

# Individuelle Empfindlichkeit ist entscheidend

Bei einer umweltmedizinischen Behandlung wird das Immunsystem des Patienten gestärkt und die Krankheitsursache so weit wie möglich beseitigt  
(von FRANÇOISE HANFF)

Von 2000 bis 2002 organisierte das Gesundheitsministerium eine Weiterbildung von über 200 Stunden in Umweltmedizin, an der 30 Ärzte aus Luxemburg teilnahmen. Im Jahr 2002 wurde die „Association luxembourgeoise de médecine de l'environnement“ (Almen) ins Leben gerufen. Ihr Präsident ist seit Oktober 2006 Dr. Roby Thill, Allgemein- und Umweltmediziner.

Die **Almen** zählt rund 20 Mitglieder. Von den Medizinern, die an der Umweltmedizinausbildung des Gesundheitsministeriums teilgenommen haben, praktizieren heute lediglich fünf oder sechs noch Umweltmedizin. „Das Problem ist, dass die Sprechstunden sehr zeitaufwändig sind, so dass die behandelnden Umweltmediziner häufig überfordert sind. Wir benötigen dringend Nachwuchskräfte“, sagt Dr. Thill im Interview mit dem „Luxemburger Wort“.

Genaue Patientenzahlen liegen dem Almen-Präsident nicht vor. Doch die Nachfrage sei steigend. „Die Nachfrage nimmt zu, weil die Zahl an chronischen Krankheiten steigt. Die Umweltmedizin versucht, hierauf eine Antwort zu geben – oftmals mit Erfolg.“

**Umweltmedizin** ist die medizinische Disziplin, die sich mit der Erkennung, Erforschung, Diagnostik, Therapie und Vermeidung von Gesundheits- und Befindlichkeitsstörungen sowie der Erkennung, Bewertung und Minimierung von Risiken beschäftigt, deren Ursachen auf definierbare Bereiche der Mensch-Umwelt-Interaktion zurückzuführen sind. „Es geht nicht nur um Prävention, sondern auch um Therapie“, präzisiert Dr. Thill.

Die Umweltmedizin betrachtet den Patienten in seiner Umwelt und trägt auch dem Einfluss der Ernährung und von Medikamenten, der Entgiftung, der Herdproblematik, der Stressbewältigung und der Wirkung von Zahnersatzmaterialien Rechnung. Die Krankheitsauslöser sind meistens multifaktoriell, so wie die Behandlung auch. Meist sind die Symptome aspezifisch, was die Diagnose merklich erschwert.

## Jeder reagiert anders

Laut dem Experten sind häufige Gesundheitsprobleme, die auf Umweltschadstoffe zurückzuführen sind, das Sick-Building-Syndrom MCS (der Patient reagiert auf extrem niedrige Quantitäten von Chemikalien), Elektrosensibilität, Allergien und Lebensmittelunverträglichkeiten sowie das Chronische Müdigkeitssyndrom und Fibromyalgien. Auch die Anfragen von krebskranken Patienten nehmen zu.

„**Die Schädlichkeit einer Substanz ist immer individuell.** Wir hinken den Stoffen ständig hinterher. Substanzen wie Asbest sind jahrelang auf dem Markt und werden nicht angezweifelt, bevor sie schließlich verboten werden. Dies bedeutet jedoch nicht, dass alle Chemikalien schlecht sind. Wichtig ist in diesem Kontext, dass jeder Patient anders reagiert. Jeder verfügt über ein anderes Entgiftungssystem. Die individuelle Empfindlichkeit ist entscheidend. Oft wird auch vergessen, dass der Mensch im Alltag einem ganzen Cocktail von Substanzen ausgesetzt ist. Das ist das Problem der chronischen Exposition in niedriger Dosierung über einen längeren Zeitraum. Es gibt kaum Studien, die das Zusammenspiel verschiedener Schadstoffe in niedriger Dosierung langfristig analysieren und beweisen.“

## Der Arzt erstellt eine Chronologie zur Exposition.

Das erste Belastungsmilieu, das unter die Lupe genommen wird, ist das Wohnfeld: Bei der Anamnese ist es wichtig zu fragen, wie es dem Patienten beim Wohnungswechsel oder während der

Ferien geht. „Dies ist jedoch nicht immer ausschlaggebend, da der Kranke auch im Urlaub mit denselben Schadstoffen konfrontiert sein kann, besonders wenn diese mit dem Zahnbereich in Verbindung stehen“, gibt der Almen-Präsident zu bedenken. Es obliegt dem Arzt, den zeitlichen Ablauf von Umbauarbeiten, dem Kauf von Möbeln sowie einem eventuellen Wohnungswechsel zu prüfen.

Im Wohnbereich ist der Schlafplatz vorrangig. Denn dort verbringt der Mensch ein Drittel bis ein Viertel seiner Lebenszeit. Hier können u. a. Schimmel, Weichmacher, Flammschutzmittel, elektromagnetische Felder, Formaldehyd sowie Biozide den erholsamen Schlaf des Patienten empfindlich stören.

Das zweite Belastungsfeld ist der Arbeitsplatz, für das normalerweise der Arbeitsmediziner zuständig ist.

