

Servicezeit: Gesundheit vom 28. Februar 2005

Redaktion Klaus Brock und Manfred Höffken

Die Themen der Sendung:

Durchblick im Brillenschungel – Gleichzeitig Augen und Geldbeutel schonen	Seite	01
Farbtherapie – Heilung mit Wohlfühleffekt	Seite	03
Krebstherapie – Hoffnung auf neue Medikamente und Therapien	Seite	05
Osteopathie: Mit sanftem Druck zur Selbstheilung	Seite	07
Interview mit dem Osteopathie-Experten Jean-Pierre Guillaume	Seite	09
Gesundheit aktuell – Medizinnachrichten	Seite	11
Natürlich gesund – Heilkraft des Niembaums	Seite	13

URL: <http://www.wdr.de/tv/service/gesundheit/inhalt/20050228/>

Durchblick im Brillenschungel – Gleichzeitig Augen und Geldbeutel schonen

Von Rainer Praetorius

Alle paar Jahre ist eine neue Brille fällig. Wer dann zum Optiker geht, ist angesichts einer wachsenden Vielfalt an Fassungen und Gläsern überrascht, verwirrt – oder meist beides.

Seit letztem Jahr hat sich die Situation verschärft. Bislang gewährten die Krankenkassen noch einen Zuschuss für Brillengläser. Der wurde nun – im Zuge der Gesundheitsreformen – gestrichen. Brillen müssen jetzt komplett selbst bezahlt werden. Da heißt es mehr denn je: Augen auf beim Brillenkauf.

63 Prozent der Erwachsenen in Deutschland benutzen eine Brille. Anfang der 50er Jahre lag dieser Anteil lediglich bei rund 40 Prozent. Einer der Gründe für die deutliche Zunahme: Immer mehr Menschen arbeiten in Büros. Dort fällt beim Lesen und Schreiben von Texten eine vorhandene Sehschwäche eher auf als bei anderen Tätigkeiten. Ein weiterer Grund: Die Bereitschaft, überhaupt eine Brille zu tragen, ist deutlich gestiegen. Das Image der Brille hat sich stark gewandelt. Aus dem Makel früherer Zeiten wurde ein Lifestyleartikel. Modische Trends sollten allerdings beim Brillenkauf nicht im Vordergrund stehen. Fehlentscheidungen können sich folgenswer auswirken: gesundheitlich und finanziell.

Brillenfassungen

Brillengestelle gibt es aus Metall, Kunststoff oder Metall-Kunststoff-Kombinationen. Am beliebtesten sind Metallfassungen. Die leichtesten Exemplare aus Titan wiegen nur noch 2 bis 3 Gramm. Eine noch stärkere Diät für die Gestelle erscheint kaum sinnvoll. Bei der Entwicklung immer leichter Brillen rücken deshalb die Gläser verstärkt in den Vordergrund.

Brillenglasmaterial

Brillengläser werden in der klassisch mineralischen Form und aus Kunststoff angeboten. Wissenschaftlich betrachtet darf man in beiden Fällen durchaus von Glas sprechen. Der Vorteil mineralischer Gläser gegenüber einer vergleichbaren Ausführung aus Kunststoff: Sie sind in der Regel weniger kratzempfindlich und können auch etwas dünner hergestellt werden. Allerdings bringen mineralische Gläser mehr Gewicht auf die Nase und splintern leichter. Die meisten Brillenkäufer in Deutschland entscheiden sich deshalb für Gläser aus Kunststoff. Jedes zweite dieser Gläser ist zusätzlich mit einer speziellen Härtebeschichtung ausgestattet.

Brillenglastypen

Brillen mit **Einstärkengläsern** sind lediglich auf eine Sehentfernung optimiert. Die meisten Brillenträger kommen mit diesem Glastyp lange Zeit gut zurecht. Doch irgendwann zwischen dem 40. und 50. Lebensjahr ist es dann soweit. Die Augen verlieren zunehmend die Fähigkeit, sich auf kurze Distanzen einzustellen. Das Bild wird dann unscharf. Die Brille mit den Einstärkengläsern kann nun nicht mehr für den gesamten Sehraum von der Ferne bis zur Nähe ver-

wendet werden. Alterssichtigkeit nennt man diesen ganz normalen Entwicklungsprozess. Schuld sind die Augenlinse und der sie umgebende Muskel. Beide werden mit fortschreitendem Alter unelastischer. Die Augenlinse ist immer weniger in der Lage, die Schärfe für jede gewünschte Entfernung einzustellen. Wer nicht ständig verschiedene Brillen auf- und absetzen will, benötigt Mehrstärkengläser.

Die einfachste Ausführung ist die **Bifokalbrille**. Bei diesem Typ ist normalerweise der obere Teil des Glases für den Fernbereich zuständig, unten kann man im Nahbereich sehen. Der Träger einer Bifokalbrille muss sich allerdings an einen kurzen Bildsprung zwischen der Fern- und Nahsicht gewöhnen. Zwischenentfernungen werden nicht berücksichtigt. Ästhetisch gewöhnungsbedürftig ist auch die sichtbare Trennungslinie zwischen den beiden Glasbereichen.

Bei **Gleitsichtbrillen** entfallen diese Nachteile. Sie verfügen über rund 80 verschiedene Sehbereiche in einem Glas. Sichtbare Trennungslinien oder Bildsprünge gibt es hierbei nicht. Die Übergänge sind fließend. Eine Brille für alle Gelegenheiten – das hört sich gut an. Doch viele Personen haben Probleme mit ihrer neuen Gleitsichtbrille. „Beim Autofahren habe ich bemerkt, dass ich im Gesichtsfeldrandbereich Unschärfen habe, die dazu führen, dass ich manche Situationen einfach später oder gar nicht richtig klar mitbekomme“, berichtet Dr. Veit Seewald aus Berlin über die Erfahrungen mit seiner Gleitsichtbrille.

Zentriermethoden

Eine Untersuchung hat ergeben, dass rund 40 Prozent der Verträglichkeitsprobleme bei Gleitsichtbrillen auf eine ungenaue Zentrierung zurückzuführen sind. Brillengläser müssen so in die Fassung eingesetzt werden, dass sie möglichst genau der individuellen Stellung des Augenpaars entsprechen. Bei der klassischen Zentriermethode arbeitet der Optiker mit einem Faserstift. Damit markiert er auf den Scheiben einer Testbrille die Lage der Pupillen. Fehlerhafte Messungen von nur 0,5 Millimeter können das Blickfeld beim Lesen bereits um ein Viertel verkleinern. Jede kleinste Ungenauigkeit wirkt sich bei einer Gleitsichtbrille deutlich stärker aus als bei anderen Glastypeen.

