



Dr. med. Sonja Reitz

Wie Leib, Seele und Traumata das Bauchgehirn stören

Teil 1: Erinnerungsspeicherungen, bewusste und unbewusste Traumaerfahrungen als häufig übersehene Krankheitsursache

Zusammenfassung: Traumata erzeugen elektrische Blockierungen im Gehirn, aber auch im peripheren vegetativen Nervensystem, im Nervensystem des Bauchraums, dem so genannten Bauchgehirn, und an Körpernarben, die mit diesen Traumatisierungen zusammen entstanden sind. Diese elektrisch messbaren Blockierungen in der Informationsverarbeitung stören Meridianflüsse und die vegetative Regulationsfähigkeit. Viele Nahrungsmittelallergien, Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa und funktionelle Magen-Darm-Störungen sind auf solche – bewussten oder unbewussten – Traumaursachen und die durch sie verursachten vegetativen Funktionsstörungen zurückzuführen. Psychotherapeutische Ansätze – auch Traumatherapien – erreichen diese Speicherungen im peripheren Nervensystem und im Bauchgehirn oft nicht. Häufig sind bereits Folgeerkrankungen eingetreten, die eine zusätzliche ganzheitliche Therapie benötigen. Unbewusst gebliebene Traumata, z. B. durch Operationen und zu flache Narkosen, werden durch gängige Traumatherapien ebenfalls nicht erreicht. Zur Diagnostik unbewusster Traumatisierungen eignen sich nur interindividuelle vegetative Testmethoden wie z. B. die Body-Mind-Soul-Kinesiologiemethode®, weil hier technische Messungen an ihre methodischen Grenzen stoßen. Körperorientierte Verfahren, meridianbezogene neurobiologisch wirksame Therapien wie z. B. auch neurobiologischer Stressabbau nach Dr. Reitz® und Narbenentstörung können spürbare Besserungen oft in kurzer Zeit erreichen.

„Liebe geht durch den Magen“ – Dieses Sprichwort allein zeigt schon, dass der Magen-Darm-Trakt die innere Begegnungsfläche mit der Welt nicht nur im Stofflichen ist. In vielen Publikationen ist immer wieder zu lesen, wie wichtig Ernährung, Allergenkarenz und eine gesunde Lebensführung sind, um eine gute Darmflora, ein gesundes Immunsystem und eine bessere Körperhaltung zu erzielen. Ist der Mensch aber wirklich nur, was er isst? Sind die Ursachen mit diesen Therapien wirklich erfasst und behebbar? Der Magen-Darm-Trakt ist bekanntermaßen auch das am stärksten psychosomatisch reagierende Organ: Mehr als 70 % aller Menschen reagieren auf Aufregung, Stress, Traumata oder Trauer mit Appetitlosigkeit, Heißhungerattacken, Essstörungen, Krämpfen, Blähungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Verstopfung, Durchfällen oder sogar entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn, Colitis ulcerosa etc. Damit Therapien hier ursächlich ansetzen können und so Chronifizierungen vermieden werden, ist es wichtig, die verschiedenen Einflussfaktoren aus Körper und Seele differentialdiagnostisch abzuklären. Damit sowohl die Ursachen also auch deren Folgen für Ernährung, Psyche und Immunsystem erfolgreich behandelt werden können, benötigen wir diagnostische wie auch therapeutische Maßnahmen, die sowohl die körperlichen, toxischen und allergischen Ursachenfaktoren als auch die z. T. unbewussten seelischen Konflikte oder traumatischen Erfahrungen wie auch noch die dazu häufig auftretenden Folge-Erkrankun-

gen differenzieren können und welche die neuronale Steuerung der Magen-Darm-Funktion – das Bauchgehirn – systematisch mit einbeziehen. Dazu eignet sich vor allem die Body-Mind-Soul-Kinesiologie®, welche sowohl das Bauchgehirn wie auch andere neuronale Steuerungsstrukturen sowie die jeweiligen Ursacheebenen und auch die dafür geeigneten Therapieverfahren mit einer hohen Zuverlässigkeit diagnostiziert.

