

## Integrative Gastroenterologie

# Brückenschlag zwischen Schulmedizin und Komplementärmedizin

*Prof. Dr. med. Jost Langhorst*

Lange und bis heute gilt – von beiden Seiten – eine allzu kritische Abgrenzung und gegenseitiges Ausschließen von etablierter westlicher Medizin („Schulmedizin“) und anderen, kämpferisch „alternativen“, Ansätzen. Auch der Versuch, mangels Wirksamkeit des konventionellen Angebots oder um alles Mögliche für die Wiedererlangung der Gesundheit oder wenigstens Beschwerdefreiheit getan zu haben, die etablierte Medizin „ergänzende“, also komplementäre Methoden zu nutzen, zieht oft kritische Blicke auf sich. Langsam verbreitet sich aber eine erweiternde Sichtweise: Ziel der „integrative Medizin“ ist es, optimale Behandlungsansätze aus konventioneller Medizin und wissenschaftlich evaluierter Naturheilkunde und traditioneller chinesischer, indischer und auch westlicher Medizin zu kombinieren. *(Red.)*

### Integrative Gastroenterologie

Die Integrative Gastroenterologie beruht auf einer Kombination aus der etablierten kon-

ventionellen Medizin, Verfahren der wissenschaftlich anerkannten Naturheilkunde und der Mind-Body-Medizin – ganz im Sinne der Definition der World Health Organization (WHO): Der Bereich Integrative Medizin verbindet konventionelle und evidenzbasierte komplementäre Therapien zu einer sogenannten „Best Practice“.

Im Bereich der Integrativen Gastroenterologie steht eine individuelle und sinnvolle Verbindung von konventioneller und naturheilkundlicher Medizin mit einer Lebensstilberatung im Vordergrund, die sich an den aktuellen Leitlinien orientiert.

Besonderer Schwerpunkt des Bereiches Integrative Gastroenterologie an der Klinik des Autors ist die Versorgung von Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa sowie von Patienten mit einem sogenannten Reizdarm-Syndrom. Aber auch die Diagnostik und Therapie von Erkrankungen des Magens, der Leber, der Bauchspeicheldrüse, Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Allergien können in unserer Abteilung erfolgen.

## Integrative Gastroenterologie vor dem Hintergrund der Entstehung von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

Die Pathogenese von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen ist komplex und geht nicht nur auf einen einzelnen Faktor zurück. Von Bedeutung bei der Entstehung dieser Erkrankungen sind genetische Faktoren – die moderne Technik hat hier in den letzten Jahren einen erheblichen Zuwachs an Wissen möglich gemacht. In der Entstehung wird weiterhin eine Fehlregulation des Immunsystems diskutiert; immer mehr in den Fokus des Interesses rücken jedoch die sogenannte Darmbarriere und weitere mikrobielle Faktoren; aber auch die Bedeutung von Umwelt- und psychischen Faktoren für den Verlauf der Erkrankung werden immer mehr anerkannt.

Aus klinischer Sicht drängt sich ein Zusammenhang zwischen Stress und Krankheitsaktivität auf. Auch für Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen besteht hier eindeutig eine Verbindung. In einer großen, von uns durchgeführten Umfrage bei mehr als 600 Patienten mit Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa gaben 70 Prozent der Befragten an, dass für sie ein unmittelbarer Zusammenhang zwischen Stress und der Entstehung der Erkrankung oder auch der Auslösung eines Schubs besteht. Genannt werden hierfür allen Dingen zeitlicher oder emotionaler Stress. Aber auch in der Grundlagenforschung gibt es zunehmend Hinweise darauf, dass Stress, wenn nicht bei der Entstehung der Erkrankung, aber doch in jedem Fall für den Verlauf der Erkrankung von großer Bedeutung ist. In den Leitlinien für Colitis ulcerosa wird auf diesen

