

Der wund(e) Punkt 2017

# Gutes Essen ist gesund und kann Gesundheit erhalten

*Der wund(e) Punkt 2017. Die 8. Interdisziplinäre Fachtagung für Wundbehandler stand in diesem Jahr ganz im Zeichen begleitender Faktoren der Wundheilung. Dazu gehören unbedingt das große Thema Ernährung, aber auch homöopathische Ansätze, die wir auf dieser und der folgenden Seite näher beleuchten.*

Nicht nur das Skalpell, auch der sinnvolle Umgang mit Messer und Gabel können selbst bei langwierigen Leiden helfen. Das weiß wohl kaum jemand besser, als Dr. Carl Meißner. Er ist Chirurg im Klinikum Magdeburg und zugleich Ernährungsexperte. Während der Tagung im Magdeburger Herrenkrug Parkhotel machte er die Teilnehmer mit der ersten Fallbeschreibung schlecht heilender Wunden bekannt. Man schrieb das Jahr 1498, als Kapitän Vasco da Gama den Tod von 100 (insgesamt 160) Besatzungsmitgliedern beklagte. Sie waren aufgrund von Obst- und Gemüseangel an Skorbut gestorben. Durch Obstkonsum, vor allem Orangen, besserte sich der Zustand der restlichen Crew. Skorbut gibt es heute – zumindest in Industrieländern – kaum noch. Chronische Wunden dagegen sind nach wie vor ein großes Pro-



Ärzte, Arzthelferinnen, Wundexperten und Physiotherapeuten gehörten zu den aufmerksamen Teilnehmern der 8. Interdisziplinären Fachtagung für Wundbehandler.

blem. Allein in Deutschland sind rund vier Millionen betroffen, wobei die Dunkelziffer sehr hoch ist. Und: Es gibt einen direkten Zusammenhang von Ernährung und chronischen Wunden. Grunderkrankungen wie Übergewicht, Diabetes, Fettstoffwechsel, Bluthochdruck, Durchblutungsstörungen, Arteriosklerose, Rheuma, aber auch Mangelernährung erhöhen nicht nur das Risiko, sie können

die Wundheilung beeinflussen und so chronischen Wunden die Tür öffnen. „Wundpatienten“, so Carl Meißner, „sollten besonderen Wert auf ihre Ernährung legen.“ Während der Entzündungsphase empfiehlt er reichlich Vitamine C und E sowie Selen. Wichtig für den Gewebeaufbau sind die Vitamine A, C, B sowie Zinn und Mangan, das in vielen pflanzlichen Lebensmitteln enthalten ist. Während der Erneuerungsphase im Wundbereich können die Vitamine A und C sowie Zinn, Kupfer (z.B. in Getreideprodukten, Haselnüssen, Pinienkernen, Erbsen) und Mangan wichtige Helfer sein.

Generell spielen bei der Ernährung Proteine eine wichtige Rolle. Eiweißreich sind u. a. Eier, Geflügel, Fisch, Fleisch und Milchprodukte, aber auch Soja, Nüsse, Champignons, Hülsenfrüchte und Getreide. Sollten gesunde Menschen täglich etwa 0,8 Gramm Proteine pro Kilogramm Körpergewicht zu sich nehmen, liegt der Bedarf bei Kranken bei 1,2 Gramm. Leider weicht die tatsächliche Zufuhr von beiden Angaben erheblich ab. Logisch, dass das gesundheitliche Konsequenzen haben kann. Ernährungsexperte Meißner: „Im höheren Lebensalter wird eine ausgewogene, gesunde Ernährung in Verbindung mit möglichst



Chirurg und Ernährungsexperte Dr. Carl Meißner (re.) und Dr. Hans-Hermann Ladetzki, der die Tagung mit Chefarzt PD Dr. Jörg Tautenhahn wissenschaftlich leitete.

viel Bewegung immer wichtiger.“ Wer unsicher ist, sollte sich in einer Ernährungsberatung Tipps geben lassen.