Der Magen-Darm-Trakt dient nicht nur unserer Ernährung und dem Schutz vor schädlichen Nahrungsbestandteilen, „bösen“ Keimen und der Ausscheidung nicht benötigter Nahrungsbestandteile oder Stoffwechselprodukte. Ein großer Teil unserer Regulationsfähigkeit, unserer Regeneration, unseres Immunsystems und damit unserer Gesundheit hängt nicht unwesentlich von einer guten Magen-Darmfunktion ab. Auch das seelische Wohlbefinden und die geistige Leistungsfähigkeit leiden, wenn es im Darm nicht stimmt. Die Zellen des Immunsystems werden z. B. zu 80 % im Magen-Darm-Trakt geprägt, und zahlreiche das Immunsystem und auch das seelische Wohlbefinden steuernden Botenstoffe wie z. B. Serotonin, Histamin und auch viele Vitamine werden im Darm resorbiert oder durch die Mikroben dort synthetisiert oder eben nicht. Interessanterweise finden sich Botenstoffe des Gehirns und des Bauchgehirns auch in der Muskulatur, den Leukozyten und Thrombozyten, so dass verständlich wird, dass seelische Empfindungen und Körperreaktionen

beim gesunden Menschen auch biochemisch-hormonell eng miteinander verknüpft und daher grundsätzlich normal sind. Beschwerden dort sind also nicht Ausdruck einer meist als pathologisch bewerteten „psychosomatischen“ Reaktion, sondern normale Begleiterscheinungen von seelischen Erlebnissen, aber auch von Dysbalancen im Magen-Darm-Trakt, die auf ganz anderen Ursachen beruhen können.

Ein sehr großer Teil dieser Vorgänge und Funktionen wird durch das Bauchgehirn autonom gesteuert und moduliert. Das Bauchgehirn ist mit seinen vegetativen Strukturen das phylogenetisch älteste „Gehirn“ des Menschen und hat eine eigene Wahrnehmungsfähigkeit, ist in sich selbst rückgekoppelt und damit lernfähig, d. h. es hat eine eigenständige Gehirnfunktion.

Das Bauchgehirn kann völlig unabhängig vom Gehirn selbst regeln, denn es funktioniert auch bei Hirntoten weiter. Es ist mit 30 % Gewicht der zentralen Kopf-Gehirnmasse das größte eigenständig funktionsfähige Gehirn in unserem Körper.

Es reagiert nicht nur auf Ernährung, Dehnungsreize, Säuren, Allergene, Entzündungen und Mikroben, sondern es spürt und reagiert auch auf existenzielle Aspekte wie Hunger und Sattsein, Bindung oder Isolation, Bedrohung und Sicherheit und Sympathie und Antipathie und meldet diese auch ans ZNS. Es unterliegt vielen verschiedenen Einflüssen (Abb. 1) und steuert diese durch Rückkopplung autonom. Wenn das Bauchgehirn zum Beispiel eine Drosselung oder Weitstellung der Gefäße steuert, ändern sich der pH-Wert der Zellmembranen, die Funktion sämtlicher Organe, die Stoffaufnahme, der Stoffwechsel, die Allergieneigung, die Intensität der Reaktion auf Allergene und auch die Immunfunktionen. Es steuert die

- Motilität im Magen-Darm-Trakt,
- Durchblutung der gesamten Bauchorgane, d. h. auch die Entgiftungsfunktionen der Leber,
- Magensäuresekretion



- Allergieneigung,
- Entzündungsreaktionen im Bauchraum,
- Immunleistungen des darmassoziierten Immunsystems,
- Resorption von Nahrungsbestandteilen
- „intuitive“ Wahrnehmungen von Bedrohung, Sicherheit, Sympathie, Antipathie, Zustimmung oder Ablehnung, Zugehörigkeitsgefühl u. a.

und trägt erheblich zu unserem seelischen Wohlbefinden bei, denn ein Großteil der Aminosäuren und Glücksbotsstoffe, die wir im Gehirn benötigen, wird im Darm aufgenommen (oder nicht) oder dort synthetisiert.

