



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

## Für meine Gene kann ich nichts

Als Arzt wird man oft mit Patienten konfrontiert, die ihre Krankheiten mit ihren Genen begründen. Diabetes, Krebs, Bluthochdruck, Herzinfarkt, Migräne, schwache Nerven, Arthrosen, Schlafstörungen und viele andere Beschwerden sind nach dieser Meinung vererbt worden. Die Mutter hatte diese Krankheit, die Oma auch schon und ein dritter Verwandter findet sich auch noch recht häufig. Es müssen also Gene sein, die als Erbfaktoren ein Schicksal derartig bestimmen, dass man dagegen gar nichts machen kann. Meine Krankheiten sind angeblich durch die Gene vorbestimmt und lassen sich durch eine gesunde Lebensweise höchstens etwas verzögern.

Diese Meinung ist weit verbreitet. Wir Ärzte bestärken unsere Patienten darin. Denn wir können damit lästige Fragen abwimmeln, wir haben eine anscheinend plausible Erklärung und unsere Patienten geben sich meist mit diesen Aussagen zufrieden. Schicken wir sie eventuell zu Fachärzten, dann erhalten sie meist die gleiche Auskunft, dass man bei dem jeweiligen Krankheitsbild leider nicht viel machen könne, da es doch ererbt sein.

Der Patient wandert wieder zu seinem Hausarzt zurück, ergibt sich seinem angeblich unvermeidbaren Schicksal, erhält Medikamente mit Nebenwirkungen, die ihm noch zusätzlichen Schaden zufügen, und wartet darauf, dass es ihm Jahr um Jahr schlechter geht. Er hat es ja von verschiedenen Ärzten gehört. Zeitungen und Fernsehen bestätigen ihn in seinem Glauben an das Unvermeidliche und so nimmt er es als gottgegeben an, dass er immer kränker wird, dass er immer mehr Pillen schlucken muss, dass er von Zeit zu Zeit ins Krankenhaus geht, eventuell operiert wird und dass immer mehr Organe herausgeschnitten oder ersetzt werden. Am Lebensende ist er oft ein wandelndes Ersatzteillager mit einer Vielzahl von Prothesen und anderen medizinischen Hilfen. Dagegen kann er nichts machen, so glaubt er, weil besonders die Gene, aber auch das Alter und der Stress ihn ständig belastet und letztlich auch krankgemacht haben.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN  
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 [direktion@schloss-klinik.de](mailto:direktion@schloss-klinik.de) [dr-von-rosen.de](http://dr-von-rosen.de)



## Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Wir Ärzte glauben das auch. Aber: „Glauben ist nicht wissen.“ Wir Ärzte haben das moderne Wissen verschlafen. Ärzte waren fast immer konservativ und dem Neuen gegenüber oft skeptisch oder ablehnend eingestellt. Das beste Beispiel ist Ignatz Semmelweis, der Entdecker des Kindbettfiebers. Hunderttausende Mütter sind nur deswegen gestorben, weil man seine Erkenntnisse als Scharlatanerie abgestempelt hat. Semmelweis endete im Irrenhaus.

Die moderne Physik und auch die moderne Biologie sind der heutigen Medizin in ihren Erkenntnissen um Jahre, vielleicht sogar Jahrzehnte voraus. Die Ärzte merken das gar nicht. So sehr sind sie mit ihren täglichen Problemen und mit der Betreuung ihrer Patienten beschäftigt. Sie wollen von den meisten dieser, unser ganzes Weltbild verändernden Neuerungen kaum etwas hören, geschweige denn sie in ihren Tagesablauf integrieren. Deshalb müssen die Patienten ihre Ärzte auf Dinge aufmerksam machen, die für alle Menschen außerordentlich wichtig sind.

Gene sind Träger unserer Erbfaktoren. Sie sind im Zellkern jeder Zelle in der sog. DNA (Desoxiribonucleinsäure) gespeichert und werden bei jeder normalen Zellteilung in der gleichen Form auf die beiden Tochterzellen übertragen. Jede Zelle hat also die gleichen Gene, ganz egal, von welchem Organ die Zelle stammt. Deswegen gibt es heute den Gentest, mit dem es gelingt, aus geringen Spuren von Speichel, Haut, Blut oder anderen Organen den Träger dieser Gene zu ermitteln.

In der Medizin wird der Grundsatz vertreten, dass die Gene unveränderlich sind und deswegen von der Zeugung bis zum Tod gleichbleiben. Dies ist ein großer Irrtum, der in der Biologie seit vielen Jahren bekannt ist. Leider ignorieren die meisten Ärzte diese Erkenntnisse. Gene sind eben nicht unveränderlich, sondern sie wandeln sich aufgrund der Einflüsse der Umwelt.

1) In den Nachkriegsjahren 1945 bis 1948 gab es wesentlich weniger sog. Zivilisationskrankheiten als in den Jahren zuvor. Damals gab es in Deutschland nur eine sehr knappe Ernährung, wenig Zigaretten und Alkohol, wenig Zucker, Fett und Eiweiß. Die Menschen mussten zur Erhaltung des Lebens viel körperlich arbeiten und sehr viele Wege zu Fuß zurücklegen. Erst mit der Währungsreform



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

1948 änderten sich Nahrungsangebot, Ernährung und Bewegungsverhalten. Es begann die sog. „Fresswelle“. Die Zivilisationskrankheiten stiegen innerhalb weniger Jahre massiv an, z.B. die Herzinfarkte von ca. 2.000 (1948) auf ca. 140.000 (1972) bei etwa gleicher Bevölkerungszahl. Die Gene können also zu dieser Zeit keine große Rolle gespielt haben. Die Lebensführung der Mensch en war aber aufgrund der schwierigen Verhältnisse total anders als in den späteren Jahren des zunehmenden Wohlstands.