Viele Optiker arbeiten deshalb mit computergestützten Videozentriersystemen. Bei dieser Methode setzt der Kunde das ausgewählte Brillenmodell auf und stellt sich damit vor eine Digitalkamera. Die von vorn und von der Seite aufgenommenen Bilder werden direkt in einen Computer übertragen. Messgenauigkeit: 0,1 Millimeter.

Gerd-Kurt Schwieren, Optiker der alten Schule, arbeitet bei der Zentrierung ohne Computerunterstützung. Die Vorzüge der Videozentrierung überzeugen ihn nur wenig: „Es kommt sehr auf die Erfahrung an, die ein Augenoptiker im Laufe seines Berufslebens gewinnt. Die Messergebnisse sind dann sicherlich in jeder Weise identisch zwischen der Videozentriertechnik und der klassischen Zentriertechnik“, findet Gerd-Kurt Schwieren.

Optikerkollege Peter Bruckmann möchte jedoch nicht mehr auf sein Videozentriersystem verzichten: „Sie müssen sich vorstellen: Früher wurden die Daten per Telefon übermittelt, was natürlich eine Fehlerquelle in sich birgt. Da können unleserliche, handschriftliche Daten weitergegeben werden, die in der Werkstatt zu Fehlinterpretationen führen. Das ist bei Videozentriersystemen ausgeschlossen. Dort werden die Daten digital weitergegeben und digital weiterverarbeitet.“

Gleitsichtbrillen gibt es in sehr unterschiedlichen Varianten und Qualitäten. Einen Maßanzug für die Augen des Kunden kann der Optiker jedoch nur dann herstellen, wenn er von ihm möglichst viel über die ganz persönlichen Vorlieben und bevorzugten Sehabstände erfährt.

Links:

- **www.sehen.de/sehen_brille/brille/**
(Antworten auf häufig gestellte Fragen zum Thema "Brille". Umfangreiches Informationsangebot des Kuratoriums Gutes Sehen, KGS)
- **www.seh-check.de/downloads/Seh-Check_KGS.pdf**
(Sehtest des Kuratorium Gutes Sehen e.V., PDF-Datei, 25 KB)
- **www.optometrie-online.de/start2.htm**
(Diskussionsforum zum Thema „Brillen & Gläser“ – erster Link in der Forenliste)

- www.augeninfo.de/patinfo/pi_bri.php
(Infos des Berufsverbandes der Augenärzte Deutschlands e.V. zu den Themen „Brillen“, „Kontaktlinsen“ und „Fehlsichtigkeit“)

Literatur:

- Vera Herbst
**Besser sehen
Brille, Linsen oder Operation?**
Stiftung Warentest, 2003
ISBN 3931908852
Preis: 12,95 Euro

(Das Buch der Stiftung Warentest informiert ausführlich über die Vor- und Nachteile der verschiedenen Korrekturmöglichkeiten.)

Farbtherapie – Heilung mit Wohlfühleffekt

Von Katja May

Farben machen unser Leben nicht nur bunter, Farben beeinflussen auch unsere Gefühle und unser körperliches Empfinden. Licht und Farbe gehören zusammen, denn das Licht besteht aus den Spektralfarben, den Farben des Regenbogens. Farbe wird erst sichtbar, wenn das Licht von Materie reflektiert wird oder durch ein Prisma, wie durch einen Wassertropfen, fällt. Jede Farbe hat eine eigene Wellenlänge, eine elektromagnetische Schwingung. Diese Schwingungen können über die Augen oder über die Haut, unserem größten Organ, vom Körper aufgenommen werden. Die Farbtherapie nutzt die heilende Kraft der Schwingungen und Energiestrahlungen der Farben.

Geschichte der Farbtherapie

Dass Farben auch heilen können, wusste man schon im alten Ägypten. Dort gab es Farbtempel mit Räumen in verschiedenen Farben, in denen Kranke zur Behandlung untergebracht wurden. Auch in anderen Kulturkreisen, zum Beispiel in China, werden seit jeher Farben zur Heilung eingesetzt. Pythagoras, Paracelsus, Goethe oder Steiner – sie alle erweiterten im Laufe der Zeit das antike Wissen über die Auswirkung der Farben auf den Menschen.

Andere Farbe – andere Wirkung

Jede Farbe hat eine andere Wellenlänge, eine andere Frequenz, und kann deshalb andere Wirkungen verursachen. Einige Beispiele:

- **Blau** – wirkt schmerzstillend und beruhigend. Blau wird zum Beispiel bei Migräne, nervösen Herz- oder Schlafstörungen eingesetzt.
- **Rot** – ist anregend und steigert die Energie. Es regt den Stoffwechsel an und aktiviert die Libido. Vorsicht: Zu viel Rot kann aggressiv machen!
- **Gelb** – vermittelt ein Gefühl von Sonnenlicht. Regt Lymphe, Nerven und Verdauung an.
- **Violett** – wirkt ausgleichend und dient der Entschlackung. Wird oft bei Hauterkrankungen eingesetzt.

Formen der Farbtherapie:

Farbbestrahlung

Hierbei wird der ganze Körper oder einzelne Zonen mit einer farbigen Lampe bestrahlt. Oft wird diese Therapieform mit anderen Methoden, wie zum Beispiel Massagen kombiniert.

Farbpunktur

Das Wissen der chinesischen Medizin – vor allem die Lehre der Akupunktur – kommt hierbei zum Tragen. Über die Meridiane soll Licht an bestimmte Stellen im Körper geleitet werden und damit auch die unterschiedlichen Farben.

Mit farbigen Edelsteinstrahlern oder kleinen Stablampen werden bestimmte Akupunkturpunkte gereizt. Die elektromagnetischen Schwingungen der Farben wandern über die Meridiane an die Orte im Organismus, an denen sie gebraucht werden.

Aura Soma

Bei dieser Therapieform aus Indien werden die Körperzonen in verschiedene Farben aufgeteilt. Diese Zonen entsprechen der Lage bestimmter Drüsen. Mit den Schwingungen zweifarbiger Emulsionen soll die Balance zwischen Körper, Seele und Geist wieder hergestellt werden. Die pflanzlichen Wasser-Öl-Essenzen werden in die Haut massiert.

Anwendungen im Alltag

Auch zu Hause können wir Farben als Selbstbehandlung einsetzen, zum Beispiel durch:

- Bestrahlung mit einer farbigen Glühbirne
- farbige Gardinen oder Folien vor den Fenstern
- farbige Tapeten (Achtung: Keine aufputschenden Farben, wie Rot oder Purpur im Schlafzimmer!)
- farbige Kleidung und eine bunte Zusammenstellung des Essens

Die moderne Farbtherapie

Heute wenden vor allem Heilpraktiker und Ärzte mit einer Spezialisierung auf Naturheilverfahren diese Methode an. Oft wird eine Farbtherapie als Ergänzung zu einer weiteren Therapieform eingesetzt. Es gilt immer ein ganzheitlicher Ansatz. Das heißt, der Mensch wird als eine Einheit von Körper, Geist und Seele gesehen. Nicht die Symptome, sondern die Ursache der Beschwerden soll bekämpft werden. Ein gesunder Mensch braucht Licht und Farben, denn Leben und Farben sind untrennbar miteinander verbunden.

