher Hinsicht einer großen Belastung ausgesetzt. Früher haben ihr ein hohes Arbeitstempo und das schnelle Reagieren auf Anfragen nichts ausgemacht, aber seit dem Wechsel ihres Vorgesetzten hat sich nach ihrer Aussage das Betriebsklima sehr verschlechtert, und wie einige andere Mitarbeiter auch sorgt sie sich um die Sicherheit ihres Arbeitsplatzes. Ihr Körper reagiert mit Schulterverspannungen und einer rezidivierenden Gastritis, außerdem treten immer wieder Durchfälle auf. Die Patientin fühlt sich sehr „unter Spannung“ und leidet erheblich unter ihren Oberbauchschmerzen.

Verordnet werden wiederum die „Klassiker“ unter den Vitalpilzen bei Magenproblemen: Reishi und Hericium als Extrakte. Zudem entwickelt der Therapeut zusammen mit der Patientin ein Bewegungskonzept. Da sie nur sechs Kilometer von ihrem Arbeitsplatz entfernt wohnt, fährt sie nun konsequent mit dem Fahrrad zur Arbeit. Auch das wöchentliche Schwimmtraining ist wieder fester Bestandteil ihres Lebens. Außerdem nimmt die Frau ihr berufliches Schicksal aktiv in die Hand und schreibt Initiativbewerbungen bei anderen Firmen.

Bereits wenige Tage nach dem ersten Besuch in der Praxis verspürt sie eine deutliche Besserung der Beschwerden. Inzwischen nimmt sie die Vitalpilze seit rund einem Jahr und hat damit ihre Magenprobleme und die Durchfälle gut im Griff. In

zwei Monaten wird sie ihre Arbeitsstelle wechseln und freut sich schon sehr auf die neue berufliche Herausforderung in einem jungen Unternehmen.

Fallbeispiel 3

Eine 35-Jährige kommt wegen mehrerer Anliegen in die Praxis. Sie hat vor kurzer Zeit mit dem Rauchen aufgehört und wünscht sich unterstützende Maßnahmen bei der „Entgiftung“ ihres Körpers. Zudem besteht ein Kinderwunsch. Akut machen ihr wieder einmal Appetitlosigkeit, Magenschmerzen und saures Aufstoßen zu schaffen. Sie kennt diese Symptome bereits, in der Vergangenheit wurde schon einmal ein Magengeschwür mit *Helicobacter pylori* diagnostiziert, was mit Antibiotika behandelt worden war. Seitdem treten die Beschwerden in unregelmäßigen Abständen und unterschiedlich stark auf – vor allem während ihrer Einsätze als Flugbegleiterin auf Intercontinentalflügen.

Die Patientin bekommt den dringenden Rat, ihre Ernährung hin zu einer schonenden Mischkost umzustellen und ein Achtsamkeitstraining zu absolvieren. Außerdem werden Reishi- und Hericium-Extrakt verordnet. Nach vier Wochen ist eine deutliche Besserung eingetreten, die Patientin fühlt sich insgesamt wesentlich wohler und vitaler. Sie bemüht sich, künftig vermehrt auf Inlandsflügen eingesetzt zu werden und zu einem besser geregelten Lebensrhythmus zu finden. Therapeutin und Patientin sind zuversichtlich, dass sich in diesem Zuge auch die erhoffte Schwangerschaft bald einstellen wird.

Fotos: Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.

Autor: Peter Elster, geprüfter Präventologe und Heilpraktiker
Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.
Haydnstraße 24, D-86368 Gersthofen
Tel: 0800 / 00 77 889, www.vitalpilze.de
E-Mail: info@vitalpilze.de

**Neukönigsförder
Mineraltabletten® NE**

Kalium • Calcium • Phosphor • Magnesium • Eisen • Zink • Mangan • Kupfer

- ausgewogen kombiniert
- mineralspezifische Freisetzung

Epigastrischer Schmerz in der TCM – Wei wan tong

Fachbeitrag von Thomas Falzone, Dipl.-TCM & Mykotherapeut

Epigastrischer Schmerz ist ein Schmerz in einem als Epigastrium definierten Areal. Die Region ist das Gebiet medial zu den Brustwarzen, oberhalb des Nabels und unterhalb des Rippenbogens. In diesem Beitrag möchten wir uns im Speziellen auf die gastrointestinalen Erkrankungen der akuten und chronischen Gastritis fokussieren.