Viele verschiedene Ursachen aus Leib und Seele

Das Bauchgehirn reagiert und wirkt zurück – einerseits auf die es umgebende Biosphäre (z. B. Nahrungsbestandteile, Vitamine, Minerale, All-

ergene, Toxine, Schwermetalle, Mikroorganismen, Leukozyten, Lymphozyten, Mastzellen, Botenstoffe) wie auch andererseits auf seelische Empfindungen und andere Impulse aus dem zentralen Nervensystem und der Gefühlswelt. Es hat also eine zentrale Stellung beim Verständnis von Körper-Seele-Zusammenhängen (vgl. Abb. 1). Bauchgehirn und darmassoziiertes Immunsystem (GALT – gut associated lymphoid tissue) stehen in einem wechselseitigen Verhältnis: Das Immunsystem reagiert auf Vitaminmangel, Mineralmangel, Botenstoffmangel, seelische Empfindungen, Stimmungen, Ängste, Erfahrungen und Traumata und Impulse des Bauchgehirn. Umgekehrt beeinflusst die autonome Wahrnehmungsfunktion und Regulation des Darmes das ZNS, das Immunsystem und die gesamte Regulationsfähigkeit.

Viele Magen-Darm-Funktionen werden durch den „dicken Draht zum Bauchraum“, den Nervus Vagus, die sympathischen Efferenzen, die über den zentralen Grenzstrang auch Impulse aus dem limbischen System in den Bauchraum leiten, und die großen, phylogenetisch sehr alten und autonom regulierenden Plexi des vegetativen Nervensystems (Plexus myentericus, P. submuko-

sus und P. subserosus) – das Bauchgehirn – im Bauch selbst gesteuert.

Der Nervus Vagus zieht als 10. Hirnnerv vom Hirnstamm aus entlang der großen Gefäße in den Bauchraum und verbindet sich dort mit den Nervenplexi. Der Nervus Vagus ist nicht nur zuständig für Entspannung und Regeneration, sondern vermittelt auch Wahrnehmungen, Gefühle, zentralnervöse Eindrücke und Erregungszustände aus dem emotionalen Gehirn, dem limbischen System direkt in den Bauchraum und auch von dort zurück.

Auch über die sympathischen Afferenzen und die Nervi splanchnici werden Impulse aus dem Bauchraum zunächst an den sympathischen Grenzstrang, das Rückenmark und an das zentrale Nervensystem weitergeleitet. Viele Vorstufen für Botenstoffe (Aminosäuren) und auch Botenstoffe selbst (z. B. Serotonin und Histamin) werden im Darm aufgenommen oder gebildet. Diese haben direkten Einfluss auf unser seelisches Befinden, unsere Aktivitätslage, unser Immunsystem und auf die Funktion der ersten Immunabwehr, der Natürlichen Killerzellen und der Lymphozyten (5, 6, 7), d. h. sie haben