### **Mikronährstoffe ausgleichen - das dritte Feld ist die Ernährung.**

Das Immunsystem eines Patienten, der mit Mikronährstoffen wie Jod, Selen, Zink, Vitamin D und Folsäure unterversorgt ist, kann sich nicht effizient gegen Bedrohungen zur Wehr setzen. Ein erhöhter Bedarf an Mikronährstoffen wird oftmals bei Personen festgestellt, die rauchen, Alkohol trinken, die Antibabypille einnehmen, bei Sonnenanbetern, Vegetariern, älteren Patienten, Diabetikern, Allergikern, bei Personen, die Medikamente einnehmen, die an Schwermetall- und Schadstoffbelastungen leiden sowie bei chronisch Kranken mit oxydativem oder nitrosativem Stress.

Ein zweites Problem, das mit der Ernährung zu tun hat, sind Lebensmittelunverträglichkeiten. Bei umweltmedizinischen Patienten sind Laktose- und Fruktoseintoleranz, Kuhmilch-, Soja-, Gluten-, Eiweiß- und Histaminunverträglichkeit keine Seltenheit. In diesem Kontext beziehen sich Nahrungsmittelunverträglichkeiten nicht auf akute Typ-I-Nahrungsmittelallergien, sondern deuten auf eine Schädigung der Darmschleimhaut hin, die durch Schadstoffe induziert werden kann. Des Weiteren können Schadstoffrückstände und Zusatzstoffe in Lebensmitteln ( Pestizide, Schwermetalle, Weichmacher, Kunst- und Farbstoffe ) umweltmedizinische Patienten zusätzlich belasten.

Viele der chronisch Kranken wurden im Vorfeld polymediziert. Der Umweltmediziner muss berücksichtigen, dass Medikamente Entgiftungsenzyme induzieren oder hemmen sowie Mikronährstoffmangel fördern können. Medikamente können Zusatzstoffe enthalten, auf die der Patient sensibilisieren oder proentzündlich reagieren kann.

### **Zahnbereich sanieren**

„Umweltmedizin ist nicht möglich, ohne den Zahnbereich zu beachten. Bei Zahnersatzmaterialien gilt es, alle Materialien zu berücksichtigen: Amalgame, Zahnkronen, Zahnbrücken, Kunstfüllstoffe, Kleber, Dentinadhäsive, Zahnwurzelfüllpräparate, devitale Zähne und Zahnherde“, betont Dr. Roby Thill. Der Patient ist rund um die Uhr mit diesen Materialien in Kontakt. Zahnmaterialien können akute Typ-I- und chronische Typ-IV-Sensibilisierungen fördern, proinflammatorisch auf systemische Entzündungen wirken, autoimmune Krankheiten fördern und beim chronisch empfindlichen Patienten mit reduzierter Entgiftungsfähigkeit eine chronische Toxizität bewirken.

Die Behandlung der Kranken erfolgt normalerweise auf zwei Ebenen. „Das Immunsystem der Patienten ist komplett durcheinander. Es arbeitet entweder nicht genug oder es überreagiert.“ In einer ersten Phase gilt es also, die Abwehrkräfte zu stabilisieren, indem man die Mikronährstoffmängel wie Zink, Magnesium und Selen bzw. einen Vitaminmangel ausgleicht. „Wenn der Patient diese Nährstoffe nicht oral aufnehmen kann, muss er sie intravenös bzw. intramuskulär verabreicht bekommen.“ Zweitens muss der Arzt eine Hierarchie der Stoffe erstellen, auf die der Patient sensibel reagiert. Anschließend müssen die Quellen, die nicht vom Patienten getragen werden reduziert oder wenn möglich beseitigt werden.

## **Kasten: Körper bei Entgiftung unterstützen**

Um sich gegen Umweltschadstoffe zu schützen, gibt Dr. Roby Thill folgende Ratschläge:

Es ist wichtig, auf eine gesunde und ausgewogene biologische Ernährung zu achten. Vitamin-C und -D-mangel sowie Selen-, Folsäure- Jod - und Magnesiummangel sind keine Seltenheit und sollten regelmässig durch Blutanalysen kontrolliert werden.

Rauchen und Alkoholmissbrauch unterlassen.

Täglich sollte man über zwei Liter trinken, bei großer Hitze sogar drei Liter.

Körperliche Bewegung hilft beim Entgiften. Das muss kein Leistungssport sein, regelmäßige Spaziergänge genügen.

Wenn man sensibel auf einen Stoff reagiert, sollte man diesen meiden. Solche Sensibilitäten sollte man beispielsweise auch dem Zahnarzt mitteilen, damit der bei Zahnersatz auf individuell verträgliches Material zurückgreifen kann.

Im Allgemeinen sollte man den Gebrauch von Chemikalien so weit wie möglich beschränken. Dies gilt beispielsweise für Duftstoffe und Parfüms, aber auch für Haarfärbungen und den häuslichen Einsatz von Insektiziden-, Pestiziden und Desinfektionsmittel

Wohnungen, Arbeits- und Schulräume sollte man 3- 4 mal täglich Stoßlüften.

**Bildzeile:** Gefahr im Schlafzimmer: Dort, wo der Mensch ein Drittel bis ein Viertel seiner Lebenszeit verbringt, können Schimmel, Weichmacher und Co seiner Gesundheit erheblich schaden.(Foto: Shutterstock)