Naturheilkundlicher Newsletter der Habichtswald-Klinik Kassel

ISSN 1611-3624

Ausgabe Mai 2006

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Patienten und Freunde der Habichtswald-Klinik,

hier erscheint nun der 41. naturheilkundliche Newsletter der Inneren Abteilung der Habichtswald-Klinik.

„Das Märchen vom Spiegel“

Es gab einmal vor langer Zeit in deutschen Landen einen Spiegel. Wenn man in diesen hineinschaute und ihm eine Frage stellte, dann erhielt man eine manchmal sehr kritische Antwort. Man konnte aber immer sicher sein, dass diese gut recherchiert war – ganz im Gegensatz etwa zu der bösen, bösen Konkurrenz mit den vier großen Buchstaben, die es mit der Wahrheit nicht immer so ganz genau nahm.

Doch das ist lange vorbei. Wir leben schließlich in den Zeiten eines real existierenden Journalismus. Und da scheint es mehr darauf anzukommen, etwas zu berichten, das sehr sensationell klingt oder das einige Leute gerade lesen möchten.

„Das Märchen vom Fisch“

So berichtete uns eben jener märchenhafte Spiegel vor kurzem (Ausgabe 14/2006, S. 163) das Märchen vom Fisch. Darin heißt es: „Die als Fitmacher gerühmten „Omega-3-Fettsäuren“ sind nicht gesünder als schnödes Schweineschmalz.“ Das ist natürlich ein Schlag ins Gesicht der Omega-3-Befürworter, die aufgrund zahlreicher wissenschaftlicher Untersuchungen der letzten Jahre ihren Patienten nach bestem Wissen und Gewissen den Konsum von Omega-3-Fettsäuren www.ganzheits-medizin.de/fettsaeuren/ in Form von Leinöl oder fetten Seefischen nahe legten (darunter sogar der Autor dieser Glosse).

Auch der Spiegel bemüht die Wissenschaft. Forscher der Universität Norwich haben 89 Studien zum Einfluss von Omega-3-Fettsäuren auf Herzereignisse (z. B. Herzinfarkt) und die Todesfälle ausgewertet*. Dabei konnten sie für diese zeigen, „dass sie schneller zum Tod führen können“. Herzpatienten werden vor dem Konsum von Omega-3-Fettsäuren ausdrücklich gewarnt, denn: „Statt zu gesunden, starben sie vermehrt am Infarkt.“
Diese Behauptungen entsprechen so diametral entgegengesetzt all dem, was ich in den vergangenen Jahren aus der (schulmedizinischen) Fachliteratur entnommen sowie in der täglichen klinischen Arbeit erfahren habe, dass ich mich entsetzt an den Computer setzte, um mir die Originalarbeit der englischen Wissenschaftler durchzulesen. Dabei erfuhr ich Folgendes: Diejenigen Menschen, die Omega-3-Fettsäuren einnahmen, hatten ein um 5% niedrigeres Risiko, ein Herzereignis zu erleiden. Das Risiko zu sterben – an irgendeiner Todesursache – war um 13% erniedrigt. Ich betone: erniedrigt, nicht erhöht. Diese Ergebnisse waren statistisch nicht signifikant, also nicht sehr deutlich. Die Forscher schließen daraus: Omega-3-Fettsäuren haben keinen klaren (!) Effekt auf Herzereignisse oder die Gesamtsterblichkeit.

Lachs – früher gesund, plötzlich tödlich?

Fälscht der Spiegel wissenschaftliche Studien?

Irgendwie müssen die Märchenprinzen des Spiegels da etwas falsch verstanden haben – oder sie wollten es nicht richtig verstehen. Natürlich ist das Ergebnis etwas enttäuschend. Ich hätte ein anderes erwartet und erhofft. Aber wenn überhaupt ein Ergebnis dabei herauskam, so war es ein leichter Schutzeffekt der Omega-3-Fettsäuren, auf gar keinen Fall aber die schädigende Wirkung, die die Zauberer des Spiegels herbeiphantasiert haben. Und die Interpretation, dass Omega-3-Fettsäuren nicht gesünder als Schweineschmalz seien, stammt auf gar keinen Fall von den Wissenschaftlern und ist so an den Haaren Rapunzels herbeigezogen, dass Pinocchio, hätte er den Artikel verbrochen, eine meterlange Nase davongetragen hätte.

Lügt der Spiegel wie Pinocchio, weil er Geschäfte mit der Angst machen will?

„Ich glaube keiner Statistik, es sei denn, ich habe sie selbst gefälscht.“ (Churchill)

Abgesehen davon, dass der Spiegel die Studie falsch wiedergegeben hat, offenbart sich hier eine Schwäche der so genannten evidence based medicine, also der Medizin, die sich auf Beweise stützt – jedenfalls dann, wenn sie die allein selig machende Wahrheit nur in Metaanalysen sucht. Bei solchen Metaanalysen werden unterschiedlichste Untersuchungen zu einer ähnlichen Fragestellung über einen Kamm geschert. In eine solche Untersuchung kommen kleine und große Studien, qualitativ schlechte und qualitativ gute Untersuchungen, solche mit geringen und solche mit hohen Dosierungen des untersuchten Mittels.

