



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Die Bauchspeicheldrüse

Sie liegt mitten im Bauch, ist relativ klein und unauffällig, tut nicht weh und wird kaum beachtet. Dabei ist die Bauchspeicheldrüse ein überaus wichtiges Organ, das einerseits für die Aufspaltung unserer Nahrung zuständig ist und andererseits unseren Zuckerhaushalt reguliert. Wir merken nicht viel davon, solange wir gesund sind und uns wohl fühlen. Deswegen glauben wir auch, dass wir für die Erhaltung unserer Gesundheit nicht viel tun müssen. Denn sie wurde uns geschenkt und hat uns nichts gekostet. „Was nichts kostet, ist nichts wert“, heißt es im Sprichwort. So verhalten wir uns im Allgemeinen auch und wundern uns, wenn wir plötzlich krank werden.

Die Bauchspeicheldrüse (medizinisch Pankreas) liegt etwa in Höhe des Nabels direkt vor der Wirbelsäule hinter dem Magen. Sie besteht aus zwei Teilen, dem Kopf und dem Schwanz. Im Kopfteil befinden sich die Teile, die den Bauchspeichel bilden, im Schwanzteil liegen die sog. Langerhans'schen Inseln, in denen Insulin gebildet wird, das unseren Zuckerhaushalt reguliert. Den Bauchspeichel benötigen wir dringend, damit unsere Nahrung chemisch aufgeschlossen und in kleinste Moleküle zerlegt werden kann. Denn unsere Dünndarmschleimhaut ist nur in der Lage,

- a) Kohlenhydrate in Form von Einfach-, Zweifach oder Mehrfachzuckern
- b) Eiweiße in Form von Aminosäuren oder sog. Oligopeptiden
- c) Fette in Form von Fettsäuren oder Triglyceriden

aufzunehmen. Fast alle Stoffe, die nicht so fein aufgespalten sind, können nicht von der Schleimhaut aufgenommen werden, bleiben deswegen im Darm liegen und werden von den Darmbakterien zersetzt. Oft merken wir an Körnern, Kernen oder Nussteilen im Stuhlgang, dass wir nicht genügend gekaut haben. Es ist ein Frühzeichen unseres Lebensstils, der unweigerlich zur Krankheit führt, wenn wir ihn nicht ändern. Aus übrig gebliebenen Kohlenhydraten werden durch Gärung Alkohole, darunter die gefährlichen Fuselalkohole (Methanol, Propanol, Butanol), die bei sog. Schwarzbrennern immer wieder zu Vergiftungen, oft mit Todesfolge führen (z.B. im Herbst 2012 in Tschechien mit rund 40 Toten).

Aus unverdaulichem Eiweiß werden Fäulnisprodukte wie Kadaverin, Putriszol, Skatol, Indol und andere, die den Organismus belasten und die oft für den üblen Geruch unserer Gase verantwortlich sind. Die Fette werden in der Kürze der Darmpassage nicht wesentlich zersetzt.

Alkohole aus der schlecht verdaulichem Nahrung kann man im Blut nachweisen, Eiweißfäulnis sehr einfach über die Indikan-Methode im Urin. Beide Methoden sind in guten Labors jederzeit durchführbar. Es wird jedoch aufgrund von Desinteresse nicht getan, vor allem wohl, weil



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

man mit einer Nahrungsoptimierung kein Geld verdienen kann. Denn gesunde Patienten sind für unsere „Gesundheitsindustrie“ (Ärzte, Krankenkassen, Pharma- und Geräte-Hersteller) aus diesen Gründen uninteressant.

Die Bauchspeicheldrüse produziert pro Tag etwa 1,5 Liter Bauchspeichel, also eine ganze Menge. Dieser dient dazu,

1) den sauren Magenbrei zu neutralisieren und den Nahrungsbrei alkalisch zu machen. Denn nur so können die Einzelbestandteile des Bauchspeichels die Nahrung weiter verdauen.

2) den Nahrungsbrei so zu durchsetzen, dass alle Teile mit dem Bauchspeichel in Berührung kommen und somit aufgespalten werden können. Deswegen wird der Magenbrei nur in kleinen Portionen vom Magen in den Zwölffingerdarm entleert und damit dem Bauchspeichel zugänglich gemacht. So kann auch eine große Mahlzeit optimal verdaut werden.

