

# Mitochondrienmedizin

Mitochondriopathien, das sind Erkrankungen der Mitochondrien, sind für die Arbeit in der ganzheitlichen Medizin besonders wichtig: geht es doch um die Energie in den Zellen, den Organen und auch den Immunzellen.

## Die zellulären Kraftwerke:

Die Mitochondrien sind entscheidend für Alterung, Regeneration, Krebsprävention und Gesundheit. Prof. Warnke meint, dass diese Prozesse von der Geburt an laufen, nachdem wir den ersten Atemzug aufgenommen haben: O<sub>2</sub> strömt in die Lungen und in die Zellen, das Leben und die lebenserhaltenden Prozesse der Mitochondrien beginnen.

Mitochondrien sind als Voraussetzung unerlässlich. Die Steuerung in den Zellen übernimmt die DNA, aber die Energie kommt von den Mitochondrien + die Information, die aus der universellen Energie in die Zellen kommt.

Mitochondrien sind bakteriellen Ursprungs, bringen die Sauerstoffabhängige Zellenergieproduktion in unser Leben ein, sie sind ein unglaublich wichtiger Teil unserer Lebenskraft. Gesundheit ist die volle Entwicklung dieser Lebenskraft in unserem Leben. Die Aufgaben, die wir zu erfüllen haben, sind unterschiedlich, aber die Energie dafür ist biologisch gebunden und bedingt.



Welche klinischen Bilder entstehen aus der Mitochondrien-schwäche bzw. der **Mitochondriopathie**:

Es ist eine lange Liste von Erkrankungen aus allen Fachgebieten, und die Listen ähneln sich fast in allen Zweigen der Ganzheitsmedizin: vom Diabetes bis Krebs.

- Typisch sind der subjektive Energiemangel und auch unser ärztlicher Eindruck davon in Körperhaltung, Mimik, Stimmung, Bewegung.
- Typisch sind Schlafstörungen, denn im Schlaf erholen sich die Mitochondrien.
- Typisch sind auch diverse Schmerzen, oft wechselnd und wandernd.
- Ein gestörter Wärmehaushalt.

Bei Frauen tritt oft eine Zyklusstörung auf, oft kommt es zu einer Dekompensation der Schilddrüse, die oft versucht dem Energiemangel gegenzusteuern.

Und die oft erwähnte **Immunschwäche**: neben dem Herzkreislaufsystem und dortigen Schwächen, neben dem Nervensystem und entsprechenden Symptomen ist gerade das Immunsystem von der Mitochondrien Schwäche besonders betroffen, und hier oft am

wenigsten erkannt. Rezidivierende Infekte, chronische Entzündungen, vor allem auch Autoimmunitzündungen, Gelenkentzündungen, Gelenksabnutzung, chronisches Müdigkeitssyndrom, chronisches depressives Erschöpfungssyndrom, ADHS ...

Mitochondrien sind besonders empfindlich auf oxidativen Stress, das ist eine Überlastung des Organismus und der Zellen mit Radikalen (daneben gibt es noch den nitrosativen Stress). Da die Energieproduktion (ATP Produktion) in den Mitochondrien selbst Sauerstoffradikale entlässt, kommt es zur Konkurrenz mit anderen Zellradikalen, die alle entgiftet werden müssen. Radikalüberschuss bedeutet also immer auch eine Abnahme der Energie Produktion in den Zellen, denn freie Radikale sind zerstörend für die Zellen und die DNA.

### **Mitochondrienmedizin:**

Diagnose der Störung auf der Ebene der Mitochondrien und des oxidativen Stresses, (Totaler Antioxidativer Statur, Bioenergetischer Index..)

Verbesserung der antioxidativen Situation der Zellen und des Gewebes (Ausdauersport, intermittierendes Fasten), Regeneration der Mitochondrien durch sekundäre Pflanzenstoffe (z.B. Quercetin, Resveratrol...)

- Aktivierung des Citratzyklus (z.B. Sanopal)
- Verbesserung der Atmungskette (z.B. Ubichinol Co-Enzym Q10 ...)
- Stressreduktion, gesunde Ernährung, Waldluft ...

Die Behandlung von Mitochondrienstörungen sind so komplex wie die Ganzheitsmedizin selbst: der ärztlichen Diagnose und Therapie kommt hier eine hohe individuelle Bedeutung zu.