Um die Entstehung und Behandlung der akuten und chronischen Gastritis besser zu verstehen, bedarf es einiger Grundkenntnisse der Physiologie unserer Verdauung. Milz und Magen sind die Schlüsselorgansysteme des Verdauungsprozesses. Die Verdauung beginnt im Mund, wo die Nahrung zermahlen und aufgebrochen wird, um sie für die weitere Transformation im Magen vorzubereiten. Dort wird der aufgenommene Nahrungsbrei in einen „reinen“ und einen „trüben“ Anteil getrennt. Der reine Anteil verschmilzt in der Lunge mit dem Qi der Luft und wird dann zu den relevanten Geweben verteilt, der unreine Anteil über die Gedärme ausgeschieden.

Die Beteiligung der Leber hat in dieser Situation einen signifikanten Einfluss auf die Funktion der Verdauung und die harmonischen Aktivitäten von Milz und Magen. Die Beziehung zwischen der Leber, Milz und Magen ist eine der fundamentalen Achsen zur Regulierung und Verteilung des Qi-Bedarfs im Körper. Ein ordentlicher Qi-Mechanismus zeigt sich durch eine einwandfreie physiologische Verdauungsfunktion. Im Wesentlichen handelt es sich dabei um die Dynamik, die dadurch entsteht, dass das Milz-Qi die natürliche Tendenz besitzt, aufzusteigen, während das Magen-Qi durch eine absteigende Tendenz gekennzeichnet ist.

Eine Unterbrechung dieses Qi-Mechanismus spiegelt sich vor allem in unterschiedlichen gastrointestinalen Problemen wider. Dazu gehört auch das Muster der akuten und chronischen Gastritis.

Ätiologie und Pathologie in der TCM

Kälte: Sowohl äußere Kälte als auch innere Kälte können Schmerzen im Epigastrium verursachen. Bei der äußeren Kälte spielen in erster Linie kalte Nahrungsmittel oder Medikamente eine Ursache. Innere Kälte ist das Ergebnis eines Milz- und oder Nieren-Wang-Mangels.

Hitze: Auch hier unterscheidet sich äußere Hitze von innerer Hitze. Äußere Hitze ist meist akut und kann zum Beispiel durch das Eindringen von Vieren bedingt sein. Innere Hitze kann vom Verzehren energetisch heißer Nahrungsmittel wie scharfer Gewürze oder auch Alkohol herrühren. Häufig ist aber auch eine Leber-Qi-Stagnation ursächlich beteiligt.

Ernährung: Der Verzehr großer Mengen an Nahrung, die Magen und Leber erhitzen, besonders Substanzen wie Chili, Alkohol, Kaffee und Süßigkeiten, veranlassen die Hitze, sich zu akkumulieren. Dies kann das Magen-Yin verletzen und leicht zu Übersäuerung und Schmerzen führen. Auch therapeutische Mittel, sowohl Kräuter als auch Pharmazeutika, können den Magen verletzen.

Emotionen: Emotionale Faktoren, besonders jene, die zu einer Stagnation des Leber-Qi beitragen, gehören zu den Hauptfaktoren bei der Entwicklung epigastrischer Schmerzen. Leber-Qi-Stagnation entsteht häufig als Folge von unterdrückten Emotionen, unterschwelligem Frustrationen,

Zorn und Groll. Sie kann auch in anhaltendem Stress oder beständiger emotionaler Anspannung begründet liegen. Diese Ursachen können sowohl akute als auch chronische Gastritiden verursachen.

Blut Stagnation: Die epigastrischen Schmerzen vom Typ Blut-Stagnation können akut sein, sind aber üblicherweise chronisch. Die chronischen Schmerzen folgen gewöhnlich einer lange bestehenden Magenpathologie, typischerweise einer Leber-Qi-Stagnation oder einem Yin-Mangel.

Musteridentifizierung

- Leber attackiert den Magen
- Nahrungsstagnation im Magen
- Blut-Stase im Magen
- Magen-Qi-Mangel mit Kälte
- Magen-Yin-Mangel

Gastritis mit Vitalpilzen behandeln

Vitalpilze können bei epigastrischen Beschwerden sehr hilfreich sein. Vitalpilze gehören zum Erd-Element der fünf Wandlungsphasen und haben eine starke Affinität zu den Funktionen von Milz und Magen. Vitalpilze können demnach diesen Funktionskreis nachhaltig unterstützen, indem sie den Qi-Fluss regulieren und für einen ordentlichen Verdauungsprozess sorgen. Dabei wird auch nachhaltig das Leber-Qi gepflegt und in Fluss gehalten, was sich positiv auf den schon erwähnten Qi-Mechanismus auswirkt.

