Harald Blomberg
Autismus ist heilbar

Extrait du livre

Autismus ist heilbar
de Harald Blomberg
Éditeur : VAK Verlag

http://www.editions-narayana.fr/b19231

Sur notre librairie en ligne vous trouverez un grand choix de livres d'homéopathie en français, anglais et allemand.

Reproduction des extraits strictement interdite.
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Allemagne
Tel. +33 9 7044 6488
Email info@editions-narayana.fr
http://www.editions-narayana.fr

Editions Narayana

Inhalt

Einführung 7

Kapitel 1: Was ist Autismus und wodurch wird er verursacht? 12

Kapitel 2: Autismus und die Verbindungen zwischen Darm und Gehirn 17

Kapitel 3: Autismus und Schwächungen des Immunsystems 23

Kapitel 4: Zusammenhänge zwischen Peptiden, Kasein-Unverträglichkeit und Autismus 29

Kapitel 5: Zusammenhänge zwischen glutenbedingten Störungen und Autismus 34

Kapitel 6: Zusammenhänge zwischen Störungen der Darmflora und Autismus 46

Kapitel 7: Die Rolle von Quecksilber und anderen Schwermetallen bei Autismus 51

Kapitel 8: Elektromagnetische Felder und Autismus 58

Kapitel 9: Gehirnschädigung bei Autismus 62

Kapitel 10: Weitere häufige äußere Faktoren bei Autismus und ADHS 70

Kapitel 11: Das rhythmische Bewegungstraining – Selbsthilfe bei Autismus und ADHS 80

Kapitel 12: Das rhythmische Bewegungstraining und die Emotionen 90

Kapitel 13: Weitere Unterstützungsmaßnahmen für Kinder mit Autismus oder ADHS 97

1. Zusätzliche Impfungen möglichst vermeiden 98
2. Beseitigung elektromagnetischer Felder 99
3. Sanierung des Darms – mit der passenden Ernährungsweise 99
4. Verbesserung des Ernährungszustands – mit den richtigen Nahrungs- und Nahrungsergänzungsmitteln 110
5. Ausleitung von Schwermetallen 117
6. Stärkung der Immunabwehr 118

Kapitel 14: Fortbestehende Reflexe und wie Sie sie integrieren können 120
– Der Furcht-Lähmungs-Reflex 121
– Der Moro-Reflex 123
– Der Babkin-Reflex 125
– Der Greifreflex und der Hochziehreflex 128
Kapitel 15: Bioresonanz und hyperbare Sauerstofftherapie 132
Anhang: Zur Auseinandersetzung in den USA um Nutzen und Risiken von Impfstoffen 141
– 2004: Grünes Licht für Thiomersal – dank sogenannter „neuer Forschungsmethoden“ 141
– Wie die weitere Forschung über den Zusammenhang von MMR-Impfstoff und Autismus unterdrückt wurde 148
– Impfstoffe: Profite und Probleme 153
Quellenverzeichnis 159
Literatur zur Vertiefung 165
Über den Autor 166

Hinweis des Verlags

Dieses Buch informiert über Möglichkeiten der Selbsthilfe bei ADHS und bei Störungen aus dem autistischen Formenkreis. Die Ernährungs- und Übungsempfehlungen des Autors haben sich als sicher und effektiv bewährt. Wer sie anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Autor und Verlag beabsichtigen hier nicht, individuelle Diagnosen zu stellen oder Therapieempfehlungen zu geben. Die Informationen in diesem Buch sind nicht als Ersatz für professionelle therapeutische Hilfe bei gesundheitlichen oder psychischen Problemen zu verstehen.

Titel der englischen Ausgabe:
Autism – a disease that can heal.
Rhythmic Movements and diet in autism and ADHD
© Dr. Harald Blomberg, 2014

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über http://dnb.d-nb.de abrufbar.

VAK Verlags GmbH
Eschbachstr. 5
79199 Kirchzarten
Deutschland
www.vakverlag.de

© VAK Verlags GmbH, Kirchzarten bei Freiburg 2015
Illustrationen: Ricardo Mauler Gruber
Übersetzung: Rotraud Oechsler
Lektorat: Norbert Gehlen
Coverfoto: plainpicture / Gine Seitz
Covergestaltung: Sabine Fuchs / fuchs_design, Oberhaching
Layout: Karl-Heinz Mundinger, VAK
Gesamtherstellung: F. Pustet, Regensburg
Printed in Germany
ISBN: 978-3-86731-170-0

Einführung

Seit mehr als 25 Jahren arbeite ich mit den rhythmischen Bewegungsübungen, die ich in den 1980er-Jahren bei der Schwedin Kerstin Linde kennengelernt habe. Ich habe ihre Methode weiterentwickelt, wichtige Elemente hinzugefügt, ein Trainingsprogramm dafür konzipiert und nenne meine Methode *Blomberg Rhythmic Movement Training*® [deutsche Version: rhythmisches Bewegungstraining; Anmerk. d. Verlags] In meinem Buch *Bewegungen, die heilen* [VAK, 2012] habe ich sie eingehend beschrieben.

