

DER Heilpraktiker

Fachzeitschrift für Natur- und Erfahrungsheilkunde



**Schwerpunkthema:
Stoffwechselstörungen**

Offizielles Organ



Fachverband
Deutscher Heilpraktiker e. V.



Chronische Durchblutungsstörungen – häufige Folge des Wohlstands

Vitalpilze bei Arteriosklerose, paVK und Co. einsetzen

Störungen der Durchblutung sind für jede betroffene Körperzelle ein Problem, da ihre Versorgung mit Sauerstoff und Nährstoffen beeinträchtigt wird und Abfallprodukte des Stoffwechsels nicht hinreichend abtransportiert werden können. Die Auswirkungen sind deshalb erheblich und die Symptome oftmals schwerwiegend.

Die periphere arterielle Verschlusskrankheit, kurz paVK, ist die bekannteste Erkrankung, die chronische Durchblutungsstörungen verursacht. Die Prävalenz in Deutschland liegt bei rund 10% ab dem Alter von 50 Jahren, wobei rund zwei Drittel der Erkrankungen asymptomatisch verlaufen.

Maßnahmen behandelbar und im Verlauf vom betroffenen Patienten gut beeinflussbar sind. Ebenfalls ein Themengebiet für sich und deshalb nicht im Fokus dieses Beitrags sind venöse Durchblutungsstörungen, die oft in Form von Thrombosen und hier vorzugsweise in den Beinen auftreten. Auch die Thrombose ist eine Not-

gungen in den Muskeln und in der Haut; schlimmstenfalls bilden sich Ulzera, und das unterversorgte Gewebe stirbt ab.

Die vier Stadien der paVK werden, bezogen auf die vorhandene Symptomatik, wie folgt definiert:

- Stadium 1: Keine Beschwerden, aber oft fehlender peripherer Puls.
- Stadium 2: Claudicatio intermittens (»Schaufensterkrankheit«). Aufgrund einer Minderversorgung der hinter der Verengung liegenden Beinmuskulatur kommt es zum Sauerstoffmangel und dadurch zu Schmerzen, die den Betroffenen zum Stehenbleiben zwingen. Dieses Stadium wird noch weiter unterteilt in Stadium 2a (hier beträgt die Strecke, die schmerzfrei gegangen werden kann, mehr als 200 Meter) und Stadium 2b (Strecken von weniger als 200 Metern).
- Stadium 3: Schmerzen treten bereits in Ruhe auf.
- Stadium 4: Aufgrund deutlich eingeschränkter Sauerstoffversorgung kommt es zur nekrotischen Gewebszerstörung.



Foto: © GFV



Abb. 2: Maitake



Foto: © GFV

Foto: © wikipedia – Jelly Ear

Abb. 1: Shiitake

Abb. 3: Auricularia (Judasohr)

Der paVK liegt meist eine Arteriosklerose zugrunde. Demgegenüber ist die akute Durchblutungsstörung in der Regel durch eine Embolie bedingt. Hierbei handelt es sich je nach Lokalisation des Gefäßverschlusses (beispielsweise durch einen Thrombus, aber auch durch Gewebestücke bei Tumoren, Fruchtwasser bei Schwangeren oder eine Luftembolie durch fehlerhafte Injektion) um unterschiedliche medizinische Notfälle, da es zu einem Schlaganfall, einem Herzinfarkt oder einer Darmlähmung kommen kann. Aus diesem Grund konzentriert sich dieser Aufsatz auf die chronischen Formen der arteriellen Durchblutungsstörung, die nicht akut lebensbedrohlich, durch ganzheitliche

fallsituation, die sofortiger ärztlicher Behandlung bedarf.

paVK – die Definition

Die paVK wird umgangssprachlich auch als »Schaufensterkrankheit« bezeichnet – ein Name, der darauf hinweist, dass die Betroffenen bei der klassischen Form der paVK, die sich in den Beinen manifestiert, jeweils nur kurze Strecken ohne Schmerzen gehen können, bevor sie eine Pause benötigen. Sie bewegen sich sozusagen »von einem Schaufenster zum nächsten«. Schreitet der Krankheitsverlauf fort, kommt es auch in Ruhe zu Schmerzen in den Beinen und Zehen sowie zu Schädigungs-