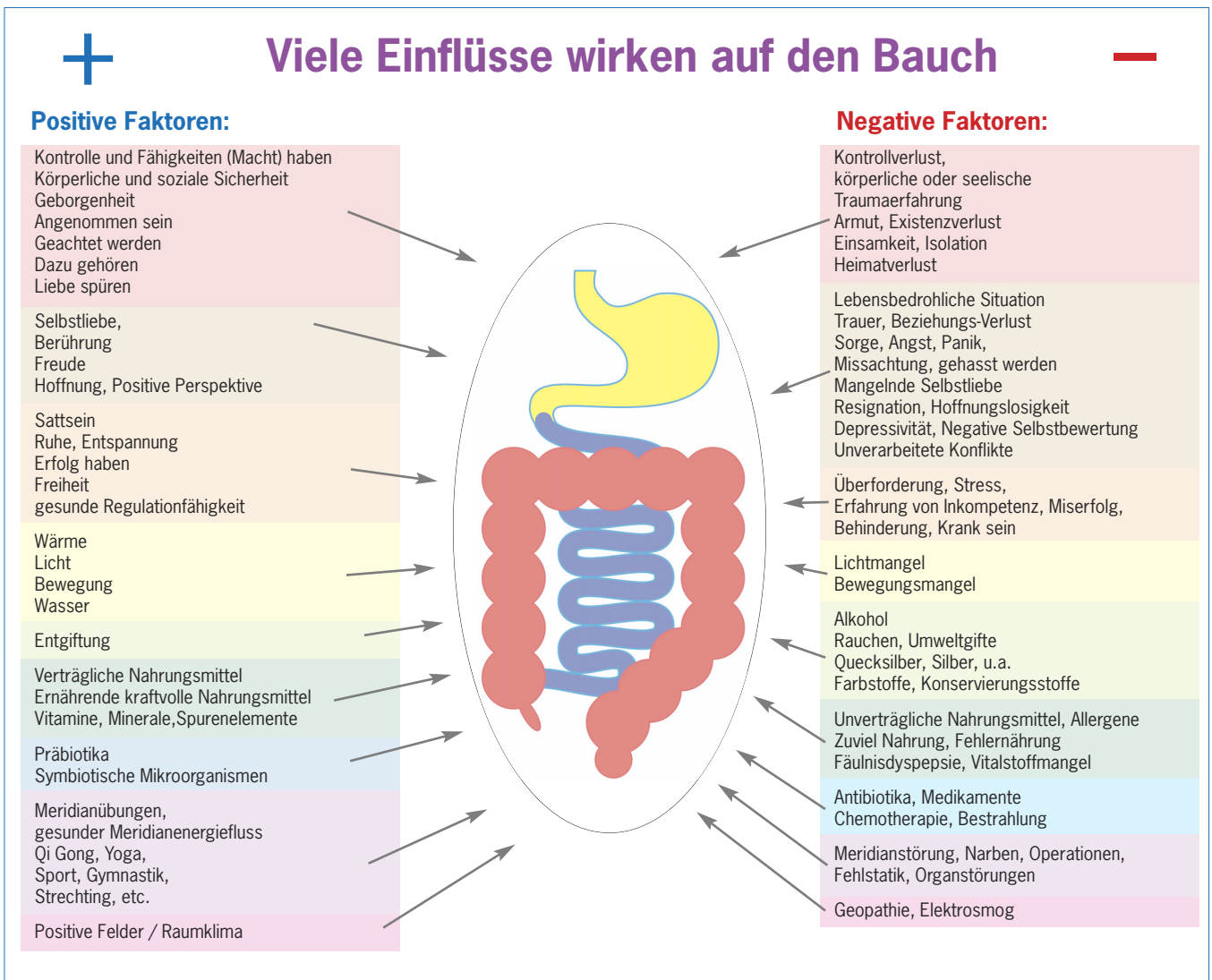


Abb. 1: Das Bauchgehirn reagiert und wirkt zurück ...



Das Bauchgehirn

Die verschiedenen vegetativen Nervengeflechte innerhalb der Darmmuskulatur und unterhalb der Darmschleimhaut (Plexus myentericus Auerbach; Plexus submucosus Meissner; Plexus subserosus, Ganglion coeliacum sup, med. inf.; Nervus vagus, sympathischer lumbaler Grenzstrang, Nervi splanchnici) gehören zum unwillkürlichen Nervensystem und sind untereinander vielfältig verschaltet sowie über die Ganglien im Bauch miteinander rückgekoppelt, d. h. sie können miteinander kommunizieren. Hier wird die strenge Trennung des vegetativen Nervensystems in parasympathisch und sympathisch aufgehoben. Über diese Koppelungen des vegetativen Nervensystems, welche im Körper über insgesamt 400.000 km Nervenbahnlänge ausmachen, ist der Darm somit auch mit allen anderen Organen im Körper elektrisch vernetzt. Größere Bauchganglien und kleinere Nervenknoten wirken hier wie Sicherungen, die eine Reizüberflutung des restlichen Körpers und des Gehirns verhindern, indem sie Signale regional verarbeiten und dämpfen oder einregulieren können. Aber es ist damit nicht nur vorstellbar, sondern es wird auch oft beobachtet, dass beim Versagen einer oder mehrerer dieser elektrischen Sicherungen auch erhebliche Einflüsse auf andere Organe, das Immunsystem und den Gesamtorganismus möglich sind. Wenn z. B. ein seelischer Schock bis ins so genannte „Son-

nengeflecht“ gespürt wird (Ganglion coeliacum), kann dies zu deutlichen Veränderungen auch der Funktionen sämtlicher Oberbauchorgane führen.

