



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Über das Lymphsystem

Neben dem Blut mit dem Blutgefäßsystem (Arterien, Kapillaren, Venen), dem Liquorsystem (Flüssigkeit im Rückenmark und Gehirn), der Intrazellular-Flüssigkeit (Flüssigkeit innerhalb der Zellen) ist das Lymphsystem das vierte große Flüssigkeitssystem und -reservoir des Körpers. Ein Mensch mit ca. 70 kg Körpergewicht hat etwa 5 – 6 Liter Blut. Er hat ca. 0,14 Liter Liquor (wirklich nur ca. 140 ml). Aber er hat ca. 20 Liter Intrazellular-Flüssigkeit und auch ca. 15-16 Liter Lymphflüssigkeit, d.h. fast die dreifache Menge Lymphe gegenüber dem Blut. Trotz dieser großen Menge an Lymphe wird das Lymphsystem in der modernen Medizin sehr stiefmütterlich behandelt.

In dem Buch: Hubert Mörl, „Gefäßkrankheiten in der Praxis“, 4. Auflage, 1989, werden für das Blutgefäßsystem und seine Krankheiten 348 Seiten benötigt und für die Krankheiten des Lymphsystems gerade sechs Seiten. In einem anderen Lehrbuch: Arnold Kappert, „Diagnose arterieller, venöser und lymphatischer Erkrankungen“, 1981, sind es 393 Seiten für das Blut und 21 Seiten für das Lymph-gefäßsystem. In den meisten anderen Lehrbüchern dürfte das Verhältnis der Beschreibung des Blutes zu dem der Lymphe ähnlich sein. Dabei wird es zumindest jeden Laien von vornherein wundern, dass bei einem Mengenverhältnis Blut/Lymphe von 1:3 die Seitenzahl in den Lehrbüchern etwa 20:1 ist. Dieses Missverhältnis ist erstaunlich und erklärungsbedürftig. Meines Erachtens liegt der Grund darin, dass die Bedeutung des Lymphsystems völlig unterschätzt wird.

Woher kommt der Name?

Das Wort Lymphe ist griechischen Ursprungs und bedeutet einfach „klare Flüssigkeit“. Im Gegensatz zum roten Blut sieht die Lymphe klar aus. Es ist nur eine Beschreibung des Aussehens, so als wenn man Blut als „rote Flüssigkeit“ bezeichnen würde.

Bedeutung des Lymphsystems

Die Lymphflüssigkeit befindet sich hauptsächlich in zwei Bereichen des menschlichen Körpers: in den Lymphgefäßen und in dem so genannten Zwischenzellgewebe. Die Lymphgefäße durchziehen den ganzen Körper. Sie beginnen als Lymphspalten im gerade genannten Zwischenzellgewebe, vereinigen sich erst zu kleineren, später zu größeren Lymphgefäßen und münden in die Zweige der großen oberen Hohlvene. Von dort aus gelangen sie mit dem Venenblut direkt ins Herz.

Bedeutungsvoll ist auch der Beginn der Lymphgefäße. Aus dem Zwischenzellgewebe entwickeln sich zuerst die Lymphspalten. Man kann diese Entstehung mit einem Sumpfgebiet vergleichen, aus dem eine Vielzahl von kleinen Wasserläufen entspringt, die sich zu einem Bach vereinigen. Aus vielen Bächen wird ein Fluss, aus mehreren Flüssen ein Strom.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Genauso verhält es sich auch mit den Lymphgefäßen. Das Hauptlagergebiet für die Lympheflüssigkeit ist das Zwischenzellgewebe, in dem über Lymphspalten die Lymphe abfließt in die kleinen Lymphgefäße, die sich dann zu den größeren Lymphgefäßen vereinigen.

Das Zwischenzellgewebe wird auch weiches Bindegewebe genannt. Es verbindet alle Teile des Körpers miteinander, daher der Name. Das Zwischenzellgewebe hat aber über die mechanische Verbindung der Körperteile hinaus noch eine Vielzahl anderer sehr wichtiger Aufgaben. Es ist z. B. das Gewebe, über das alle Stoffe des Blutes zu den Zellen gebracht werden. Denn die Blutgefäße haben keinen direkten Zugang zu den Zellen, weil zwischen Blutgefäßen und Organzellen (Leber-, Muskel-, Gehirnzellen u.ä.) das „weiche Bindegewebe“ geschaltet ist – es verbindet die verschiedenen Körperteile.

Alle Stoffe, die vom Blut zu den Körperzellen, und auch alle Stoffe, die von den Zellen ins Blut gelangen sollen, werden über dieses Gewebe transportiert.

Das sind sowohl Sauerstoff, Nährstoffe, Vitamine, Enzyme, Spurenelemente usw. als auch in der Gegenrichtung Hormone, sowie Schlackenstoffe.

Das Zwischenzellgewebe ist in beiden Richtungen ein Durchgangsgewebe. Dieses Gewebe wird auch als der Hauptmüllablageplatz des Körpers bezeichnet. Es ist aufnahmefähig für viele Stoffe, die ausgeschieden werden sollten, aber aus irgendwelchen Gründen nicht gleich ausgeschieden werden können.

Die Anhäufung dieses „Stoffwechsellülls“ führt wahrscheinlich zur Müdigkeit. Weil wir nachts einen erheblichen Teil dieses „Mülls“ verarbeiten, fühlen wir uns normalerweise morgens frisch und ausgeruht. Das Zwischenzellgewebe enthält große Mengen von Lympheflüssigkeit, die es aufgenommen hat wie ein Schwamm oder wie ein Sumpfgelände. Von dort fließt, wie oben geschildert, über Lymphspalten diese Flüssigkeit ab.