Der Bauchspeichel ist, wie gerade beschrieben, alkalisch (=basisch). Er enthält vor allem Natriumbikarbonat. Durch einen genialen Prozess bilden die Magendrüsen einen sauren, chlorhaltigen Magensaft, der für die Eiweißverdauung sehr wichtig ist. Gleichzeitig bildet die Bauchspeicheldrüse ihr alkalisches Sekret, mit dem besonders die Kohlenhydrate und das im Magen vorverdaute Eiweiß chemisch zerkleinert werden. Im Darm verbinden sich beide Bestandteile zu Salz und werden wieder resorbiert, damit sie nicht verloren gehen, sondern dem Körper weiter zur Verfügung stehen. Für die Fettverdauung ist die Leber mit der Bildung von Gallenflüssigkeit zuständig.

Die Aufspaltung des Salzes in einen sauren (Magen) und einen basischen Anteil (Bauchspeicheldrüse) funktioniert lange hervorragend. Aber aufgrund unserer derzeitigen Ernährungsweise mit der Bildung von Gärung und Fäulnis entstehen zu viele Säuren, die neutralisiert werden müssen, damit sie im Organismus keinen Schaden anrichten. Da über die heutige Ernährung zu wenig Basen zur Verfügung stehen (sie sind u.a. in Obst, Gemüse, Kartoffeln enthalten), muss der Körper zur Neutralisation der zu viel angefallenen Säuren auf körpereigene Basen zurückgreifen. Das ist in erster Linie das Natriumbikarbonat der Bauchspeicheldrüse. Und zweitens sind es Basen (bes. alkalische Metalle wie Calcium, Magnesium, Natrium, Kalium) aus den Knochen (führt zur Osteoporose), den Knorpeln (führt zur Arthrose) und den Venen (führt zu Krampfadern). So sind diese Störungen einfach zu erklären und zeigen die Notwendigkeit einer optimalen Ernährung an.

Werden nun starke Säuren aus dem Gärungs- und Fäulnisprozess wie Schwefelsäure, Phosphorsäure u.a. mit den alkalischen Metallen verbunden, so können diese nicht mehr zurückgewonnen werden und gehen dem Stoffwechsel verloren. Sie werden entweder ausgeschieden (bes. im Urin, aber auch über die Haut) oder sie werden abgelagert (z.B. in den Muskeln als Gelosen, in den Blutgefäßen als Arteriosklerose oder an den Knochen, bes. der Wirbelsäule, als Osteochondrose und Osteophyten). Starke Säuren können vom Körper nur schwer wieder



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

aufgelöst werden und führen deswegen zu chronischen Erkrankungen. Und in alle diese Prozesse ist die Bauchspeicheldrüse eingeschlossen.

Ist durch Säureüberschuss auch ein Teil des Natriumbikarbonats fest gebunden, dann steht es nicht mehr genügend zur Verfügung, um das Chlor der Magensäure zu binden. Dadurch entsteht ein Säureüberschuss, das Sodbrennen, das zwar heute als eigenständiges Leiden „Refluxkrankheit“ genannt wird, aber natürlich keine Extrakrankheit ist, sondern die Folge von langdauernden Fehlern in unserer Ernährung. Denn Kinder haben kein Sodbrennen und damit auch keine Refluxkrankheit. Erst im späten Jugendalter beginnen die Menschen darüber zu klagen. Sie fragen aber nicht nach der wahren Ursache und werden auch von ihren Ärzten nicht darüber informiert. Denn eine Krankheit kann man mit teuren Medikamenten behandeln (z.B. Omeprazol) und kann damit sowie mit Magenspiegelungen u.a. viel Geld verdienen. Die einfache Lösung ist viel zu billig.

Wie ich in meinen Referaten schon oft beschrieben habe, entstehen sehr viele unserer Störungen und Krankheiten im Dünndarm. Wir selbst sind die alleinigen Verursacher dieser Probleme. Denn sie entstehen durch zu schnelles Essen, ungenügendes Kauen, zu spätes Essen und einige andere Fehler in unserer Esskultur. Dadurch bilden sich im Dünndarm Toxine (bes. durch Gärung und Fäulnis), die entweder von unserer körpereigenen Entgiftung entsorgt werden, oder die im Körper, hauptsächlich im Bindegewebe, abgelagert werden und zur Verschlackung führen. Der bekannte Anatomieprofessor Hartmut Heine bezeichnete deswegen das Bindegewebe als „Müllablageplatz des Körpers“.