Links:

- http://reform-rundschau.de/archiv/artikel/serien/farben/htm/DhKdF_T1.htm
(mehnteilige Serie in der Zeitschrift „reform rundschau“ über die heilenden Kräfte der Farben)
- www.colourtherapyhealing.com
(englischsprachige Website zum Thema „Farbtherapie“)

Literatur:

- Johann Wolfgang von Goethe
Farbenlehre, 5 Bände
Freies Geistesleben , 2003
ISBN 377250593
Preis: 45 Euro
- Peter Mandel, Andreas Pfügler
Farben, die Apotheke des Lichtes, Band 1
Esogetics, 2001
ISBN 3925806997
Preis: 24,90 Euro
- Christa Muths
Farbtherapie
Heyne, 1996
ISBN 3453093712
Preis: 8,95 Euro
- Ingrid S. Kraaz von Rohr
Farbtherapie
Das Basiswissen über Wirkung und Anwendung über Farben
Nymphenburger, 2003
ISBN 3485009806
Preis: 16,90 Euro
- Irene Dalichow und Mike Booth
Aura-Soma
Heilung durch Farbe, Pflanzen- und Edelsteinenergie
Droemer Knauer, 2000
ISBN 3426870320
Preis: 10,90 Euro

Krebstherapie – Hoffnung auf neue Medikamente und Therapien

Von Monika Härle

Krebs muss kein Todesurteil sein

Diagnose: Krebs. Rund 183.000 Männer und 175.000 Frauen in Deutschland bekommen jedes Jahr diese niederschmetternde Botschaft. Angst begleitet sie von nun an, Angst vor Schmerzen und vor dem Tod. Doch so dramatisch diese Diagnose ist, Hoffnung gibt es trotzdem. Denn dank neuer Therapieansätze sind die Überlebenschancen in den letzten Jahren gestiegen. Derzeit liegt die Heilungsrate bei Krebserkrankungen um etwa 30 bis 40 Prozent, wobei einige Krebsarten fast immer geheilt werden können, andere praktisch nie.

Noch zählen zu den Standardtherapien die Operation, die Chemotherapie, die Hormonbehandlung. Doch viele Patienten suchen Hilfe in weiteren Maßnahmen – auch komplementäre, also begleitende, Tumorthherapie genannt. Seit einigen Jahren sind Behandlungsansätze wie etwa die Immuntherapie und die Hyperthermie auf dem Vormarsch. Aber auch die klassische Schulmedizin steht nicht still.

Krebs – Die eigenen Zellen geraten außer Kontrolle

„Krebs“ ist der Oberbegriff für eine Gruppe ganz unterschiedlicher Erkrankungen, die eines gemeinsam haben: die unkontrollierte Teilung von Zellen eines Organs oder Gewebes. Diese Zellen verändern sich krankhaft, und es entsteht ein Tumor. Bösartige Geschwülste zeichnen sich dadurch aus, dass sie sich der normalen Wachstumskontrolle des Organismus entziehen. Denn eigentlich besitzt der menschliche Körper wirksame Mechanismen, solche Zellen zu vernichten. Krebszellen bauen jedoch rasch ein Verteidigungssystem auf. Die Folge: Die Immunabwehrzellen können nicht mehr andocken und sind unfähig, die entarteten Zellen zu bekämpfen. Dadurch können die Krebszellen sich ungebremst vermehren. Tumore entwickeln einen eigenen Stoffwechsel und sichern ihre Versorgung durch ein eigenes Blutgefäßsystem.

Das tückische am Krebs ist, dass sich einzelne Zellen vom Tumor lösen und im Körper wandern können. Dies geschieht entweder über das Lymphsystem oder über den Blutkreislauf. Werden die Krebszellen auf ihrer Reise nicht vom Immunsystem abgefangen, können sie sich in anderen Organen festsetzen und dort Tochtergeschwülste, so genannte Metastasen, bilden.

Hyperthermie: Mit Hitze gegen den Krebs

Die Behandlung von Krebserkrankungen durch Hyperthermie ist schon seit Jahrzehnten bekannt. Allerdings haben sich die Techniken gerade in den letzten Jahren enorm verbessert. Hyperthermie bedeutet Überwärmung. Je nach angewandter Methode wird im gesamten Körper (Ganzkörper-Hyperthermie) oder nur in einzelnen Körperarealen (lokale Hyperthermie) künstlich Wärme erzeugt. Dabei werden Temperaturen zwischen 40 und 44 Grad Celsius erreicht. Die Temperaturerhöhung erfolgt beispielsweise durch Wärmelampen von außen (Fiebertherapie) oder elektro-magnetische Wellen direkt im Tumor.

Dabei wird die Tatsache ausgenutzt, dass Krebszellen empfindlich auf Hitze reagieren. Welche Wirkung genau erzielt wird, hängt in hohem Maße von der erreichten Temperatur ab.

Eine Erhöhung ab etwa 42 Grad Celsius schädigt die Krebszellen direkt: Es werden biologische Prozesse in Gang gesetzt, die die Krebszellen innerhalb einer gewissen Zeitspanne sterben lassen. Bei wiederholter Behandlung in Temperaturbereichen von 41 bis 43 Grad Celsius können die Krebszellen zudem Hitzeschockproteine (HSP, auch Stressproteine genannt) bilden. Solche Zellen können dann vom körpereigenen Immunsystem besser bekämpft werden. Nachgewiesen ist auch eine stimulierende Wirkung der Hyperthermie auf das Immunsystem: Die Aktivität der natürlichen Killerzellen nimmt zu.

Sehr effektiv: Kombinationstherapien mit Hyperthermie

Kombiniert mit einer Strahlen- oder Chemotherapie wirkt die Hyperthermie auch schon bei niedrigeren Temperaturen auf die Krebszellen. Ab etwa 40 Grad Celsius tritt ein so genannter strahlensensibilisierender Effekt auf. Schäden, die durch Bestrahlung im Tumorgewebe erzeugt wurden, können von den Tumorzellen nur noch in geringerem Maße repariert werden. Solche Krebszellen sterben im Idealfall ab. Durch die Wärme weiten sich zudem die Blutgefäße, was bei einer Chemotherapie zu einer stärkeren Durchblutung des Tumorgewebes führt. Dadurch können auch in ursprünglich schlecht durchblutete Tumorbezirke größere Mengen von Zytostatika (Mittel, die das Zellwachstum eindämmen) gelangen. Die erhöhte Durchblutung führt zusätzlich zu einer besseren Sauerstoffversorgung im Tumor, was wiederum den Effekt einer Strahlentherapie verstärken kann. Die Hyperthermie wird daher insbesondere in Kombination mit einer der Standardtherapien durchgeführt.