Wenn wir uns an der Haut ganz oberflächlich verletzen, so dass zwar die oberen Hautschichten abgeschabt werden, aber noch kein Blut fließt, dann tritt aus dieser Wunde oft eine gelbliche Flüssigkeit aus. Wir haben in einem solchen Fall Lymphspalten oder kleine Lymphgefäße verletzt, so dass die Lymphe austreten kann. Erst in einer etwas tieferen Schicht finden wir die feinen oberflächlichen Blutgefäße.

Genauso verhält es sich an den Oberflächen aller Schleimhäute, sei es der Mund, der Darm, die Nase, die Augen und anderswo. Überall liegen direkt unter der Haut oder der Schleimhaut erst die Lymphgebiete und dann die feinen Blutgefäße (Kapillaren). Allein daran können wir schon erkennen, dass das Lymphsystem sehr wichtig sein muss. Denn es kommt mit allen Stoffen, die wir über die Haut oder die Schleimhaut aufnehmen, viel früher in Berührung als das Blut.



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Nehmen wir z. B. über Mund und Nase Stoffe auf (z. B. Abgase, Tabakrauch, Giftstoffe in der Nahrung u. a.), so werden diese Stoffe vom Lymphsystem aufgenommen und nicht vom Blut. Das ist sehr wichtig für uns, denn durch die Aufnahme über die Lymphe gelangen diese Giftstoffe in die zahlreichen Lymphknoten, in denen die Stoffe weitgehend zurückgehalten und entgiftet werden.

Wir haben an jeder Seite des Halses ca. 50 – 100 Lymphknoten. Diese dienen der Entgiftung, wie gerade gesagt, und der Bildung von Lymphozyten, eines Teiles der weißen Blutkörperchen und damit der “körpereigenen Polizei“.

Die Lymphknoten halten den überwiegenden Teil der Gifte davon ab, weiter zu fließen; sie werden in den Lymphknoten unschädlich gemacht, denn die Lymphe fließt dann direkt zum Herzen, würde also beim Weitertransport von Giften auch den Herzmuskel vergiften.

Das merken wir auch schnell bei allen stärkeren Infektionen, wie Halsentzündung, Mittelohrentzündung, Nasennebenhöhlenkatarrh – wir spüren die Infektion auch am Herzen, weil die Lymphknoten nicht alle Infektionsstoffe zurückhalten können. Wir sind dann leistungsschwächer, haben einen schnelleren Puls, sind leichter erschöpft.

Es ist also ein großer Segen für uns, dass die Stoffe, die von Mund- und Nasennebenhöhlen-Schleimhaut aufgenommen werden, nicht über das Blut weiter transportiert werden. Denn dann hätten wir sofort eine Herzmuskelvergiftung, da das Blut vom Kopf innerhalb weniger Sekunden das Herz erreicht. Wir sehen allein daraus, welche Bedeutung Lymphe, Lymphgefäße und Lymphknoten für die Erhaltung unserer Gesundheit haben.

Beispiel :

Herr F.B. ist 54 Jahre alt und kommt wegen einer chronischen lymphatischen Leukämie zur Behandlung in unsere Kurklinik. Kurz vor Ende der Kur berichtete er über trockene Augen, die bereits seit einigen Jahren vom Augenarzt mit entsprechenden Tropfen einer Tränenersatzflüssigkeit behandelt werden. Der Augenarzt habe ihm gesagt, dass es für trockene Augen sonst keine Therapie gäbe. Es wäre eine Alterserscheinung, mit der man leben müsse.

Ich rate Herrn F.B. zu einer Behandlung des Lymphsystems am Hals und am Kopf. Wir testeten die entsprechenden Areale mit dem Muskeltest aus und injizierten homöopathische Medikamente für die Verbesserung der Lymphe sowie der Schleimhäute. Bereits am nächsten Tag berichtete Herr B. dass die Behandlung gut angeschlagen habe. Er habe nur noch einmal Augentropfen benötigt (statt vorher viermal pro Tag), und auch nachts sei das Brennen in den Augen nicht mehr aufgetreten. Er sei deswegen nicht wieder aufgewacht. Wir wiederholen die Behandlung noch einmal, und danach ist Herr B. für ca. zwei Jahre beschwerdefrei.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Natürlich spielt sich das Ganze nicht nur im Kopf- Hals-Bereich ab. Die gleichen Vorgänge wiederholen sich im Darmbereich, in der Lunge und praktisch an allen Stellen unseres Körpers, da wir überall eine unermesslich große Zahl von Lymphgefäßen haben, so dass jede Zelle unseres Körpers immer in irgendeiner Form mit dem Lymphsystem verbunden ist. Besonders deutlich sichtbar wird das an den Lymphödemen (Stauungen der Lymphflüssigkeit) nach Brustkrebsoperation oder bei stärkeren Stauungen in den Beinen (z. B. Hitze oder nach längerem Sitzen zusammen mit einem Stau der Venen). Auch bei den bekannten Bläschen eines Herpes der Lippen oder einer Gürtelrose handelt es sich bei der austretenden Flüssigkeit um Lymphe (genau wie oben beschrieben bei Hautabschürfungen).