Dabei bleibt es nicht aus, dass einige vorhandene Effekte möglicherweise verwässert werden. Eine saubere wissenschaftliche Einzeluntersuchung ist mir daher lieber als eine schlechte Metaanalyse. Eine solche qualitativ hochwertige Untersuchung ist die italienische GISSI-Studie**. Dabei erhielten 11.243 Herzpatienten zusätzlich 1 g Omega-3-Fettsäuren – oder nicht. Bei der Hälfte der Patienten, die Omega-3-Fettsäuren einnahmen, gab es 20% weniger Todesfälle insgesamt, 30% weniger Tote durch kardiovaskuläre Ereignisse (z. B. Herzinfarkt oder Schlaganfall) und 45% weniger Fälle von plötzlichem Herztod – also durch gefährliche Rhythmusstörungen wie Kammerflimmern. Diese Effekte sind unglaublich. Keine Studie mit konventionellen Herzmedikamenten, sei es ASS, Betablocker oder Statine weist solche Risikoreduktionen auf! Und die Effekte sind so stark, dass sie auf gar keinen Fall mehr zufällig sein können.

Nebenbei: Neulich las ich in einer schulmedizinischen kardiologischen Fachzeitschrift die Spekulation, dass es zu einer Überfischung der Meere kommen würde, wenn alle Menschen so viele Fische verzehren würden wie es für ihr Herz gut wäre. Vielleicht ist das die Absicht der Verantwortlichen des Hamburger (!) Nachrichtenmagazins: Sie wollen die Fische für sich behalten!

Das Märchen von der „gefährlichen“ Naturheilkunde

Was mir in den letzten Jahren unangenehm auffällt, ist, dass die Journaille sich regelrecht auf die Naturheilkunde eingeschossen hat. Haben kritische Magazine wie der Spiegel vor Jahren noch vehement vermeintliche oder tatsächliche Missstände in der Schulmedizin angeprangert, ist plötzlich die Naturheilkunde der schlimme Bösewicht. Mit Pfefferminzöl werden scharenweise Säuglinge dahingemeuchelt, wer Vitamin E www.ganzheits-medizin.de/vitamin-e/ einnimmt, sollte sich schon mal seinen Grabstein aussuchen und wer fastet www.natur-heil-verfahren.de/heilfasten/, könnte sich auch gleich einen Strick kaufen.
Hat da nicht jemand Schneewittchen mit der bösen Hexe verwechselt? Pharmakologen – meist der Naturheilkunde nicht gerade freundlich gesonnen – sind sich sehr einig darin, dass es in Deutschland mehr als 10.000 Todesfälle pro Jahr durch (schulmedizinische) Medikamente gibt. Rheumamittel führen dabei die Todesstatistik an. Die etwa 30 Todesfälle durch Leberversagen, die Kava-Kava www.1-medikamente.de/kava-kava/ angelastet wurden, schmelzen bei kritischer Betrachtungsweise auf einen einzigen Fall zusammen – und das war eine leberkranke Alkoholikerin. Ich warte immer noch auf einen wirklich belegten Todesfall durch das ach so gefährliche Vitamin E.

Und bitte schön: Wer küsst Schneewittchen aus dem „Spiegel“ wach und sagt ihm, es soll bei den wirklichen Risiken in der Medizin den Knüppel aus dem Sack holen? Aber vielleicht fürchtet das Magazin ja die Nebenwirkungen eines solch märchenhaften Verhaltens: Möglicherweise schalten dann einige Goldesel weniger Anzeigen. Wenn ich einen Wunsch an die Fee vom Spiegel frei hätte, würde ich mir erbitten, dass Artikel, deren Wahrheitsgehalt von den Grimm’schen Märchen noch übertroffen wird, zukünftig nicht mehr aus den Giftspritzen der Spiegelredakteure abgesondert werden.

*Hooper, L, Thompson, RL et al.: Risks and benefits of omega 3 fats for mortality, cardiovascular disease, and cancer: systematic review. BMJ. 2006 Apr 1;332(7544):739-40.
**Marchioli, R, Levantesi, G et al.: Antiarrhythmic mechanisms of n-3 PUFA and the results of the GISSI-Prevenzione trial. J Membr Biol. 2005 Jul;206(2):117-28.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit

Dr. Volker Schmiedel
Chefarzt der Inneren Abteilung
FA für Physikalische und Rehabilitative Medizin
Naturheilverfahren, Homöopathie
Experte in biologischer Medizin (Univ. Mailand)

Vorträge von Herrn Dr. Schmiedel im Juni 2006:

Donnerstag 16.00-17.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

22.06.2006 *„Wenn die Welt ihren Bezug verliert – Demenz durch Alzheimer und Arteriosklerose“*

29.06.2006 *„Cholesterin – Mythos und Wirklichkeit einer Stoffwechselstörung“*

Vorträge der Inneren Abteilung im Juni 2006:

Freitag 11.00-11.30 Uhr im Hörsaal „Parkblick“

02.06.2006 *„Wie atme ich richtig?“ Vortrag mit praktischen Übungen*
Referentin: Frau Marlene Ditz

16.06.2006 *„Visualisierung – die Bedeutung der Vorstellungskraft für Gesundheit, Entspannung und Wohlbefinden“*
Referentin: Frau Anna Wilpert

23.06.2006 *„Stress und Stressbewältigung“*
Referentin: Frau Nelli Bukmaier

30.06.2006 *„Fit und gesund mit Vitalstoffen“*
Referent: Herr Dr. Volker Schmiedel

Weitere interessante Internet-Adressen, in die Sie einmal hineinschauen sollten:
http://www.habichtswaldklinik-ayurveda.de/de/innere.htm
(Informationen über das Therapieangebot der Inneren Abteilung)
http://www.habichtswaldklinik.de/Innere_Ambulanz.html
(Hier finden Sie weitere Gesundheitstipps.)
http://www.wicker-kliniken.de/
(Hier finden Sie Informationen über die Kliniken des Wicker-Verbundes.)
Wenn Sie diesen Newsletter bestellen oder abbestellen wollen, so schicken Sie eine kurze e-mail an: innere@habichtswaldklinik.de
Newsletter vergangener Monate können Sie nachlesen unter:
http://habichtswaldklinik.de/Naturheilkundlicher_Newsletter.html