Kerstin Linde war ursprünglich Fotografin. Sie beobachtete genau, wie sich Babys und Erwachsene bewegen, und wurde hauptsächlich durch die spontanen Bewegungen der Kleinen zu den rhythmischen Übungen inspiriert. Mitte der 1980er-Jahre beschäftigte ich mich einige Jahre lang mit ihrer Arbeit und ergänzte die Bewegungen, die ich von ihr gelernt hatte, mit Übungen zur Integration der frühkindlichen Reflexe.

Diese Methode hat sich bei Kindern und Erwachsenen mit den verschiedensten Schwierigkeiten (wie ADHS, Legasthenie, psychischen Problemen sowie Muskel- und Gelenkschmerzen) als sehr wirksam erwiesen. Meine Kursunterlagen wurden in mehr als zehn Sprachen übersetzt und mein Buch wurde 2008 in schwedischer, 2011 in englischer, 2012 in deutscher und spanischer sowie 2013 in französischer Sprache veröffentlicht. Weltweit haben Tausende von Menschen an den Kursen für das rhythmische Bewegungstraining teilgenommen.

Kerstin Linde arbeitete mit Kindern und Erwachsenen, die eine ganze Reihe von Beschwerden hatten und bei denen verschiedenste Diagnosen gestellt worden waren; darunter befanden sich auch Kinder mit Störungen aus dem autistischen Formenkreis (engl.: *autism spectrum disorder*, ASD) und solche, die Probleme mit der Aufmerksamkeit und Lernschwierigkeiten hatten. Im Unterschied zu den Kindern mit Aufmerksamkeitsproblemen lernten diejenigen mit Störungen aus dem autistischen Formenkreis oft später sprechen und hatten häufiger Durchfälle, Verstopfung, Allergien und epileptische Anfälle. Mir fiel auf, dass diese Kinder keine so schnellen Fortschritte machten wie die anderen und dass das Training bei ihnen manchmal starke emotionale Reaktionen auslöste.

Anfang der 1990er-Jahre begann ich als Psychiater in einer anthroposophisch geführten Internatsschule für junge Menschen zwischen 15 und 22 Jahren zu arbeiten. Fast 50 Jahre lang hatte sich diese Schule hauptsächlich um Schüler mit Störungen aus dem autistischen Formenkreis gekümmert und einige wenige von ihnen waren dort verblieben; sie lebten in Wohngemeinschaften, die von der Schule finanziert wurden. Als ich in dieser Einrichtung zu arbeiten anfing, wurden der Schule immer noch viele Schüler mit ASD zugewiesen. Das ist heutzutage anders, denn autistische Störungen haben seither stark zugenommen und die Regelschulen sind inzwischen in der Lage, sich um diese Kinder zu kümmern.

Ich konnte aufzeigen, dass Darmsymptome, insbesondere Verstopfung, bei autistischen Schülern häufig auftraten und dass viele von ihnen psychotische Symptome entwickelten. Epileptische Anfälle waren ebenfalls nicht selten. Als ich das rhythmische Bewegungstraining an dieser Schule einführte, fiel mir auf, dass Schüler mit Autismus oder Asperger-Syndrom (besonders diejenigen, die Darmsymptome hatten), oft starke emotionale Reaktionen auf das Training zeigten und dass sie wesentlich langsamere Fortschritte machten als Kinder mit anderen Diagnosen.

Aus meiner Erfahrung als Psychiater wusste ich, dass Unverträglichkeit von Kasein [Eiweißstoff in Milch und Milchprodukten] und Gluten [„Klebereiweiß“ in manchen Getreiden, vor allem in den bei uns am meisten verbreiteten] außer Darmsymptomen wie Durchfall und Verstopfung auch psychiatrische Symptome wie Depressionen, Panikattacken und Psychosen verursachen kann. Das habe ich allerdings nicht während des Medizinstudiums oder in meiner praktischen Ausbildung gelernt (– obwohl es unter Naturheilkundlern und Vertretern alternativer medizinischer und therapeutischer Richtungen schon lange zum Allgemeinwissen gehört).

Erst als ich Anfang der 1990er-Jahre den norwegischen Arzt und Wissenschaftler Karl Reichelt kennenlernte, wurden meine Beobachtungen bestätigt und ich fand eine wissenschaftliche Erklärung dafür, dass Kasein und Gluten Schlüsselfaktoren nicht nur bei der Entwicklung von Autismus, sondern auch bei vielen anderen psychiatrischen Symptomen einschließlich der Schizophrenie sind. Ich beschloss, Schüler mit den gravierendsten Symptomen (zum Beispiel schweren Aggressionsschüben, Gewalttätigkeit und Selbstverletzungsverhalten wie Ritzen oder Schlucken von Rasierklingen usw.) auf eine kasein- und in manchen Fällen auf glutenfreie Ernährung umzustellen. Bei denjenigen, die sich an diese Ernährung halten konnten, besserten sich

diese Symptome oder verschwanden ganz; und meist wurde auch vieles andere besser, etwa Psychosen.