Das Bauchgehirn arbeitet autonom, es hat eine eigene, in sich selbst rückgekoppelte Informationsverarbeitung und somit eine ihm eigene „Intelligenz“. Es muss daher als zweites, eigenständiges Gehirn begriffen werden, welches trotzdem in intensivem Kontakt mit dem emotionalen Zentrum im Kopfhirn, dem limbischen System, steht und von dort dann auch eine Verbindung zum gesamten Großhirn hat. Die Verbindung zum Kopfhirn ist jedoch keine Einbahnstraße: Insgesamt wandern ca. sechsmal soviel Impulse vom Bauch zum Gehirn wie umgekehrt. Wie erheblich sich Entzündungen im Darm, Allergien, Meridianstörungen, Toxine und Fäulnisprozesse nicht nur auf den Serotoninspiegel und damit auf Konzentrationsfähigkeit, Denken und Fühlen auswirken können, sondern auch das Immunsystem und die gesamte Regulationsfähigkeit schwächen und die Krebshäufigkeit drastisch steigern können, wird sehr häufig übersehen. (1) Nicht wenige Kinder mit AD(H)S, Depressive, Angstkranke und chronisch Erschöpfte werden wieder gesund, wenn Krankheitsursachen, die im Darm gelegen oder sich dort auf Grund anderer Ursachen entwickelt haben, gefunden und beseitigt werden konnten (s. u.).

auch Einfluss auf das Risiko, an Krebs zu erkranken.

80 % unserer Immunzellen erhalten ihre Prägung im Magen-Darm-Trakt. Wir sind auf eine gesunde Darmflora angewiesen, die uns zusätzlich mit Mikronährstoffen wie z. B. Folsäure und B-Vitaminen versorgt.

Gesundung und Regulation ist also ein Konzert mit vielen Instrumenten und Variablen und nicht ausschließlich ein Produkt unserer Nahrungsaufnahme, obwohl diese hier – gerade auch zur Behandlung der Folgen der Folgen – erhebliche Einflüsse haben kann. (1)

Einflüsse von Narben und Meridianstörungen

Auch Narben, Reflexzonen und Meridianstörungen haben auf das Bauchgehirn und die Magen-Darm-Funktion einen großen Einfluss, wie Fallbeispiele zeigen: Es verschwand z. B. eine akute Colitis ulcerosa noch am gleichen Tag, nachdem eine Narbe auf dem Zeigefinger (Verlauf des Dickdarmmeridians) entzündend behandelt wurde. In einem anderen Fall verschwanden schwere chronische Magenbeschwerden nach

Entstörung einer Narbe am entsprechenden Zustimmungspunkt der Akupunktur am Rücken. In einem dritten Fall verschwanden chronische Nahrungsmittelallergien und Durchfälle nach der Entstörung einer Narbe auf dem Dünndarmmeridian im Bereich des Ohres (vgl. Abb. 2). In allen drei Fällen handelte es sich nicht um Placeboeffekte, sondern es hatten andere gute Methoden (Schulmedizin, Entspannungstherapie, Ernährungsbehandlung, Allergenkarenz, klassische Homöopathie, Psychotherapie), auch von demselben Behandler durchgeführt, vorher versagt. Sämtliche Meridiane der Oberbauchorgane wie auch das Konzeptionsgefäß und der Blasenmeridian können Bauchsymptome hervorrufen, da sie alle enge energetische Verbindungen zum Magen oder Darm haben.

Für eine geordnete Darmfunktion benötigt man auch eine geordnete Gallenblasen- und Leberfunktion. Alle Operationen also, die sowohl den Dünndarm-, den Dickdarm-, den Gallenblasen-, den Leber-, den Magen- oder den Milzmeridian irgendwo am Kopf oder Körper betreffen, können hier zu erheblichen Fehlfunktionen auch im Magen-Darm-Bereich führen. Auch wenn Zustimmungspunkte auf dem Rücken, auf dem Blasenmeridian oder auf dem Konzeptionsgefäß im Bauch- oder Brustbereich am Vorderkörper betroffen sind, können gravierende Magen-Darm-Störungen auftreten.

