CO.med
Fachmagazin für Komplementärmedizin

Sonderdruck aus
Ausgabe April 2019
naturheilkunde-kompakt.de

Der gesunde Darm

Wie wir ihm helfen und ihn schützen können

MEDIENGRUPPE
OBERFRANKEN
FACHVERLAGE

Humate – ein Segen für den Darm

Natürliche Hilfe für unseren Verdauungstrakt |

Sabine Helbig

In letzter Zeit wird der inneren Anwendung von Torfextrakten große Aufmerksamkeit geschenkt. Die Wirkung der Huminstoffe wird immer mehr in der Humanmedizin sowie auch in der Veterinärmedizin, ja sogar in der Agrochemie, applizierten Ökologie und im Bauwesen genutzt.

Torf und Moor sind natürliche Heilerden, in der Fachsprache Peloide (Humate bzw. Huminstoffe) genannt. Huminstoffe entstehen bei der chemischen und biologischen Humifikation pflanzlicher und tierischer Materialen sowie den biologischen Aktivitäten von Mikroorganismen.
Das biologische Zentrum, die Hauptfraktion dieser natürlichen Huminstoffe, bilden Huminsäuren. Humatstoffe behinhalten Humin- und Fulvosäure. Die reichste Quelle für Huminstoffe ist Torf mit einem Anteil von 80 Prozent. Sie werden auch in hoher Konzentration in Sedimentationsschichten der Weichbraunkohle gefunden. Im internationalen Sprachgebrauch werden sie als Leonardite bezeichnet.
Leonardite sind organische Materialien, die nicht das Stadium der Kohle erreicht haben. Sie unterscheiden sich daher von Weichbraunkohle durch einen höheren Oxidationsgrad beim Kohlenbildungsprozess (Moor → Torf → Kohle) und dem Gehalt an Huminsäure sowie eine höhere Anzahl von Carboxylgruppen.
Huminsäuren sind organische komplexbildende Moleküle und Ionenaustauscher, welche die Aufnahme von Mikroelementen erleichtern. Die spezifische Komplexbildungskapazität von Huminsäuren ist höher als die von synthetischen Ionenaustauschern.

Einsatz in der Tierhaltung

Der Einsatz von Huminsäuren als Futtermittel in der Tierzucht hat sich seit Langem nachweislich bewährt. Die Huminsäuren wurden in Form von Torfprodukten bis in die 1950er und 1960er Jahre verwendet. Sie bedecken die Schleimhaut, binden Giftstoffe und Mikroorganismen, die dann ausgeschieden werden, gelten als entzündungshemmend und zeigen eine adstringierende Wirkung. Auch das Immunsystem der Tiere wird gestärkt. Huminsäuren können die Wirkung von Antibiotika unterstützen oder sogar ersetzen.
Natriumhumat wird seit Langem bei Nutztieren (Schweine, Geflügel und Rinder) als Futtermittel oder als Zusatz im Trinkwasser verwendet, um das Immunsystem zu stimulieren. Die Darmflora wird durch Fixierung von Giftstoffen und schädlichen Substanzen im Tierfutter und durch Bildung einer Schutzschicht auf der Oberfläche der Magen-Darm-Schleimhaut stabilisiert. Darüber hinaus stellte man fest, dass sich der Appetit der Tiere erhöht und damit die Futteraufnahme. Es verbesserte sich auch die Futterverwertung.
In der Tierzucht wird es als Alternative zu Antibiotika als Wachstumsförderer eingesetzt. Der Einsatz reduziert auch die Risiken durch Mykotoxine, insbesondere durch Aflatoxine, das Risiko von Mastitis und senkt die Ammoniakemission.

Für den Darmtrakt besonders wohltuend sind Huminstoffe.

