

„Alles Scheiße“ – Problem mit der Darmgesundheit?

Leider wird die Bedeutung der Mayr'schen Erkenntnisse über den Darm und die der F.X.Mayr-Therapie für die allgemeine Gesundheit von der Öffentlichkeit oft genug nicht voll erkannt oder sogar verkannt, so Dr. Adrian Schulte, Verfasser des Buches „Alles Scheiße!? Wenn der Darm zum Problem wird.“ Das persönliche Lebens- und Essverhalten entscheidet über die Darmgesundheit. Der erfahrene Facharzt und Klinikleiter zeigt in seinem Ratgeber, dass vor allem wir selbst und unsere falsche Art zu essen den Darm und damit unsere Gesundheit schädigen.

Es ist leider das Klischee von der „Milch-Semmel-Diät“, das sich immer noch in den Köpfen hält. Diese Vorstellung hat zwei Nachteile. Zum einen enthält ja die Vorstellung einer Diät per se schon eine Marginalisierung der Methode und eine Verengung der gesundheitlichen Tragweite – man verfährt eben eine Zeitlang nach einer Diät und macht dann weiter wie bisher. Was nichts anderes heißt, als dass der wesentliche Kern, die Bedeutung der dauerhaften Darmgesundheit – nicht verstanden wurde. Zum anderen sind in einer

Zeit, in der eine allgemeine Sensibilisierung beim Thema Lebensmittel(un-)verträglichkeit um sich greift, insbesondere auch die Nahrungsmittel Milch und Getreide in den Kreis der Verdächtigen gerückt. Und wo Milch und Getreide mit den Stichworten Laktose und Gluten belastet sind, wird dies für eine „Milch-Semmel-Diät“ nicht ganz ohne Folgen und ohne Einfluss auf das Image sein.

Die Zeit ist also mehr als reif dafür, die Potenziale der F.X.Mayr-Therapie für die Gesundheit neu zu entdecken und zu würdi-



gen – kurz: F.X. Mayr zu modernisieren. An Handlungsbedarf fehlt es nicht. Denn die Folgen schlechter Verdauung sorgen in allen möglichen Facetten für negative Schlagzeilen und besorgniserregende Statistiken im Gesundheitswesen: Von der chronischen Verstopfung über den Reizdarm bis hin zu Divertikeln und Darmkrebserkrankungen, ganz zu schweigen von Folgeerkrankungen wie etwa Rückenschmerzen oder Bandscheibenvorfällen und Arteriosklerose. Bei der Eindämmung dieser Volkskrankheiten kann die Mayr-Medizin einen wertvollen Beitrag leisten.

Darmprobleme sind „in“

Die Bereitschaft, sich mit den Gründen und Lösungen von Darmproblemen auseinanderzusetzen, ist heute größer denn je. Nicht nur die leidvollen Selbsterfahrungen der Menschen, die sich in den Statistiken spiegeln, auch die Presse trägt ihren Teil dazu bei. Denn bei aller kritischen Vorsicht, mit der man die fast wöchentlichen Medien-Meldungen über die allerneuesten Schurken unter den Lebensmitteln genießen sollte – die Schreckensmeldungen haben doch auch ein Gutes: Sie schaffen Aufmerksamkeit für den Themenkomplex „Ernährung – Verdauung – Gesundheit“. Der Darm kommt dabei zu neuen Ehren. Dies ist eine hervorragende Chance, die Mayr-Therapie endlich neu und angemessen zu positionieren – als Methode, selbstverantwortlich einen neuen und angemessenen Umgang mit dem eigenen Darm zu pflegen. Einen Umgang, der keinerlei Beigeschmack von altbackenen Brötchen mehr hat, sondern eine zeitge-

Diagnostik und Therapie nach F.X.Mayr

Vor ungefähr 100 Jahren machte ein österreichischer Arzt von sich reden, der wie kein anderer vom Verdauungstrakt fasziniert war:

Dr. Franz Xaver Mayr. Bei Schonkost und täglichen Bauchbehandlungen, bei denen der Bauchraum entstaut und die Darmmuskulatur aktiviert wurde, beobachtete er, wie sich parallel zu den Verdauungsstörungen Beschwerden linderten, die er in ihrem Ursprung zunächst nicht dem Darm zugeordnet hatte. Die Schonung des Verdauungstraktes stand bei seiner Behandlung im Vordergrund, vom Fasten bis zur schonenden Hausmannskost kamen alle Diätformen zum Einsatz, abhängig von deren Verträglichkeit und der zu behandelnden Störung. Gleichzeitig wurde der Darm mit einem salinischen Wasser gespült und täglich behandelt, um zu regenerieren. So entstand die Therapie nach Dr. F.X. Mayr.

Die Internationale Gesellschaft der Mayrärzte bietet seit nunmehr über 50 Jahren Kurse über Diagnostik und Therapie nach F.X.Mayr an. Jahrzehntelange Lehr- und Entwicklungsarbeit und erfahrene Mayrärzte als Kursleiter garantieren eine fundierte, seriöse Ausbildung mit allen Attributen einer zeitgemäßen, wissenschaftlich fundierten Vorsorge- und Regenerationsmedizin auf der Basis der bewährten Lehre von Dr. Franz Xaver Mayr.

