Nahrungsmittel-Unverträglichkeit?

Ein einfacher Test kann Aufschluss bringen. Gespräch mit Dr. Johanna Helm, Ärztin für Allgemeinmedizin in Wien

Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten sind in aller Munde. Kann man diese auch diagnostisch erfassen? – Wir sprachen mit Dr. Johanna Helm, die sich seit einiger Zeit mit betroffenen Patienten und dem Testverfahren ImuPro 300 befasst.

Promed komplementär: Wie oft wenden sich Patienten mit einem Verdacht auf eine Nahrungsmittel-unverträglichkeit an Sie?

HELM: Es wenden sich häufig Patienten mit chronischen Erkrankungen oder Beschwerden an mich, die bereits viele Untersuchungen und Therapien hinter sich haben, aber keine zufriedenstellende Besserung erfahren haben. Im Laufe meines ärztlichen Gesprächs und der Befunddurchsicht ergibt sich dann immer wieder der Verdacht auf eine Nahrungsmittelunverträglichkeit. Manche Patienten kommen schon gezielt mit diesem Verdacht, da sie selbst beobachtet haben, dass sich ihre Beschwerden nach dem Genuss bestimmter Lebensmittel einstellen.

Welche Beschwerdebilder geben die Patienten anamnestisch an?

HELM: Nahrungsmittelunverträglichkeiten rufen die verschiedensten Beschwerdebilder hervor. Von den Symptomen kann der erfahrene Arzt bereits auf die Art der Unverträglich-

keit schließen. Wir unterscheiden hier Unverträglichkeiten auf Milch- oder Fructose, andererseits kann eine Histaminintoleranz vorliegen, eine Typ I (Sofort-)Allergie oder eben eine IgG vermittelte Typ 3-Allergie, der ein immunologischer Mechanismus zugrunde liegt und die mit dem ImuPro 300 Test diagnostiziert werden kann. Speziell bei der letztgenannten Form geben die Patienten oft Verdauungsbeschwerden, rezidivierende Diarrhoen und Blähungen an, sowie auch Migräne, Gelenksbeschwerden, Hauterkrankungen, Übergewicht und chronische Müdigkeit, um nur einige zu nennen.

Finden Sie bei diesen Patienten klinisch allein funktionelle Störungen, oder gibt es organische Erkrankungen, welche im Zusammenhang mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten auftreten können?

HELM: Eine fehlerhafte Immunantwort gegenüber Lebensmittelantigenen kann die Ursache für Immunpathologien, wie entzündliche Erkrankungen des Dünndarmes oder Autoimmunerkrankungen sein. Die erhöhte Permeabilität der Ileumschleimhaut und die chronisch entzündliche Aktivität sind Wegbereiter für organische Erkrankungen: rheumatische Arthritis, chronische Rhinitis und Sinusitis, Ekzeme, atopische Dermatitis, Morbus Crohn,

Stoffwechselstörungen wie Diabetes mellitus II, Hypertonie, um nur einige zu nennen.

Welche Rolle kommt dem Hausarzt im Rahmen der Abklärung eines Verdachts auf Nahrungsmittelallergie zu?

HELM: Dem Hausarzt/der Hausärztin kommt eine sehr wichtige Rolle zu, da er/sie zumeist der erste Ansprechpartner und mit der Krankengeschichte des Patienten vertraut ist. Da gemäß seriöser Studien mit einer Prävalenz der Nahrungsmittelunverträglichkeiten von mindestens 20 Prozent ausgegangen werden kann, ist die Wahrscheinlichkeit, dass solche Intoleranzen bei den verschiedensten Beschwerdebildern eine Rolle spielen, sehr hoch. Es lohnt sich für Allgemeinmediziner meiner Meinung nach sehr, über dieses Thema gut informiert zu sein, da man zwischen den unterschiedlichen Unverträglichkeiten, wie vorhin erwähnt, unterscheiden muss. Da anzunehmen ist, dass die Nahrungsmittelunverträglichkeiten in der Bevölkerung zunehmen werden, sind Hausärzte in Zukunft sicher noch mehr gefordert, sich mit dieser Diagnostik und der entsprechenden Ernährungsberatung auseinander zu setzen.

Wie sind Sie auf das Testverfahren ImuPro 300 gestoßen?

HELM: Ich habe vor beinahe zehn Jahren erstmals von diesem Testverfahren ImuPro 300 gehört, damals durch einen bekannten Biochemiker, der den Test nach Österreich gebracht hat. Mein Interesse daran war von Anfang an groß, da ich schon damals bei manchen Patienten den dringenden Verdacht auf eine Nahrungsmittelintoleranz hatte, mit den damals zur Verfügung stehenden Untersuchungsmöglichkeiten aber nicht immer zur richtigen Diagnose kam. Die Fructose- und Lactoseintoleranz konnte man mit dem H2 Atemtest untersuchen, und die Histaminintoleranz konnte in einem Bluttest festgestellt werden, aber damit konnte man eben noch nicht alle Unverträglichkeiten aufdecken.

Bitte erklären Sie das Testverfahren in kurzen Worten.

