

# Patienten fühlen sich hilflos

**TOTALE ERSCHÖPFUNG** Multisystemerkrankungen wie das Chronische Müdigkeitssyndrom oder Burnout werden durch Funktionsstörungen in den Zellen ausgelöst.

VON UNSEREM REDAKTIONSMITGLIED  
**IRMTRAUD FENN-NEBEL**

**Bamberg** – Extreme Müdigkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen, Schwindel, häufige Infekte, Gedächtnis- und Konzentrationsprobleme, depressive Verstimmungen, Schlafstörungen und Magen-Darm-Probleme: Wer an diesen Symptomen leidet, könnte ein chronisches Müdigkeits- oder Erschöpfungssyndrom (CFS) haben oder einen klassischen Burnout. Die Ursachen für die häufig wechselnden Beschwerden bleiben häufig unklar. Einblick in die tieferen Ursachen des „Krankseins ohne Grund“ geben aktuelle molekularbiologische Forschungsergebnisse, auf deren Grundlage Dr. Wolfram Kersten arbeitet.

Der Bamberger Facharzt für Innere Medizin und Naturheilverfahren beschäftigt sich seit über zehn Jahren schwerpunktmäßig mit der Prävention und Therapie chronischer Zivilisationserkrankungen und unnatürlicher Alterungsvorgänge. Eine entscheidende Rolle spielt seinen Worten zufolge die krankhaft vermehrte Bildung von Sauerstoff- und Stickstoffradikalen, die sich in Oxidativem und Nitrosativem Stress niederschlagen. Diese seien an der Entstehung sogenannter Multisystemerkrankungen beteiligt, da sie in nahezu allen Zellen und Organen auftreten können.

## Zellen werden zerstört

„Die Entwicklung dieser Multisystemerkrankungen, die durch die Lebensbedingungen in Zivilisationsländern gefördert und ausgelöst werden, sind eng verknüpft mit der Funktion von Mitochondrien“, erklärt Kersten. Mitochondrien sind kleine, bakterienähnliche Zellorganellen, die man auch die „Kraftwerke“



**Stress in den Zellen kann ein Grund für chronische Müdigkeit sein.** Foto: DAK

der Zelle nennt. Jede Zelle enthält 100 bis 2000 solcher Mitochondrien, die in Form von ATP (Adenosintriphosphat) jene Grundenergie liefern, die eine Muskelzelle fähig macht, Kraft zu entwickeln, eine Drüsenzelle befähigt, Hormone herzustellen oder eine Nervenzelle, Informationen weiterzuleiten.

Diese komplexen Vorgänge im Rahmen von Oxidativen oder Nitrosativen Stress könnten zur Blockade oder Zerstörung von Mitochondrien und anderen lebenswichtigen Enzymen führen, „die letztlich den Untergang der Zellen zur Folge haben“, erklärt Kersten. „Das kann neben weiteren Symptomen eine Einschränkung der geistigen und körperli-

chen Leistungsfähigkeit zur Folge haben, was zunächst nicht in Verbindung mit diesen molekularbiologischen Veränderungen gebracht wird“.

## „Biochemischer Teufelskreis“

Dieser „biochemische Teufelskreis“ sei in der Regel ohne therapeutische Maßnahme nicht zu stoppen. Wegen der Komplexität ihrer zerstörerischen Auswirkungen auf eine Vielzahl von Körperfunktionen könne die Dysfunktion von Mitochondrien zu schweren Störungen des Zentralnervensystems, Immunsystems, Hormonhaushalts, Magen-Darm-Trakts und zu entzündlichen Vorgängen im Bereich von Muskeln, Sehnen und

Gelenken führen – also zu so genannten Multisystemerkrankungen.

Die dabei auftretenden, sehr unterschiedlichen Symptome sind Kersten zufolge schwer einzuordnen und werden mangels gezielter Labordiagnostik nicht erkannt. „Deswegen landen Patienten mit CFS – häufig in Verbindung mit Fibromyalgie – oder Burnout fälschlicherweise nur beim Psychotherapeuten oder Psychiater. Die Betroffenen fühlen sich in der Regel unverstanden, hilflos und ohnmächtig.“

## Ernährungsumstellung ist hilfreich

Angloamerikanische Forscher haben Kersten zufolge die Schlüsselfunktion der Mitochondrien bei einer Vielzahl von Erkrankungen bewiesen. Auch zeigten sie therapeutische Möglichkeiten auf, dem CFS und Burnout nach eingehender Labordiagnostik vorzubeugen und sie „auf der Ebene ihrer Entstehung zu behandeln“.

Zwingend erforderlich seien hochdosierte Antioxidanzien, die den Oxidativen und Nitrosativen Stress neutralisieren und die Zerstörung der Mitochondrien stoppen können. Hinzu komme eine Ernährungsumstellung und der Ausgleich immer vorzufindender Mangelzustände an Mineralien, Spurenelementen und Enzymen. „Sehr wichtig ist eine konsequente Ernährungsumstellung“, sagt Kersten, „und besonders für Burnout-Patienten eine psychotherapeutische Begleitung“.

## **i** „Krank ohne Grund?“

**Vortrag** Am Mittwoch, 25. November, referiert Dr. Wolfram Kersten unter der Überschrift „Krank ohne Grund?“ über CFS und Burnout. Beginn ist um 20 Uhr im Hegelsaal der Bamberger Konzerthalle.