Aber auch mit verschiedenen Formen der Immuntherapie lässt sich die Hyperthermie kombinieren. Verlässliche Studien zum therapeutischen Effekt der Hyperthermie sind trotz aller Fortschritte jedoch selten und viele Aspekte bedürfen noch der genaueren wissenschaftlichen Klärung.

Dendritische Zelltherapie

Um einem bösartigen Tumor bekämpfen zu können, braucht das Immunsystem Unterstützung. Denn nur körperfremde Erreger wie Bakterien und Viren erkennt unser Abwehrsystem und kann ihnen begegnen. Krebszellen jedoch entstehen aus körpereigenen Zellen und entziehen sich daher weitgehend der Immunüberwachung. Zudem besitzen Tumore bestimmte Mechanismen, die eine Entdeckung verhindern.

Eine Form der Immuntherapie ist die Behandlung mit dendritischen Zellen. Dendritische Zellen sind hochspezialisierte weiße Blutkörperchen, die im Körper vorkommen. Sie nehmen eine Schlüsselfunktion im Immunsystem ein, denn sie können starke immunologische Abwehrreaktionen provozieren. In der Krebstherapie präsentieren sie dem Immunsystem auffällige Merkmale der Tumorzellen, damit diese als „fremd“ erkannt werden. Nur so kann die Immunabwehr überhaupt reagieren.

Allerdings kann dafür kein standardisiertes „Impfserum“ verwendet werden. Die dendritischen Zellen werden aus dem Blut des Patienten gewonnen und im Labor mit den Tumorzellantigenen zusammengebracht. Nach einer Woche werden diese Zellen dem Patienten zurückgegeben. Die so „trainierten“ dendritischen Zellen können nun den Tumor erkennen und zerstören. Zugleich wird eine wahre Kettenreaktion ausgelöst: Die Tumorzellbruchstücke werden von den dendritischen Zellen sozusagen „herumgezeigt“, so dass eine Immunreaktion gegen den Tumor ausgelöst wird.

Newcastle-Disease-Virus

Eine weitere Immuntherapie verwendet ein Virus als Helfer, um eine Immunabwehr gegen die Tumorzellen zu provozieren: das Newcastle-Disease-Virus (NDV), das normalerweise die Geflügelpest auslöst. Menschen können sich damit aber nicht infizieren.

Der Vorteil des NDV ist, dass es sich gezielt in Krebszellen vermehrt. Dort hemmen die Viren das Krebswachstum, indem sie eine Apoptose, also eine Selbstmordreaktion der Krebszellen provozieren und gleichzeitig stimulierend auf das Immunsystem wirken.

Neues aus der Nanotechnologie: Magnetflüssigkeits-Hyperthermie

Ein völlig neuer Therapieansatz in der Hyperthermie ist der Einsatz von Nanotechnologie. Wissenschaftlern der Charité in Berlin ist es gelungen, Nanopartikel aus Eisenoxid in einer Größe von 10 bis 15 Millionstel Millimeter herzustellen. Damit sind diese Partikel rund tausend Mal kleiner als rote Blutkörperchen. Dank ihrer geringen Größe verteilen sie sich bis in die feinsten Blutgefäße des Menschen und können auch von Körperzellen aufgenommen werden. Diese Eisenoxid-Partikel sind magnetisierbar und biochemisch so gestaltet, dass vor allem Krebszellen die Partikel als vermeintlichen Nährstoff wahrnehmen und „auffressen“. Somit nistet sich der Krebschädling wie ein Trojanisches Pferd in die Zelle ein und wird in einem Magnetwechselfeld aktiviert. Dieses Magnetfeld ist für den Patienten ungefährlich. Das Nanoteilchen markiert die Krebszelle und richtet somit die Hitze gezielt auf den Tumor. Die Krebszellen werden durch die Überhitzung zerstört.

Diese neuartige Wärmetherapie wurde auch bei Hirntumoren eingesetzt. Die winzigen Eisenoxidteilchen werden unter Narkose per Katheter millimetergenau in den Tumor gespritzt. Anschließend erwärmt ein neu entwickeltes Therapiegerät die Teilchen mit Hilfe eines Magnetfeldes auf Temperaturen um 44 Grad Celsius. Dieses Verfahren befindet sich noch im experimentellen Stadium, zeigt jetzt aber schon eine erstaunliche Wirkung.

Antisense: Neue Hoffnung bei Hirntumoren

Auch neue Wirkstoffe geben Anlass zur Hoffnung, dass insbesondere lebensbedrohliche Gehirntumore endlich behandelt werden können. Sehr vielversprechend ist die so genannte Antisense-Entwicklung. Sie befindet sich zurzeit in der Studienphase („klinische Phase II b“).

Antisense-Medikamente unterdrücken die Bildung bestimmter Schutz-Eiweiße, die es dem Immunsystem unmöglich machen, den Tumor zu erkennen und anzugreifen.

Der Wirkstoff bei Hirntumoren, das AP 12009, ist ein Eiweiß, das sich in die genetische Information der Krebszelle mogelt. Dort blockiert es die Bildung dieses Schutz-Eiweiß – und ermög-

licht dem Immunsystem, gegen den Tumor anzugehen. Gleichzeitig sorgt der Mangel an Wachstumsfaktoren dafür, dass Tumor nicht mehr so schnell wächst.

Links:

- **www.wdr.de/tv/service/gesundheit/rubrik/krebs.phtml**
(Archiv der Servicezeit: Gesundheit mit vielen Beiträgen zum Thema „Krebs“)
 - **Diagnose Krebs – Neue Therapien?**
http://www.wdr.de/tv/rundumgesund/sendungen_2004/20040226/
(RUNDUM GESUND vom 26. Februar 2004)
 - **www.krebsinformation.de**
(Krebsinformationsdienst des Deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg)
 - **www.datadiwan.de/gfbk/indbio.htm?gfbk/bio_33.htm**
(Informationen der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V. zu verschiedenen Hyperthermiemethoden)
 - **www.koelner-modell.de/index.php?id=5**
(Homepage des Medical Center Cologne, u.a. mit Informationen zu Hyperthermie, Dendritische Zellentherapie und Newcastle-Disease-Virus)
 - **www.gliomtherapie.de/index_dt.htm**
(Informationen zur Studienlage der Antisense-Technologie)
 - **www.magforce.de**
(Informationen zum Einsatz von Nanotechnologie in der Krebsbehandlung)
 - **www.krebsgesellschaft.de**
(Homepage der Deutschen Krebsgesellschaft e.V. mit Informationen zu Krebserkrankungen)
 - **www.vdbiol.de/vdbiol/content/e5/e224/index_ger.html?news_id=352**
(Meldung des Verbandes deutscher Biologen und biowissenschaftlicher Fachgesellschaften e.V. zum Newcastle-Disease-Virus)
-

Osteopathie: Mit sanftem Druck zur Selbstheilung

Von Anne Welsing

Patienten, die zum Osteopathen kommen, haben oft eine lange Geschichte hinter sich. Sie sind schon bei vielen Ärzten gewesen und haben vieles ausprobiert, um ihre Schmerzen loszuwerden. So auch Christian Klant.