Es taucht natürlich auch die Frage auf, wie die Lymphe entsteht und wo sie gebildet wird. Diese Flüssigkeit ist eine Absonderung (Filtration) aus dem Blut im Bereich der so genannten Kapillaren, der Haargefäße. Diese sind die kleinsten Blutgefäße als Übergang zwischen zuführenden arteriellem und abführendem venösem Blut. In den Kapillaren findet hauptsächlich der Stoffaustausch statt. Das Blut gibt dort Sauerstoff ab, Nährstoffe und Flüssigkeit, und zwar an das oben beschriebene „weiche Bindegewebe“. Die roten Blutkörperchen bleiben in den Kapillaren, sind jetzt sauerstoffarm, verlieren deswegen ihre hellrote Farbe und werden im Venensystem zum Herzen transportiert.

Die aus den Kapillaren abgeschiedene Flüssigkeit (mit Nährstoffen und Sauerstoff beladen) gelangt über das Bindegewebe durch Diffusion (Durchwanderung) zu den Zellen und gibt dort Sauerstoff und Nährstoffe ab.

Ein Teil dieser Flüssigkeit, mit Abfallstoffen der Zellen beladen, wird von den im Bindegewebe gelagerten Lymphspalten (wie ein Wasserlauf in einem Sumpfgebiet) aufgenommen, in den Lymphknoten gefiltert und dann zum Herzen transportiert. Dort schließt sich der Kreislauf, da im Herzen sich Blut und Lymphe wieder vermischen und dann gemeinsam wieder den Kapillaren zugeführt werden.

Welche Krankheiten hängen mit dem Lymphsystem zusammen?

Wie bereits ausgeführt, ist besonders das Lymphödem nach einer Brustkrebsoperation oder bei Wasseransammlungen in den Beinen (sogenannte Ödeme), oft im Zusammenhang mit Krampfadern (Varikosis) als Krankheiten des Lymphsystems bekannt. Daneben gibt es noch eine Reihe eher seltener Ursachen des Lymphödems.

Als Therapie kommt hauptsächlich die manuelle Lymphdrainage in Betracht, eine spezielle sehr feine Massage der oberen Hautschichten, die von Masseur oder Krankengymnast in besonderen Kursen erlernt werden muss, da sie nicht zur Normalausbildung in diesen Berufen gehört. Die Bezeichnung nach Abschluss der Ausbildung heißt Lymphdrainage-Therapeut.



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Bei den akuten Krankheiten gibt es besonders die als „Blutvergiftung“ bekannte Erscheinung eines roten Streifens, vor allem am Unterarm nach einer Verletzung der Hand. Das kann auch ein Bienen- oder Wespenstich sein. Der rote Streifen rührt allerdings nicht von einer Vergiftung des Blutes her, sondern von einer Entzündung der Lymphe bzw. der Lymphgefäße. Als Therapie reicht häufig Ruhestellung, Kühlung, evtl. entzündungshemmende Salben und bei ausgeprägter Entzündung ein Antibiotikum. Früher konnte sich aus solch harmlosen Verletzungen evtl. eine tödliche Sepsis entwickeln. Heute durch den Einsatz vor allen der Antibiotika besteht diese Gefahr normalerweise nicht mehr.

Gravierende Krankheiten des Lymphsystems sind vor allem die lymphatische Leukämie und das Hodgkin oder Non-Hodgkin-Lymphom. Alle diese Krankheiten sind bösartig, allerdings in deutlich unterschiedlichen Schweregraden.

Während die akute lymphatische Leukämie meist durch Chemotherapie mit verschiedenen Medikamenten behandelt wird, ist man bei der chronischen lymphatischen Leukämie mit allen Therapien sehr zurückhaltend. Die akute Form führt ohne Therapie fast immer zum Tode, muss also möglichst frühzeitig intensiv behandelt werden. Deswegen ist der Einsatz einer Polychemotherapie gerechtfertigt, solange es keine bessere Behandlungsmöglichkeit dafür gibt.

In der naturheilkundlichen Therapie sind keine wirksamen Methoden bekannt. Die chronische lymphatische Leukämie ist oft relativ gutartig. Deswegen verzichtet man oft auf eine Chemotherapie, solange die Werte der Lymphozyten unterhalb $100.000/\text{mm}^3$ liegen. Normalerweise liegen diese Werte etwa bei $1500/\text{mm}^3$. Dann beginnt man mit einer sanften Chemotherapie.

Naturheilkundlich lassen sich diese Formen oft auch ganz gut behandeln. Wir verwenden dafür Mistelpräparate, Thymus, Nosoden wie Utilin, Utilin S und andere sowie eine allgemeine Stoffwechsel-, Entschlackungs- und Regenerationstherapie. Damit kann man oft über viele Jahre einen stabilen Gesundheitszustand erreichen, wobei die Lebensqualität hoch ist und die Lebensdauer in etwa der Norm entspricht.

Lymphome sind große Schwellungen der Lymphknoten, normalerweise in der oberen Körperhälfte. Gelegentlich sind es einzelne Lymphknoten (so genannte Solitärlymphome), in den meisten Fällen aber eine Schwellung von Lymphdrüsenpaketen oder -regionen.

Als Ursache werden Immundefizite (Lücken im Bereich der körpereigenen Abwehr), Virusinfekte (z.B. Epstein-Barr-Virus) und eine genetische Disposition angesehen, da diese Lymphome familiär gehäuft auftreten können.