HELM: Der Test ist ein ELISA Verfahren, bei dem spezifische IgG Antikörper aus dem Blut quantitativ bestimmt werden. Dazu ist nur eine kleine Menge Venenblut erforderlich. Wir können damit bis zu 273 Lebensmittel und Zusatzstoffe untersuchen. Mit einem Vor-Screeningtest, bei dem einige häufig unverträgliche Nahrungsmittel getestet werden, kann die Notwendigkeit, einen erweiterten Test zu empfehlen, aufzeigen. Nach der photometrischen Auswertung wird die nachgewiesene IgG-Aktivität entsprechend dem Grad der Unverträglichkeit zwischen den Stufen 1 und 4 ausgewertet. Der Labortest wird in Österreich

Foto: privat

Dr. Johanna Helm

Ärztin für Allgemeinmedizin und Fachärztin für Arbeitsmedizin, Wien
Ordination Pumperlgsund:
www.pumperlgsund.at

„Es wenden sich häufig Patienten mit chronischen Erkrankungen oder Beschwerden an mich, die bereits viele Untersuchungen und erfolglose Therapien hinter sich haben.“

nur im Labor Dr. Dostal, 1190 Wien, durchgeführt. Da die Antikörper stabil und unempfindlich sind, kann die Blutproben per Post aus ganz Österreich an das Labor gesendet werden. Der Befund wird dann in einem ausführlichen ärztlichen Gespräch, das ich für sehr wichtig halte, dem Patienten vermittelt und ein individueller Ernährungsplan zusammengestellt. Je nach dem Stärkegrad der Unverträglichkeit sollen dann die betroffenen Nahrungsmittel für eine bestimmte Zeit aus dem Speiseplan gestrichen werden.

Gibt es wissenschaftliche Daten, die das Verfahren stützen?

HELM: Mir sind wissenschaftliche Studien bekannt, die die Bedeutung der Analyse von Nahrungsmittel-Allergien Typ III bei Morbus Crohn, sowie bei Migräne eindeutig belegen. Besonders interessant für mich als praktische Ärztin sind auch die Ergebnisse der in Deutschland bei ca. 1000 Patienten durchgeführten Anwendungsbeobachtung, die deutliche Verbesserungen bei Verdauungsproblemen, Hautkrankheiten und Migräne zeigten.

Wie ist die weitere Betreuung des getesteten Patienten organisiert?

HELM: Wie erwähnt, ist das ärztliche Gespräch mit dem Patienten sehr wichtig, um die Bedeutung des Befundes und die weitere Ernährungsweise zu erklären. Es sollen ja durch die Ernährungsumstellung keinesfalls Nährstoffdefizite entstehen. Die Testpersonen erhalten außerdem sehr ausführliche Unterlagen mit den wichtigen Informationen auch zum Nachlesen und ein persönliches Rezept-

buchmit vielen Anregungen, um weiter genussvoll und ausgewogen speisen zu können. Ich empfehle nach etwa drei Monaten der Ernährungsumstellung einen weiteren Gesprächstermin, bei dem der Gesundheitszustand evaluiert und die weitere Vorgehensweise besprochen wird.

Welche Erfahrungen haben Sie in Ihrer Ordination mit dem Testverfahren gemacht?

HELM: Ich habe mit dem Test bisher nur die besten Erfahrungen gemacht, und ich überblicke mittlerweile einige Hundert Testergebnisse. Die Langzeiterfolge sind verblüffend, obwohl dies eine Therapie ohne jede Nebenwirkung ist! Manchmal ist die Ernährungsumstellung anfangs gar nicht so leicht umsetzbar, es müssen oft Ersatzlebensmittel besorgt werden, manches schmeckt ungewohnt, und man muss eventuell mehr selbst kochen und sich mit der Ernährung einfach mehr beschäftigen. Aber ich kann behaupten, dass nahezu alle meine Patienten diese Unannehmlichkeiten gerne in Kauf nehmen, da sie schon nach kurzer Zeit einen positiven Effekt bemerken. Verdauungsprobleme verschwinden zumeist schon nach einer Woche der Ernährungsumstellung, andere Beschwerden bestehen manchmal einige Wochen weiter, aber alle Patienten berichten zumindest über eine deutliche Besserung, und nach drei Monaten sind bei vielen die Symptome völlig verschwunden und es können Medikamente reduziert oder sogar ganz abgesetzt werden.

Sind Weiterentwicklungen des Testverfahrens zu erwarten?

HELM: Die Imupro-Tests werden laufend weiterentwickelt. Der ursprüngliche Imupro 300 Test wurde durch den Screening, sowie Imupro 100 und 200 ergänzt, so dass es möglich wurde, den für den jeweiligen Patienten geeigneten Test auszuwählen. Weiters wird die Auswahl der getesteten Lebensmittel laufend überarbeitet und ergänzt. Auch gibt sich das Labor viel Mühe, durch Teilnahme an Ringversuchen die Genauigkeit der Analysen zu optimieren.

Vielen Dank für das interessante Gespräch!

Informationen: www.imupro.de

Kontakt zu Imupro-Österreich:
www.imupro.at
E-Mail: imupro300@gmx.at
Tel.: +43/664/150 00 03

Korrespondenz:
Dr. Johanna Helm
Thimiggasse 17
1180 Wien
Tel.: +43/1/470 77 99

Mit freundlicher Unterstützung der Helmconsulting KG.

SpringerMedizin.at

Weitere Informationen unter:
www.SpringerMedizin.at/komplementaermedizin

Die Patienten-Broschüre zum Testverfahren ImuPro 300