Der 25-jährige Sportstudent hatte seit seinem zwölften Lebensjahr immer wieder starke Rückenschmerzen. Schließlich kamen auch Schulterschmerzen dazu. Freunde rieten ihm zum Besuch bei der Osteopathin Manuela Treinies in Köln.

Selbstheilungskräfte werden aktiviert

Ganz individuell wählt ein Osteopath aus einem breiten Spektrum von erlernten Techniken aus. Diese haben allesamt ein Ziel: Durch sanften Druck und Zug an ganz bestimmten Stellen soll die Beweglichkeit und Durchblutung von Muskeln, Organen, Gelenken oder auch Schädelknochen wieder hergestellt werden. So kann der Körper Selbstheilungskräfte aktivieren. Christian Klant war übrigens nach einigen Behandlungen schmerzfrei.

Wissenschaftlich fundierte Ganzheitsmedizin

Mit Esoterik hat diese Art der ganzheitlichen Medizin nichts zu tun. Der geschulte Osteopath erkennt genau die Anatomie seines Patienten. Manuela Treinies fand bei Christian Klant heraus, dass das Gelenk zwischen Kreuzbein und Becken blockiert war. Chirotherapie brachte bei ihm nicht viel, weil die Blockade von Organspannungen im Becken herrührte – ein Zusammenhang, der den Schulmedizinern zuvor verborgen geblieben war.

Nicht die Krankheit steht im Mittelpunkt

„Es gibt für mich einen großen Unterschied zur Schulmedizin“, sagt Jean-Pierre Guillaume. Er ist Leiter des Europäischen Kollegs für Osteopathie in München – der ersten, 1990 gegründeten, Osteopathieschule in Deutschland. „Wir Osteopathen stellen mehr den Patienten in seiner Ganzheit in den Vordergrund und nicht sein Krankheitsbild. Wir gehen davon aus, dass viele Erkrankungen ihre Ursache im Menschen selbst haben und nicht von außen bestimmt werden.“

Das vollständige Interview mit Jean-Pierre Guillaume finden Sie im Anschluss an diesen Beitrag.

Osteopath wird man nicht in einem Wochenendkurs, vielmehr fordert dieser Beruf eine fundierte Ausbildung über mehrere Jahre. In den USA ist heutzutage das Osteopathiestudium eine dem Medizinstudium gleich gestellte akademische Ausbildung. In Europa ist man noch nicht so weit. Im Jahr 2002 wurde in Frankreich das Gesetz zur Anerkennung der Osteopathie beschlossen. „Wir hoffen natürlich“, so Jean-Pierre Guillaume, „dass auch der deutsche Gesetzgeber bald die Osteopathie als Heilberuf anerkennt.“

Er glaubt: Nur Therapeuten, die ausschließlich Osteopathie praktizieren, können wirklich gut sein, denn sie sind mit Herz und Seele dabei. Sein Wunsch ist es, dass jedes Kind, das auf die Welt kommt, noch als Baby die Chance bekommt, einmal von einem Osteopathen untersucht und behandelt zu werden.

Auch für Kinder geeignet

Die heute zehn Monate alte Anna hatte dieses Glück. Sie war mit drei Monaten ein richtiges Schreibaby und schlug sich oft mit den Händchen an den Kopf. Die Eltern waren verzweifelt. Der Hausarzt sagte nur, es wären sicher Blähungen. Doch schließlich hörten Annas Eltern durch Bekannte von der Osteopathie und probierten es aus. Anna war eine so genannte Zangengeburt, und ihre Mutter hatte starke Presswehen. Die Schädelknochen konnten sich durch diesen Druck offenbar nicht mehr frei bewegen, so dass Anna starke Kopfschmerzen gehabt haben muss und deshalb schrie. Die Osteopathin konnte die Blockaden lösen und Knochenverbindungen am Kopf lockern: Anna hat jetzt keine Schmerzen mehr.

Links:

- **Osteopathie: Heilen mit sanftem Druck**
www.wdr.de/tv/rundum_gesund/sendungen_2003/20030918/osteopathie_rueckenschmerz.jhtml
(**RUNDUM GESUND** vom 18. September 2003)
- **Porträt der Osteopathin Manuela A. Treinies**
www.wdr.de/tv/rundum_gesund/sendungen_2003/20030918/experte2.jhtml
(**RUNDUM GESUND** vom 18. September 2003)
- **Kleine Griffe – große Wirkung: Osteopathie**
www.wdr.de/tv/rundum_gesund/sendungen_2004/20041129/osteopathie.jhtml
(**RUNDUM GESUND** vom 29. November 2004)
- **WDR-Interview mit dem Osteopathie-Experten Jean-Pierre Guillaume**
www.wdr.de/tv/service/gesundheit/inhalt/20050228/b_4_interview.phtml
- **www.coe-osteopathie.de**
(Europäisches Colleg für Osteopathie)
- **www.dgom.info**
(Deutsche Gesellschaft für Osteopathische Medizin (DGOM), mit Therapeutenliste)
- **www.osteopathie-register.de/osteopathie.shtml**
(Deutsches Register Osteopathischer Medizin – „Was ist Osteopathie?“)
- **www.osteopathie.de**
(Verband der Osteopathen in Deutschland (VOD) e.V., mit Therapeutenliste)
- **www.daao.info**
(Deutsch-Amerikanische Akademie für Osteopathie (DAAO) e.V.)

- www.netdokter.de/feature/osteopathie.htm
(Informationen des Internetportals netdokter.de)
-

Interview mit dem Osteopathie-Experten Jean-Pierre Guillaume

Interview: Anne Welsing
Übersetzung: Hanne Lötters

Der Arzt und Osteopath Jean-Pierre Guillaume ist Leiter des Europäischen Collegs für Osteopathie (COE) in München.

Servicezeit: Gesundheit:

Was ist das Prinzip der Osteopathie?

Jean-Pierre Guillaume:

Die Osteopathie ist genauso wie die Homöopathie, die Chiropraxis und die Akupunktur ein nicht konventioneller medizinischer Ansatz. Diese Ansätze folgen dem Prinzip, dass der Mensch, der Patient, als Ganzes betrachtet wird. Das bedeutet, dass individuelle Diagnosen erstellt und individuelle Behandlungen durchgeführt werden.

Servicezeit: Gesundheit:

Was ist der größte Unterschied zur Schulmedizin?