## Homöopathie im Einklang mit der Schulmedizin

Seit der Arzt, Apotheker und Chemiker Dr. Samuel Hahnemann im Jahr 1796 mit der Homöopathie eine neue Heilmethode in die Welt gebracht hat, scheiden sich an ihr die Geister. Von den einen noch verschrien, stößt sie heute bei immer mehr Menschen auf Interesse. Zu ihnen gehört seit vielen Jahren auch Dr. Angela Lehmann, Anästhesistin und langjährige Oberärztin für Intensivmedizin an der Uniklinik Magdeburg. Sie vereint das Beste aus beiden Welten für ihre Patienten und gab während der Wundkonferenz im Herrenkrug einen Einblick in drei Jahrzehnte Berufserfahrungen. „Für mich“, sagt sie, „gibt es kein ‚entweder Schulmedizin oder Homöopathie‘, sondern nur ein ‚sowohl als auch‘.“

In der Homöopathie gilt das Simileprinzip: „Similia similibus curentur“ – „Ähnliches werde durch Ähnliches geheilt“ und das mit dem hohen Anspruch, Patienten nebenwirkungsfrei, schonend und sanft, ganzheitlich und individuell zu behandeln. „Wir sehen immer den ganzen Menschen, seinen Körper, seinen Geist, seine Seele.“ Deshalb stünden vor der ersten Behandlung stets eine umfangreiche Anamnese (Erfassung der Leidens- und Krankengeschichte), ein sehr ausführliches Anfangsgespräch sowie die körperliche Untersuchung. Sämtliche Symptome werden besprochen. Kein Organ wird ausgespart, Psyche, Sorgen, Kummer als mögliche Auslöser ebenso beleuchtet wie etwa Wetterfühligkeit, Ort und Zeitpunkt der Beschwerden usw. „Bei gewissen chronischen Erkrankungen, wie Neurodermitis und Asthma, erkennen wir eine Überlegenheit der Homöopathie. Bei psychosomatischen Erkrankungen haben wir gute Chancen“, so Angela Lehmann, die an die Behandlung jedes Patienten den Anspruch stellt, dessen Lebenskraft zu steigern. Gute Erfahrungen gibt es mittlerweile bei der Prophylaxe, bei konstitutionellen Behandlungen, psychischer Begleitung, Wundheilung und Durchblutung, aber auch bei der Begleitung von Operationen: Schwellungen und Schmerzen sind geringer.

Heilen Wunden schlecht, so ist das immer Ausdruck einer chronischen Erkrankung, die zugleich die Lebenskraft



Hygienefachfrau Sylke Grabaum (li.) und Dr. Martin Chwoika waren thematisch Problemkeimen auf der Spur. Auch die anschließende Diskussion zeigte, welche Brisanz damit verbunden ist.



Dr. Angela Lehmann hat in Heidelberg, Oxford und London Medizin studiert. Sie ist Anästhesistin, Intensiv- und Notfallmedizinerin sowie Homöopathin.

schwächt. Heilung auf „die Schnelle“ sei ein frommer Wunsch. Wohl aber könne bei Wunden jeder Art, ob sie Folge einer Verletzung, Operation, der Geburt oder auch eines Muskelkaters sind, Arnika montana, erhältlich als Globuli, zur Schmerzlinderung und Abschwellung beitragen. Arnika ist zugleich entzündungshemmend und kann die Resorption von Hämatomen beschleunigen.

Bei Gefäßleiden bzw. Gefühllosigkeit in den Beinen, „Ameisenkribbeln“ Krämpfen, Geschwüren oder auch Dekubitus (Druckgeschwür) leistet Secale cornutum, das Mutterkorn, gute Dienste. Bewährt hat sich beim Dekubitus auch Carbo vegetabilis (Kohle aus Laubbaumholz). Sie ist durchblutungsfördernd und schmerzlindernd. Belassen wir es bei diesen Beispielen, denen Dr. Angela Lehmann noch etliche hinzugefügt hat. Fakt ist, die Homöopathie kann in vielerlei Hinsicht helfen, die Schulmedizin ergänzen, aber auch allein brillieren.



Sinnvolle Ergänzung zum wissenschaftlichen Vortragsprogramm – die Industrieausstellung rund um das Thema Wundheilung und chronische Wunde.