2) Diabetes, Bluthochdruck, Migräne, Arthrosen, auch Krebs und sehr viele andere häufige Krankheiten können durch eine richtige Lebensweise mit Berücksichtigung aller wichtigen Faktoren weitgehend vermieden werden. Leider sind nur wenigen Ärzten alle diese Faktoren bekannt. Nach meiner Meinung stellt das Vermeiden der Gärung im Dünndarm den wichtigsten dieser Krankheitsfaktoren dar. Darüber wird in der naturheilkundlichen Literatur aber kaum geschrieben. Vielmehr solle man nach weit verbreiteter Ansicht basisch leben, alle möglichen Nahrungsergänzungsmittel schlucken, Bioprodukte essen und vieles andere mehr. Auf die Wichtigkeit der Bewegung, Vermeidung von Nikotin und Alkohol wird immer wieder hingewiesen.

Das reicht aber alles nicht. Es muss ein perfektes Gesundheitsprogramm entwickelt werden, mit dem es gelingt, die Gesundheit bis ins hohe Alter weitgehend oder sogar völlig zu erhalten. Dieses Programm gibt es bereits, allerdings verteilt auf eine Vielzahl von Autoren. Wenn man alle Erkenntnisse dieser Menschen zusammenfasst, dann kann man sicherlich ein solches „perfektes Gesundheitsprogramm“ entwickeln.

3) In den Büchern:

- Bruce Lipton : „Intelligente Zellen – wie Erfahrungen unsere Gene steuern“, 264 Seiten, 14,95 \$\*
- Dawson Church: „Die neue Medizin des Bewusstseins – Wie Sie mit Gedanken und Gefühlen Ihre Gene positiv beeinflussen können“, 350 Seiten, 22,00 \$\* wird eindeutig dargestellt, auf welche Weise wir unsere Gene zu einem erheblichen Teil selbst steuern können.

Natürlich gibt es weiterhin einen überragenden Einfluss der Gene und auch eine Vielzahl von Genkrankheiten. Die Gene steuern unsere Haut-, Haar- und

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN  
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 [direktion@schloss-klinik.de](mailto:direktion@schloss-klinik.de) [dr-von-rosen.de](http://dr-von-rosen.de)



## Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Augenfarbe. Die Ähnlichkeit von Eltern, Kindern, Geschwistern ist genabhängig, genauso wie der Körperbau oder der Erscheinungstyp.

Krankheiten wie der Mongolismus (Morbus Down), die Glasknochenkrankheit und viele andere sind genbedingt. Der frühzeitige Haarausfall mit weitgehender oder völliger Glatzenbildung bei jungen Männern ist ein gengesteuerter Prozess, der nach den bisherigen Erkenntnissen nicht aufgehalten oder verzögert werden kann. Aus diesem Grunde bemühen sich auch Tausende von Forschern, Gen-Defekte zu erkennen und durch eine sog. Genmanipulation zu beheben. Möglicherweise wird das auch eines Tages gelingen, ohne dass gleichzeitig große Schäden gesetzt werden. Der Aufwand für diese Art von Forschung und auch der Versuch, daraus wirksame Therapien zu entwickeln, ist allerdings immens. Ob das spätere Ergebnis den Aufwand rechtfertigen wird, ist bisher nicht ersichtlich. Eindeutig kann man aber sagen, dass die meisten der heute wie eine Seuche sich verbreitenden Zivilisationskrankheiten nicht genbedingt sind.

Mit dem hier geschilderten Wissen können wir uns selbst helfen, ohne dass wir andere Personen in Anspruch nehmen müssen. Wir können zwar selten alle Fehler vermeiden, weil das perfekte, individuelle Gesundheitsprogramm meines Wissens noch nicht entwickelt wurde. Es gibt aber derartig viele positive Ansätze, dass wir wohl kurz davorstehen.

Wenn wir unsere Lebensführung optimieren, dann können wir auch unsere Gene positiv beeinflussen. Wir können zwar weder die Haut- oder Augenfarbe ändern, auch der angeborene Körpertyp bleibt zeitlebens erhalten. Wir können aber auf dem Gebiet der chronischen Störungen und Krankheiten, die heute immer wieder auf die Genanlagen zurückgeführt werden, durch Verbesserung unserer Lebensweise eine jahrzehntelange, vielleicht sogar lebenslange Beschwerdefreiheit erreichen.

Wir müssen nur alle wichtigen Aspekte berücksichtigen. Wir müssen an unsere Selbstheilungskräfte glauben, die wir selbst aktivieren können. Und wir müssen mit Disziplin, aber möglichst immer voller Freude unser Leben annehmen und das Beste daraus machen. Wenn wir immer wieder sagen: „Ich kann nicht“, obwohl wir



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

bei einer Änderung unserer geistigen Einstellung schon etwas positiv ändern könnten, dann wird alles bleiben wie bisher und wir selbst bleiben ein Opfer unseres angeblich vorbestimmten Schicksals.

Wenn wir aber den Obama-Ausruf: „Yes, we can“ auf uns anwenden, alle Möglichkeiten ausschöpfen, in unsere Gesundheit investieren, auch wenn dabei manchmal etwas Geld verloren geht, dann sind wir auf dem richtigen Weg und unseren angeblich beschränkenden Genen nicht mehr ausgeliefert.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN  
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 [direktion@schloss-klinik.de](mailto:direktion@schloss-klinik.de) [dr-von-rosen.de](http://dr-von-rosen.de)