Eine weitere Systematik der Einteilung bezieht sich auf die Lage der Engstellen in den Beinen:

- Oberschenkeltyp: Bei rund 50% der Betroffenen ist die Arteria femoralis verengt; es entstehen vor allem im Wadenbereich Schmerzen.
- Beckentyp: Ein Drittel der Patienten weist Verengungen im Beckenbereich der Aorta auf. Neben Wadenschmerzen sind hier auch Gesäß und Oberschenkel betroffen.
- Peripherer Typ: In den restlichen Fällen sind die Arterien im Bereich des Unterschenkels oder Fußes betroffen, sodass die Fußsohle bei Belastung schmerzt.



Seltener als an den Beinen tritt die paVK auch an den Armen auf. Auch hier kommt es insbesondere bei Bewegung und Belastung zu Schmerzen, die zu Pausen zwingen. Weitere Symptome, die sowohl an den Armen als auch an den Beinen auftreten können, sind Blässe und Kälte der betroffenen Extremität, ein fehlender Puls sowie die schlechte Heilung von Wunden aufgrund der suboptimalen Durchblutung. Morbus Raynaud, also anfallsweise Vasospasmen an den Fingern und Zehen, hängt in seiner sekundären Form ebenfalls oft mit der paVK zusammen.

Zwar steht im Begriff paVK das Wort peripher, was auf die Lokalisation der Krankheit an den Extremitäten hinweist. Da die Arteriosklerose, die der paVK in der Regel zugrunde liegt, aber alle Blutgefäße betreffen kann, ist bei Patienten mit paVK auch das Risiko für die Koronare Herzkrankheit und für zentrale Durchblutungsstörungen, wie etwa des Gehirns, erhöht. Bei Männern können zudem Potenzstörungen auf Einschränkungen der Durchblutung hinweisen.

Hauptursache: Arteriosklerose

Sehr selten können Entzündungen in den Gefäßen oder auch Verletzungen eine paVK auslösen. In den allermeisten Fällen

liegt dieser Erkrankung eine Arteriosklerose zugrunde. Sie wird umgangssprachlich als Arterienverkalkung bezeichnet und ist eine Zivilisationskrankheit mit enorm hohen Fallzahlen. Ein Blick auf die Risikofaktoren zeigt, warum dies so ist: Mit Hypertonie, Adipositas, körperlicher Inaktivität, dem Kontakt zu Genussgiften wie Nikotin, Hypercholesterinämie und Diabetes mellitus Typ 2 haben sehr viele Menschen in den Industrienationen zu tun. Oft sind es mehrere Faktoren, die gemeinsam die Verengung der Adern verursachen.

Die Arteriosklerose ist durch eine lange Phase der Symptombefreiheit gekennzeichnet, was sie zu einer besonders gefährlichen, weil oft spät diagnostizierten Erkrankung macht. Die Plaques an den Gefäßinnenwänden lassen zunächst noch so viel Blut hindurch, dass der Körper – unter Umständen durch eine Blutdruckerhöhung – das Defizit bei der Durchblutung noch kompensieren kann. Erst bei deutlichen Stenosen, die zu Mängeln in der Blutversorgung der hinter dem Bereich liegenden Körperareale führen, treten Beschwerden wie die paVK auf. Andere Folgeerkrankungen sind Angina pectoris, die durch Gefäßverengungen im Bereich der Herzkranzgefäße entsteht und sich durch ein schmerzhaftes, meist anfallsartig auftretendes Engegefühl im Brustkorb bemerkbar macht, oder der Schlaganfall, der sich im Regelfall durch zum Teil nur wenige Sekunden andauernde Ausfallerschei-

nungen wie Seh- oder Sprachstörungen und Gleichgewichtsprobleme ankündigt. Werden erste Anzeichen ernst genommen, medizinisch abgeklärt und adäquat behandelt, bestehen gute Chancen, den kompletten Gefäßverschluss zu verhindern.