Jean-Pierre Guillaume:

Ich würde sagen, der größte Unterschied zur Schulmedizin besteht darin, dass wir mehr den Patienten in seiner Ganzheit in den Vordergrund stellen als das Krankheitsbild eines Patienten. Wir gehen davon aus, dass viele Erkrankungen ihre Ursache im Menschen selbst haben und nicht von äußeren Faktoren bestimmt werden. Da kommt das Grundprinzip der Osteopathie ins Spiel: Der Patient wird als Ganzes wahrgenommen, mitsamt seiner persönlichen Geschichte, seinem sozialen und persönlichen Umfeld und vor allem mit seinem ganzen Körper. Unsere umfassenden Diagnosemethoden sind speziell auf den Patienten zugeschnitten und darauf ausgerichtet, Mobilitätsstörungen in seinem Körper aufzuspüren, die aus unserer Sicht ein Grund für seine Beschwerden sind.

Servicezeit: Gesundheit:

Was sind die Hauptkrankheiten oder Beschwerden, für die eine osteopathische Behandlung geeignet ist?

Jean-Pierre Guillaume:

Im Grunde gibt es keine wichtigen oder unwichtigen Symptome oder Krankheitsbilder. Für uns gibt es nur den Menschen. Dennoch kann man sagen, dass sich seit einem Jahrhundert Krankheitsbilder herauskristallisiert haben, die wir vorrangig behandeln. Dazu gehört insbesondere alles, was mit dem Bewegungsapparat zu tun hat – wie Rückenschmerzen und Beschwerden an den Extremitäten. Außerdem behandeln wir Patienten mit vielen Pathologien: mit organischer oder gynäkologischer Ursache, und wir behandeln Kopfschmerzpatienten. Und all diese Symptomenkomplexe behandeln wir bei Babys genauso wie bei Erwachsenen, bei Männern, bei Frauen und bei alten Menschen.

Servicezeit: Gesundheit:

Wie läuft eine typische osteopathische Behandlung ab?

Jean-Pierre Guillaume:

Diese Frage kann ich natürlich nicht beantworten, weil es keine standardisierte osteopathische Behandlung gibt: Wir stimmen unsere Behandlungsmethoden auf jeden Patienten individuell ab. Ich kann Ihnen aber sagen, dass wir über eine ganze Reihe, ein breites Spektrum an therapeutischen Techniken verfügen. Diese reichen von sehr, sehr sanften therapeutischen Einwirkungen, die wir funktionelle Techniken nennen, über Techniken mit denen wir zum Beispiel direkt vorsichtig an der Muskulatur arbeiten, bis hin zu strukturellen, manipulativen Techniken.

Servicezeit: Gesundheit:

Gibt es verschiedene Herangehensweisen oder Bereiche der Osteopathie?

Jean-Pierre Guillaume:

Der breiten Öffentlichkeit sind viele Begriffe inzwischen bekannt: Es gibt die viszerale Osteopathie oder die gynäkologische Osteopathie, die kraniosakrale und die muskulo-skelettale Osteopathie. Wenn man sich die Ursprünge der Osteopathie anguckt, so stellt man fest, dass der Begründer der Osteopathie, Andrew Taylor Still, ein in dieser Art einzigartiges Konzept aufgestellt hat. Das war eine alles umfassende, ganzheitliche Osteopathie, die den Menschen in seiner Gesamtheit wahrnimmt. Und warum? Weil genau das die Grundlage der Osteopathie ist: Die Körperstrukturen interagieren, beeinflussen sich gegenseitig. Und das bedeutet, dass Kniebeschwerden, die Sie haben, auf eine Dysfunktion im Bereich der Nieren, im Bereich der Hüften, im Bereich des Rückens oder im Bereich des Schädels zurückzuführen sein können. Und dann wird sich der Osteopath natürlich in einzigartiger Weise darauf ausrichten, diese Bewegungseinschränkungen im Körper des Patienten aufzuspüren und so zu behandeln, dass eine Problematik, ein Krankheitsbild oder ein Symptom aus der Welt geschafft wird, das sich unter Umständen an einer ganz anderen Stelle befindet als die ursprüngliche Mobilitätsstörung.

Servicezeit: Gesundheit:

Ist die Situation der Osteopathie in Frankreich und Deutschland unterschiedlich?

Jean-Pierre Guillaume:

Die Situation in Deutschland ist ganz anders als in Frankreich, vor allem insofern, als die Osteopathie erst sehr viel später nach Deutschland gekommen ist. Wir haben zum Beispiel das Europäische Colleg für Osteopathie in München im Jahr 1990 gegründet – da arbeiteten wir in Frankreich schon seit über einem Jahrzehnt! Die Gesetzeslage ist auch eine andere: In Frankreich wurde im Jahr 2002 ein Gesetz zur Anerkennung der Osteopathie beschlossen, und wir hoffen natürlich, dass auch der deutsche Gesetzgeber in naher Zukunft diesen Schritt tun wird.

In Frankreich haben wir seit einigen Jahren auch eine Erstausbildung für Osteopathie. Schüler können also direkt nach dem Abitur mit einer entsprechenden Ausbildung beginnen. Die dauert dann sechs Jahre mit insgesamt 5.000 Unterrichtsstunden und führt hin auf das spezielle Berufsbild des Osteopathen.

Servicezeit: Gesundheit:

Was raten Sie möglichen Patienten, die auf der Suche nach einem Osteopathen sind?

Jean-Pierre Guillaume:

Den Beruf des Osteopathen gibt es zwar in Deutschland noch nicht so lange, aber dafür ist alles schon sehr gut organisiert. So gibt es zum Beispiel Berufsverbände wie den Verband der Osteopathen in Deutschland (VOD), in dem sich viele Osteopathen zusammengeschlossen haben, die alle in speziellen Schulen eine fundierte Ausbildung bekommen haben, die den internationalen Standards entsprechende Prüfungen abgelegt, Praktika gemacht und eine Diplomarbeit geschrieben haben und nun genauso kompetente Osteopathen sind wie ihre Kollegen in Frankreich, Belgien oder England.

Servicezeit: Gesundheit:

Sollte man skeptisch sein, wenn ein Therapeut einen „Bauchladen“ von Therapien anbietet?

Jean-Pierre Guillaume:

Wissen Sie, ich kämpfe seit 30 Jahren für den Beruf des Osteopathen und dafür, dass die Therapeuten ausschließlich Osteopathie praktizieren. Es liegt auf der Hand, dass Therapeuten, die von allem ein bisschen anwenden und von vielen Therapien damit meistens einen geringen Ausbildungsstand haben – zumindest aus der Sicht der Osteopathie –, mit großer Wahrscheinlichkeit wesentlich schlechtere therapeutische Arbeit leisten als das bei Therapeuten der Fall ist, die 1.350 oder sogar 1.500 Ausbildungsstunden hatten, von ihren Ausbildern geprüft wurden und bei denen der Patient sich wirklich in guten Händen wissen kann.

