

Vorsicht Glukosesirup! Das Glykoproteinsyndrom - Ursache vieler Krankheiten?

Dr. med. Hartwig Carstensen, 27.06.2011



Glukosesirup wird wegen seiner milden Süsse und vor allem seiner Klebrigkeit seit 40 Jahren von der Nahrungsmittel-Industrie verwendet. Ob Konfitüre, Schokolade, Yoghurt, Eis - es steckt fast überall drin, selbst in Bio-Produkten. Nach den Erkenntnissen von Dr. med. Hartwig Carstensen lässt sich darauf eine Vielzahl moderner Krankheiten von Allergien über Rheuma und Morbus Crohn bis zur Schuppenflechte zurückführen. Carstensen spricht von einem Glykoproteinsyndrom und verspricht Heilung, sofern der Auslöser gemieden wird.

Jeder gebildete Laie weiss inzwischen, dass ein irgendwo im Körper befindlicher Eiterherd Gelenkrheuma und Schlimmeres auslösen kann, indem er das Immunsystem zu einer fortdauernden Überaktivität zwingt. Erstaunlich ist, dass es eine Reihe von natürlichen Stoffen gibt, die genau die gleichen Auswirkungen auf das Immunsystem haben können wie ein chronischer Eiterherd, aber bisher von der Medizin als mögliche Ursache ignoriert werden. Dies liegt vor allem daran, dass sie nicht sofort, sondern erst nach jahrelanger Einwirkung ihre Schädlichkeit entfalten. Der übermässige Gebrauch solcher Substanzen in Form von Nahrungsmittelzusätzen ist verantwortlich für eine Reihe von Erkrankungen, unter denen wir seit 40 Jahren zunehmend

leiden und die wir unter dem Begriff «Zivilisationskrankheiten» kennen. Glukosesirup wird aus roher Mais- und Weizenstärke hergestellt und enthält ein Glykoproteinkonzentrat dieser beiden Körnerarten. Glykoproteine sind Eiweisse mit einem Kohlenhydratanteil. In tierischen und pflanzlichen Organismen kommen verschiedene Glykoproteine vor, beim Menschen z.B. im Speichel und im Magenschleim. Eine Art von pflanzlichen Glykoproteinen ist für uns allerdings problematisch: Sie reizen das Immunsystem, führen zu Entzündungen und Blutungen. Da sie sich an die roten Blutkörperchen heften und diese verklumpen können, werden sie auch als Hämagglutinine und Lektine bezeichnet. Am bekanntesten ist Phasin, ein Lektin der Gartenbohne, das durch mindestens 15minütiges Kochen zerstört werden muss.

Alle Pflanzen enthalten Lektine, sie werden im Samen eingebaut und dienen der Abwehr von Fressfeinden. Das Angriffsziel der Lektine sind die Zuckerbindungsstellen in der Zellmembran vieler Zellen des Immunsystems. Ihre zum Teil erhebliche Giftigkeit beruht auf der Blockade dieser Zuckerbindungsstellen. So können sie sehr rasch einen grossen Schaden am System der Informationsübertragung der Zellen, insbesondere des Immunsystems anrichten. Die Oberflächenmembranen der Dünndarmzellen sind stark mit Zuckern besetzt, so dass die Lektine leicht damit reagieren. Sie setzen sich fest und beeinflussen den Stoffwechsel der Darmzelle. Sie können den Stoffumsatz und das Zellwachstum so stark beschleunigen, dass die Zellen statt nach 72 Stunden bereits nach 12 Stunden absterben und ausgetauscht werden müssen. So entsteht ein Überhang an unreifen Zellen und die Aufnahmeleistung des Darms für Nahrungsstoffe sinkt. Lektine, die durch den Schutzwall der Darmwand hindurch in den Blutkreislauf transportiert werden, können das hormonelle Gleichgewicht des Körpers und den Eiweissstoffwechsel tiefgreifend beeinflussen.

Mit industrieller Nahrung über die Toleranzschwelle

Solche Glykoproteine (Lektine) sind unvermeidbarer Bestandteil unserer täglichen Nahrung. Sie werden in Mengen von bis zu 300 mg/Tag aufgenommen und stammen im wesentlichen von Hülsenfrüchten, Weizen und Mais. Eine Ernährung, die diese Nahrungspflanzen einbezieht,

überschreitet jedoch nicht die Toleranzgrenze, ab der schädliche Auswirkungen auf die Gesundheit zu erwarten wären. Dies gilt selbst dann, wenn mehr Vollkornbrot und Frischkornmüsli verzehrt werden.