Zusammenhang ausdrücklich hingewiesen. Gerade bei einer chronischen Erkrankung, bei der eine vollständige Heilung häufig nicht erreicht werden kann, ist neben dem *pathogenetischen* Ansatz (mit Blick auf die Ursachen und Entwicklung der Erkrankung) und der Versorgung durch Medikamente oder den Chirurgen, ein *salutogenetischer* Blickwinkel (auf die Gesundwerdung und Erhaltung der Gesundheit) eine wichtige Grundlage in der naturheilkundlichen Versorgung. Eine zentrale Frage ist, wie der betroffene Patient seine eigenen Ressourcen nutzen kann, um seine Gesundheit zu unterstützen. In der Naturheilkunde spricht man hier von der Unterstützung der Selbstheilungskräfte. In diesem Zusammenhang sind die Ebenen Ernährung, Bewegung, naturheilkundliche Selbsthilfestrategien, Stresswahrnehmung und -management von großer Bedeutung und zunehmend im Fokus des wissenschaftlichen Interesses. Für den Patienten ist es hier naheliegend, dass die Ernährung bei einer Erkrankung des Darms einen unmittelbaren Einfluss hat. Die Raucherentwöhnung ist ein zentrales Ziel in der Versorgung von Patienten mit Morbus Crohn. Der Lebensstil ist aber insbesondere für einen erweiterten salutogenetischen Blick auf die Erkrankung von Bedeutung. Ziel der Arbeit in unserer Abteilung ist also immer auch das gemeinsame Erarbeiten einer möglichen Lebensstilmodifikation. Wie aus eigener Forschung bekannt, ist die Kombination aus regelmäßiger Bewegung, leichter mediterraner Vollwertkost, naturheilkundlichen Selbsthilfestrategien, aber auch Stresswahrnehmung und -management eine Möglichkeit für den Patienten, seine Lebensqualität nachhaltig zu verbessern und einen positiven Einfluss auf seinen Krankheitsver-

lauf zu nehmen. In den aktuellen Leitlinien für Colitis ulcerosa ist deshalb erstmalig die Mind-Body-Medizin namentlich empfohlen worden.

### Integrative und Individualisierte Therapie

Abhängig von der Grunderkrankung und vom individuellen Befallsmuster sowie abhängig davon, ob sich der Patient in einer Phase mit akuter Krankheitsaktivität befindet oder in einer Remissionsphase, also einer Ruhe-

phase, kommen verschiedene Standardmedikamente zum Einsatz, die in den Leitlinien entsprechend der individuellen Situation empfohlen werden. In ausgewählten Situationen und bei Komplikationen kann darüber hinaus eine chirurgische Therapie nötig sein.

Zusätzlich zu den vorgenannten Optionen halten die Naturheilkunde und Komplementärmedizin eine Vielzahl von Therapieoptionen bereit, die häufig noch nicht ausreichend wissenschaftlich erforscht sind, für die häufig aber eine hohe Plausibilität und viel klinische Erfahrung vorliegen und zu



denen Sie weitere Informationen in diesem Bauchredner finden. Eine wissenschaftlich gut belegte Therapie aus diesem Bereich ist z.B. die Akupunktur, die in den Leitlinien für Morbus Crohn und für Colitis ulcerosa als komplementäre Therapie im akuten Schub empfohlen wird. Weiterhin gibt es interessante pflanzliche Wirkstoffe (z.B. Flohsamen, Gelbwurz) die zur Anwendung kommen. Die Naturheilkunde hält darüber hinaus ein Füllhorn an verschiedenen Selbsthilfestrategien vor, die individuell vom Patienten, begleitend zu seiner konventionellen Therapie, eingesetzt werden können.

Bei der von uns durchgeführten Umfrage gaben 85 Prozent der befragten CED-Patienten an, dass ein besserer Umgang mit Stress sich positiv auf ihre Erkrankung auswirken würde. Vor diesem Hintergrund ist die Abfrage der psychosozialen Situation im Patientengespräch und die Einbindung von Entspannungsverfahren und weiterer Strategien zum Umgang mit Stress (Coping) in das Gesamttherapiekonzept von Bedeutung.

Bei Patienten mit einer CED und einer psychischen Störung kann darüber hinaus die Indikation für eine Psychotherapie bestehen. Weitere Indikationen können aktuell schwerwiegende psychosoziale Stressoren und Hinweise auf Schwierigkeiten beim Umgang mit der Erkrankung sein (Katastrophisieren – „das ist alles so schlimm“ – oder sozialer Rückzug). Hier werden die Patienten entsprechend beraten.