Der Ausdruck ist zwar drastisch, zeigt aber deutlich die Beziehung von Schadstoffen, Bindegewebe und Verschlackung an. So kann man auch leicht erklären, warum diese Ablagerungen (Schlacken) nicht mehr so einfach aus dem Körper heraus befördert werden können. Eine Müllhalde ist auch nicht einfach zu beseitigen. Denn eine Bindegewebsreinigung ist in der Schulmedizin völlig unbekannt und auch in der Naturheilkunde nur schwer durchzuführen. Die Verschlackung betrifft alle Organe und vermindert deren Arbeitsfähigkeit. So ist neben allen anderen Körperteilen natürlich auch die Bauchspeicheldrüse betroffen.

Im Allgemeinen leben wir unbeschwert vor uns hin und wundern uns höchstens, dass wir mit zunehmendem Alter nicht mehr so viel vertragen können wie früher. Das kann Fett sein, Fleisch oder auch Alkohol. In jüngeren Jahren haben wir nicht darüber nachgedacht; später halten wir diese geringere Verträglichkeit für normal, weil wir doch immer älter werden. Die Bauchspeicheldrüse ist, genau wie alle anderen Organe in den Gesamtstoffwechsel und damit auch in die übliche Verschlackung eingebunden. Dadurch wird

1) Weniger Bauchspeichel produziert, wodurch die Verdauungskraft nachlässt,



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

2) Wirkt sich diese Stoffwechselhemmung auch auf den hinteren Teil der Bauchspeicheldrüse, den Schwanz, aus, in dem die Langerhans'schen Inseln sitzen, wo Insulin produziert und damit der Zuckerhaushalt reguliert wird.

Wir wundern uns, dass die Zahl der Diabetiker so rasant zunimmt, in Hessen um 49 Prozent in den letzten zehn Jahren. Bis zum Jahr 2020, also in sieben Jahren, soll sich die Diabetikerzahl laut Aussagen der Experten verdoppelt haben. Es steht uns eine Gesundheitskatastrophe ungeahnten Ausmaßes ins Haus.

Denn Diabetiker haben viel mehr Schlaganfälle, Herzinfarkte, Erblindung, Amputationen und Krebserkrankungen als der Rest der Bevölkerung. Ein Großteil des Krankenkassen-Budgets wird einmal für die Diabetiker aufgewandt werden müssen. Dabei liegt die Lösung auf der Hand. Wir müssten dringend, und zwar sofort, unseren Lebensstil ändern, wenn wir diese Dazu sind bisher aber nur wenige Menschen bereit, weil sie die Notwendigkeit nicht einsehen. Zu diesen uneinsichtigen Menschen gehören nicht nur Ärzte, Krankenkassenfunktionäre, Vertreter der Pharma und Gesundheitsindustrie und Politiker, sondern auch ein Großteil unserer Bevölkerung, nach meinen Schätzungen etwa 90 Prozent. Vernunft wird klein geschrieben, die Sucht nach dem ungesunden, westlichen Lebensstil aber groß. Interessanterweise machen uns die Völker der sog. dritten Welt fast alle unsere Fehler nach. Deswegen werden die Gesundheitsprobleme der neuen reichen Länder wie den Golfstaaten, China, Indien, Mexiko, Brasilien und vielen anderen mindestens genauso groß werden wie unsere derzeitigen in Europa.

Wie sollte nun unser gesunder Lebensstil aussehen. Dafür gibt es ein fantastisches Beispiel aus der deutschen Geschichte, das unwiderlegbar aufzeigt, wie positiv sich auf unsere Gesundheit ein bestimmter Lebensstil ausgewirkt hat. Es war die Nachkriegszeit von 1945 bis 1948 in Deutschland, als es wenig zu essen, keine Zigaretten, keine Autos und viele andere in der Hochzivilisation selbstverständliche und unverzichtbare Gebrauchsgegenstände nicht gab. Natürlich gab es damals Hunger und große Versorgungsprobleme. Die Mangelzustände dürfen nicht verschwiegen werden. Es gab auf der anderen Seite aber kaum Zivilisationskrankheiten wie Herzinfarkt, Diabetes, Hypertonus, Gicht und z.T. auch Krebs. Gerade Krebs tritt zwar im Alter häufiger auf. Er ist aber auch eine Krankheit, die mit unseren Zivilisationsünden eng zusammenhängt. Das wird durch eine Vielzahl wissenschaftlicher Studien zur Krebshäufigkeit verschiedener Bevölkerungsgruppen eindeutig aufgezeigt.

