

# Ganzheitliche Therapie der IC

Dr. med. Alois Würdehoff, Mechernich

Seit genau 90 Jahren ist die interstitielle Cystitis beschrieben. Leider hat die Medizin bisher kein durchgreifendes therapeutisches Konzept entwickelt, das den Patienten zufriedenstellend hilft. Es mangelt nicht an Therapieversuchen und Meldungen über hoffnungsvolle und neue Therapien; nach Jahren der Erprobung stellen sich bis jetzt die gesamten Verfahren als unzureichend wirkungsvoll heraus.

Diese traurige Bilanz sollte uns nicht veranlassen, den Kopf in den Sand zu stecken, sondern um so mehr ermuntern von allen Seiten her aktiv zu werden, um endlich Licht in dieses schwerwiegende Krankheitsbild zu bringen.

Die Diagnostik ist für den Kenner des Krankheitsbildes einfach, hierzu gibt es genügend Veröffentlichungen. Es fehlt leider bei den Ärzten und Patienten noch an Aufklärung über diese Krankheit. Allzu oft werden die Patienten als Simulanten oder übertrieben schmerzempfindlich hingestellt ohne Kenntnis der grausamen Schmerzen dieser Krankheit. Die Ursache der Erkrankung ist z.Zt. nicht bekannt. Es bestehen einige Theorien, die uns hinsichtlich der Therapie nicht verbindlich weiterhelfen.

Wie kommen wir weiter?

Wir als Therapeuten müssen verpflichtet sein, jede mögliche Hilfe aufzugreifen auch aus den Bereichen der alternativen oder besser gesagt der ganzheitlichen Medizin. In der Ganzheitsmedizin betrachtet man nicht das erkrankte Organ allein, sondern den ganzen Körper.

Ich weiß, dass mit dieser Forderung viele Mediziner nicht einverstanden sind, da hier auch Verfahren zum Einsatz kommen, die z.Zt. mit wissenschaftlichen Methoden nicht erklärbar sind. Dennoch sollte jeder Therapeut verpflichtet sein, diese Methoden in das Therapiekonzept einzugliedern. Hat er keine Erfahrung mit diesen Therapien, dann sollte er sich nicht scheuen, die Patienten an entsprechend ausgebildete Therapeuten weiterzuleiten, ansonsten sollte er dieses Krankheitsbild nicht behandeln. Gerade bei diesem Krankheitsbild zählt der Satz: "Wer heilt hat recht".

Im Folgenden möchte ich Ihnen ein ganzheitliches Konzept vorstellen, das eine umfassende Diagnostik und Therapie der körperlichen und seelischen Störungen beinhaltet. Neu in diesem Konzept ist vielen vielleicht die Betrachtung des gesamten Menschen bei dieser Erkrankung. Wir müssen uns lösen von der Einstellung, dass es sich hier allein um eine Blasenerkrankung handelt.

Die Blase ist leider nur das Organ, das vorrangig mit Krankheitszeichen reagiert, weil im Körper einiges in Unordnung ist.

Als Leitschiene in diesem Konzept bewährt sich das Vierkomponentenmodell. Erkrankungen treten durch Störungen einer oder mehrerer Komponenten auf.

Es handelt sich um Störungen der

- strukturellen Komponente
- biochemisch-immunologischen Komponente
- elektromagnetischen Komponente
- psychisch-emotionellen Komponente

Die **strukturelle Komponente** berücksichtigt alle organischen Veränderungen.

**Diagnostisch** sind hier die körperliche Gesamtuntersuchung, der KCL-Test, Ultraschall, Röntgen, Blasenspiegelung und Blasenfunktionstests zu nennen. Aus den alternativen Gebieten geben Muskeltests und osteopathische Diagnostik weitere Erkenntnisse über Störungen.

**Therapeutisch** sind Blasenspülungen, Blasendehnung, Laserung, Koagulation, Blasenteil- oder vollständige Blasenentfernung zu erwähnen. Erweiternd sind manuelle Therapie, Chirotherapie, Lymphdrainage, Massagetechniken der Rücken-, Gesäß- und Bauchmuskulatur sowie der Muskulatur des Bauchraumes zu nennen. Diese letzt genannten Verfahren führen zu einer besseren Durchblutung der im Umfeld liegenden Muskulatur, die reflektorisch von Blasenstörungen beeinflusst wird. Hierzu gehören unter Umständen auch Muskeln, die weit entfernt von der Blase liegen, die aber über sogenannte Muskelketten miteinander verschaltet sind. So kann durchaus ein weit entfernt liegender Muskel, der anfangs durch eine Blasenerkrankung gestört worden ist, mit einer Dauerverspannung reagieren und nach Abheilung der Blasenerkrankung die Blasenbeschwerden unterhalten ohne objektivierbaren Befund an der Blase.