Grundsätzlich könnte man mit allen in der TCM bekannten Vitalpilzen das Qi von Milz und Magen unterstützen. Es gibt aber einige „Spezialisten“, die sich besonders gut zur Behandlung epigastrischer Schmerzen eignen. Besonders empfehlenswerte Vitalpilze (nicht abschließend):

Heridium: Balsam für die Verdauung! Befeuchtet die Schleimhäute. Baut Yin-Flüssigkeit und Substanzen auf, besonders bei Magen-Yin-Mangel mit Symptomen leerer Hitze.

Reishi: Reguliert bei Leber-Qi-Stagnatio-



Auricularia



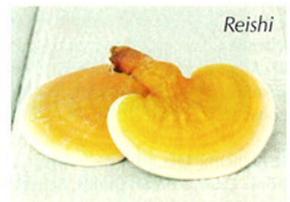
Cordyceps



Coriolus



Heridium



Reishi

nen und beruhigt den Geist Shen. Leitet Hitze und pathogene Faktoren aus.

Shiitake: Tonisiert Qi, Wei-Qi und Blut. Stärkt die Funktionen von Milz und Magen. Leitet äußere pathogene Faktoren aus.

Auricularia: Befeuchtet und beruhigt die Schleimhäute. Leitet pathogene Hitze aus dem Magen.

Bei der Behandlung epigastrischer Schmerzen werden in der TCM bevorzugt Extrakte eingesetzt, Pilzpulver kommt weniger zum Einsatz. Das liegt in erster Linie daran, dass die Extrakte besser verdaulich sind und weniger belasten. Bei hochakuten Entzündungen der Magenschleimhaut kann es vor Beginn einer Mykotherapie nützlich sein, mit Heilerde oder Gletschermilch vorzubehandeln.

Fallbeispiel aus der Praxis

Neben der Behandlung mit Vitalpilzen sollte immer auf die Ernährungsgewohnheiten und die Lebensführung der Patienten eingegangen werden. Hier schaffen wir die für den Erfolg der Mykotherapie nötigen Rahmenbedingungen. Werden diese Bereiche nicht in das Therapiekonzept mit einbezogen, kann sich der Erfolg der Behandlung verzögern.

Bei einem 46-jährigen selbstständigen Unternehmer wurde schulmedizinisch eine akute Gastritis diagnostiziert. Gemäß der TCM lautet die Diagnose: Leber attackiert den Magen.

Der Patient klagt aktuell über ein Druckgefühl sowie leichte Schmerzen im Epigastrium, vor allem nach dem Essen und beim Hinlegen.

Mykotherapeutisch werden ihm Reishi-Extrakt und Hericium-Extrakt (je 3 x tägl. 2 Kapseln) verordnet. Als Begleittherapie wird eine fünftägige Schondiät vereinbart, im Anschluss daran soll der Mann die ihn belastenden Lebensmittel weiterhin weglassen und zudem sein Stressmanagement und seine Lebensführung insgesamt überprüfen.

Bereits nach einer Woche verbesserte sich das Druckgefühl deutlich. Nach drei Wochen konnte ein allmählicher Rückgang der Schmerzen verzeichnet werden. Nach acht Wochen berichtete der Patient über die völlige Normalisierung der Verdauung und komplette Beschwerdefreiheit.

Vitalpilze eignen sich bei einer Vielzahl verschiedener Formen von epigastrischem Schmerz, insbesondere bei der Behandlung von akuter und chronischer Gastritis. Zusammen mit Anpassungen im Ernährungsverhalten und Stressmanagement kann man in vielen Fällen Beschwerdefreiheit erzielen.

Fotos: Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.

Autor: Thomas Falzone, Dipl.-TCM und Mykotherapeut, GFVS Gesellschaft für Vitalpilzkunde Schweiz, CH-8400 Winterthur
Weitere Information auch bei der GFV Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V. D-86368 Gersthofen, www.vitalpilze.de

Anzeige:

Ankauf – Verkauf

Komplette Praxisauflösungen:

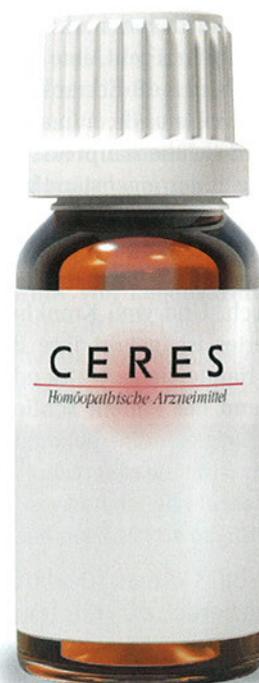
Wir führen diese seriös, diskret und schnell durch.

Tel.: 0171 / 30 74 732, E-Mail: wilfried-kienle@t-online.de

CERES

Homöopathische Arzneimittel

VON DER HEILPFLANZE ZUR GANZHEITLICHEN ARZNEI.



www.ceresheilmittel.de