In den letzten zehn Jahren habe ich hauptsächlich Kinder mit Aufmerksamkeits- oder Lernproblemen, Kinder mit motorischen Schwierigkeiten und solche mit mehr oder weniger gravierenden autistischen Symptomen behandelt. Durch meine Erfahrungen mit diesen Kindern bestätigte sich, was ich bereits wusste, nämlich, dass Kinder mit Darmsymptomen und besonders solche mit autistischen Symptomen (mit oder ohne offensichtliche Darmproblematik) nicht im selben Maße vom rhythmischen Bewegungstraining profitieren wie andere Kinder. Wenn ich sie auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten testete, konnte ich auch feststellen, dass die meisten von ihnen Kasein und viele von ihnen Gluten nicht vertrugen.

Außerdem zeigte sich, dass die Kinder mit den schwersten autistischen Symptomen auch viele andere Nahrungsmittel nicht vertragen konnten. Ich fand heraus, dass sie eine bestimmte Ernährung und Nahrungsergänzungsmittel brauchten, damit das rhythmische Bewegungstraining seine optimale Wirkung entfalten konnte.

> Dieses Buch beruht auf meinen Erfahrungen mit autistischen Kindern und solchen mit Asperger-Syndrom, denen es durch meine Behandlung besser ging oder die wieder ganz gesund wurden. Im Gegensatz zu den meisten anderen Ärzten halte ich Autismus für eine Erkrankung oder Störung, die sich bessern lässt oder sogar geheilt werden kann, wenn man die Genesung des Kindes mit den richtigen Maßnahmen unterstützt.

Die etablierte Medizin betrachtet Autismus als *genetisch bedingte, unheilbare* neurologische Störung und empfiehlt, den Kindern mit *pädagogischen* Mitteln zu helfen, anstatt ihnen eine adäquate Behandlung angedeihen zu lassen. Der Theorie von Autismus als ererbter, genetisch bedingter Störung widerspricht jedoch der beispiellose Anstieg der Autismusfälle in den letzten 30 Jahren. Vor 1980 lagen die Schätzungen in wissenschaftlichen Studien gleichbleibend bei einer Autismusquote von zwei bis fünf Fällen pro 10 000 Menschen.[1] Laut der amerikanischen Seuchenschutzbehörde hatte 2012 in den USA *ein* Kind von 88 eine Störung aus dem autistischen Formenkreis. Da es absolut unmöglich ist, dass die Häufigkeit einer *ererbten, genetischen*

Störung in wenigen Jahrzehnten derart zunimmt, bezweifeln viele Forscher inzwischen die genetische Erklärung und es häufen sich die Belege dafür, dass die Hauptursachen von Autismus tatsächlich in äußeren Einflüssen zu suchen sind.

Im ersten Teil des Buches stelle ich die verschiedenen äußeren Ursachen von Autismus vor, die in zahlreichen wissenschaftlichen Studien festgestellt worden sind. Dazu gehören zum Beispiel Schwermetalle, insbesondere Quecksilber, und andere toxische Substanzen, manche Impfstoffe, Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten und elektromagnetische Felder (EMF).

Im zweiten Teil des Buches (ab Kapitel 11) geht es um Schritte, die Eltern unternehmen können, um ihren Kindern zu helfen, damit sie gesund werden. Dazu gehören das Umstellen der Ernährung, die Gabe von Nahrungsergänzungsmitteln, das Ausschalten elektromagnetischer Felder, die Schwermetallentgiftung und das rhythmische Bewegungstraining.

In einigen Kapiteln gehe ich auch auf Ursachen und Selbsthilfemöglichkeiten für *ADHS und Lernschwierigkeiten* ein. Wie ich in meinem Buch *Bewegungen, die heilen* ausgeführt habe, werden diese Probleme häufig durch eine blockierte motorische Entwicklung in der frühesten Kindheit und durch persistierende Reflexe verursacht. Das rhythmische Bewegungstraining kann auch hier helfen. Doch viele der Symptome bei ADHS und Lernschwierigkeiten stehen ursächlich ebenfalls in Zusammenhang mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten, Schwermetallen und elektromagnetischen Feldern; in diesen Fällen sollte ähnlich vorgegangen werden wie bei Störungen aus dem autistischen Formenkreis.

Dieses Buch wendet sich an Eltern, deren Kinder von Störungen aus dem autistischen Formenkreis (ASD) und anderen Problemen wie Aufmerksamkeits- und Hyperaktivitätsstörungen, Lernschwierigkeiten, Epilepsie und motorischen Defiziten betroffen sind. Eltern, die mit den Aussagen von Ärzten nicht zufrieden sind und die nach alternativen Möglichkeiten suchen, ihren Kindern zu helfen, werden von der Lektüre dieses Buches profitieren. Es wendet sich aber auch an Fachleute, die durch ihre Arbeit mit autistischen Kindern im vorschulischen Bereich oder in der Schule zu tun bekommen und Informationen haben möchten, wie sie diesen Kindern besser helfen können.