Ein weiteres Problem der Narben ist deren Fähigkeit, traumatische Erinnerungen zu speichern, welche durch Unfälle, unzureichende Nar-

kosetiefe oder traumatische Erfahrungen während der gesamten Wundheilungsphase entstehen können (2). Auch unbewusste, während einer Narkose erlebte Schmerzen können ähnlich schwere posttraumatische Belastungsstörungen erzeugen wie bewusste Traumatisierungen und das gesamte vegetative Symptombild bedingen, d. h. auch sehr häufig Magen-Darm-Störungen (5, 6) und Resorptionsstörungen.

Letztlich können also sämtliche Operationen nicht nur durch Verwachsungen, sondern allein schon durch die Meridianstörungen oder durch im Vegetativum gespeicherte Erinnerungen Auswirkungen auf die Magen-Darm-Funktion haben (2).

Tipp: Es empfiehlt sich daher, sämtliche Narben eines Menschen mit Magen-Darm-Symptomen zu entstören, bevor weitere Therapien eingeleitet werden, manchmal sind die Beschwerden und Erscheinungen damit bereits abschließend zu behandeln.

Erinnerungsspeicherungen und Neurostress auflösen

Durch die Narbenentstörungen mit sympathikolytischen Lokalanästhetika werden sehr oft in Narben gespeicherte Erinnerungen freigesetzt, die im Falle unbewusster Traumatisierungen durch z. B. Amnesien nach Vergewaltigung, Am-

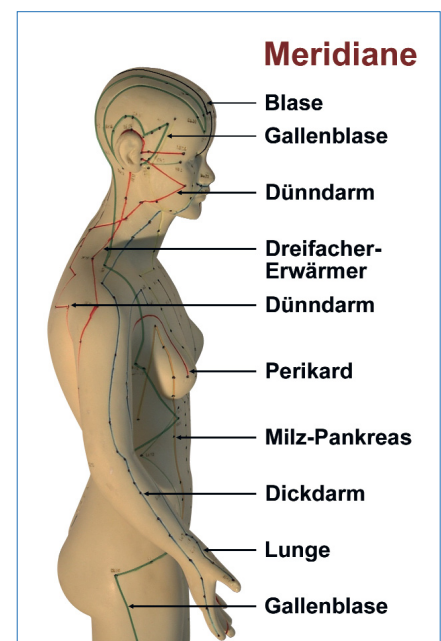


Abb. 2: Neben Narben des Bauches selbst können auch Narben im Bereich des Ohres (Dünndarm) oder des Armes (Dickdarm) und auch des Rückens und der Beine erhebliche Einflüsse auf Beschwerden und Funktion des Bauchraumes haben. Meridianstörungen können Organfunktionen erheblich stören.



Dr. med. Sonja Reitz

Fachärztin für Allgemeinmedizin und psychotherapeutische Medizin, Klassische Homöopathie und Naturheilverfahren, mehrfache Buchautorin, ganzheitsmedizinische

Dozentin und Vorsitzende der gemeinnützigen Patienteninitiative „Natürlich Gesund Werden Für Alle e.V.“, welche sich für die Integration ganzheitlicher Heilverfahren in die universitäre Ausbildung einsetzt. Dr. Reitz beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit alternativen Heilverfahren und systematischer Ursachenanalyse von Krankheiten, die zur Entwicklung der Body-Mind-Soul-Kinesiologie® und der Methode Neurobiologischer Stressabbau nach Dr. Reitz® geführt hat. Weitere Schwerpunkte ihrer Arbeit sind Ernährungsberatung, Entgiftung, TCM, Narbenentstörung, ganzheitsmedizinische Psychosomatik und Traumatherapie, EMDR und Releasing.