Die Therapie richtet sich nach dem Schweregrad. Bei so genannten niedrigmalignen Formen kann man mit einer gezielten Therapie warten. Hier bietet sich die Naturheilkunde an mit Mistel-, Thymuspräparaten und einer so genannten immunmodulierenden Therapie, d.h. der



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Stabilisierung des Immunsystems. Dazu zählen auch Entgiftungs- und Stoffwechseltherapie wie oben bereits bei den lymphatischen Leukämien beschrieben.

Hochmaligne Formen sollten nach den heutigen Erkenntnissen eine Polychemotherapie erhalten. Daneben sollte eine naturheilkundliche intensive Begleittherapie durchgeführt werden, um die Nebenwirkungen der Chemotherapie abzumildern und die Schwächung des Immunsystems (Immunsuppression) möglichst zu vermindern. Dies ist im Allgemeinen auch gut möglich, abhängig aber von den Fähigkeiten und Möglichkeiten des jeweiligen naturheilkundlichen Therapeuten.

Was gibt es sonst noch Interessantes über das Lymphsystem zu berichten?

Wie anfangs bereits beschrieben, wird dem Lymphsystem in der Schulmedizin keine große Bedeutung zugemessen, wenn man die Seitenzahl in den jeweiligen Lehrbüchern als Anhalt für die Beurteilung nimmt.

Natürlich kennen alle Ärzte das Lymphödem nach der Brustkrebsoperation und wissen auch, dass dieses Ödem behandelt werden muss. Darüber hinaus glauben aber die meisten Ärzte, dass das Lymphsystem nicht behandlungsfähig ist und deswegen auch nicht behandelt werden muss. Diese Sicht wird auch heute noch an den Universitäten gelehrt, nicht nur in Deutschland, sondern im gesamten westlichen Kultur und Zivilisationsraum.

In der Naturheilkunde tun wir uns mit einer Diagnostik des Lymphsystems und eventueller Störungen auch recht schwer. Wir behaupten zwar gern, dass wir eine „lymphatische Konstitution in der Iris sehen“, können aber kaum sagen, was das in Wirklichkeit ist, was es für eine Bedeutung hat und wie wir diese Erkenntnis in die Praxis umsetzen.

Auch mit anderen Untersuchungsmethoden wie Elektroakupunktur, Kirlianfotografie (Muskeltest) können wir immer nur Vermutungen aussprechen, die dann eventuell durch eine entsprechende gezielte Therapie bestätigt werden können.

Beispiel:

Der Patient ist 46 Jahre alt und leidet seit ca. 20 Jahren an einer sehr resistenten Migräne. Ca. einmal pro Woche ist er einen Tag praktisch arbeitsunfähig. Er sucht zwar seinen Arbeitsplatz auf, kann aber keine hoch qualifizierte Arbeit verrichten, wie sie sonst in seinem Beruf als Ingenieur notwendig ist.

Neben der bei uns üblichen Untersuchung auf einen gestörten Schlafplatz, eine Augendiagnostik, eine Diagnostik der Zähne, besonders auf Amalgambelastung, sowie einen Allergietest finden wir bei Herrn K. auch eine Störung im Lymphabfluss des Halses und des Kopfes.



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Da wir immer kombiniert behandeln, erhält der Patient als erstes den Auftrag, seinen Schlafplatz von einem guten Baubiologen untersuchen und dann das Bett entsprechend umstellen zu lassen, da wir bei der Untersuchung in der Praxis eine Belastung feststellen konnten.

Er erhält homöopathische Medikamente als Konstitutionsmittel entsprechend der Augendiagnose, er erhält eine Allergiebehandlung, da er eine Reihe von Nahrungsmittel-Allergenen aufweist, er erhält Bachblüten wegen der psychischen Belastung, der er aufgrund seiner langjährigen Krankheit unterliegt, und eine Fußreflexzonen-Therapie sowie eine Elektroneural-Therapie.

Daneben wird das Lymphsystem von Kopf und Hals mit homöopathischen Injektionen behandelt. Wir benutzen dazu verschiedene Lymph-Medikamente, dazu das spezifische Medikament Migräne Hewert sowie ein Mittel, in dem Secale Cornutum (Mutterkorn) enthalten ist.

Außerdem suchen wir auch an den Beinen nach gestörten Akupunkturpunkten, die ebenfalls mit gleichartigen Injektionen, wie oben beschrieben, behandelt werden. Die Injektionen werden bei Herrn K. dreimal durchgeführt, die anderen Behandlungen jeweils ca. zehnmal. Danach ist der Patient beschwerdefrei von Seiten seiner Migräne. Er fühlt sich wohl und ist völlig gesund und kommt erst vier Jahre später wegen eines ganz anderen Leidens wieder zur Behandlung. Die Migräne ist seitdem völlig verschwunden, worüber der Patient natürlich außerordentlich erfreut ist.

Wo liegt die Erklärung für diesen interessanten, überaus positiven Verlauf?

Mir war bekannt, dass das Lymphsystem des Halses für die Entgiftung des Kopfes eine überragende Rolle spielt.

Alle chronischen Krankheiten, die irgendwie mit dem Kopf zu tun haben, z.B. Depression, Ohrgeräusche, trockene Augen, Migräne und Kopfschmerzen, Sehstörungen, chronische Nasennebenhöhlen-Entzündungen und viele mehr haben immer mit einer Störung des Lymphabflusses im Halsbereich zu tun.

Wir können das zwar bisher nicht objektiv mit Laboruntersuchungen, Röntgen, Kernspin oder anderen üblichen schulmedizinischen Methoden feststellen, wir können aber kinesiologisch mit Hilfe des Muskeltests am Hals eine Störung diagnostizieren, indem wir bei Berührung des Halses eine Schwächung des Testmuskels sehen und spüren.