Die Lymphdrainage führt zu einem verbesserten Lymphabfluss, so dass die Blasenwand von Flüssigkeitseinlagerungen entlastet wird.

Die erstgenannten Verfahren führen zu einer symptomatischen Behandlung der Blasenwand mit Besserung der Entzündung, der Blasenkapazität und letztendlich bei Schrumpfblassen oder unerträglichen Schmerzen durch die Entfernung der Blase zu einer Besserung der Situation. Die operative Blasenentfernung stellt den letzten Ausweg dar und kommt nur für einen verschwindend geringen Anteil der Patienten in Frage. Dies zeigen auch die Operationsstatistiken der letzten Jahre aus den Kliniken, die sich mit dieser Erkrankung befassen.

Zur **biochemischen und immunologischen Komponente** zählen **diagnostisch** Blut- und Urinuntersuchungen. Diese sollten akute oder chronische Infektionen erkennen lassen, eine Aussage über die allergische Bereitschaft oder einen immunologischen Defekt ergeben. Eingreifender ist die Bestimmung von Körperabwehrstoffen in der Blasenschleimhaut zum Ausschluss einer örtlichen Abwehrschwäche. **Therapeutisch** haben hier medikamentöse Therapieformen, Diätmaßnahmen, Phytotherapie, Homöopathie, Impfungen und Bäder ihren Platz.

Die dritte **elektromagnetische Komponente** berücksichtigt Maßnahmen, die elektrisch, magnetisch oder elektromagnetisch wirken, wie: TENS, Akupunktur, Kinesiologie, Thermographie und kraniosakrale Therapie.

**Diagnostisch** werden von diesen Verfahren die **Akupunktur, Kinesiologie und Thermographie** eingesetzt um Störungen der Meridiane oder Energiebahnen zu finden und zu beheben.

Die Akupunktur ist den meisten als Nadeltechnik bekannt.

Die Kinesiologie ist eine energetische Muskeltestung. Mit ihrer Hilfe sucht man Blockaden an Organen, Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln und Medikamenten, Belastungen von Umweltstoffen (Schwermetalle, chemische Gifte), Viren und Pilze. Ein nicht zu unterschätzendes Problem ist die Belastung durch Metalle wie Quecksilber, Palladium, Cadmium, Blei, Zinn und Aluminium. Diese kommen in Zahnmitteln, Autoabgasen und Medikamenten vor. Sie führen durch Einlagerung ins Nervensystem zu einer Störung des Körpers auf einer übergeordneten funktionellen Ebene.

Die Thermographie zeigt ebenfalls Störungen an einzelnen Hautarealen, die Rückschlüsse auf Organstörungen zulassen

Durch die Beseitigung der Organstörungen oder in der energetischen Sprache durch die Beseitigung von Organblockaden kommt es zur Selbstheilung von Erkrankungen und zur besseren Verträglichkeit und Wirkung von Medikamenten. Dies sollte ein Anreiz für die Pharmazie sein, diese Methoden zu unterstützen, um eine bessere Wirkung der Medikamente zu erzielen.

Die kraniosakrale Technik beschäftigt sich ebenfalls mit der Diagnostik von Störungen und in der Therapie mit der Aufhebung der energetischen Störung durch die Organerkrankung. Vorteil dieser Therapie ist die Möglichkeit, auf einer höheren Steuerungsebene in Störungen einzugreifen.

Die vierte Komponente: die **psychisch-emotionelle Komponente** berücksichtigt alle Maßnahmen, die im weitesten Sinne mit Psychotherapie zu tun haben: Coping, Gesprächstherapie, Selbsterkenntnis, Meditation, Hypnose, das Erfahren von Liebe. Coping bedeutet das Annehmen des Patienten in seiner Situation mit all seinen Schwierigkeiten und mit all den dadurch auftretenden Problemen, selbst wenn man z. Zt. keine Hilfe anbieten kann. Allein das Wissen des Patienten, dass jemand ihn mit seinen Schwierigkeiten ernst nimmt und mit ihm Ausschau hält, wie das Problem zu lindern ist, hilft und gibt Hoffnung.