Ich erhebe keineswegs den Anspruch, dass mein Buch *alle* Möglichkeiten umfasst, mit denen autistischen Kindern am besten zu helfen ist. Ich habe mich auf *die* Methoden konzentriert, mit denen ich eigene Erfahrungen habe, die eine gute Basis für Fortschritte bilden und die sich nicht nur bei vielen Kindern mit Störungen aus dem autistischen Formenkreis, sondern auch bei solchen mit den oben erwähnten anderen Schwierigkeiten gut bewährt haben. Viele Eltern und Therapeuten sind mit *anderen* Methoden erfolgreich gewesen, die ich hier nicht anspreche. Ich hoffe, mein Buch regt Eltern dazu an, genau *die* Methoden zu suchen und zu finden, die gerade *ihr* Kind braucht, um wieder gesund zu werden.

Kapitel 1

Was ist Autismus und wodurch wird er verursacht?

Im Jahre 1943 beschrieb der amerikanische Kinderpsychiater Leo Kanner in einem Lehrbuch mit dem Titel *Autistic disturbances of affective contact* [zu Deutsch etwa: Autistische Störungen des affektiven Kontakts; Anmerk. d. Übers.] ein neues Syndrom bei Kindern. Zu den von ihm genannten Symptomen gehörten: die Unfähigkeit, eine Beziehung zu anderen Menschen herzustellen; mangelhafte oder ausgebliebene Sprachentwicklung; sensorische Empfindlichkeit, ständiges Wiederholen bestimmter Verhaltensweisen; zwanghaftes Verlangen danach, dass immer alles gleich bleibt.

Wie es zu der Diagnose Autismus kam

Im Jahre 1980 wurde die Diagnose „infantiler Autismus" mit folgenden Kriterien in das DSM III, das amerikanische diagnostische Handbuch für psychiatrische Erkrankungen, aufgenommen:

1. Beginn vor dem Alter von 30 Monaten.
2. Gravierender Mangel an Reaktion auf andere Menschen.
3. Schwerwiegende Defizite in der Sprachentwicklung oder eigentümliche Sprachmuster.

Diese Definition wurde später als zu restriktiv betrachtet und 1987 geändert. Als Kriterien galten nun die anormale Interaktion mit anderen, eine anormale Kommunikation und nur begrenzte Interessen oder Aktivitäten. Dies wurde anhand von 16 einzelnen Kriterien erläutert und für die Diagnosestellung musste eine bestimmte Anzahl davon vorhanden sein.

Im Jahre 1994 modifizierte man die Kriterien für Autismus im DSM IV erneut, um die Diagnose enger zu fassen. Verwandte Krankheitsbilder, die nicht

alle Kriterien für Autismus erfüllten, zum Beispiel das Asperger-Syndrom, das Rett-Syndrom und die desintegrative Störung im Kindesalter, wurden nun mit der autistischen Störung unter der Bezeichnung „Störungen aus dem autistischen Formenkreis“ zusammengefasst.

Für dieses Buch sind die Klassifizierungen nach dem DSM IV und V nicht so interessant wie die Schwere der Symptome. Aufgrund meiner Erfahrung mit vielen Kindern, bei denen eine autistische Störung oder ein Asperger-Syndrom diagnostiziert wurde, halte ich diese Diagnosen für widersprüchlich und unzuverlässig. Man sollte erwarten, dass die Symptome einer autistischen Störung gravierender sind als die des Asperger-Syndroms, doch ich habe festgestellt, dass das nicht immer der Fall ist.

Die Anzahl der Kinder mit Autismus nimmt stark zu

Vor 1980 war Autismus selten. Übereinstimmenden Schätzungen wissenschaftlicher Studien zufolge lag die Quote bei zwei bis fünf Fällen pro 10 000 Menschen.[1] In den nachfolgenden 25 Jahren kam es zu einer rapiden Zunahme. Im Jahre 2004 wurde die aktuelle Auftretenshäufigkeit von Autismus und verwandten Störungen bei Kindern in den USA in einem offiziellen Bericht der amerikanischen Zentren für Krankheitskontrolle und Prävention [CDC, eine Art Seuchenschutzbehörde] mit 1 zu 166 angegeben. Im Jahre 2012 wurde sie von derselben Behörde mit 1 Kind von 88 angegeben. Die aktualisierten Schätzungen beruhen auf den Daten, die 2008 in 14 amerikanischen Gemeinden erhoben wurden.

Diese Entwicklung kann mit dem veranschaulicht werden, was in Kalifornien geschah. Dort gab es regionale Zentren, die sich um Menschen mit Beeinträchtigungen kümmerten. Etwa 75 bis 80 Prozent der Kinder mit Entwicklungsstörungen waren dort angemeldet. Vor 1980 betrug der Anteil der autistischen Kinder zwischen 150 und 200, 1987 war die Anzahl auf 400 gestiegen. Während der folgenden zehn Jahre kam es zu einem rapiden Anstieg. Zwischen 1987 und 1998 wurden fast dreimal so viele Kinder mit Autismus diagnostiziert. Die Anzahl der in den regionalen Zentren angemeldeten ASD-Kinder hatte sich nahezu verzwanzigfacht. Im Jahr 2000 waren es mehr als 20 000 autistische Kinder gegenüber 200 im Jahre 1980.[1] Andere Studien haben eine ähnliche Zunahme von Störungen aus dem autistischen Formenkreis in anderen Teilen der USA bestätigt. In Europa stieg die Anzahl ebenfalls beträchtlich, aber nicht so schnell wie in den USA.

