

DIE ENZYMOTHERAPIE- wie sie wirkt und wo sie hilft

Interview mit Dr. med. Hellmut Münch
(www.enzymforschungsgesellschaft.de)

Ohne Enzyme wären wir nicht lebensfähig. Als Biokatalysatoren treiben Enzyme jegliche biochemischen Reaktionen an, in denen Stoffe umgewandelt oder abgebaut werden. Beispielsweise zerlegen sogenannte Glykosidasen in der Nahrung enthaltene Stärke in einzelne Glukose-Moleküle, welche nachfolgend für die Energieversorgung der Zellen zur Verfügung steht. Insgesamt sorgen ca. 5.400 verschiedene Enzyme für das reibungslose Funktionieren des menschlichen Organismus. Fehlt etwa die Laktase im Darm, kann Milchzucker (Laktose) nicht aufgespalten werden, wodurch es u.a. zu Durchfall, Blähungen und Bauchkrämpfen kommen kann. Der Laktasemangel lässt sich leicht durch eine laktosefreie Ernährung kompensieren. Sind andere Enzyme betroffen, kann es schon schwieriger werden. Generell wirkt sich ein Enzymmangel negativ auf den Stoffwechsel und damit auf unsere Gesundheit aus.



Das Enzym „Laktase“

Welche Rolle spielt heute ein Enzymmangel?

Noch vor 100.000 Jahren betrug die durchschnittliche Lebenszeit der Menschen 35 bis 40 Jahre. Die Aktivität der Enzyme reichte für diese Zeitspanne aus und das hat sich bis heute nicht geändert. Allerdings werden wir mittlerweile viel älter. Das 40. Lebensjahr stellt tatsächlich eine Grenze dar, wobei chronische Erkrankungen häufiger auftreten. Die immunologische Abwehr ist in besonderem Maße auf Enzyme angewiesen. Enzyme beschleunigen die Genesung. Untersuchungen belegen, dass ein

junger Körper (unter 30 Jahre) besser in der Lage ist, genügend Enzymmoleküle als Immunregulatoren in der Blutbahn bereit zu halten. Ab dem 40. Lebensjahr sinkt die Enzymkonzentration, wodurch sich die Reaktionsfähigkeit des Immunsystems verlangsamt.

Wie kamen Sie zur Enzymtherapie?

Durch den Biologen Dr. Karl Ransberger, den Entwickler und Wegbereiter der Enzymtherapie, welcher mit meinem Vater befreundet war. Ich traf ihn erstmals im Juli 1987. Noch heute ist er mein großes Vorbild. Ich verdanke ihm die Liebe zur Medizin und Wissenschaft. Dr. Ransberger gründete zusammen mit Prof. Max Wolf die medizinische Enzymforschungsgesellschaft in München, um ihre bisherigen Forschungsarbeiten fortzusetzen. Bis dato hatten sich beide Wissenschaftler intensiv mit den Vorgängen im Immunsystem und der Rolle der Enzyme darin auseinandergesetzt. Ich selbst war bereits an der Entwicklung des Therapeutikums „Wobenzym Phyto“ beteiligt. Nachdem Dr. Ransberger starb, trat ich sein wissenschaftliches Erbe an.



„Ab dem 40. Lebensjahr sinkt die Enzymkonzentration. Ein junger Körper ist besser in der Lage, genügend Enzymmoleküle bereit zu halten.“

Wo setzt die Enzymtherapie an?

Der Hauptwirkungsbereich ist das Immunsystem. Zum Beispiel bauen Enzyme Entzündungsfaktoren (Zytokine) ab. Ist dieser Abbaumechanismus gestört, kann eine Entzündung chronisch werden und den Körper dauerhaft belasten. Aus diesem Grund kann bei allen Erkrankungen des entzündlichen Formenkreises wie etwa Rheuma, Morbus Crohn oder Multiple Sklerose die Enzymtherapie unterstützend zum Einsatz kommen. Auch in der Krebsabwehr konnte ich in meiner Praxis sehr gute Erfolge erzielen.

Gibt es bestimmte Enzyme, die von besonderer Bedeutung sind?