In der Gesprächstherapie kann der Patient seine gesamten Sorgen, Kummer und auch harmlose Begebenheiten aussprechen. Dadurch erfährt er oft schon eine andere Sicht der Probleme, insbesondere wenn er die Probleme wiederholt schildert. Dies kann durch Nachfragen des Therapeuten verstärkt werden. Wichtig ist hier ebenso das bedingungslose Akzeptieren des Patienten in seiner Situation und der gute Wille für den Patienten ein liebevoller Ansprechpartner zu sein. Durch das Gespräch enthüllen sich oft Defizite in den Gefühlen der Patienten wie z.B. : wenig erfahrene Liebe von den Eltern, Geschwistern, Partnern und Mitmenschen im sozialen Umfeld, außerordentliche Belastungen am Arbeitsplatz, in der Familie oder nicht richtig verarbeitete Konfliktsituationen aus der Kindheit, Ausbildung und Beruf. Es zeigen sich ungelöste Konfliktsituationen durch Unfälle, Verlust von Angehörigen oder Verletzungen und Missbrauch durch Worte und Taten.

Durch die Gespräche kann sich der Patient besser selbst erkennen und die Notlage, die den Leidensdruck ausmacht. Erst durch das Erkennen der Notlage wird eine Änderung möglich. Unterdrückt man ständig die bedrückenden Gefühle, die sich aus der Notlage ergeben, so führt dies zu einer Traurigkeit, Antriebslosigkeit, Depression und später sogar zu einem selbst zerstörerischen Verhalten

All diese Probleme zeigen uns auf, dass eine innere Disharmonie vorliegt zwischen unserem sogenannten "inneren Kind" und dem "erwachsenen Kind". Das innere Kind ist die angeborene ungeformte Person, der Pool unserer Gefühle, der auf der Ebene "Sein, Fühlen und Erleben" funktioniert. Dieser Teil bedarf der ständigen liebevollen Zuwendung und benötigt Vertrauen. Das erwachsene Kind bildet sich als weiterer Persönlichkeitsteil heraus durch Erfahrung, Erziehung und Ausbildung ; dieser Teil funktioniert auf der rationalen Ebene und hat mit "Machen, Denken und Handeln zu tun. Wir können diesen Teil auch als Überlebenskind oder äußere Fassade bezeichnen, die es ermöglicht, mit unseren Mitmenschen so umzugehen, dass wir immer als der große "Strahlemann" oder Sieger hervorgehen.

Leider nimmt dieses Überlebenskind wenig Rücksicht auf das innere Kind und lässt es verkümmern. Dadurch kommt es zu Spannungen in uns, die anfangs unbemerkt bleiben, weil wir im Leben auf der äußeren Fassade das Verdrängen perfekt beherrschen. Unsere Gefühle geben aber nicht nach und so kommt es zu undefinierbaren Störungen wie Traurigkeit, Antriebslosigkeit, Konzentrationsstörungen, Leistungsknick, Schlafstörungen etc. Und wir wissen nicht warum wir uns unwohl fühlen oder traurig sind oder verspannt sind. Bei der Abklärung der Beschwerden finden wir weder im Blutbild, Ultraschall oder Röntgenbild einen krankhaften Befund. Erkennen wir die innere Problematik, dann können wir durch Nachnahrung dieses innere Kind zufrieden stellen, ignorieren wir diesen Hilferuf, so führt es zu organischen Erkrankung bis hin zum Tod.

Durch Meditation und geführte medizinische Hypnose kann man wieder zu sich finden und mit seinen Gefühlen Kontakt aufnehmen. Oberstes Ziel ist es, für sich selbst Liebe zu empfinden. Das mag sich sehr banal anhören; es ist aber sehr schwierig, da wir meistens nur zur Zufriedenheit anderer leben und unsere ureigenen Vorstellungen und Wünsche übergehen. Wie können wir uns dann lieben, wenn wir uns immer hinten anstellen und die in uns aufkommenden Bedürfnisse ständig unterdrücken?