Autismus – eine angeborene genetische Störung?

Aus Sicht der konventionellen Medizin ist Autismus eine psychiatrische Störung mit angeborenen genetischen Ursachen. Man geht davon aus, dass die Symptome durch eine Schädigung im Gehirn ausgelöst werden. Der schwedische Sachverständige Professor Christoffer Gillberg schrieb in seinem Buch *Autism* (1999):

> *„Zwillingsstudien … weisen darauf hin, dass die Vererbung ein wichtiger kausaler Faktor bei Autismus ist … Möglicherweise muss noch etwas anderes dazukommen, zum Beispiel eine Schädigung des Gehirns vor oder während der Geburt, damit es zu schwerem Autismus kommt.“*[2]

Mit keinem Wort erwähnte Gillberg in seinem Buch die große Anzahl von Studien, die sich mit verschiedenen *äußeren* Ursachen von Autismus befassen, zum Beispiel Schädigungen des Immunsystems, Allergien, Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten, Virusinfektionen, Schwermetalle, insbesondere Quecksilber, das Leaky-Gut-Syndrom [der „durchlässige Darm“] andere, die eine wichtige Rolle bei der Entstehung und zunehmenden Häufigkeit von Autismus spielen und die er zudem als nicht nachgewiesen abtat.

Die konventionelle Medizin bemüht sich, die Zunahme von Autismus herunterzuspielen, da sich eine *angeborene*, genetisch bedingte Störung (von der sie ausgeht) logischerweise ja nicht so epidemisch ausbreiten kann. Folglich wird vonseiten der CDC erklärt, es bestehe der Verdacht, dass eine gewisse Zunahme der Fälle einer stärkeren Wahrnehmung und besseren Identifikation der Kinder geschuldet sei. Eine neuere Studie hat jedoch gezeigt, dass Autismus durch schadhafte Gene verursacht werden kann, die *nicht* von den Eltern geerbt wurden, sondern aus den Spermienzellen oder Eizellen stammen.[3] Diese Entdeckung bestätigt die Bedeutung des äußeren Umfelds als eines ursächlichen Faktors bei Autismus und die Rolle, die dieses bei genetischen Schäden spielen kann.

Die neue, alternative Erklärung für die Entstehung von Autismus

Aus den umfangreichen Forschungsarbeiten der letzten 30 Jahre geht hervor, dass immer mehr Kinder autistisch werden, weil Immunsystem und Entgiftungsfähigkeit des Körpers durch den zunehmenden umweltbedingten Stress überfordert sind. Schwerwiegende autistische Symptome wie die Unfähigkeit, auf andere Menschen zu reagieren, und massive Sprachdefizite sind immer Zeichen für eine Schädigung des Gehirns.

Diese kann unterschiedliche Ursachen haben. Eine Gehirnschädigung mit Symptomen wie bei Autismus kann durch eine massive Schwermetallvergiftung, insbesondere durch Quecksilber, verursacht sein. Ich habe auch Patienten gehabt, die nach einem Schädel-Hirn-Trauma in der frühen Kindheit oder nach einer Virusenzephalitis im Säuglingsalter autistische Symptome entwickelten. So etwas ist selten; in der Mehrzahl der Fälle entwickelt sich Autismus auf andere Weise.

Forschungsarbeiten über Autismus haben umfangreiche Immunreaktionen in bestimmten Teilen des Gehirns, insbesondere im Kleinhirn gezeigt. Ähnliche Reaktionen werden auch bei Parkinson, Alzheimer und manchmal bei HIV beobachtet. Andere Studien haben ergeben, dass in vielen Fällen im Darm gebildete Substanzen die Hauptursache solcher Immunreaktionen sind:

Aufgrund einer Entzündung der Darmschleimhaut, zu der es durch Faktoren wie Schwermetalle, eine schädliche Darmflora und Impfungen kommt, können im Darm gebildete Substanzen die Darmwand passieren, der Betreffende hat dann ein sogenanntes Leaky-Gut-Syndrom. Sie erreichen über den Blutstrom das Gehirn und verursachen dort Immunreaktionen, eine Gehirnschädigung und autistische Symptome.

Viele Studien haben bestätigt, dass diese Faktoren bei der Zunahme der Autismusfälle eine entscheidende Rolle spielen, auch wenn sie nicht alle in

jedem einzelnen Fall beteiligt sein mögen. Die Erfahrung zeigt auch, dass es zu einer Besserung der autistischen Symptome kommt, wenn die Darmfunktion mit entsprechenden Maßnahmen wiederhergestellt wird. Durch geeignete Ernährung, durch Verbesserung der Darmflora und die Ausleitung von Schwermetallen gehen die Immunreaktionen des Gehirns zurück und der Weg zur Überwindung der Krankheit wird frei.