Natürlich wollen wir nicht hungern oder einen Mangel haben wie in der Nachkriegszeit. Wir könnten aber einen gesunden Kompromiss finden zwischen unseren Zivilisationsansprüchen und den Lehren, die wir aus der Nachkriegs-Ernährungs- und -Lebensweise ziehen können. Denn damit ließen sich viele unserer Probleme lösen und sicherlich auch die oben genannte Katastrophe vermeiden.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Woran merken wir vor allem, dass wir eine Verdauungsschwäche haben? Wir spüren das hauptsächlich an Blähungen, die durch Gas bildende Bakterien in unserem Darm entstehen. Wenn unsere Nahrung nicht genügend zerkleinert in den Dünndarm gelangt, dann stürzen sich die Darmbakterien auf diese Nahrungsreste. So leiden wir plötzlich an Blähungen, Übelkeit und anderen Bauchbeschwerden. Die Einhaltung einer disziplinierten Esskultur ist also unbedingt notwendig.

Über einen Stuhltest, die sog. Pankreas-Elastase, kann man die Schwäche der Bauchspeicheldrüse leicht nachweisen. Gegenüber einer Krankenkasse und bei der Verordnung von Verdauungsenzymen auf Kassenrezept ist eine derartige Untersuchung zwingend notwendig.

Nun will ich zum Schluss noch etwas auf die Therapie eingehen. Denn wenn es mir schlecht geht aufgrund des Essens, wenn ich vieles nicht mehr vertrage, dann nützt es mir nichts, wenn ich daran erinnert werde, was ich früher hätte besser machen können. Ich möchte jetzt Hilfe haben – denn ich leide. Wir müssen dabei auch bedenken, dass es sog. Verdauungsschwächlinge gibt, die von Natur aus wenig Verdauungskraft und Bauchspeichel zur Verfügung haben. Das sind besonders die Dünnen, die trotz aller Mühen kein Fett und kein Gewicht ansetzen können. Diese von der Natur in diesem einen Punkte benachteiligten Menschen tun gut daran, sich eine Verdauungshilfe zu leisten. Das kann Papaya sein, Ananas, Ingwer, Kümmel, Fenchel, Wermut oder irgendeine andere Hilfe aus dem Pflanzenreich.

Wir verschreiben häufig enzymhaltige Präparate, die von den Patienten in individuell angepasster Dosis genommen werden. Damit lassen sich meistens die größten Verdauungsbeschwerden vermindern, sodass ein relativ normales gesellschaftliches Leben möglich ist. Es gibt auch eine spezifische Krankheit der Bauchspeicheldrüse. Das ist die sog. akute Pankreatitis, die allerdings relativ selten ist. Sie ist hochgefährlich, mit starken Oberbauchschmerzen verbunden und muss akut stationär im Krankenhaus behandelt werden.

Ausgelöst wird sie gelegentlich durch Gallensteine oder Alkoholexzesse. Aufgrund der Schmerzen kann sie nicht übersehen werden. Dabei sind auch die Blutwerte Amylase und Lipase stark erhöht, während sie bei der allgemeinen Schwäche der Bauchspeicheldrüse meist normal sind.

Sehr unangenehm, vor allem, weil er erst spät entdeckt wird, ist der Bauchspeicheldrüsenkrebs. Er führt meist erst im fortgeschrittenen Stadien zu unklaren Oberbauchbeschwerden. Manchmal hilft eine Operation, selten die Chemotherapie oder biologische Verfahren. Die Zahl der Krebskranken nimmt zu, vermutlich im Zusammenhang mit unserer Lebensweise.

Den meisten Menschen mit einer Verdauungsschwäche können wir mit Medikamenten oder pflanzlichen Präparaten teilweise helfen und ihre Lebensqualität verbessern. Besser ist es natürlich, wenn wir vorbeugend alles richtig machen, Fehler vermeiden und unsere Gesundheit optimal erhalten.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654 160 Fax +49 (0) 6654 1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de