Dieser Muskel wird bei der nächsten Testung wieder stark, wenn wir dem Patienten passende Medikamente, vor allem Lymphmedikamente, in die Hand geben.

Es liegt also kein konkreter Nachweis einer Lymphstörung vor, sondern ein indirekter. Dies wird zwar in der Schulmedizin nicht anerkannt, ist aber von jedem neutralen Beobachter



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

zweifelsfrei zu sehen und später am Therapie-Erfolg auch zu vermuten, wie es bei dem vorher beschriebenen Fall war.

Das Lymphsystem des vorderen Halses spielt für alle Entgiftungstherapien des Kopfes eine überragende Rolle. Dies hängt mit dem übergeordneten System der Segmente, auch Headsche oder Machenziesche Zonen genannt, zusammen.

Neben dem Halslymphsystem gibt es noch ein fast unbeachtetes Areal im Kopf selbst, in dem es anscheinend auch sehr häufig einen Lymphstau gibt, den man allerdings genau wie am Hals nur indirekt mit dem Muskeltest, einer danach folgenden gezielten Therapie und einem dann erhofften und oft auch eintretenden Therapieerfolg nachweisen kann.

Diese Region nennt sich „spatium sphenopalatinum“ und liegt unterhalb der Augenhöhle und hinter dem Jochbein mit der Kieferhöhle. Dieses Gebiet ist von außen nicht erreichbar, sondern nur über eine Injektion von der Schläfe her (evtl. auch von der Mundhöhle, wobei diese Injektion unangenehm und schwierig ist). Die Injektion selbst tut nicht weh. Durch das Einspritzen der Injektionsmedikamente entsteht kurzfristig ein Druck, der aber auch von Kindern gut ausgehalten werden kann.

Die Wirkung dieser Injektion ist bisher durch keine andere Therapiemethode zu ersetzen, zumal der Erfolg der Behandlung oft un-mittelbar nach der Injektion einsetzt. Beide Injektionen, sowohl am „spatium sphenopalatinum“ als auch am vorderen Hals, dienen der Kopfentgiftung und sind bei allen Kopfkrankheiten einzusetzen.

Da die Mandeln, besonders die Rachenmandeln im Mundbereich, auch lymphatische Organe sind, müssen diese in die Behandlung auch einbezogen werden.

Die Mandeln entzünden sich ja nicht wegen der „bösen Bakterien“, sondern wegen unserer Abwehrschwäche. Ein abwehrstarker Mensch bekommt keine Mandelentzündung, egal wie viel andere neben ihm husten, schnauben oder krächzen. Die Mandeln sind ganz wichtige Lymphdrüsen zur Entgiftung der von der Mundschleimhaut aufgenommenen Stoffe, von denen ein Teil in den Mandeln filtrierte wird. Wenn bei dieser Filtration auch Bakterien zurückgehalten werden, gegen die wir keine ausreichende körpereigene Abwehr haben, dann entsteht anscheinend eine Mandelentzündung. Der Aufbau einer funktionierenden Abwehr ist also die allerbeste Vorsorge zur Verhinderung von Mandelentzündungen (und vielen anderen Krankheiten).

Die beste Lymphbehandlung der Mandeln ist das so genannte „Rödern“. Bei dieser Methode werden die Mandeln mit einem kleinen Glasrohr abgesaugt. Selbst HNO-Ärzte kennen diese Methode oft nicht, obwohl sie ganz einfach zu erlernen und anzuwenden ist. Bei Patienten mit häufigen Mandelentzündungen kann man neben einer allgemein immunstärkenden Therapie mit einem Absaugen der Mandeln ca. einmal pro Woche normalerweise das



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Wiedererkranken an Mandelentzündungen vermeiden. Man braucht dann keine Operation, man erhält die für die Entgiftung wichtigen Mandeln, und man stärkt damit allgemein sein Immunsystem. Die Methode ist billig, einfach, aber fast vergessen.

Das nächste, überaus wichtige Lymphgebiet ist der Bauch

Alle Studenten der Medizin lernen, dass ca. 70-80% der so genannten immunkompetenten Zellen (das sind 70-80% unseres Abwehrsystems) im Darm liegen. Aber kaum ein Arzt kümmert sich darum. Oder sind Sie schon einmal am Darm behandelt worden. Nur weil Sie Grippe, Schnupfen, Husten oder Halsentzündung hatten?

Im Darm liegt unser Hauptabwehrsystem. Deswegen müssen wir unseren Darm pflegen, so gut es nur irgendwie geht. Denn die Ärzte kümmern sich normalerweise nicht darum, weil sie auch keine Ahnung haben, wie das zu geschehen hat.

Im Darm gibt es mehrere Abwehrriegel. Der erste sind die normalen „guten“ Darmbakterien, die Fremdbakterien oder Viren keinen Raum zur Festsetzung und zum Vermehren lassen. Der zweite Riegel ist die Darmschleimhaut selbst mit ihrem Schleimhaut-Immunsystem. Die dritte Barriere sind Lymphzellen in der Darmschleimhaut, über die Antikörper gebildet werden, die zu einer Erkennung, Schädigung und schließlich Beseitigung von eingedrungenen Bakterien, Viren oder Fremdstoffen führen. Das Zusammenwirken der verschiedenen Abwehrriegel ist wichtig, damit der Organismus stabil bleibt und nicht ständig durch Giftstoffbelastungen irritiert oder geschädigt wird.