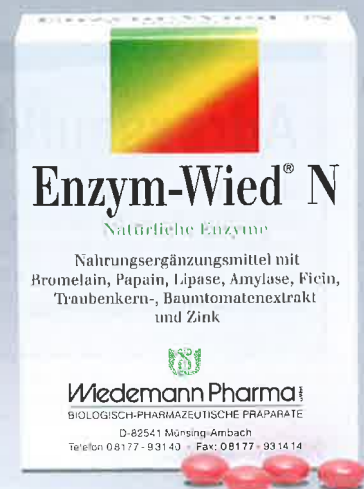
Vorbeugende Maßnahmen

Arteriosklerose ist zwar eine chronische und weitgehend irreversible Erkrankung. Ihren Verlauf können Betroffene jedoch in hohem Maße selbst beeinflussen. Die Vermeidung von Risikofaktoren steht dabei an erster Stelle, was unter anderem bedeutet: Verzicht auf das Rauchen, Normalisierung des Körpergewichts, Steigerung der körperlichen Aktivität, Regulation des Blutdrucks. Einen ganz wesentlichen Stellenwert nimmt auch die Ernährung ein. Vitalpilze können in mehrfacher Hinsicht einen wichtigen Beitrag leisten, indem sie den Körper mit hochwertigen Nährstoffen versorgen und so auch bei der Gewichtsregulation helfen. Der Einfluss der Blutfettwerte auf den Krankheitsverlauf wird unterschiedlich bewertet, und auch über die Wirksamkeit der verschiedenen Maßnahmen von Cholesterin und Triglyceriden im Blut herrscht in Fachkreisen Uneinigkeit. Fest steht, dass Fette lebensnotwendige Substanzen sind und ein drastischer Verzicht in der Ernährung eher kontraproduktiv ist. Sinnvoller ist körperliche Aktivität,

Anzeige

Zurück zu voller Leistung durch beschleunigten Heilungsverlauf

Mit hoch-aktiven pflanzlichen Enzymen
PLUS ausgesuchten Phyto-Extrakten
PLUS Zink




Wiedemann Pharma
BIOLOGISCH-PHARMAZEUTISCHE PRÄPARATE

Wiedemann Pharma GmbH, D-82541 Münsing-Ambach
Tel: +49 (0)8177 / 9314 - 0, www.wiedemann-pharma.de



die den Fettstoffwechsel anregt, das Herz-Kreislauf-System trainiert, die Elastizität der Blutgefäße fördert und zum Stressabbau beiträgt. Allerdings sollte auch nicht verschwiegen werden, dass eine gewisse genetische Disposition zur Entwicklung von Arteriosklerose besteht und dass das Geschlecht (mehr Männer als Frauen sind betroffen) sowie das steigende Lebensalter Risikofaktoren sind, die nicht beeinflusst werden können.

Diagnostik und Therapie der Schulmedizin

Die beschriebene Symptomatik, die Abklärung von Risikofaktoren sowie einfache diagnostische Tests wie das Pulsfühlen erlauben bei klassischen paVK-Patienten oft schon eine erste Diagnose. Die Lagerungsprobe nach Ratschow (Hochlagerung der Beine für eine Minute bei kreisenden Bewegungen der Füße) weist bei Blässe des betroffenen Fußes deutlich auf Durchblutungsstörungen hin. Zur oben genannten Stadieneinteilung kann ein Laufband eingesetzt werden. Erkenntnisse über das Ausmaß und die Lokalisation der Stenose erlauben Ultraschalluntersuchungen, die Dopplersonographie, die Oszillographie sowie die Angiographie und ihre röntgenstrahlenfreie Alternative, die Magnet-Resonanz-Angiographie.

Therapeutisch setzt die Schulmedizin neben der bereits dargestellten Ordnungstherapie und einer gezielten, physiotherapeutisch begleiteten Bewegungstherapie auf verschiedene Medikamente. Substanzen, die die Thrombozytenaggregation hemmen, sollen das Fortschreiten der Erkrankung verhindern. Auch Medikamente zur Vasodilatation werden verordnet. Die invasive Revaskularisation wird ab dem Krankheitsstadium II bis III bei bestimmten Indikationen gewählt und bewirkt eine

Aufdehnung des verengten Blutgefäßes mittels eines kleinen Ballons, der mit einem Katheter an die Stenose geführt wird. Ein eingesetzter Stent soll eine erneute Verengung verhindern. Operativ kann man in manchen Fällen die betroffene Arterie von innen ausschälen oder einen Bypass zur Umgehung legen.