Servicezeit: Gesundheit:

Worin unterscheiden sich Chirotherapeuten und Chiropraktiker von Osteopathen?

Jean-Pierre Guillaume:

In Bezug auf den Unterschied zwischen der Chiropraxis und der Osteopathie haben sich die Dinge in der Zwischenzeit sehr verändert. Man kann natürlich einen historischen Rückblick geben und erzählen, dass der Entdecker der Osteopathie Andrew Taylor Still geheißen hat, dass dieser Herr einen anderen Herren namens Palmer kennen gelernt hat, der wiederum die Grundsätze der Chiropraxis definiert hat. In der Praxis bedeutet es, dass meiner Meinung nach die Osteopathen etwas mehr den Körper als Ganzes im Blick haben, dass ihnen die räumlichen, dreidimensionalen Zusammenhänge sowie die Beweglichkeit des Körpers wichtiger sind. Wir

haben uns nach und nach immer weiter von automatisierten Behandlungsmethoden und rigiden Behandlungskonzepten distanziert. Vielleicht arbeiten einige Chiropraktiker noch viel mit manipulativen Techniken, behandeln besonders die Wirbelsäule und wenden verstärkt strukturelle, manipulative Techniken an. Aber ich denke, dass es an ihnen ist, sich und ihre Arbeit in der heutigen Zeit zu definieren.

Gesundheit aktuell – Medizinnachrichten

Von Anne Welsing

Erkältung richtig auskurieren!

Kälte draußen und trockene Luft drinnen: Da haben es Erkältungsviren und Bakterien leichter. Hat es einen jetzt erwischt, sollte man den Schnupfen nicht verschleppen. Denn sind die Ausgänge aus den Nasennebenhöhlen verstopft, können diese sich entzünden. Eitriges Sekret und Druckgefühl sind Anzeichen einer solchen Sinusitis. Ein Besuch beim Arzt ist dann ratsam.

Viel trinken, Nasenspülungen und Dampfbäder halten bei Schnupfen die Nase frei. Kommen die Krankheitssymptome sehr schnell und plötzlich, könnte es die echte Influenza, die Virusgrippe, sein. Das kann der Arzt nur mit einem Rachenabstrich eindeutig feststellen. Diese Proben werden zentral ausgewertet. Die Arbeitsgemeinschaft „Influenza“ erstellt daraus Berichte und Karten. Derzeit baut sich die saisonale Influenzawelle weiter auf. Die Häufigkeit der akuten Atemwegserkrankungen war in der letzten Woche stark erhöht.

Links:

- **Erkältung natürlich behandeln**
www.wdr.de/tv/rundumgesund/sendungen_2003/20031016/
(**RUNDUM GESUND** vom 16. Oktober 2003)
- **Husten, Schnupfen, Heiserkeit**
www.wdr.de/tv/rundumgesund/sendungen_2005/20050110/
(**RUNDUM GESUND** vom 10. Januar 2005)
- **www.netdokter.de/krankheiten/fakta/influenza.htm**
(Informationen des Portals netdokter.de zur Influenza)
- **<http://influenza.rki.de>**
(aktuelle Informationen der „Arbeitsgemeinschaft Influenza“)
- **www.rki.de/cIn_006/nn_225576/DE/Content/InfAZ/I/Influenza/Influenza.html**
(Informationen des Robert Koch Instituts, Berlin, zur Influenza)
- **www.eiss.org**
(wuropäische Influenza-Überwachung (EISS), in Englisch)
- **www.who.int/GlobalAtlas/**
(weltweite Influenza-Überwachung der Weltgesundheitsorganisation, Flunet)

Links zu Nebenhöhlenentzündung (Sinusitis):

- **Wenn die Nasennebenhöhlen entzündet sind**
www.wdr.de/tv/service/gesundheit/inhalte/010108_1.html
(**Servicezeit: Gesundheit** vom 8. Januar 2001)
- **www.netdokter.de/krankheiten/fakta/nebenhoehlenentzuendung.htm**
- **www.m-ww.de/krankheiten/hno/sinusitis.html**
- **www.medizinfo.de/immunsystem/erkaelt/sinusitis.htm**

Stammzellen aus der Nabelschnur

Das Blut aus der Nabelschnur eines Neugeborenen enthält Stammzellen, aus denen sich eines Tages – so die Hoffnung – Gewebe und Organe züchten lassen. Bisher werden Nabelschnur-Stammzellen aber nur bei Bluterkrankungen wie Leukämie eingesetzt – und das funktioniert nur bei Kindern. Trotzdem werben Privatfirmen offensiv für die Einlagerung von Nabelschnurblut. Die Kosten: bis zu 2.000 Euro für 20 Jahre. Der Bund Deutscher Hebammen kritisiert die Geschäftemacherei mit Nabelschnurblut und weist darauf hin, dass in etwa 60 deutschen Kliniken kostenlos Nabelschnurblut in öffentlichen Stammzellbanken eingelagert wird. Es steht dann zum Beispiel allen an Leukämie erkrankten Kindern zur Verfügung.

Quelle: **www.bdh.de** (Presseinformation Februar 2005, Links: „Presse“ und dann „Pressemitteilungen“, 5. KW 2005)

Weitere Informationen:

- **Therapie mit Nabelschnurblut – Helfen Stammzellen gegen Krebs und Rheuma?**
www.wdr.de/tv/service/gesundheits/inhalte/010514_2.html
(Servicezeit: **Gesundheit** vom 14. Mai 2001)
- **www.wdr.de/online/stammzellen/hintergrund/nabelschnurblut.phtml?flash=1**
(wdr.de zum Thema „Stammzellen“)
- **www.bundesaerztekammer.de/30/Richtlinien/Richtidx/Transnabel.html**
(Die Bundesärztekammer zu „Richtlinien zur Transplantation von Stammzellen aus Nabelschnurblut“)
- **www.ruhr-uni-bochum.de/frauenklinik/stammzellen/**
(Stammzellgewinnung aus Nabelschnurblut: Informationen für werdende Eltern)
- **www.nabelschnurblutbank.de**
(Stammzellbank der Uni Düsseldorf, mit Liste von Entnahmekliniken in NRW)
- **www.9monate.de/Nabelschnurblut.html**
(Das Portal „9monate“ zum Thema „Nabelschnurblut“)

Internetapotheken im Test

Rund um die Uhr offen sind die Versandapotheken im Internet – noch dazu preisgünstig mit ausführlicher telefonischer Beratung, einfacher Bestellung und schnellem Lieferservice für Medikamente mit und ohne Rezept. Doch stimmt das? „Jede zweite ‚mangelhaft‘“ – so titelt die März-Ausgabe der Zeitschrift „test“. 20 nationale und internationale Versandapotheken hatte die Stiftung Warentest unter die Lupe genommen. Neun bekamen ein „Gut“, denn Service, Beratung und Internetpräsentation stimmten. Elf dagegen waren „mangelhaft“, eine „befriedigend“.