Ganz anders sieht es aus, wenn man häufiger industriell hergestellte Nahrungsmittel konsumiert, bei deren Herstellung Glukosesirup verwendet wurde. In einem durchschnittlichen mittelgrossen Supermarkt finden sich rund 300 solcher Produkte. 60 Prozent der Konfitüren und Kompotte enthalten Glukosesirup, 80 Prozent der Pralinen, ebenfalls 80 Prozent der Fertigmüslis, 95 Prozent der Speiseeisprodukte und gar 99 Prozent der angebotenen Fruchtgummis und Lakritz. Auch in Joghurt und Desserts sowie im grössten Teil der Backwaren findet sich der Sirup. In Bienenhonig kann er undeckliert vorhanden sein. Besonders schockierend: Der Zusatz findet sich auch in vielen Baby-Milchersatz-Nahrungen, bevorzugt ausgerechnet in der sogenannten hypoallergenen Anfangsnahrung mehrerer Hersteller. In der Pharmazie wird Glukosesirup bei der Drageeherstellung verwendet. So erklärt sich, dass heute bei vielen Menschen, die sich völlig normal, d.h. durchschnittlich ernähren, die Toleranzschwelle überschritten wird.

Beim fermentativen Verzuckerungsprozess von Mais- und Weizenstärke entstehen offensichtlich mit den in der Stärke vorhandenen Eiweissen und der zugefügten Glukose zusätzliche neue Lektine. Findet weder bei der Herstellung noch bei der Verwendung eine Erhitzung über 100 Grad statt, können erhebliche Mengen an reaktionsfähigen Lektinen in den einzelnen Nahrungsmitteln enthalten sein. Deswegen sind Speiseeis oder Kokosriegel etwa 70 mal so lektinhaltig wie ein Gebäck, das mit der gleichen Menge an Glukosesirup hergestellt wurde. Ausgerechnet die ohnehin für den Menschen problematischen Körnerarten Mais und Weizen hat sich die Nahrungsmittelindustrie auserkoren, um ihre Lektine in Form eines Konzentrates den Nahrungsmitteln als Bindemittel zuzusetzen. 50 Prozent der Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind auf diese beiden sehr jungen Getreidesorten zurückzuführen. Hinzu kommt die Unverträglichkeit von Kuhmilch mit weiteren 25 Prozent, die aber wahrscheinlich auch dem Krafftutter Mais zuzuschreiben ist: Pflanzen- und Körnerfresser nehmen Lektine mit der Nahrung auf und lagern sie im Gewebe ein. Füttert man Rinder mit Mais, enthalten ihr Muskelfleisch und die Milch die Mais-Lektine.

Immunsystem braucht jeweils drei bis vier Tage Erholung

Wenn das Immunsystem nach dem Angriff der Lektine drei bis vier Tage Zeit hat, erholt es sich, und es entstehen vermutlich keine dauerhaften Probleme. Da jedoch nicht nur Genussmittel, sondern auch Nahrungsmittel wie gesüsster Yoghurt oder gesüsstes Fertigmüsli mit Glukosesirup belastet sind, wird das lektinfreie Intervall, d.h. die Zeit für eine Erholung des Immunsystems, zu kurz. So können die an sich ungefährlichen kleinen Einzelmengen an Glykoproteinen durch ständige Wiederholung und Langzeitkonsum ihre volle Wirkung entfalten und zu einer krankhaften Daueraktivierung des Immunsystems führen, genau so wie es ein chronischer Entzündungsprozess durch Bakteriengifte tun würde.

Ein beispielhafter Krankheitsfall kann dies verdeutlichen: Der jetzt 65-jährige Patient war mit 50 Jahren an einer Psoriasis vulgaris erkrankt. Mit 60 brach eine aggressiv verlaufende rheumatoide Arthritis aus, gleichzeitig verschlimmerte sich die Schuppenflechte. Die Laborbefunde boten keine Besonderheiten: Die Rheumafaktoren waren typischerweise negativ. Bei den Nahrungsgewohnheiten fiel ein beinahe täglicher Verzehr von Speiseeis und industriell hergestellter Konfitüre sowie ein nicht ganz so häufiger von Kokosriegeln, Pralinen und Karamell-Nussriegeln auf, die allesamt einen hohen Lektinegehalt haben. Er war sicherlich jahre- und jahrzehntelang einem überdurchschnittlichen Lektineintrag ausgesetzt, so dass man von einer Dauerbelastung des Systems sprechen muss. Wegen starker Verschlimmerung der rheumatoiden Arthritis, die ihn bereits an einen Rollstuhl denken liess, musste die chemische Therapie mit Maximaldosierungen von Kortison und Prostaglandinhemmern als erfolglos angesehen werden.