Einsatz von Vitalpilzen

Vitalpilze bieten insbesondere in den Anfangsstadien der paVK gute Möglichkeiten, die Durchblutung zu verbessern und die Symptome zu lindern. Grundsätzlich gilt: Welcher Vitalpilz beziehungsweise welche Kombination im individuellen Fall am besten geeignet ist, kann ein erfahrener Mykotherapeut im Rahmen einer gründlichen Anamnese und Diagnostik ermitteln. Die besondere Stärke der Vitalpilze besteht in ihrer Vielschichtigkeit: Viele Vitalpilze bewirken sowohl eine positive Beeinflussung der Blutwerte als auch eine Stärkung des Bindegewebes und eine Regulation des Blutdrucks. Dazu gehört etwa der Auricularia, der zudem die Blutgerinnung hemmen, entzündliche Prozesse in den Gefäßen verhindern, die Kapillardurchblutung verbessern und vor freien Radikalen schützen kann. Ein ähnlich breites Wirkspektrum besitzt der Reishi mit seinem blutdrucksenkenden Effekt, der Verbesserung der Fließeigenschaften des Blutes und der Normalisierung zu hoher Cholesterin- und Harnsäurewerte. Auch der Shiitake hat positive Effekte auf die Cholesterinwerte und den Blutdruck. Er wirkt zudem direkt stärkend auf das Bindegewebe und damit die Gefäßwände. Das im Shiitake - und übrigens auch im Maitake - reichlich enthaltene Provitamin D fördert den Kalziumstoffwechsel und trägt dazu bei, bereits abgelagertes Kalzium aus den Gefäßwänden abzubauen. Seine Bioaktivstoffe regen die Kolla-

genproduktion an und machen die Gefäße wieder stabiler und elastischer. Bei paVK-Patienten mit Diabetes mellitus bietet sich der Coprinus an, der hohe Blutzuckerwerte senken und auf diese Weise zum Schutz der Arterien beitragen kann.

Fazit

Die paVK ist eine bei älteren Patienten häufige, schleichend einsetzende und chronisch verlaufende Erkrankung, die aufgrund der mit ihr verbundenen Einschränkungen der Beweglichkeit nicht selten eine Art Teufelskreis aus Immobilität, Verschlechterung der Durchblutung, Gewichtszunahme, Schmerzen und weiterer Immobilität nach sich zieht. Eine frühzeitige Diagnose ermöglicht eine nicht-invasive Therapie, bei der Vitalpilze eine wichtige Rolle einnehmen können. Einer ihrer wesentlichen Vorteile besteht darin, dass sie sowohl auf die Blutwerte und den Blutdruck als auch auf die Gefäßelastizität und schließlich auch auf die Vitalstoffversorgung positiv Einfluss nehmen können. Die paVK und die ihr zugrundeliegende Arteriosklerose gehören allerdings zu den klassischen Zivilisationserkrankungen, bei denen die Eigenverantwortung des Betroffenen wesentlich zum Therapieerfolg beiträgt. Nur bei einer konsequenten Reduktion beziehungsweise Vermeidung der Risikofaktoren wird eine Behandlung dauerhaft erfolgreich sein können.

Literatur

Döll M. Vitalpilze für ein gesundes Leben: Immunstärkend – Stoffwechselanregend – Entgiftend, Herbig Verlag, München 2012

Gesellschaft für Vitalpilzkunde. Vitalpilze: Naturheilkraft mit Tradition – neu entdeckt. 3. Aufl. 2015

Lelley JI. Die Heilkraft der Pilze: Wer Pilze isst lebt länger. Boss Druck und Medien, Goch 2008

Verfasser

Peter Elster, Hp
gepr. Präventologe
GFV Gesellschaft
für Vitalpilzkunde e.V.
Haydnstr. 24
86368 Gersthofen

E-Mail: info@vitalpilze.de
www.vitalpilze.de



Adressaufkleber!

Wiederholt wurde die Redaktion Volksheilkunde auf die Position des Adressaufklebers angesprochen. Leider ist es aus produktionstechnischen Gründen und durch Vorgaben der Post nicht möglich, den Adressaufkleber an einer anderen Stelle zu platzieren.

Vielen Dank für Ihr Verständnis!