Wenn der Darm geschädigt wird, wie es in der heutigen Hochzivilisation überaus häufig ist, dann wird neben anderen Störungen auch eine Schädigung des Lymphabflusses hervorgerufen. Denn ein Großteil aller vom Darm aufgenommenen Stoffe wird über das Lymphsystem abtransportiert. Diese Lymphe wird wie überall durch Lymphknoten filtriert, d. h. gereinigt. Wenn diese Lymphknoten überfordert werden, dann gibt es einen Lymphstau. Man kann sich die Reinigung so vorstellen wie den Gebrauch eines Teesiebes, durch das der Tee von Blättern gereinigt werden soll. Von einer bestimmten Menge an kann das Sieb seine Funktion nicht mehr erfüllen, das Sieb läuft über, und die Teeblätter gelangen jetzt trotz Sieb wieder in den Tee. Ähnlich funktioniert auch die Reinigung in den Lymphknoten. Bei zu starker Belastung können sie nicht mehr alle Giftstoffe zurückhalten. Die Giftstoffe kommen in das Blut und schädigen ihrerseits wieder andere Organe.

Lymphgefäße und Lymphknoten des Bauchraumes liegen hauptsächlich im Gekröse und an der hinteren Bauchwand vor der Wirbelsäule. Das Gekröse ist das Gewebe, an dem der Darm, vor allem der Dünndarm, aufgehängt ist. Nur mit einer besonders geschickten Raumaufteilung gelingt es ca. 6 Meter Darm in einem solch kleinen Raum unterzubringen, ohne dass dauernd Verschlingungen zwischen den verschiedenen Darmschlingen gibt. Denn normalerweise funktioniert unser Darm so einwandfrei, dass wir ihn gar nicht merken. Erst wenn eine



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Störung auftritt, spüren wir, dass wir auch einen Darm haben. Wie gesagt, liegen vor der Wirbelsäule und im Gekröse die Lymphgefäße und die mit ihnen zusammenhängenden Lymphknoten. Wenn es aufgrund einer Überlastung des Darmes (falsche Nahrung, Darmentzündung u. a.) auch zu einer Überlastung des Lymphsystems kommt, dann staut sich die Lymphe im Bauchraum, es entsteht ein Lymphödem.

Dies ist zwar nicht äußerlich sichtbar. Aber durch einen Druck ca. 5 cm seitlich unterhalb des Nabels oft unangenehm, unter Umständen auch schmerzhaft spürbar. Ein solches Lymphödem führt neben der Störung im Darmbereich auch immer zu einer Ernährungsstörung der Wirbelsäule und dort oft zu Rückenschmerzen aufgrund einer Minderversorgung der Rückenmarksnerven.

Beispiel:

Eine 38-jährige Frau wurde vor sechs Jahren notfallmäßig an einem Bandscheibenvorfall operiert. Nach der Operation hatte sie ständig starke Rückenschmerzen, die bisher durch keinerlei Therapie zu beeinflussen waren. Sie war in mehreren großen Kliniken, darunter auch Universitätskliniken, bei zahlreichen Fachärzten, Orthopäden und Neurologen, die eine Vielzahl von Therapiemethoden einsetzten, aber immer nur mit sehr kurz dauerndem Erfolg, wenn dieser überhaupt eintrat.

Weder Naturheilkunde, Cortison, Rückenmarksinfusionen noch andere Therapien hatten ihr helfen können. Eine zweite Operation wurde wegen des Risikos einer weiteren Verschlimmerung verworfen. Eines Tages kann sie wieder zu mir, ihrem langjährigen Hausarzt, und klagte über unerträgliche Rückenschmerzen. Da alle anderen Therapieversuche bei ihr an diesem Tage versagten, entschloss ich mich zu einer Bauchbehandlung nach Mayr.

Dabei wird versucht, einen Lymphstau im Bauchraum mit einer speziellen Massage zu beseitigen. Ich habe dann ca. 15 Minuten lang diese Behandlung durchgeführt. Danach war die Patientin fast beschwerdefrei und fühlte sich für drei Wochen wesentlich besser. Als sie dann wiederkam, haben wir die Bauchbehandlung noch zehnmal durchgeführt und konnten eine deutliche Beschwerdeminderung über ca. 18 Monate erreichen.

Dies zeigt, dass bei dieser Patientin die Rückenschmerzen stark mit dem Lymphsystem des Bauches zusammenhängen. Inzwischen wissen wir, dass dieser Lymphstau bei der überwiegenden Zahl der Patienten mit Rückenschmerzen die Ursache der Beschwerden ist. Deswegen sprechen die Beschwerden auch so schlecht auf orthopädische oder krankengymnastische Behandlung, dagegen aber sehr gut auf eine richtige Mayr-Kur, an. Denn an den Bauch denkt kaum ein Arzt als Ursache, wenn ein Patient mit Rückenschmerzen zu ihm kommt. In gleicher Weise hängen auch Beschwerden der Halswirbelsäule fast immer mit Störungen des Lymphabflusses im Kopf- Hals-Bereich zusammen, wie es oben schon für andere Krankheitsbilder beschrieben wurde.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Es gibt noch eine dritte Region im Körper, bei der anscheinend das Lymphsystem eine große Rolle spielt. Das sind die Beine. Häufig haben wir schwere Beine, Wadenkrämpfe, Knieschmerzen und andere Beschwerden, ohne dass durch die übliche Therapie eine wesentliche oder dauerhafte Besserung eintritt. Denn durch eine so genannte kausale Behandlung muss die Ursache einer Krankheit und damit auch ihr gesamtes Beschwerdebild verschwinden. Das heißt, dass die Beschwerden dann nicht mehr wieder auftreten dürfen. Von einer solchen kausalen Behandlung mit dem völligen Verschwinden der Beschwerden sind wir immer mit Störungen des Lymphabflusses im Kopf-Hals-Bereich zusammen, wie es oben schon für andere Krankheitsbilder beschrieben wurde.