Ein halbes Jahrhundert Erfahrung

Humate können auch die Zellen im menschlichen Körper bei Oxidationsvorgängen schützend unterstützen und sich damit auch wohltuend auf den Magen-Darm-Trakt auswirken. Dabei werden Huminsäurekomplexe seit mindestens 50 Jahren zu Zwecken der Nahrungsergänzung verwendet und blicken somit auf eine lange praktische Erfahrung zurück.
Huminstoffe können oberflächlich nicht nur Stoffe anorganischen Charakters (z. B. Schwermetalle) binden, sondern auch organische Verbindungen biologischen Ursprungs, was das Wesen seiner antibakteriellen Wirkung darstellt. Die Huminstoffe können so dauerhaft eine Reihe toxischer und mutagener Verbindungen organischen Ursprungs sowie fremdstämmiger Organismen (Bakterien, Viren und Pilze) fixieren. Diese werden dann risikolos über den Stuhl ausgeschieden.

Eigenschaften der Huminstoffe

Das Spektrum heilender Wirkungen von Huminstoffen ist sehr breit. Neben einer antiviralen, antibakteriellen sowie antimykotischen Wirkung wurde auch eine analgetische (schmerzlindernde) nachgewiesen. Sie senken das Risiko von Verwachsungen. Ganz hervorragend ist aber ihr entzündungshemmender Effekt.
Eine Studie bewies den Einfluss von Huminstoffen auf die Stimulation der Aktivität neutrophiler Granulozyten, was den Kampf gegen Bakterien dank einer erhöhten Fagozytose weißer Blutkörperchen direkt beeinflusst. Experimentell wurde bewiesen, dass Huminstoffe die Fähigkeit besitzen, das Wachstum folgender Mikroorganismen zu hemmen: Streptococcus, Staphylococcus, Enterobacter, Enterococcus, Candida albicans.
Forschungsergebnisse zeigen auch, dass Huminstoffe Einfluss auf die Verzögerung einiger Typen von Tumorerkrankungen haben. Der Präventions- und Schutzeffekt tritt vor allem bei Dickdarm- und Enddarmkrebs auf. Die antikanzerogene Wirkung kann mit der hohen antioxidierenden und entzündungshemmenden Aktivität der Huminstoffe zusammenhängen, dem Einfluss auf die Oberflächeneigenschaften der Zellmembrane eingeschlossen.
Entdeckt wurde unter anderem auch die Fähigkeit, insbesondere die Zellproliferation zu beeinflussen, das heißt vielfache Zellteilung oder unkontrolliertes Wachstum von Zellgruppen. Eine Studie in vitro bewies eine antikanzerogene Wirkung der Huminsäuren bei leukämischen Zellen und ihren Einfluss auf die Hemmung der pathologischen Vermehrung dieser durch Induktion der Apoptose. Derzeit richtet sich die medizinische Forschung hauptsächlich auf den Bereich der Beziehung von Humaten und der Darmschleimhaut sowie auf die Thematik der Darmbarrieren aus.
Der Detoxikationsprozess findet im ganzen Körper statt, da die Moleküle der Huminstoffe trotz ihrer Größe zu überwiegendem Anteil durch die Wände des Verdauungstraktes ins Blut gelangen. Huminstoffe tragen auch zur Stabilisierung der Zellmembrane bei, zur Erhaltung des elektrochemischen Gleichgewichts und beteiligen sich an der Zellregeneration.

