

Wenn wir Energie verlieren und weniger als ca. 50% gut funktionierender Mitochondrien haben, können Stoffwechselstörungen entstehen. Die nachfolgend beschriebenen Störungen sind noch keine Krankheiten nach ICD (Internationale Klassifikation von Krankheiten). Aber alle diese Stoffwechselstörungen haben mit endogenem und/oder exogenem Stress, sowie mit Energieverlust in den Mitochondrien zu tun. Sie sind oftmals Vorstufen von Krankheiten.

Zu diesen Stoffwechselstörungen zählen:

1. Mitochondriopathie (partiell nur in Organsystemen oder im ganzen Körper)
2. Oxidativer Stress kombiniert mit nitrosativem Stress
3. Schilddrüsenprobleme
4. Chronischer Eisenmangel
5. HPU (Hämopyrrolaktamurie) oder KPU (Kryptopyrrolurie)
6. Schwaches Immunsystem durch latente Erreger (Borrelien, Viren)
7. Multisystem-Stoffwechselstörungen (chronische Entzündungen, Autoimmunität (TH1), Oxidativer Stress, Nitrostress, Mitochondriopathie, Leaky-Gut-Syndrom)

1. Mitochondriopathie

Eine Mitochondriopathie entsteht, wenn im Körper die Mitochondrien massiv fehlen oder viele nicht mehr richtig funktionieren. Oft sind gewisse Stoffwechselprozesse und Organe stärker betroffen als andere. Wie bei allen Stoffwechselstörungen, ist auch bei der Mitochondriopathie, die Regulation zwischen dem Immunsystem und den stillen Entzündungen die hauptsächliche Problematik. Damit es den Mitochondrien gut geht, muss das gesamte Energiedefizit und das Immunsystem wieder aufgebaut, und die stillen Entzündungen reduziert werden.

2. Oxidativer Stress kombiniert mit nitrosativem Stress

Jeder Stress ist oxidativ, was bedeutet, dass er katabol (abbauend) ist. Bei sehr starkem andauerndem Stress oder bei Trauma und Schicksalsschlägen oxidiert zusätzlich auch der Stickstoff im Körper. Dies führt zu massiven katabolen Stoff-

wechselstörungen. Mit der normalen Oxidation kann der Körper gut umgehen. Wenn aber der Stickstoff oxidiert, entsteht ein Überschuss an reaktiven Sauerstoffspezies, welche hochaggressive Radikale bilden. Diese Radikale greifen Lipide, Proteine und DNA an und können degenerative Schäden im Organismus verursachen. Oft verursacht der nitrosative Stress auch einen undichten Darm (Leaky-Gut-Syndrom). Bei Nitrostress besteht die Gefahr, dass sich die Situation zu einer multisystemischen Stoffwechselstörung weiter entwickelt.

3. Schilddrüsenprobleme

Die Schilddrüse ist ein äußerst empfindliches Organ, das schon durch kleinste Störfaktoren nicht mehr optimal funktioniert. Oft sind die Blutwerte beim Arzt noch im grünen Bereich und unauffällig und doch zeigen sich viele Schilddrüsensymptome. In den meisten Fällen wird der rT3-Wert (Reverse T3) nicht gemessen. Dieser Wert gibt an wie hoch der Stress in jeder Zelle schon ist. Der T3-Wert (Gaspedal) gibt an wie stark der Stoffwechsel in der Zelle aktiviert wird und der rT3-Wert (Bremse) gibt an wie stark der Stoffwechsel gebremst wird. Es nützt also nichts, wenn man (wie in einem Auto) zwar genug Gas gibt, aber gleichzeitig auf die Bremse tritt. Je mehr Stress die Zelle hat, je stärker wird sie durch rT3 gebremst. Stoffwechsel-Komplexmittel basieren darauf, dass in den Mitochondrien das Verhältnis zwischen T3 und rT3 wieder reguliert wird. Man geht davon aus, dass in der Zelle immer doppelt so viel Gas (T3) vorhanden sein sollte, wie gebremst (rT3) wird.

Besonders in der Gewichtskontrolle konnte ich feststellen, dass die Schilddrüsenwerte im grünen Bereich sind und trotzdem blockiert die Schilddrüse (oft auch in Kombination mit der Leber) die Gewichtsabnahme. Die Schilddrüse ist in der Lage, den Grundumsatz zu reduzieren. Es kann sogar sein, dass der Körper bis zur Hälfte weniger Kalorien verbrennt. Wer also 1500 Kalorien pro Tag isst, was eigentlich sein Bedarf wäre, der nimmt im schlimmsten Fall ab 750 Kalorien an Gewicht zu.

In vielen Fällen ist die Schilddrüse noch nicht wirklich krank, sondern sie befindet sich in einem ausgeprägten Ungleichgewicht. Dadurch, dass sich die geschwächte Schilddrüse in verschiedenen Phasen befinden kann, können sich

Beschwerden der Unterfunktion mit denen der Überfunktion abwechseln und auch ausgeglichene Phasen sind möglich. Dies erschwert eine medizinische Diagnose ungemein. Man kann die Schilddrüsen-Störungen (alle Blutwerte sind noch im grünen Bereich) trotzdem an den gängigen Blutwerten erkennen. Gib deine Blutwerte unter **www.schilddruesenrechner.de** ein. Das Resultat zeigt auf, ob ein Problem vorliegt oder nicht.

Wenn die Blutwerte der Schilddrüse nicht mehr im grünen Bereich liegen, dann muss die ärztliche Therapie unbedingt umgesetzt werden. Wenn die Schilddrüse unter ca. 30% ihrer Energie abfällt, dann kann es sogar sein, dass das Immunsystem die Schilddrüse angreift. Das kann eine Überfunktion, aber auch eine Unterfunktion sein. In beiden Fällen ist die Lage ernst und eine ärztliche Therapie ist unumgänglich.

Frau und Herr I.+K. L. aus W. meinen:



«Jetzt können wir unsere Pension wieder zusammen richtig genießen und unsere Aktivitäten planen.»

4. Chronischer Eisenmangel

Eisen stellt das zentrale Atom des Hämoglobins (rote Blutkörperchen) dar. Eisenmangel entsteht, wenn zu wenig aufgenommen oder zu viel ausgeschieden wird.

Ausscheidungsprobleme:

Bitte überprüfe zuerst ob kein größerer Eisenverlust über die Menstruation (Frauen) oder anderen Blutverlust erfolgt. Der Haupteisenanteil für den Aufbau des Hämoglobins stammt aus dem Abbau der alten Erythrozyten (Recycling der roten Blutkörperchen). Dafür ist primär die Leber und sekundär der Darm zuständig.

Aufnahmeprobleme:

Die Aufnahme von Eisen erfolgt hauptsächlich über den Zwölffingerdarm. Das Eisen in der Nahrung muss jedoch zuerst von der Magensäure aufgespalten