Es gibt noch eine dritte Region im Körper, bei der anscheinend das Lymphsystem eine große Rolle spielt. Das sind die Beine. Häufig haben wir schwere Beine, Wadenkrämpfe, Knieschmerzen und andere Beschwerden, ohne dass durch die übliche Therapie eine wesentliche oder dauerhafte Besserung eintritt. Denn durch eine so genannte kausale Behandlung muss die Ursache einer Krankheit und damit auch ihr gesamtes Beschwerdebild verschwinden. Das heißt, dass die Beschwerden dann nicht mehr wieder auftreten dürfen. Von einer solchen kausalen Behandlung mit dem völligen Verschwinden der Beschwerden sind wir im Allgemeinen meilenweit entfernt. Meistens sind wir als Patienten und auch als behandelnden Ärzte schon zufrieden, wenn wir nur etwas lindern können. Wir schieben dann die Resistenz der Beschwerden auf das Alter, das Wetter oder neuerdings auf die Gene. Dann brauchen wir nämlich nicht mehr nach den Ursachen zu suchen.

Auch an den Beinen gibt es anscheinend häufig einen Lymphstau, der sich nicht unbedingt in einem äußerlich sichtbaren Lymph-ödem zeigen muss. Häufig kann dieser Lymphstau nur vermutet werden aufgrund einer Diagnose mit dem Muskeltest und einer danach erfolgenden Injektionstherapie (wie bereits oben beschrieben). Denn wenn der Erfolg wirklich eintritt, dann wird vermutlich die anfängliche Vermutungsdiagnose richtig gewesen sein.

Beispiel:

Herr P. N. ist 70 Jahre alt und eigentlich völlig gesund. Er ist aber ein begeisterter Läufer und war bereits mehrfach Landesmeister über 10 km. Vor einem knappen Jahr begannen Beschwerden in seinem rechten Bein im Bereich der Achillessehne. Er suchte Sportärzte auf, darunter einen bekannten Professor, der sich mit orthopädischen Sportkrankheiten beschäftigt. Dort wurde ihm geraten, unbedingt eine Operation durchführen zu lassen, weil eine konservative Behandlung nicht mehr helfen könne.

Herr N. kommt in unsere Klinik, weil er seine Frau begleitet, die wegen eines ganz anderen Leidens behandelt wird. Er erzählt von seiner geplanten Operation, wobei ich ihm rate, doch eine intensive Behandlung des Beines vernehmen zu lassen, damit evtl. die Beschwerden konservativ ohne Operation verschwinden. Herr N. erklärt sich bereit, und wir führen bei ihm eine Fußreflexzonen-Therapie, eine Blutegel-Therapie sowie eine Lymphbehandlung des

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Bauches und des Beines auf der rechten Seite durch. Diese Lymphbehandlung wird mit homöopathischen Injektionen durchgeführt, die dreimal insgesamt innerhalb von drei Wochen verabreicht werden. Anschließend berichtet Herr N., dass er wieder besser gehen könne und auch schon ein paar Kilometer gelaufen sei. Er habe dabei keine Beschwerden gehabt. Ein halbes Jahr nach Ende seiner Kur erhalte ich einen Brief, in dem er schreibt, dass er bereits wieder 10 km beschwerdefrei laufen könne. Er sei zwar nicht wieder Landesmeister geworden und habe auch nicht seine alte Leistungstärke erreicht, sei aber schon wieder nahe an die alten Zeiten herangekommen. Von einer Operation wird jetzt nicht mehr gesprochen. Herr N. ist völlig beschwerdefrei.

Beispiel:

Herr N. K. ist Berufssportlehrer. Im Alter von 32 Jahren erlitt er einen Sportunfall, durch den er berufsunfähig wurde. Seitdem konnte er sein Bein nicht mehr sportlich belasten, weil das Knie schon nach geringen Anstrengungen anschwell, sehr schmerzhaft war und kaum bewegt werden konnte. Da Herr K. berufsunfähig war, wurde er nach allen Regeln der Kunst von vielen Ärzten, darunter auch Universitätskliniken, untersucht und behandelt. Trotzdem änderte sich nichts an seinem Problem, und er wurde Sportinvalide mit einer entsprechenden Frührente.

Einige Jahre später kam Herr K. zu uns in Behandlung, denn sein Knie machte ihm immer wieder Beschwerden, und er war in seiner Leistungsfähigkeit erheblich eingeschränkt. Er war weiterhin berufsunfähig und hatte einige Jahre bereits die Berufsunfähigkeitsrente erhalten. Neben einigen anderen Behandlungen erhielt Herr K. unter anderem auch eine mehrfache Behandlung des Beines und des Bauches auf der rechten Seite mit entzündungshemmenden und lymphatischen Injektionen. Nach sechs Wochen intensiver Behandlung war Herr K. soweit wieder hergestellt, dass er problemlos jeden Tag 10 km laufen und dazu Tennis spielen und auch anderen Sport betreiben konnte.