Wirkung der Huminstoffe

Humate kann man entweder in Form von Trinkmoor (z. B. Fa. Sonnenmoor) oder auch in praktischer Kapselform zu sich nehmen wie zum Beispiel in Cytosan oder Cytosan Inovum.
Im Magen vermischen sich die löslichen Produkte mit dem Magensaft, optimieren den pH-Wert, wirken entzündungshemmend und heilend, während die Moleküle der Huminstoffe eventuell vorhandene Fremdstoffe organischen und anorganischen Ursprungs verschlingen.
Wenn ein schlechtes, eventuell verdorbenes Nahrungsmittel verspeist wurde, ist eine rechtzeitige Einnahme von Cytosan Inovum die beste Lösung, um erfolgreich Verdauungsproblemen vorzubeugen. Im Falle von Sodbrennen und Reflux kann einer damit verbundenen Schädigung der Speiseröhre vorgebeugt werden. Die wasserlöslichen Anteile des Präparates (Bernsteinsäure, Silymarin, Huminstoffe mit kleineren Molekülen) dringen in die blutdurchflossenen Darmwände ein. Ein Teil des Kapselinhalts bleibt aber im Dünndarm (Huminstoffe mit größeren Molekülen und grüner Lehm), wandert durch den Dickdarm und absorbiert unterwegs Stoffwechselabfallprodukte, Schwermetalle, Gase und Fremdstoffe.
Im Dünn- und Dickdarm verarbeiten sie auch Kationen lebenswichtiger Mineralstoffe und Spurenelemente. Die Darmoberfläche wird durch die Anwesenheit dieser Stoffe geschützt, die Schleimhaut rein gehalten, es kommt zur Stimulierung ihrer Funktion sowie zu einer optimalen Abdeckung durch eine Schicht schützenden Schleimes. Huminstoffe zusammen mit grünem Lehm sind an der sogenannten Schleimhautbarriere beteiligt, die eine der grundsätzlichsten Abwehrmechanismen des Immunsystems darstellt. Die Stoffe, die von der gut durchblutenden Darmwand in die Blutbahn aufgenommen werden, kommen durch den Pfortaderkreislauf direkt in die Leber. Silymarin kann die Leberzellen regenerieren und unterstützt deren Entgiftungsfunktion sowie die Bildung von Gallenflüssigkeit. Huminstoffe tragen zur Entfernung von Stoffwechselabfallprodukten aus dem Gewebe bei, die Bernsteinsäure versorgt die Zellen mit Energie und unterstützt deren Regeneration. Zusammenfassend hier noch einmal die Effekte der Huminstoffe:

- entgiften den Organismus,
- stimulieren den Metabolismus und unterstützen das Immunsystem,
- haben allgemein eine deutliche entzündungshemmende Wirkung, insbesondere auf die Schleimhäute des Verdauungstraktes,
- reinigen den gesamten Verdauungstrakt,
- liquidieren pathogene Mikroorganismen (Bakterien, Viren und Pilze),
- steigern die enzymatische Tätigkeit,
- schützen Zellen gegen Schädigungen durch toxische Stoffe und UV-Strahlung,
- schützen RNA- und DNA-Moleküle sowie deren Stabilität,
- verringern innere Übersäuerung (alkalisiert),
- sind eine wertvolle Mineralquelle,
- verbessern den Transport und Einbau von Mineralen in die Zellen,
- erhöhen die Wirksamkeit aller nachfolgend verwendeten Nahrungsergänzungen, Kräutertees und Extrakte,
- tragen zur Erhaltung des elektrochemischen Gleichgewichts bei und
- steigern die Nutzung von Energie in den Zellen.

Sabine Helbig

Von 1995 bis 2018 war Sabine Helbig als selbstständige Apothekerin tätig und errang 2006 Platz 8 des Deutschen Marketingpreises für Apotheken. Ihr Konzept für eine naturheilkundlich ausgerichtete Versandapotheke erreichte beim bundesweiten „Excellence Award 2008" für Apotheken in der Kategorie Visionen & Leitbild die Nominierung für Platz 1.
Jetzt ist sie freiberuflich als Apothekerin und im Medikationsmanagement sowie im Schulungsbereich für Apotheker, Heilpraktiker und Ärzte in Sachen Komplementärmedizin tätig.
2016/2017 schloss Sabine Helbig eine Ausbildung in Kinesiologie/Touch für Health in Kombination mit der Fünf-Elemente-Lehre ab.
Ihre Arbeit erstreckt sich dabei sowohl auf den Menschen als auch auf Tiere.