Kontakt:

Von-Suppé-Str. 37 a, D-22145 Hamburg
Fax: 040 / 69648165
info@praxisdrreitz.de, www.praxisdrreitz.de
www.natuerlichgesundwerden.de

nesien durch Schädel-Hirn-Trauma oder durch zu flache Narkosen (2, 5, 6). Diese Erinnerungen können auch schwere Retraumatisierungen auslösen, die eine spezielle Behandlung benötigen. Es empfiehlt sich, sowohl bei der Narbenentstörung als auch bei der Therapie des Bauchgehirns wirksame Methoden zum neurobiologischen Stressabbau in die Behandlung zu integrieren und den Umgang mit dem reaktierten Trauma in speziellen Narbenentstörungskursen zu erlernen, um Patienten hier nicht unnötig leiden zu lassen oder sogar zu gefährden.

Tipp: Narbenentstörung ist noch effektiver, wenn sie mit dem stärker sympathikolytisch wirkenden Mepivacainhydrochlorid durchgeführt wird, da dies bei gleichzeitig geringeren Nebenwirkungsrisiken besser als andere Lokalanästhetika (z. B. Procainhydrochlorid) ins Gewebe diffundiert und die durch das sympathische Nervensystem gespeicherten Erinnerungen, die selbst störfelderhaltend wirken, besser löst.

Neurobiologischer Stressabbau nach Dr. Reitz® ist hierfür eine sowohl im zentralen Nervensystem wie auch im Vegetativum und dem Bauchgehirn wirksame neue Behandlungsform, welche effektive Elemente der Traumatherapie, Entspannungstherapie, der vegetativen Entkoppelungen aus der Kinesiologie, des Releasings und der Hypnotherapie in sich vereint und einfach und praktisch nutzbar macht. Weitere Informationen zur Body-Mind-Soul-Kinesiologie®, zur Narbenentstörung und zum neurobiologischen Stressabbau nach Dr. Reitz® erhalten Sie über die Autorin.

Der Beitrag wird in CO'MED fortgesetzt.



Literaturhinweise

1. Reitz, S: Seelische Beschwerden, körperliche Ursachen. GU München 2007
2. Reitz, S.: Heilung in Sekunden durch Narbenentstörung. ngw-verlag, Hamburg, 2008
3. Reitz, S.: In Narben gespeicherte Erinnerungen: Häufig übersehenes Heilungshindernis bei Körper- und Psychotherapie. CO'MED Fachmagazin; (2008) 7:89-93
4. Reitz, S.: Häufig übersehene Krankheitsursache: Narben Therapieerfolge und Prävention verbessern durch systematische und frühzeitige Narbenentstörung, inkl. Sekundenphänomen nach Huneke. CO'MED Fachmagazin; (2008) 4:80-85
5. Linstedt U, Wulf H. (2008): EEG-Monitoring to avoid awareness during anaesthesia – benefit or luxury? Anesthesiol Intensivmed Notfallmed Schmerzther. 43 (5):384-91.
6. Lopez U, Habre W, Van der Linden M, Iselin-Chaves IA. (2008): Intra-operative awareness in children and post-traumatic stress disorder. Anaesthesia. 63 (5):474-81.
7. Trauma erhöht die Wahrscheinlichkeit für alle demoskopisch bedeutsamen Volkskrankheiten: Felitti, V. Andra R. et al. (1998): Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to many of the leading Causes of Death in Adults. American Journal of Preventive Medicine 14: 245-258
8. Ironson G, Wyings C, Schneidermann N. et al. (1997): Posttraumatic Stress Symptoms, Intrusive Thoughts, Loss, and immune function after Hurricane Andrew Psychosomatic Medicine 59 (1) 128-141
9. Bartrop R.W.; Luckhurst E., Lazarus L. et al. (1977): Depressed Lymphocyte Function After Bereavement. Lancet 1 (8016) :834-836
10. Levy S., Herberman R., Lippman M., D'Angelo T. (1987): Correlation of stress factors with sustained depression of natural killer cell activity and predicted prognosis in patients with breast cancer. Journal of Clinical Oncology 5 (3): 348 – 353

Weitere Literatur erhalten Sie über die CO'MED-Redaktion