Medikamentenunverträglichkeit veranlasste den Patienten, in eigener Regie sämtliche Medikamente abzusetzen und sich konsequent lektinarm unter völliger Vermeidung des Glukosesirups zu ernähren. Neun Monate später war er von Seiten der rheumatoiden Arthritis beschwerdefrei. Sogar Kapselverdickungen am Kniegelenk bildeten sich zurück. Nach einem Jahr verschwand auch die Psoriasis.

Nun wurden zwei Provokationsversuche durchgeführt: Der erste erfolgte mit Speiseeis, der zweite mit Kokosriegeln. Beide Produkte enthielten Glukosesirup in hoher Konzentration. Nach Genuss dieser

Nahrungsmittel über 14 Tage traten jeweils hochakute neue Schübe der rheumatoiden Arthritis auf. Die Verschlimmerung der Psoriasis folgte jeweils zeitversetzt ein bis zwei Monate später. Die Abheilung benötigte jeweils etwa drei Monate.

Die Beschwerden treten erst nach Jahren auf

Wie kann man sich die Entstehung dieses Glykoproteinsyndroms vorstellen? Wir wissen, dass mit Lektinen voll besetzte Schleimhautzellen der Darmwand zu Grunde gehen. Dieses offenbar ständig nötige Zellopfer bedingt die kurze Lebensdauer der Darmzellen. Unser Organismus hat sich hieran angepasst, so dass er auch auf Dauer gesehen hierdurch nicht erkrankt. Dies geschieht erst, wenn durch die massive Aufnahme von Glukosesirup die Leistungsfähigkeit dieses Systems ständig überfordert wird. Dann gelangen die Lektine durch die Darmschranke ins Blut zusammen mit Bakteriengiften aus dem immer stärker mit Fremdbakterien und schliesslich mit Pilzen durchsetzten Darminhalt, in dem es zunehmend zu Gärungs- und Fäulnisprozessen kommt. Am Ende eines solchen Prozesses der gegenseitigen Verschlimmerung entsteht in einigen Fällen das Vollbild einer chronischentzündlichen Darmerkrankung wie Morbus Crohn (siehe "Die Phasen des Glykoproteinsyndroms" weiter unten).

Besteht die Überlastung des Immunsystems mit Lektinen über Jahre hin fort, kann es zu einer Fehlanpassung und Regulierungsstarre kommen. Das System beginnt im Dauerzustand der Überfunktion Zeichen der Erschöpfung zu entwickeln. Diese bestehen darin, dass Erkennung und Abbau körperfremder Eiweisse nicht mehr zuverlässig funktionieren. So gelangen Eiweisskörper durch die Kontrollschranke, die immer noch Fremdcharakter haben und in ihrer Summe zu einem erheblichen Störfaktor werden können. Der Körper versucht sich ihrer zu entledigen, indem er sie in stoffwechselarmen Geweben einfach ablagert. So werden die Bindegewebe zu einer regelrechten Müllhalde von solchen Makroglobulinen.

Dieser Vorgang kann jahrelang einer manifesten Erkrankung symptomarm und unbemerkt vorangehen. Sobald aber die Menge an antigenen Makroglobulinen eine bestimmte Reizschwelle überschreitet, kommt es zu einer Überreaktion gegen die Globuline. Da diese nicht frei im Gewebe liegen, sondern in den Faserstrukturen fest eingebaut sind, müssen Entzündungszellen eindringen und den Abbau vornehmen. Die damit verbundene Rötung, Schwellung und Schmerzhaftigkeit bedeutet dann den Beginn der akuten Arthritis oder der Psoriasis.