Sie können bei den folgenden Indikationen lindernd eingesetzt werden:

- Entzündungen der Schleimhäute in der Mundhöhle, im Rachen, im Magen sowie weiteren Entzündungserkrankungen des Dick- und Dünndarms (Morbus Crohn, Ulcerose Collitis – in diesem Fall nur Cytosan),
- Durchfallerkrankungen,
- Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren,
- chronischem Müdigkeitssyndrom und Energiemangel
- onkologische Erkrankungen, Radiotherapie,
- Schutz gegen freie Radikale und Zellalterung,
- zur tiefen Entgiftung des Organismus und
- zur Regeneration sowie zum Schutz der Zellen vor Einwirkungen von Schwermetallen, Giften und toxischen Stoffen.

Die Gesundheit ist im Darm zu Hause

Unsere Ernährung bringt auch Unverdauliches mit sich, ist im Allgemeinen nicht sehr gesund und sehr selten ausgewogen. Ein großer Teil dessen, was wir uns zuführen, muss wieder durch unseren Verdauungstrakt aus dem Körper ausgeschieden werden. Abfallstoffe von Nahrungsmitteln und noch dazu Stoffwechselabfallstoffe, die bei deren Verarbeitung im Körper entstehen, können im Körper beträchtliche Schäden anrichten, wenn sie nicht ausgeschieden werden oder auch lange im Körper bleiben.
Die Autointoxikation ist eine von vielen Ursachen gesundheitlicher Probleme. Der Darm ist das Organ, das verantwortlich ist für die Ausscheidung von allem, was nicht gebraucht wird. Dieser „menschliche Abfall" ist mehr oder weniger toxisch, voll von faulenden und bei Gärungsprozessen, die im Darm vor sich gehen, entstehenden Produkten. Der Stuhl enthält nicht nur Gase und verdaute Nahrung, Säuren und Alkohole, sondern auch ausgesprochen giftige Stoffe, wie Methanol, Propanol, Butanol, Indikan, Putrescin und Kadaverin – alles Stoffe von sehr hoher Toxizität.
Wenn die Darmschleimhaut geschädigt ist, kommen diese sogenannten Fäulnisgifte in den Blutkreislauf und verursachen die oben genannte Autointoxikation, die unter anderem Grund für das Entstehen folgender Symptome sein kann:

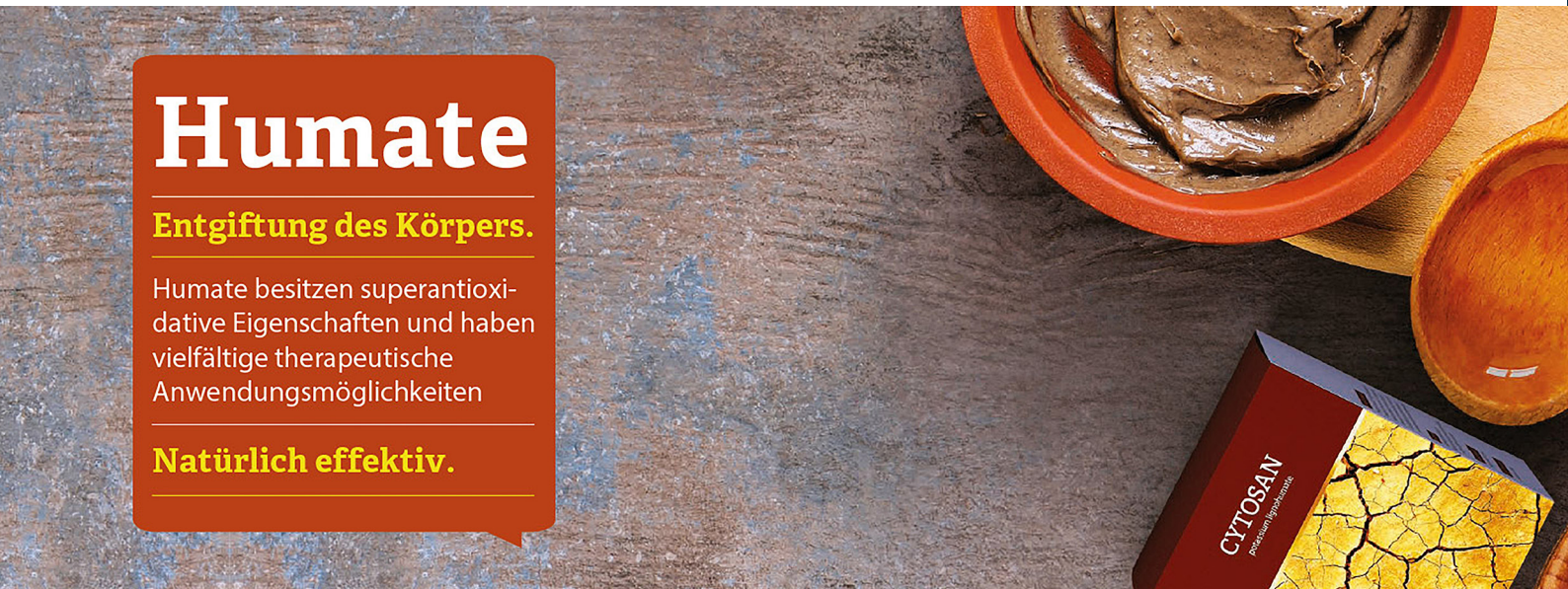
- Gesamtverschlechterung des Gesundheitszustandes,
- unangenehmer Körper- und Mundgeruch, starker Schweiß,
- Verschlechterung der Stimmung, Reizbarkeit, Depression und Schlafstörungen,
- Kopfschmerzen, Gelenk- und Rückenschmerzen,
- Herz- und Blutgefäßprobleme,
- Tumore,
- Erschöpfungszustände, Kränklichkeit sowie absolute Arbeits- und Lebensunlust.