Wer lückenlose Informationen über Neben- und Wechselwirkungen von Medikamenten sucht, sollte sich in jedem Fall persönlich beraten lassen.

Die Zeitschrift „test“ können Sie für 3,90 Euro im Zeitschriftenhandel erwerben. Infos unter:

- **www.stiftung-warentest.de/online/gesundheits/kosmetik/1240633.html**

Links:

- **www.wdr.de/themen/gesundheits/pharmazie/apotheken_test/index.jhtml?rubrikenstyle=gesundheits**
(wdr.de: Apotheken im Test durchgefallen)
- **http://online.wdr.de/online/gesundheits/medikamente_handel/**
(wdr.de: Das Internet macht den Medikamentenkauf einfacher)
- **Online-Apotheken im Test**
www.wdr.de/tv/rundum_gesund/sendungen_2003/20031106/medizin_test.jhtml
(**RUNDUM GESUND** vom 6. November 2003)

- www.netdoktor.de/feature/gesundheitsreform_versandhandel.htm
(Das Portal netdoktor.de zum „Versandhandel mit Medikamenten“)
 - www.bvdva.de
(Bundesverband Deutscher VersandapothekerInnen)
-

Natürlich gesund – Heilkraft des Niembaums

Von Bernd Ax

Der mächtige Niembaum (auch: Nimbaum, Neem) bietet nicht nur Schutz unter der westafrikanischen Sonne, er ist auch eine traditionelle Heilpflanze in der dortigen Naturmedizin. Man benutzt einfach alles: Wurzeln, Rinde, die Früchte und Samen, Äste und Blätter.

Generationen nutzen seine Heilkraft

Die Heilerin im Dorf Tumani Tenda in Gambia nutzt den Niembaum zur Vorbeugung und Behandlung von Malaria. Dazu benötigt sie das Öl der Samen. Zur Herstellung des Öls werden die Kerne gestampft und aufgekocht – die Prozedur kann ein paar Stunden in Anspruch nehmen. Mit dem so gewonnenen Öl werden die Kleinkinder des Dorfes regelmäßig eingerieben. Im Gegensatz zu den Erwachsenen in Afrika besitzen sie keine Abwehrkräfte gegen die Malaria, doch das Öl des Niembaums soll die Moskitos verscheuchen. Das Öl hilft aber auch bei Hauterkrankungen und soll sogar Schuppen beseitigen.

Vielfältige Nutzung

Der Niembaum ist seit über 2.000 Jahren als Medizinbaum bekannt. Hauptwirkstoff des Niembaums sind so genannte Limonoide (Tetranortriterpene), wie zum Beispiel das Azadirachtin, die Viren, Pilze und Bakterien in ihrem Wachstum hemmen. Seine antibakterielle Wirkung wird bereits in so mancher Zahnpasta genutzt, um Karies und Zahnfleischerkrankungen vorzubeugen. In Afrika nimmt man einfach kleine Äste des Niembaums und putzt sich damit die Zähne. Viele Menschen reiben auch Insektenstiche mit den Blättern ab. Kein Wunder, denn „die Blätter helfen sogar bei kleineren Wunden“, sagt die Heilerin.

Niemtee

Aus den Blättern des Niembaums kann auch ein Tee gebraut werden. Doch der erste Aufguss ist hoch dosiert und so bitter, dass man ihn nur inhalieren kann. Gerade in den armen ländlichen Regionen ist der Niembaum für die Heiler die einzige Möglichkeit, für die Patienten etwas gegen hohes Fieber o.Ä. bereitzuhalten. Während des Dampfbades werden die Wirkstoffe dann direkt durch Haut und Atmung aufgenommen – ein Hausmittel, das auch unsere Großmutter kannte.

Der zweite Aufguss des Tees soll bei Magenbeschwerden, Wurmbefall, aber auch bei Diabetes helfen. Außerdem soll auch er der Malaria vorbeugen. Frauen – so sagt man – nutzen den ersten Aufguss, um eine unerwünschte Schwangerschaft zu beenden oder um einer solchen vorzubeugen. Nach einer Geburt nehmen die Frauen hier traditionell ein Bad mit den Blättern des Niembaums. Das soll die inneren Wunden heilen.

Anwendungen

Hierzulande werden Zubereitungen mit Niembaumextrakten in Kosmetikprodukten, als Pflanzenschutzmittel und zur Insektenbekämpfung eingesetzt. Auf dem Markt sind Sprays mit dem Wirkstoff des Niembaums erhältlich, die, einmal auf die Matratze aufgesprüht, diese für zwölf Monate von Hausstaubmilben befreien sollen.

Die vielfältigen Anwendungsgebiete in der indischen und afrikanischen Volksheilkunde führten dazu, dass Zubereitungen verschiedener Art aus der Rinde, den Blättern und Früchten auf ihre therapeutische Wirksamkeit hin untersucht wurden.

Von den unpolaren Limonoidanteilen ist bekannt, dass sie im Tierversuch Vergiftungserscheinungen, Leberschäden und Fruchtbarkeitsstörungen bei männlichen Tieren auslösen können. Das polare Azadirachtin scheint keinen Schadeffekt auf Säugetiere oder Nützlinge wie zum Beispiel Bienen zu haben. Bisher sind diese Untersuchungen jedoch zu vage, als dass eine eindeutige Aussage zum medizinischen Nutzen getroffen werden könnte.

Links:

- **Der Niembaum**
www.wdr.de/tv/ardheim/archiv/2000/08/20_3.html
(**ARD Ratgeber Heim & Garten** vom 20. August 2000. Hier erfahren Sie, was der Hobbygärtner mit Niemprodukten anstellen kann.)
- **www.gesundheit.de/heilpflanzen-lexikon/index.html?c=http://www.gesundheit.de/heilpflanzen-lexikon/niembaum/niembaum.shtml**
(Kurze Information des Portals gesundheit.de über die Niempflanze)

Literatur:

- Ellen Norten, Kordula Werner
Wunderbaum Niem
vgs, 1997
ISBN 3802513223
Preis: 10,50 Euro
- Sven-Jörg Buslau, Corinna Hembd
Das Niembaum-Praxisbuch
Heyne, 1997
ISBN 3453128877

(Das Buch ist vergriffen, gebraucht aber bei verschiedenen Internetbuchhändlern zu bekommen.)

- Heidelore Kluge, Sybille Schlumpp (Hrsg.)
Rezeptbuch Niembaum
Verlag W. Ludwig, 2000
ISBN 3778736760

(Das Buch ist vergriffen, gebraucht aber bei verschiedenen Internetbuchhändlern zu bekommen.)

© WDR Köln 2005