

Nahrungsmittel-Unverträglichkeit wird oft zu spät erkannt

13.07.2010, 08:07 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Union Deutscher Heilpraktiker Landesverband Baden-Württemberg e. V.*
Presseagentur: *Titze PR-Consulting*

Den Verdacht auf eine Nahrungsmittel - Unverträglichkeit sollte man so schnell wie möglich abklären. Denn unbehandelt wird der Organismus stark belasten. Mit der richtigen Therapie können viele Patienten dagegen wieder weitgehend beschwerdefrei leben.

Stuttgart, 12.7.2010. Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten werden oft nicht als solche erkannt. Denn die Symptome sind unspezifisch und reichen von Übelkeit, Durchfall, Blähungen über Hautrötungen bis zu einem allgemeinen Krankheitsgefühl.

„Viele Patienten, die mit Verdacht auf eine Nahrungsmittel-Unverträglichkeit zum Heilpraktiker kommen, haben einen langen Leidensweg hinter sich,“ sagt Dr. Wolfgang Widmaier, Heilpraktiker und Apotheker von der Union Deutscher Heilpraktiker. „Denn manchmal dauert es Jahre, bis man an eine Nahrungsmittel-Unverträglichkeit überhaupt denkt. Viele Betroffene bekommen so auf Dauer ernsthafte Probleme wie Darmentzündungen. Die Suche nach dem Auslöser ist dann oft schwierig - die Beschwerden sind ja nicht immer eindeutig einem bestimmten Lebensmittel zuzuordnen, mal treten sie auf, dann sind sie für längere Zeit wieder weg. Die Patienten sind stark verunsichert und wissen gar nicht mehr, was sie überhaupt noch ohne Probleme essen können.“

Allergie oder Unverträglichkeit?

Entscheidend für die richtige Therapie ist es, die Ursache für die Probleme herauszufinden. Der Heilpraktiker wird zunächst durch einen Bluttest abklären, ob es sich um eine Nahrungsmittelallergie handelt, die allerdings relativ selten auftritt. Dabei reagiert das Immunsystem heftig auf einen bestimmten Stoff oder – bei einer Kreuzallergie – auf eine Kombination von zwei Stoffen z.B. Pollen und ein bestimmtes Lebensmittel. Die typisch allergischen Beschwerden wie Hautjucken, Atemnot oder Schnupfen treten in diesem Fall nur im Frühjahr oder Sommer auf. Um den oder die Allergieauslöser herauszufiltern, testen viele Heilpraktiker Lebensmittel kinesiologisch aus oder arbeiten mit der Elektro-Akupunktur nach Voll. Dabei wird mit einer Elektrode an bestimmten Hautpunkten gemessen, wie der Körper auf ein Lebensmittel reagiert. Weitere Klarheit schafft ein Provokationstest, bei dem die verdächtigen Lebensmittel einige Tage gegessen und dann gemieden werden.

Meistens werden die Beschwerden allerdings dadurch ausgelöst, dass der Organismus Nahrungsmittelbestandteile wie Zucker nicht verarbeiten und aufnehmen kann, weil dafür z.B. die Enzyme fehlen. In solchen Fällen spricht man von einer Nahrungsmittel-Unverträglichkeit.

Vier Stoffe machen die meisten Probleme

Am häufigsten werden Unverträglichkeiten durch vier Stoffe ausgelöst. Bei der Fruktose- und Laktoseintoleranz können Frucht- und Milchzucker nicht aufgespalten werden. Typische Beschwerden sind Völlegefühl, Blähungen, Bauchkrämpfe, Übelkeit und Durchfall. Verträgt der Patient kein Gluten (Stoff im Weizenmehl), treten Darmbeschwerden auf, die zu einer entzündlichen Erkrankung der Darmschleimhaut führen können (Zöliakie). Kompliziert wird es bei einer Histaminunverträglichkeit, denn das Gewebshormon löst typisch allergische Symptome aus. Histamin kommt im menschlichen, tierischen und pflanzlichen Organismus vor. Lebensmittel mit einem hohen Histamingehalt sind z.B. Bohnen, Nüsse, Alkohol oder Hartkäse.

Egal ob Allergie oder Unverträglichkeit – in jedem Fall sollte man die problematischen Stoffe zumindest eine Zeitlang meiden. Je nach Ursache und Beschwerdebild wird der Heilpraktiker darüber hinaus für den Patienten eine individuelle Therapie empfehlen. So spielt bei Allergien die Darmsanierung eine wichtige Rolle, da das Immunsystem des Darms den

größten Teil unserer Immunabwehr ausmacht. Dafür werden häufig Verfahren der Naturheilkunde wie Darmreinigung oder Heilfasten angewendet. Bei Nahrungsmittel - Unverträglichkeiten können fehlende Enzyme eingenommen werden. Darüber hinaus ist eine Optimierung des Säure-Basenhaushaltes sinnvoll. Eine Ernährung mit möglichst naturbelassenen Produkten ist immer zu empfehlen, da man dadurch viele Stoffe vermeiden kann, die den Stoffwechsel irritieren und belasten.

Portrait

Die Union Deutscher Heilpraktiker ist einer der großen deutschen Heilpraktikerverbände. Der Landesverband Baden-Württemberg wurde 1946 gegründet und hat heute ca. 1.700 Mitglieder. Die UDH vertritt ihre Mitglieder in allen Fragen des Berufsstandes in der Öffentlichkeit und bei Behörden. Außerdem können sich die Mitglieder zu allen berufsrelevanten Sachgebieten beraten lassen. Dazu gehören u.a. Themen wie Berufsrecht, Praxisgründung, Wettbewerbsrecht, Arzneimittelrecht, oder Versicherungsfragen. Eine zentrale Aufgabe des Verbandes ist die Nachwuchsausbildung und die Fachfortbildung. Der Landesverband bildet in einer eigenen Schule seit 30 Jahren Heilpraktiker und Heilpraktikerinnen aus. Zu vielen praxisbezogenen Themen finden regelmäßig Fachfortbildungsveranstaltungen statt. Im Frühjahr veranstaltet die UDH jedes Jahr in Fellbach bei Stuttgart die Süddeutschen Tage der Naturheilkunde, einen überregionalen Fachfortbildungskongress mit einem breiten Spektrum von Vorträgen, Kursen und Seminaren.

News-ID: 447299 • Views: 3155 (Stand: 28.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/447299/Nahrungsmittel-Unvertraeglichkeit-wird-oft-zu-spaet-erkannt.html>