Weiterhin sind die Einflüsse toxischer Stoffe, die aus der Umwelt (Wasser und Luft) aufgenommen werden, Lebensmittelzusätze und Konservate, Medikamente und alle überflüssigen chemischen Stoffe, die in vielen Lebensmitteln und Medikamenten enthalten sind, hinzuzunehmen. Eine mangelnde Fähigkeit des Darms, seine Funktion auszuüben oder seine Überlastung, führen dazu, dass die Ausscheidungsfunktion auf andere Organe übertragen wird, die durch diese Tätigkeit selbst wieder belastet werden, was letztendlich auch Ursache ihrer eigenen Zustandsverschlechterung sein kann. Die Abfallstoffe werden dann durch den Harn, die Haut und die Schleimhäute ausgeschieden – und das alles mit erhöhter Leber- und Nierenbelastung.
Wenn Schadstoffe aus dem Körper nicht ausgeschieden werden, kumulieren sie und bewirken so weitere gesundheitliche Beschwerden, beginnend mit Akne über Cellulitis bis hin zu rheumatischen Erkrankungen, Verkalkung der Schlagadern, Gallen- und Nierensteine, Grauer Star und so weiter. Die toxischen Stoffe lagern sich in großer Menge auch im Gehirn ab und sind Ursache von Stimmungswechsel und Verhaltensinstabilität.
Eine regelmäßige Reinigung des Vedauungstraktes ist absolut unerlässlich auch für jene, die sich bemühen, wirklich gesund zu leben, da selbst solche Menschen aus verschiedenen Gründen schädlichen Abbauprodukten des eigenen Metabolimus nicht ausweichen können.

Fazit

Die ökologischen Vorteile von Huminsäuren sind vielfältig und bieten effektive Lösungen für die Viehzucht, Gesundheits- und Umweltprobleme sowie die Erhaltung der Umwelt. Da Huminsäuren natürliche Moleküle sind, können wir die Kraft der Natur nutzen, um das Wohlbefinden von Mensch und Tier zu gewährleisten.
Mit der Nutzung von Huminsäuren bei Mensch und Tier können wir den Einsatz von Antibiotika und somit die Entwicklung von Resistenzen reduzieren.

Keywords: *Humate, Huminstoffe, chronisch entzündliche Darmerkrankung*

Literaturhinweis

www.phiwana.de
Produktdokumentation Humane für med. Fachkreise, Phiwana 2014 Frei von Giftstoffen durch Heilerden, -steine & Kräuter, Phiwana 2018