Durch ständiges Bewusstwerden von tiefer Eigenliebe wächst auch Vertrauen zu unserem Körper. Eigenliebe und Vertrauen zu sich selbst sind wichtige Voraussetzungen zur Aktivierung von Selbstheilungskräften. In Kombination mit Nahrungsumstellung und geordnetem Tagesablauf ist diese Therapie imstande mehr als 50% der Erkrankung zu lindern, in einigen Fällen sogar zu heilen.

Bis jetzt werden diese Verfahren zu wenig eingesetzt, da man sich in der Therapie überwiegend am Organ Blase orientiert und die meisten Therapeuten jeweils nur eine Richtung favorisieren und zu wenig zusammenarbeiten. Wir sind aber Individuen und benötigen auch eine individuelle Therapie. Zu schnell ergeben sich z. Zt. die Therapeuten in der Vorstellung eine "unheilbare Erkrankung" vor sich zu haben. Dadurch nimmt man den Therapeuten den Ansporn intensiver zu forschen. Wer forscht schon gern über eine Erkrankung, die offiziell als unheilbar gilt? Da sagt man doch eher den Patienten, damit müssen Sie leben und kümmert sich um Prob-

leme, die leichter lösbar sind. Den Patienten wird durch die Hilflosigkeit der Therapeuten Hoffnungslosigkeit und Frust vermittelt.

Sollte diese Situation Euch Patienten und uns Therapeuten nicht veranlassen, die Erkrankung gemeinsam anzugehen und zwar möglichst auf breiter Front, selbst wenn sich einige Methoden als wenig wirksam herausstellen. Weniger als in der Vergangenheit kann kaum heraus kommen. Das "Therapieren lassen" führt zu keinem befriedigenden Erfolg wie die meisten von Ihnen wissen und das seit 90 Jahren. Somit sollten Sie als Patienten selbst aktiv werden.

Es geht auch nicht an, dass wir uns als Therapeuten jährlich auf Kongressen treffen und ständig dasselbe in verschiedenen Varianten erzählen. Hierdurch werden wir den erkrankten Patienten nicht gerecht. Gerade diese Erkrankung mit ihrem ungeheuren Leidensdruck verpflichtet uns, endlich eine Linderung der Beschwerden zu erzielen und dies unter Erhaltung von Lebensqualität, d.h. nicht zuzustopfen mit Psychopharmaka oder Opiate bis man zur lebenden Mumie wird. Wir müssen über den Tellerrand der derzeitigen Standardtherapie, sofern man von einer solchen überhaupt sprechen kann, hinausschauen. Jeder Therapeut sollte über die vielfältigen Möglichkeiten informiert sein. Sollte er sie nicht selbst beherrschen, dann kann er den Patienten an kompetente Personen weiterleiten.

Die Aussage: "damit müssen Sie leben" nach Ausschöpfen des eigenen Therapiepotentials darf keinen Platz haben und spricht nur für die Einfallslosigkeit des Therapeuten. In meinen Augen ist es unbedingt erforderlich, dass Sie sich als Patienten selbst an der Therapie beteiligen, wie wir es auch von anderen chronischen Erkrankungen kennen. Leichter fällt dies im Zusammenschluss von Selbsthilfegruppen. Hier ist Mitarbeit und finanzielle Eigenbeteiligung gefordert. Dieses Forum ist ein geeigneter Platz für Meinungsaustausch, Weitergabe von Tipps und guten Adressen aber auch Weitergabe von negativen Erfahrungen um schnell die Spreu vom Weizen zu trennen.

Wer sich völlig diesen Dingen verschließt und ausschließlich passiv ist wird wenig Chancen auf erfolgreiche Behandlung haben , er muss demzufolge leiden

Passiv kommt vom lateinischen Wort passio, d.h. das Erleiden.

Meine Ausführungen mögen sich etwas ketzerisch anhören; sie sind aus den eigenen Erfahrungen der letzten 20 Jahre mit dieser Erkrankung entstanden. Gehen wir genauso vor wie in den letzten 90 Jahren, dann dürfen wir mit keinem schnellen Fortschritt rechnen, deshalb möchte ich Sie alle nochmals dazu ermuntern mitzumachen in der Suche nach Ursachen und geeigneten Therapien, selbst wenn diese zur Zeit noch keine wissenschaftlich anerkannte Methoden sind.