Ich setze hauptsächlich eine Kombination aus Bromelain, Papain und Lysozym ein. Diese sind in einer magensaftresistenten Kapsel verpackt, welche sich erst im Dünndarm auflöst. Da Enzyme zu den Eiweißen gehören, würden sie durch die Magensäure denaturiert werden, wodurch sie ihre biologische Aktivität verlieren. In klinischen Tests zeigte sich, dass noch 24 Stunden nach der Enzymaufnahme mehr Enzymmoleküle im Blut nachweisbar waren als bei einer Vergleichsgruppe ohne Enzymgabe. Die drei genannten Enzyme bauen

FALLBEISPIEL

Bauchspeicheldrüsenkrebs

In meine Praxis kam ein 48-jähriger Mann mit einem inoperablen Tumor an der Bauchspeicheldrüse. Es hatten sich bereits Metastasen in der Leber gebildet. Zu diesem Zeitpunkt lautete die Prognose, dass er maximal noch anderthalb Jahre zu leben hätte. Ich empfahl ihm neben der Dauerchemotherapie täglich Enzyme plus Vitamine und Spurenelemente einzunehmen. Mittlerweile sind drei Jahre vergangen. Seine Lebensqualität ist gut und seine immunologischen Blutwerte haben sich verbessert. In Zusammenarbeit mit der medizinischen Enzymforschungsgesellschaft e. V. (MEF) sind wissenschaftliche Studien zur Anwendung von Enzymen bei verschiedenen Krebsarten geplant.

durch ihre eiweißspaltenden Eigenschaften Entzündungsfaktoren ab.

Bromelain:

Bei Bromelain handelt es sich um einen Rohextrakt aus der Ananas, welcher verschiedene Enzymarten enthält. In der Nahrungsmittelindustrie wird der Extrakt als Zartmacher für Fleisch und zur Fruchtsaftklärung eingesetzt. Beim Menschen unterstützt Bromelain die Verdauung und wirkt chronischen Entzündungen entgegen.



Papain:

Das Enzym kommt in der Papaya (Kerne/unreife Frucht) vor und weist eiweißspaltende Eigenschaften auf. Zum Beispiel wurde der Milchsafte unreifer Papaya bei indigenen Völkern zur Reinigung von Wunden eingesetzt. Ein Hauptanwendungsgebiet sind koronare Herzerkrankungen, wobei Papain in den Gefäßen Blutgerinnsel abbaut und somit einer Gefäßverstopfung entgegenwirkt.

Lysozym:

Lysozym findet sich im menschlichen Körper zum Beispiel im Speichel und im Schweiß. Es entfaltet antibakterielle Eigenschaften und ist Bestandteil der unspezifischen Immunabwehr. Weiterhin kommt es im Eiklar von Hühnereiern und in der Kuhmilch vor. Durch den Einsatz im Rahmen der Enzymtherapie heilen Verletzungen schneller aus und Schmerzen werden gelindert. Zudem wird Lysozym auch Zahnpasta zugesetzt, um die antibakterielle Wirkung des Speichels aufzuwerten und dadurch Karies und Parodontitis vorzubeugen.

Was ist bei der Einnahme von Enzymen zu beachten?

Da es sich um eine natürliche Therapieform handelt, ist die Anwendung von Enzymen nebenwirkungsarm. Allerdings ist bei der Wahl des Präparates auf eine hohe Qualität zu achten. Bei einer



„Optimal wäre die Enzymgabe 1 Stunde vor oder 3 Stunden nach dem Essen..“

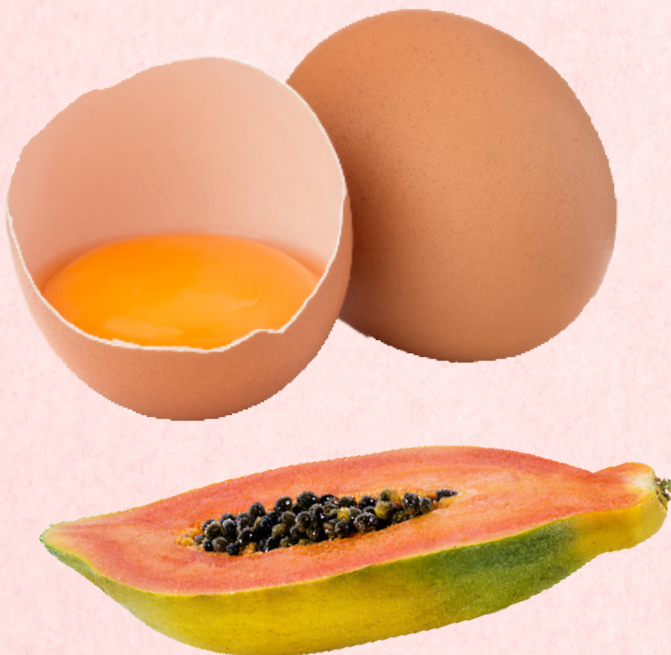
bekannten Unverträglichkeit gegenüber Ananas oder Papaya sollte auf bromelain- und papainhaltige Produkte verzichtet werden. Da es zur Interaktion mit Nahrungseiweiß kommen kann, muss ein zeitlicher Abstand zur Mahlzeit eingehalten werden. Optimal wäre die Enzymgabe 1 Stunde vor oder 3 Stunden nach dem Essen. Ansonsten können Nebenwirkungen wie Blähungen, Bauchkrämpfe und Durchfall auftreten. Ich empfehle das „4-E-Schema“:

Enzyme leisten einen Beitrag zur besseren Nährstoffversorgung bei:

Entzündungen, eingenommen um
Elf Uhr morgens und
Elf Uhr abends.

Lassen sich Enzyme auch über Nahrungsmittel aufnehmen?

Frische Rohkost enthält durchaus Enzyme. Mit der Lagerdauer sinkt allerdings die Enzymaktivität. Da Enzyme zur Gruppe der Eiweißstoffe gehören, werden sie durch die Magensäure inaktiviert. Somit lässt sich über die Ernährung nicht der gleiche therapeutische Effekt erzielen wie bei der Einnahme magensaftresistenter Enzymprodukte. Dennoch ist eine Ernährung, die reichlich frisches Obst und Gemüse enthält natürlich zu befürworten. Die Gesundheit profitiert in jedem Fall davon. Als besonders enzymreich gelten: Ananas, Papaya, Avocado, Mango, Äpfel, Kiwi, Sprossen, frisches Kokoswasser, Weintrauben, naturbelassener Honig und Blütenpollen. Auch fermentierte Speisen wie Sauerkraut, Kefir, Kombucha und Tempeh zählen zu den Enzymquellen.



Ihr persönliches Schlusswort?

Ich habe mein Leben der Enzymtherapie gewidmet und sehe in meiner Praxis, dass meine Patienten enorm von dieser effektiven und natürlichen Therapieform profitieren. Ob Hauterkrankungen, Krebs, Burnout, Nahrungsmittelunverträglichkeit, Reizdarm, Rheuma, Diabetes oder Herzschwäche, im Rahmen eines Behandlungsansatzes, der Schulmedizin mit Naturheilkunde verbindet und auch Lebensstilfaktoren berücksichtigt, lassen sich wirklich Heilerfolge erzielen. Daher lautet mein Motto: Soviel Schulmedizin wie nötig, kombiniert mit soviel Naturheilkunde wie möglich.

DG



DR. MED. HELLMUT MÜNCH
(www.dr-h-muench.de)

- niedergelassener Arzt in Unterwössen, Schwerpunkt Immunologie
- Leiter der Medizinischen Enzymforschungsgesellschaft (MEF e.V.)
- als Buchautor und Referent in Fachkreisen bekannt
- langjähriger Referent der ÖGOM
- Referent an der Heidelberger Fortbildungsakademie
- als Dozent in verschiedenen Universitäten weltweit tätig, u.a. Universität Krams
- über 3000 Auftritte bei Vortragsveranstaltungen und im Radio/Fernsehen.

DEINE
Gesundheit
natürliche & effektive Heilmethoden

Natur-coaching

Wenn wir die Natur beobachten und ihre Zeichen lesen, erkennen wir sehr viel für unser persönliches Leben. Denn wir sind ein Teil der Natur. Alles wirkt mit allem zusammen. Allein dies zu erkennen, gibt uns Sicherheit und das Gefühl, aufgehoben zu sein.

Die Natur ist eine Kraftquelle, in der wir auftanken können. Alles fällt von uns ab und wir klinken uns in das harmonische System der Natur ein, die uns wieder ausgleicht und in Einklang bringt – mit uns selbst und unserem Umfeld. Runterkommen, ankommen.

Eine kleine oder größere Auszeit in der Natur wirkt Wunder. Du kommst zur Ruhe und findest Antworten auf deine Fragen.

Komm mit und finde einen tieferen Zugang zur Natur und dir selbst.

5 Tage – 2 Tage – 3 Stunden – Einzel Coachings



Anita Maas

»grüne« Apothekerin und Herausgeberin des maaS Magazins. »Als Wandernde zwischen den Welten bringe ich die Botschaften der Pflanzen zu den Menschen«.

ANFRAGEN AN
anita.maas@maas-mag.de

AKTUELLE TERMINE UNTER
www.maas-mag.de/naturcoaching