Das Ziel einer jeden Therapie ist es, für den betroffenen Patienten eine dauerhafte Remission zu erreichen. In einem integrativen Konzept ist neben der konventionellen medikamentösen Therapie die Nutzung der eige-

nen Ressourcen unter Aktivierung möglicher Selbsthilfestrategien von großer Bedeutung. Jeder Patient schreibt hier individuell seine eigene Geschichte.

### Weitere Aktivitäten im Rahmen der Integrativen Gastroenterologie

Im Zentrum des Bereiches Integrative Gastroenterologie an den Kliniken Essen-Mitte steht die stationäre Krankenversorgung im Rahmen der Abteilung für Naturheilkunde und Integrative Medizin sowie die Ambulanz für Integrative Gastroenterologie. Die stationäre Therapie wird von allen Krankenkassen getragen, die Sprechstunde in der Ambulanz erfolgt als Privatleistung.

Neben der Patientenversorgung als wichtigster Aufgabe werden in der der Integrativen Gastroenterologie angeschlossenen Studienambulanz zahlreiche wissenschaftliche Studien durchgeführt, viele davon im Bereich CED. Aktuell können sich ausgewählte Patienten mit Colitis ulcerosa an einer Studie zur Lebensstilmodifikation teilnehmen, in der die Integrative Medizin im Zentrum steht (vgl. Studienaufruf in diesem Heft).

Neben weiteren klinischen Studien für das Reizdarmsyndrom sind wir auch in mehreren Forschungsprojekten im Bereich der Grundlagenforschung beteiligt und führen Metaanalysen zu Therapieverfahren im Bereich der Naturheilkunde und Komplementärmedizin durch.

Die klinische Erfahrung und Forschungsaktivität sind die Grundlage für das Engagement in einem weiteren zentralen Bereich: der Mitarbeit in der Erstellung medizinischer Leitlinien. Für die Erkrankungen

Morbus Crohn, Colitis ulcerosa oder Reizdarmsyndrom ist es gelungen, verschiedene Verfahren aus dem Bereich Naturheilkunde und Komplementärmedizin in die jeweils aktuellen Leitlinien aufzunehmen. Die Leitlinienarbeit ist im Hinblick auf die integrative Patientenversorgung aber auch im Hinblick auf die Ausbildung neuer Generationen von Ärzten von besonderer Bedeutung. Aus diesen Gründen wurden in enger Zusammenarbeit mit der Gesellschaft für Phytotherapie und der Deutschen Gesellschaft für Naturheilkunde, gefördert durch die Rut- und Klaus-Bahlsen-Stiftung, die Arbeitsgruppe „Naturheilkunde und Komplementärmedizin in medizinischen Leitlinien“ gegründet.

Weiterhin ist die Lehre ein wichtiges Anliegen der gesamten Abteilung für Naturheilkunde und Integrative Medizin. Die studentische Ausbildung in Naturheilkunde an der Universität Duisburg-Essen wurde in den letzten Jahren mit zwei Lehrpreisen ausgezeichnet. Außerdem werden regelmäßig Ärzte und Fachärzte im Bereich Naturheilkunde ausgebildet.

Übrigens: Am 11. Februar 2017 findet ein Arzt-Patienten-Seminars der Kliniken Essen-Mitte in Zusammenarbeit mit der DCCV im Haus der Technik Essen (gegenüber dem Hauptbahnhof) statt (siehe unter Tipps und Termine). ©



**Prof. Dr. med. Jost Langhorst** ist Leitender Arzt des Bereichs Integrative Gastroenterologie der Klinik für Naturheilkunde und Integrative Medizin der Kliniken Essen-Mitte, Alfried Krupp von Bohlen- und Halbach-Stiftungsprofessur für Naturheilkunde der Medizinische Fakultät der Universität Duisburg-Essen, Leiter des Projekts „Naturheilkunde und Komplementärmedizin in medizinischen Leitlinien“, einer der Sprecher des Beirats der DCCV für den Bereich Komplementärmedizin.

E-Mail: [j.langhorst@kliniken-essen-mitte.de](mailto:j.langhorst@kliniken-essen-mitte.de)

DCCV-INFO

**Engagieren Sie sich als DCCV-Mitglied  
in Delegiertenversammlung und Jugendausschuss!**

**Weitere Informationen ab Seite 119 in diesem Heft.**