Erfolgreiche Therapie bestätigt die Erkenntnisse

Einige wichtige Aspekte der modernen Zivilisationskrankheiten lassen sich nun aus der Entstehung des Glykoproteinsyndroms (GPS) erklären und unterstützen umgekehrt die Annahme, dass das GPS die wesentliche gemeinsame Ursache ist. Dafür spricht unter anderem:

- der schubweise Verlauf von rheumatoider Arthritis und Psoriasis,
- der oft auch von Patienten beschriebene Zusammenhang der Beschwerden mit der Nahrungsaufnahme
- die lindernde Wirkung des Fastens
- die Möglichkeit, einen Rheumaschub durch Aufnahme der entsprechenden Produkte auslösen zu können, und nicht zuletzt...
- ...die Erfolge der Therapie gerade auch im Kontrast zu den Misserfolgen der konventionellen Therapie.

Die gründlich recherchierten und untersuchten fünf Fälle sind nach sechs bis neun Monaten beschwerdefrei geworden (etwa ein Monat je Jahr der vorherigen Erkrankungsdauer). Darunter ist ein Fall von schwerster Spondylitis ankylopoetica (Morbus Bechterew), dem nach einem letzten und ebenfalls erfolglosen Versuch mit einer Thorium XBestrahlung von seinen Ärzten noch eine Lebensdauer von zwei Jahren prognostiziert wurde. Jetzt hat der Patient nach über zehn Jahren zum zweiten Mal den Atlantik auf seiner Segelyacht überquert.

In einem anderen Fall von dreizehnjähriger schwerer rheumatoider Arthritis musste wegen einer Allergie das Diclofenac abgesetzt werden. Das gelang nur in einem halbjährigen stationären Entzug, da

die Patientin schwere Entzugserscheinungen hatte (Schmerzüberempfindlichkeit sowie neurologische und psychische Symptome). Heute ist die Frau ohne Medikamente beschwerdefrei.

Eine extreme Ausprägung der Dünndarmbeteiligung scheint die Enteritis regionalis (M. Crohn) zu sein, die in über 20 Prozent der Fälle mit rheumatoider Arthritis kombiniert vorkommt. Eine lektinarme Diät führte auch hier zur Heilung in einem Fall, der bereits zur Operation anstand.

Es mag etwas ungewohnt sein, die bisher als selbständig betrachteten Krankheiten lediglich als Symptome einer tiefgreifenden Störung des Immunsystems zu sehen, entspricht aber der ganzheitlichen Betrachtung des Menschen und seiner Erkrankungen. Das Allerwichtigste ist aber, dass sich jetzt Möglichkeiten ergeben, diese riesige Zahl schwerer Erkrankungen mitsamt ihrem Leid und den Behandlungskosten überhaupt zu vermeiden, indem wir den Glukosesirup aus unserer Nahrung verbannen.

Kaum zu glauben, wo der klebrige Süsstoff überall drin steckt - selbst in Produkten, die als gesund gepriesen werden oder als für Kinder empfehlenswert prämiert wurden.

Die drei Phasen des Glykoproteinsyndroms

Das Glykoproteinsyndrom (GPS) umfasst eine Vielzahl von Krankheiten, die wahrscheinlich alle eine gemeinsame Ursache haben: die übermäßige Belastung der Nahrung mit Glykoproteinen, vor allem durch Glukosesirup. Sie können daher als Symptome eines GPS bezeichnet werden.

Phase I

In der ersten Phase verrät sich die Überaktivität des Immunsystems im gehäuften Auftreten von Allergien. Es ist gut vorstellbar, dass bereits im Mutterleib eine Sensibilisierung des Kindes durch die Ernährungsgewohnheiten der Mutter erfolgen kann. Nach der Geburt kann diese durch die Muttermilch oder eine belastete Säuglingsnahrung noch um ein Vielfaches verstärkt werden. So werden auch die schwersten und sehr frühen Fälle mit Neurodermitis verständlich.

Symptome: Allergien, Asthma, Neurodermitis, chronischentzündliche Darmerkrankungen.

Phase II

Die zweite Phase ist die Phase der stummen Antigeneinlagerung. Sie kann länger als zehn Jahre andauern und ist durch spärliche Brückensymptome gekennzeichnet. Diese können in gelegentlichen Gelenksbeschwerden, die meist nicht ernst genommen werden, dem Auftreten einer Psoriasis vulgaris und Ausbildung von Narbenkeloid (Wucherungen) bestehen.

Symptome: Gelenksbeschwerden, Hautjucken, Parodontose, wiederkehrende Zahnfleischentzündungen, Gastritis, Gärungsstuhl, Herzrhythmusstörungen, Neigung zu Muskelkater und Krämpfen, Psoriasis.