Die Ausbildung zum Mayrarzt beinhaltet 3 Kurse. Die Ausbildung im Rahmen der Gesellschaft wird von der österreichischen Ärztekammer per Diplom anerkannt.



Dr. Adrian Schulte,
Facharzt für
Allgemein-
medizin, Natur-
heilverfahren,
Vorstand der Int.
Gesellschaft der
Mayr-Ärzte

mäße, ja zeitlose und unideologische, pragmatische Lösung für den Alltag anbietet. Es geht nicht darum unseren Patienten zu sagen sie sollen besser kauen, Zwischenmahlzeiten meiden, weniger Fleisch und mehr Gemüse zu essen, es geht

darum ihnen die Zusammenhänge zu erklären und damit nachhaltig den Gesundheitszustand nicht nur des Darmes zu verbessern. Dafür ist im Praxisalltag, selbst in einer beruhigten Privatpraxis keine Zeit. Deshalb ist es von enormem Vorteil ihnen ein Buch an die Hand geben zu können, in dem sie alle wichtigen Zusammenhänge einfach erklärt bekommen.

Anleitung und Ratgeber

Genau vor diesem Hintergrund habe ich das Buch „Alles Scheiße!? Wenn der Darm zum Problem wird.“ konzipiert. Es soll – bewusst reisserisch betitelt – die Leserschaft bei ihrer Befindlichkeit abholen – und gründlich, aber leicht verständlich aufzei-

gen, was bei der Verdauung schief laufen kann und warum.

Vor allem soll gezeigt werden, wie das Schlüsselorgan Darm durch eigenes Zutun wieder adäquat verdauen und verstoffwechseln kann – und damit seinen wesentlichen Beitrag zur Verbesserung und zum Erhalt der Gesundheit liefern. Und das alles, ohne einen Fokus auf Milch und Semmel zu legen – denn hier bieten sich auch für den in Eigenregie aktiven Patienten weit flexiblere und auch schmackhaftere Möglichkeiten, ohne an Wirkung einzubüßen.

► Ausbildungsrichtlinien für die Diagnostik und Therapie nach F.X.Mayr: Int. Gesellschaft der Mayr-Ärzte, Kochholzweg 153, A-6072 Lans.
Tel: 0043 664 922 82 94, Fax: 0043 512 36 48 13, www.fxmayr.com

Neue minimal-invasive OP-Technik bei Refluxkrankheit

Jeder fünfte Deutsche leidet an der gastroösophagealen Refluxkrankheit. Davon Betroffene beklagen einen krankhaft gesteigerten Rückfluss des sauren Mageninhaltes in die Speiseröhre. Meistens lassen sich die Beschwerden durch magensäurehemmende Medikation verringern. In einigen Fällen ist jedoch eine Operation erforderlich.



Sodbrennen ist ein weit verbreitetes Phänomen. Anlass zur Sorge besteht, wenn es regelmäßig auftritt.

Für diese Patienten bietet die Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Transplantationschirurgie (AVTC) der Universitätsmedizin Mainz jetzt ein modernes, besonders schonendes OP-Verfahren an: Dabei implantieren Ärzte einen

Schrittmacher beziehungsweise elektrischen Stimulator (EndoStim) in laparoskopischer OP-Technik. Ziel ist es, den geschwächten Schließmuskel zwischen Speiseröhre und Magen mithilfe des Kardiaschrittmachers zu stärken.

„Diese minimal-invasive Operation kam im Dezember letzten Jahres erstmals an der Universitätsmedizin Mainz und erstmals überhaupt in Rheinland-Pfalz zum Einsatz. Bei zwei Patienten konnten wir den Kardiaschrittmacher erfolgreich über einen kleinen Hautschnitt implantieren“, sagt PD Dr. Peter Grimmer, Oberarzt im zertifizierten Kompetenz-Zentrum Oberer Gastrointestinaltrakt, der den Eingriff mit seinem Team durchführte.

Oft hoher Leidensdruck

Die Refluxkrankheit geht sehr oft mit hohem Leidensdruck einher. Etliche Betroffene haben eine über viele Jahre andauernde Leidensgeschichte hinter sich, weil konventionelle therapeutische Ansätze teilweise ohne erkennbaren Nutzen bleiben. „Diesen Menschen können wir jetzt helfen und ihre Lebensqualität verbessern“, so Prof. Lang, Direktor der AVTC. Ob diese Therapie langfristig von Erfolg gekrönt sein wird, wird sich erst in den nächsten Jahren und Jahrzehnten zeigen. „Dennoch sind wir überzeugt, dass innovative Assistenzsysteme, wie funktionelle Elektrostimulationen in Form von Schrittmachern, in Zukunft stetig an Bedeutung gewinnen werden“, fügt der Direktor der AVTC hinzu.

Quelle: Universitätsmedizin Mainz