



Wenn der Stoffwechsel kollabiert!

Was ist der Stoffwechsel und wie kann man ihn beeinflussen?

Unter Stoffwechsel fasst man alle lebenswichtigen biochemischen Vorgänge zusammen, die jeder Körper Tag für Tag durchläuft und innerhalb der Zellen stattfinden. Wir bestehen aus ca. 70 Billionen Zellen und Wasser. Es gibt Nervenzellen, Hautzellen, Darmzellen usw. Wichtig ist aber auch zu wissen, dass die Zellen auch für die Energiegewinnung zuständig sind. Dafür sind die lebenswichtigen Mikronährstoffe z.B. Mineralstoffe, Spurenelemente, Enzyme, Vitamine und Makronährstoffe wie hochwertige Fette, komplexe Kohlenhydrate und überwiegend pflanzliche Eiweiße unerlässlich, die man täglich über die Ernährung zu sich nimmt. Diese Nährstoffe spielen wiederum in verschiedenen Abläufen im Organismus eine wichtige Rolle. Wenn der Stoffwechsel nicht mehr richtig funktioniert, kann dies über längere Zeit hinweg zu Erkrankungen führen wie z.B. Adipositas, Schilddrüsenerkrankungen, Diabetes u.v.a. Des Weiteren wird die Zellfunktion gestört in Zellregeneration, Zellatmung und Zellentgiftung. Der Stoffwechsel kann aber auch durch äußere Einflüsse gestört werden. Dazu zählen Toxine wie Umweltgifte, Medikamente, Nahrungsgifte wie Zusätze in Lebensmitteln oder Schwermetalle. Auch ein Ungleichgewicht der Darmflora, das durch exogene oder endogene Faktoren hervorgerufen werden kann, kann negativ auf den Stoffwechsel wirken. Damit die natürlichen Nährstoffe, die den Stoffwechsel positiv in sei-



Heilpraktikerin Inge Niederhoff, Büttelborn

ner Funktion beeinflussen, aufgenommen werden können, muss der Darm in Ordnung sein. Dieser ist für die Aufnahme, Zerlegung und Verteilung der einzelnen Substanzen zuständig, die dann an die Zellen weitergegeben werden. Anhand einer Blutanalyse kann man genau feststellen, welche Lebensmittel eine positive oder negative Auswirkung auf den Stoffwechsel haben. Eine mikrobiologische Stuhlanalyse gibt Hinweise z.B. auf eine Milieuverschiebung im Darm, auf die individuelle Abwehrsituation und Durchlässigkeit der Darmschleimhaut sowie auf Entzündungen. Ernährung ist die Basis einer jeden Therapie. Um den Stoffwechsel wieder auf Vordermann zu bringen und Krankheiten vorzubeugen, sind zudem auch Bewegung und Entspannung unerlässlich.

Erkrankungen des Stoffwechsels sind vielseitig – und oft unerkannt

Beispiel: Erkrankungen der Schilddrüse wie etwa die Hashimoto Thyreoiditis (eine Autoimmunerkrankung, bei der Antikörper gegen das Schilddrüsengewebe gebildet werden.) Eine 32 jährige Patientin kam in einem sehr schlechten physischen und psychischen Zustand zu mir in die Praxis. Nicht mehr arbeitsfähig. Unterfunktion der Schilddrüse bekannt. Leichtes Übergewicht, Kreislaufprobleme, depressiv mit Heulkrämpfen, Darmprobleme, Schlafprobleme trotz Müdigkeit, Heißhungerattacken, Haarausfall, Erschöpfung, Antriebslosigkeit, massiver Leistungsknick, Hautprobleme, Reizbarkeit, Konzentrationsschwäche, schlechte Traumerinnerung. Familiär waren

Diabetes, Herzinfarkt, Kryptopyrrolurie bekannt.

Nach einer ausführlichen Anamnese wurde eine genaue Diagnostik durchgeführt – mit Blut-, Urin- und Darmprofil. Es zeigte sich eine massive Zellfunktionsstörung, Vitaminmangel (insbesondere Vitamin D war kaum noch vorhanden), erhöhte Cholesterinwerte, Entzündungszeichen und eine Hashimoto Thyreoiditis. Im Darm konnte ein Leaky Gut (Mikrolöcher auf der Darmschleimhaut) und eine Histaminose nachgewiesen werden. Das Darmmilieu war massiv verschoben.

Eine starke Reaktion von IGG 1-4 lag im Nahrungsmittel-Unverträglichkeitstest vor. Hierbei handelt es sich um die zeitverzögerten Reaktionen bis zu 72 Stunden nach Aufnahme. Dies spiegelt sich auch in untypischen Symptomen wie Herz-Kreislaufproblemen, Aggressivität, Darmproblemen mit Blähungen, Verstopfung und Durchfall im Wechsel und Hauterkrankungen wider.

Der Neurostressprofil-Nachweis von Adrenalin und Noradrenalin sowie Serotonin war stark auffällig, was auch einen Energiemangel in den Zellen zeigt. Dies äußert sich in Depressionen, Antriebslosigkeit und Leistungsknick, Schlafstörung sowie Stimmungsschwankungen. Im Urin wurde eine Kryptopyrrolurie festgestellt. Die Symptomatik und die bekannte Schilddrüsener-

terfunktion der Patientin sowie die familiäre Disposition gaben Hinweise auf eine nicht diagnostizierte und nicht behandelte Kryptopyrrolurie. Bei der Kryptopyrrolurie handelt es sich um eine Störung in der Hämoglobinsynthese in den roten Blutkörperchen. Das Problem hierbei ist ein starker Verlust von Zink, Vitamin B6 und Chrom, das für den Insulinstoffwechsel benötigt wird, sowie Mangan, das für den Knochenstoffwechsel sehr wichtig ist. Zink ist wichtig bei Allergien aber auch für die Schilddrüse. Vitamin B6 ist an vielen biochemischen Abläufen beteiligt – z.B. beim Abbau von Homocystein, bei der Bildung von Diaminoxidase (Enzym, das Histamin im Darm abbaut) und bei der Bildung von Tryptophan. Dies wird zur Serotonin-Bildung benötigt – unser Glückshormon, welches wiederum Melatonin bildet – unser Wach-Schlafrythmushormon.

Nur anhand der gezielten Diagnostik lassen sich die Ursachen finden, die ganz untypische Symptome verursachen sowie die Erkrankungen erkennen, die damit im Zusammenhang stehen.

Inge Niederhoff
Heilpraktikerin und
Fachtherapeutin
Mainzerstr. 114
64572 Büttelborn
Tel. 06152-859752
Mail: info@innie.de
www.innie.de



Naturheilpraxis Inge Niederhoff