Aufgrund des früheren Sportunfalls war er zwar in seiner Leistungsfähigkeit nicht wieder so hergestellt, dass er den früheren Leistungssport betreiben konnte. Er war aber wieder fähig, normal Sport zu treiben, ohne dass Beschwerden in seinem Knie auftraten. Sicherlich war die Besserung des Beschwerdebildes nicht allein auf die Lymphinjektion zurückzuführen. Denn Herr K. hatte eine Fastenkur durchgeführt, er hatte eine Fußreflexzonen-Therapie erhalten, er hatte seinen Schlafplatz in Ordnung bringen lassen und auch noch einige andere Behandlungen erhalten.

Aber der wesentliche Faktor seiner Besserung lag sicherlich in der Behandlung des Lymphsystems im Bauch und in dem Unfallbein, wodurch er letztlich beschwerdefrei wurde. Herr K. brauchte später keine Behandlungen mehr und war auch drei Jahre nach Beginn der ersten Behandlung von Seiten des Knies noch beschwerdefrei. Seitdem haben wir hunderte von Patienten mit Beschwerden im Beinbereich auf diese Art behandelt, überwiegend mit gutem Erfolg.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

Vor allem Kniebeschwerden sprechen überaus häufig auf diese Therapie an, wenn sie nicht durch Meniskuseinrisse oder andere operativ zu behandelnde Verletzungen bedingt sind. Auch die „unruhigen Beine“ (stressless- legs) lassen sich damit meistens beseitigen.

Was lernen wir daraus?

Das Lymphsystem ist im gesamten Körper vorhanden (ubiquitär). Es ist dadurch anscheinend bei fast allen Krankheiten mit beteiligt und muss deswegen in die Behandlung einbezogen werden. In der heute üblichen, zurzeit immer noch an den Universitäten gelehrt Medizin, spielt das Lymphsystem diagnostisch eine geringe und therapeutisch eine völlig untergeordnete Rolle. Diese Missachtung des Lymphsystems ist sicherlich eine der Hauptursachen für die Probleme, die die „Schulmedizin“ mit der Behandlung chronischer Krankheiten hat. Die Berücksichtigung des Lymphsystems in der naturheilkundlichen Therapie eröffnet uns Behandlungsmöglichkeiten, mit denen es gelingt, die überwiegende Zahl der chronischen Krankheiten solange sie noch funktionell und damit reversibel sind, zu bessern. Oft können wir auch dann Krankheiten ausheilen, wenn wir eine umfassende, alle Aspekte des Krankheits-geschehens berücksichtigende Behandlung durchführen, weil wir dann kausal, d. h. von Grund auf, ansetzen und die Ursachen der Krankheiten beseitigen.

Was können wir selbst tun?

Es gibt viele Möglichkeiten, das Lymphsystem zu aktivieren.

– **Kopf-Hals-Bereich:** Die beste Anregung des Lymphsystems erreichen wir mit Lachen und Singen. Alle Muskeln des Halses und ein großer Teil der Kopfmuskulatur werden so beansprucht und sorgen für eine Reinigung der Lymphknoten durch die „Muskelpumpe“. Es gibt nichts Einfacheres, Besseres und Billigeres als Lachen und Singen.

– **Bauchbereich:** Die Anregung des Lymphabflusses geschieht am besten durch die „Bauchmuskelpumpe“. Das erreichen wir z.B. durch Gartenarbeit oder auch jegliche andere Arbeit, bei der wir die Bauchmuskeln anstrengen müssen. Wir strengen diese Muskulatur aber nicht bei Fernseh-Zappen und Biertrinken an. Natürlich sollte der Darm geschont und gepflegt werden, wie es eingangs schon angedeutet und in meinen früheren Referaten in dieser Zeitung über die „Mayr-Kur“ sowie über das „Abendessen und die Entwicklung der Krankheitskaskade“ ausführlich beschrieben wurde.

– **Beinbereich:** Bekanntlich haben wir „Geh-Werkzeuge“ und nicht „Auto-Bedienungsgereäte“. Wir sollten also diese Gehwerkzeuge auch ihrer Natur gemäß benutzen. Von dem früheren Bundespräsidenten Karl Carstens, einem großen Wanderer, habe ich erstmals den Satz gehört: „Der beste Weg zur Gesundheit ist der Fußweg.“ Daran sollten wir uns immer wieder orientieren. Wir können unser Lymphsystem aber auch anregen mit Trockenbürsten, möglichst kräftig jeden Morgen nach dem Aufstehen. Lymphdrainage-Therapeuten können eine

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654-160 Fax +49 (0) 6654-1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de



Dr. von Rosen

Essenz des Lebens

entsprechende Lymphdrainage durchführen. Diese ist sehr hilfreich, ist aber eine passive Maßnahme, die durch eigene Aktivitäten unterstützt werden muss. In meiner Klinik wenden wir mit großem Erfolg die „Dauerbrause“ an, bei der über warmes Wasser meistens täglich das ganze Lymphsystem der Haut angeregt wird. Es ist eine sehr intensive Entschlackungs- und Entgiftungstherapie. Aber die eigene Aktivität wird durch keine noch so gut gemeinte und gut durchgeführte Therapie ersetzt. Jeder Mensch ist für seine Lebensführung und seine Gesunderhaltung selbst verantwortlich.

SCHLOSSPARK-KLINIK DR. VON ROSEN
Fachklinik für Naturgemäße Gesamtmedizin

Tel +49 (0) 6654 160 Fax +49 (0) 6654 1663 direktion@schloss-klinik.de dr-von-rosen.de