Trotz aller veröffentlichten Forschungsstudien, die die Rolle des Immunsystems, der Verbindung zwischen Gehirn und Darm, die Rolle von Schwermetallen und Impfstoffen sowie von Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten bei Autismus bestätigen, bleibt die etablierte Medizin weltweit dabei, die Bedeutung dieser Erkenntnisse zu leugnen, und hält an der genetischen Erklärung fest. Zusätzlich haben die CDC in den USA erklärt, dass weitere Forschungen zum Thema Autismus und Quecksilber in Impfstoffen überflüssig seien, und empfohlen, keine weiteren Gelder in die Untersuchung dieser Risiken zu investieren. In Großbritannien haben medizinische Institutionen und Medien sogar zu einer Offensive gegen Forscher aufgerufen, die Artikel über einen Zusammenhang zwischen Autismus und der Impfung gegen Masern, Mumps und Röteln [in diesem Buch meist abgekürzt: MMR-Impfung; Anm. d. Verlags] veröffentlicht haben. Das hat andere Forscher von weiteren Untersuchungen über die Ursprünge von Autismus abgeschreckt.

Kapitel 2

Autismus und die Verbindungen zwischen Darm und Gehirn

Einer der Pioniere der modernen Psychiatrie, der französische Psychiater Phillipe Pinel (1745–1828), war für seine psychologisch einfühlsame und menschlich respektvolle Behandlung der ihm anvertrauten Patienten berühmt. Er glaubte, dass die Wahrheit in der Medizin auf der klinischen Erfahrung beruhe. Pinel machte täglich, manchmal sogar mehrmals, Visite bei allen seinen Patienten, um sich einen detaillierten Überblick über das Krankheitsbild eines jeden zu verschaffen, und führte sorgfältig Buch darüber. Nach jahrelanger Arbeit mit psychisch Kranken oder, wie man damals noch sagte, mit „Geisteskranken", kam er zu dem Schluss, der primäre Herd der „Geisteskrankheit" befinde sich im Bereich von Magen und Darm.

Darm und Gehirn – ein Paar mit „besten Verbindungen"

Meine eigene Erfahrung als Psychiater bestätigt diese Schlussfolgerung:

> Ich habe festgestellt, dass Patienten mit Depressionen, Angst- und Panikstörungen, mit Zwangsverhalten, einer Psychose, bipolaren Störungen, Autismus oder ADHS oft Probleme mit der Verdauung und mit Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten haben.

In den 1980er-Jahren hatte ich viele Patienten mit einer durch Amalgam bedingten Quecksilbervergiftung; die meisten von ihnen hatten akute Darmsymptome, zum Beispiel Verstopfung, weiche Stühle und Blähungen gehabt. Bei vielen von ihnen zeigten sich auch psychische Probleme wie Depressionen, Angstzustände und Müdigkeit. Sie erlebten, dass sich sowohl ihre

Darmsymptome als auch ihre psychischen Schwierigkeiten besserten, wenn sie Gluten und Kasein von ihrem Speiseplan strichen. Ich begann, Patienten mit Depressionen und Angstzuständen in diesem Sinne zu beraten, und stellte manchmal erstaunliche Ergebnisse fest.

Ein junger Mann ist mir ganz besonders im Gedächtnis geblieben, der plötzlich mit schweren depressiven Verstimmungen, akuten Selbstmordgedanken und extremer Unruhe zu kämpfen hatte. Er hatte nie zuvor solche Symptome gehabt und es hatte sich in seinem Leben auch nichts ereignet, was die Symptome hätte auslösen können – außer einer Veränderung seiner Essgewohnheiten. Er erklärte, dass er Vegetarier werden wolle und kurz zuvor seine Ernährung auf Brot und Milchprodukte beschränkt habe, anstatt sich ausgewogen und nahrhaft vegetarisch zu ernähren. Wegen der Selbstmordgefahr wollte ich ihn ins Krankenhaus einweisen, doch er weigerte sich strikt; er wollte zu Hause bleiben und einer seiner Freunde versprach, sich um ihn zu kümmern. Ich nahm ihm das Versprechen ab, auf Gluten und Kasein zu verzichten, und das hielt er auch ein. Als ich ihn vier Wochen später wiedersah, ging es ihm gut, er hatte keine Depressionen und keine Angstzustände mehr und seine Unruhe war auch verschwunden.

Darmsymptome bei Patienten mit chronischer Schizophrenie

Anfang der 1990er-Jahre bekam ich die Gelegenheit, das rhythmische Bewegungstraining [Abkürzung der engl. Bezeichnung: RMT] bei einer Gruppe von Patienten mit chronischer Schizophrenie einzuführen, die bereits mehr als zehn Jahre im Krankenhaus verbracht hatten, und ich lernte sie und ihre Symptome dabei recht gut kennen. Ich stellte fest, dass die meisten dieser Patienten Darmsymptome hatten, in der Regel eine schwere Verstopfung, und dass sie regelmäßig Abführmittel nehmen mussten. War es etwa eine Woche lang nicht zu einer Entleerung gekommen, führte das zu einer tendenziellen Verschlechterung ihrer psychotischen Symptome, die nach dem Abführen wieder besser wurden.