Phase III

In der dritten Phase bricht die Erkrankung akut aus und führt zu einer der bekannten autoaggressiven Erkrankungen, wobei Lokalisation und Schwere des Verlaufes sicher auch von den Genen gesteuert werden. Es ist wahrscheinlich, dass die sogenannten Kollagenosen (Lupus erythematodes, Sklerodermie und andere) ebenfalls zu dieser Gruppe gehören. Vieles spricht dafür, dass auch die Multiple Sklerose durch Vorgänge dieser Art unterhalten wird.

Symptome: Rheumatoide Arthritis, M. Bechterew, M. Still, Psoriasis vulgaris, Arteriitis temporalis, Herzrhythmusstörungen, Enteritis regionalis mit oder ohne Arthritis.

Was hilft beim Glykoproteinsyndrom?

Am wichtigsten ist die lebenslange und konsequente Diät! Wer eine natürliche Vollwertkost ohne Fertigprodukte und vor allem Süßigkeiten zu sich nimmt, ist schon auf der sicheren Seite. Man muss sich allerdings immer vor Augen halten, dass ein bis zwei Diätfehler innerhalb einer Woche, etwa mit industriell hergestellten Produkten wie Speiseeis oder Müsliriegel, den erhofften Erfolg völlig ruinieren können. Da Glukosesirup als harmloses Naturprodukt angesehen wird, ist man leider auch bei Bio-Produkten davor nicht sicher, auch wenn er lediglich als Maissirup oder Weizensirup deklariert ist. Ein besonderes Problem stellt der Bienenhonig dar. Glukosesirup ist ein von der EG zugelassenes Futtermittel, für das keine Deklarationspflicht besteht. Er wird von vielen Herstellern dem Bienenhonig zugesetzt. Wer mehr tun möchte, als auf Produkte mit Glukosesirup zu verzichten, sollte bei der Ernährung statt Mais und Weizen unbedenkliche Körnerarten wie Roggen, Dinkel, Grünkern, Reis und Hirse verwenden.

Neueste Forschungen belegen, dass glutenhaltige Produkte wie Weizen, Roggen, Dinkel, Grünkern und Reis ebenfalls für den Menschen schädliche Lektine enthalten, die zu Krankheiten führen können.

Eine zweite wichtige Voraussetzung für eine Heilung ist das Absetzen von Rheumamedikamenten wie Diclofenac oder Kortison! In allen geschilderten Fällen stand am Anfang der Therapie die konsequente Abkehr von der erfolglosen konventionellen Rheumatherapie durch Absetzen der Rheumamedikamente. Dies ist leicht verständlich, denn die Prostaglandin-Hemmer zerstören die schützende Schleimhautschicht des Dünndarmes und damit die Darmbarriere. So ermöglichen sie das Fortbestehen ausgerechnet der Krankheit, gegen die sie eingesetzt werden. Ähnliches gilt für Medikamente, die das Immunsystem unterdrücken und bei entzündlichen Erkrankungen häufig eingesetzt werden. Sie schädigen das ohnehin schon überlastete Immunsystem noch zusätzlich und verhindern die zur Heilung nötige Erholung des Systems. Das Absetzen von Medikamenten muss jedoch in jedem Fall mit dem Arzt geklärt werden. Viele Präparate dürfen nicht sofort und ersatzlos gestrichen werden! Daneben haben sich verschiedene Therapien als Elemente einer ganzheitlichen Therapie bewährt, unter anderem Fasten, Systemische Enzymtherapie, Magnetfeldtherapie und ergänzend auch die Konfliktbewältigung, das Ausschalten von Stressfaktoren.

Nach Unterbrechung der übermäßigen Lektinzufuhr wird sich das Immunsystem erholen und die Makroglobulindepots verstärkt angreifen, was zu dem bekannten Phänomen der Erstverschlimmerung führt. Nach drei Monaten jedoch sollte die Besserung spätestens beginnen und die Beschwerdefreiheit nach sechs bis neun Monaten erreicht sein.

Dr. med. Hartwig Carstensen

Jahrgang 1937, Chefarzt für Chirurgie im Ruhestand, beschäftigt sich seit fünf Jahren mit der Erforschung der Ursachen von rheumatoider Arthritis.

aus Naturarzt 04/2003