Es war mir sehr wohl bewusst, dass die Darmsymptome Teil ihrer Krankheit waren und dass sie davon profitieren würden, wenn sie Gluten und Kasein wegließen. Das war jedoch aus zwei Gründen nicht möglich. In erster Linie hätten das meine Vorgesetzten, Kollegen und die Mitarbeiter nicht akzeptiert, da die konventionelle Medizin Zusammenhänge zwischen einer Psychose, der Ernährung und der Darmfunktion nicht anerkennt. Und zweitens hätte eine Umstellung der Ernährung das Forschungsprojekt infrage

gestellt, dessen Zweck es war, die Auswirkungen des RMT auf diese Patientengruppe zu evaluieren. Obwohl schon viele Ärzte den Zusammenhang zwischen dem Gehirn und dem Darm beobachtet hatten und trotz bereits veröffentlichter einschlägiger Studien sah ich keine Möglichkeit, bei diesen Patienten eine Ernährungsumstellung zu veranlassen.

Forschungsarbeiten über die Beziehung zwischen Darm und Gehirn

Ein Zusammenhang zwischen psychiatrischen Symptomen und dem Darm wird von Medizinern seit mindestens 200 Jahren beobachtet, doch erst in den letzten 50 Jahren gab es dazu ein paar ernsthafte wissenschaftliche Studien; aufgrund dessen wurde dieser Zusammenhang von der etablierten Medizin bisher nicht wirklich ernst genommen.

Einer der Pioniere, die diesen Zusammenhang untersuchten, war der amerikanische Psychiater F. C. Dohan. Anfang der 1960er-Jahre begann er, sich über Informationen vonseiten seiner Kollegen Gedanken zu machen, dass Zöliakie bei Schizophreniepatienten viel häufiger vorzukommen schien, als statistisch zu erwarten gewesen wäre. Das inspirierte ihn zu ausgedehnten Forschungen darüber, inwieweit die Ernährung als Ursache der Schizophrenie von Bedeutung ist. In einer Studie konnten er und seine Mitarbeiter 1973 nachweisen, dass der Krankenhausaufenthalt von Patienten, die wegen eines akuten Schizophrenieschubs eingeliefert und dann gluten- und kaseinfrei ernährt wurden, im Vergleich zu einer Kontrollgruppe, die eine „normale“ Ernährung erhielt, nur halb so lange dauerte.

Aus weiteren Studien ging hervor, dass akut erkrankte Patienten sich nach dem Weglassen von Gluten viel besser erholten als chronisch Kranke, bei denen es seltener zu einer Besserung kam.[1] Anhand einer Studie aus Neuguinea, wo eine große Bevölkerungsgruppe lebte, die gar kein Getreide zu sich nahm, konnten Dohan und seine Mitarbeiter den Nachweis erbringen, dass Schizophrenie dort äußerst selten war und nur bei *einem* von 32 500 Einwohnern diagnostiziert wurde. Als die dortige Bevölkerung begann, Weizen anzubauen und Gerstenbier zu trinken, erhöhte sich die Häufigkeit von Schizophrenie um das 65-Fache.[2]

Verstopfung und andere Darmsymptome bei Autismus

Mehrere Studien haben gezeigt, dass Darmsymptome bei Autismus häufig vorkommen. Zwischen 70 und 80 Prozent der autistischen Kinder leiden oder litten unter Verdauungsproblemen wie Verstopfung, weichem Stuhlgang oder Durchfall, Bauchschmerzen, Blähbauch oder Gasbildung. Sie haben möglicherweise Probleme, anderen gegenüber auszudrücken, dass sie Bauchschmerzen haben, und zeigen stattdessen vielleicht uncharakteristische Symptome wie Reizbarkeit, Aggressivität oder Schlafstörungen.

Viele Studien haben bestätigt, was der britische Gastroenterologe Andrew Wakefield in seinen Studien nachwies, nämlich einen Entzündungsprozess in der Darmwand und geschwollene Lymphknoten. Auch Magenschleimhautentzündungen wurden bei autistischen Kindern gefunden. Eine Studie ergab, dass ihre Fähigkeit zur Bildung von Verdauungsenzymen gestört ist. Bei allen diesen Kindern kam es zu weichen Stühlen oder Problemen mit Blähungen.

Zu den häufigsten Symptomen bei Autismus gehört die *Verstopfung*. Es kann zu nur sporadischen Darmentleerungen kommen, manchmal höchstens einmal pro Woche oder alle zwei Wochen. Der Stuhl ist jedoch oft weich und nicht richtig geformt, was darauf hinweist, dass es Probleme mit der Flüssigkeitsresorption aus dem Darm gibt. Geschwollene Lymphknoten können Ursache für die langsame Darmpassage sein.

Eine weitere häufig beobachtete Ursache von Verstopfung ist *Kasein-Unverträglichkeit*. (Kasein ist ein Protein in Milch und Milchprodukten.) Ich habe viele Kinder und Jugendliche mit Autismus oder Asperger-Syndrom zu Gesicht bekommen, die eine mehr oder weniger schwere Verstopfung hatten. In manchen Fällen erweiterten sich der Dickdarm oder das Rektum, da sich die Fäzes dort stauten, oder es kam sogar zu einem Rektumprolaps. Stuhlinkontinenz war nicht selten. In den meisten Fällen wurde die Verstopfung durch kaseinfreie Ernährung beseitigt oder gebessert.

Meine Erfahrungen wurden in einer Studie mit 103 autistischen Kindern bestätigt. Röntgenaufnahmen zeigten, dass 36 Prozent von ihnen an schwerer Verstopfung litten. Bei mehr als der Hälfte war es durch eine chronische Koprostase (Kotstauung) zu einer Erweiterung des Rektums gekommen; viele hatten allerdings jede Woche einen ziemlich normalen Stuhlgang. Verschmutzungen durch Stuhlinkontinenz waren nicht selten.[3]

Manchmal kann auch eine *Gluten-Unverträglichkeit* zu Verstopfung führen. Einer meiner autistischen Patienten wurde schon seit seiner frühen

Kindheit gluten- und kaseinfrei ernährt und hatte dadurch keine Verdauungsprobleme. Doch immer dann, wenn er versehentlich etwas Gluten- oder Kaseinhaltiges zu sich nahm, verschlechterten sich seine Autismus-Symptome und er bekam Verstopfung. Seine Mutter bat den Kinderarzt deshalb um ein entsprechendes Attest, damit sein Nahrungsmittelbedarf bezuschusst werden konnte. Vor der Ausstellung eines Attests verlangte der Arzt aber einen sogenannten Provokationstest, bei dem der Junge glutenhaltige Nahrungsmittel zu sich nehmen musste. Es kam dadurch zu einem gravierenden Rückfall und einer totalen Verstopfung. Seine Mutter musste ihn zweimal ins Krankenhaus bringen, um den Darm entleeren zu lassen.

Das Leaky-Gut-Syndrom

Die Zellen der Darmschleimhaut haben sogenannte Haftkontakte [fachsprachlich: *Tight Junctions*; das sind die Stellen, wo die Zellen aneinanderhaften und normalerweise nur bestimmte Substanzen durchlassen. Anm. d. Verlags]; sie kontrollieren, was die Darmwand durchlässt (in beiden Richtungen). Werden diese Verbindungen geschädigt, kommt es zum sogenannten *Leaky Gut* [zum „durchlässigen Darm", zur Durchlässigkeit der Darmwand], das heißt, Toxine, unverdaute Nahrungspartikel und Bakterien können ungehindert ins Blut gelangen und das Immunsystem aktivieren sowie das Gehirn schädigen. Eine gesunde Darmflora ist Voraussetzung für die Unversehrtheit der Darmschleimhaut; die Überwucherung mit schädlichen Darmbakterien führt jedoch zu einem *Leaky Gut*.

Andere Ursachen sind Parasiten oder Virusinfektionen, zum Beispiel Masern, Röteln, Herpes oder das Cytomegalievirus (CMV). Auch Quecksilber macht die Darmschleimhaut durchlässig und es führt außerdem zu einer intestinalen Dysbiose (das heißt zu schädlicher Darmflora). Impfungen, insbesondere die MMR-Impfung, können ebenfalls zu Entzündungsreaktionen der Darmwand und zu einem *Leaky Gut* führen. Außerdem wird die Darmschleimhaut durch Gliadin, einen Bestandteil von Gluten, geschädigt, das nachweislich Zonulin bildet; diese Substanz zerstört die *Tight Junctions* und verursacht dadurch die Durchlässigkeit des Darms.

Das Leaky-Gut-Syndrom ist eine recht häufige Störung, von der viele Menschen betroffen sind; es ist aber selbst nicht ursächlich für Autismus. Der Grund dafür, dass es sich bei Autismus so schädlich auswirkt, liegt darin, dass autistische Kinder ein geschwächtes Immunsystem haben, das all die aus dem Darm ins Blut durchsickernden Substanzen nicht bewältigen kann. Also

kommt es zu Allergien, Infektionen, chronischen Entzündungen und Autoimmunreaktionen im Darm und im Gehirn, die den Zustand der Kinder verschlechtern.

Gluten, Kasein (also die Proteine von Getreiden, Milch und Milchprodukten) sowie die Proteine von Soja sind bei Autismus besonders schädlich. Der entzündete Darm ist nicht in der Lage, diese Proteine zu Aminosäuren abzubauen. Stattdessen kommt es zur Bildung von Aminosäureketten, sogenannten Peptiden, die die Autismus-Symptome noch verschlimmern. Sie können zu Immunreaktionen und Entzündungen führen, insbesondere im Gehirn. Ihre Wirkung ist der von Morphin ähnlich, daher werden sie als „Exorphine“ bezeichnet.

Selbst autistische Kinder ohne Darmsymptomatik können ein *Leaky Gut* haben. Eine entsprechende Studie ergab, dass 43 Prozent dieser Kinder davon betroffen waren, in der Kontrollgruppe (also bei nichtautistischen Kindern) gab es keine solchen Fälle (0 Prozent).[4]

Harald Blomberg

Autismus ist heilbar

Rhythmisches Bewegungstraining und optimale Ernährung bei Autismus und ADHS

176 pages, broché
publication 2015

acheter maintenant

Plus de livres sur homéopathie, les médecines naturelles et un style de vie plus sain
www.editions-narayana.fr