

# Umwelt und Lebensstil beeinflussen Fruchtbarkeit und Frauengesundheit

Interview mit Frau Prof. Dr. Ingrid Gerhard, Fachärztin für Gynäkologie und Umweltmedizin, Heidelberg



*Frau Prof. Gerhard, die Wege zwischen Ihnen und dem AVE e.V. haben sich bereits vor 20 Jahren gekreuzt. Seit 1993 sind Sie Mitglied des wissenschaftlichen Beirates des gemeinnützigen Vereins. 1991 führten wir mit Ihnen ein Interview zum Thema „Es ist nicht nur das PCP“ über die Spätfolgen von Umweltgiften.*

*Wie schätzen Sie heute die Rolle von umweltbedingten Fruchtbarkeitsstörungen (zum Beispiel durch Pestizide und Schwermetalle) bei Frau und Mann ein?*

Da wird sich in den letzten Jahren nicht viel zum Positiven verändert haben. Im Gegenteil: wir haben ja dazu gelernt und wissen heute, dass beispielsweise die endokrinen Disruptoren auf allen Ebenen der Fortpflanzung Störungen hervorrufen können. Die Rolle der Nanopartikel ist noch völlig ungeklärt, aber aufgrund ihrer Eigenschaften bereiten sie mir auch Sorgen. Und auch wenn bestimmte Pestizide bei uns nicht mehr eingesetzt werden dürfen, so gibt es neue, deren ungünstige Wirkungen sich auch erst wieder Jahre später bemerkbar machen werden. In den europäischen Ländern kommt erschwerend hinzu, dass die Frauen bei der ersten Schwangerschaft viel älter sind als noch vor 20 Jahren, sie damit wesentlich länger Umweltgifte in ihren Eierstöcken ansammeln konnten.

*Nach jahrelanger Leitung der Ambulanz für Naturheilkunde an der Universitäts-Frauenklinik Heidelberg wurde Ihnen im Jahre 1995 das Bundesverdienstkreuz 1. Klasse der Bundesrepublik Deutschland verliehen – in Würdigung Ihrer wissenschaftlichen Erfolge in der Gynäkologie durch naturheilkundlich orientierte Diagnose- und Therapieansätze. Vertragen sich Schulmedizin und Naturheilkunde?*

Ich bin der Meinung: ja! Für schwere Erkrankungen, Notfälle und chirurgische Interventionen können wir natürlich nicht auf die Schulmedizin verzichten. Aber in der Prävention und bei vielen chronischen Erkrankungen können wir auf die Naturheilkunde vertrauen. Bei lästigen Beschwerden, die eigentlich keine schulmedizinische Therapie erfordern, kann sie lindern oder sogar heilen. Außerdem kann man sie sehr schön begleitend einsetzen, beispielsweise um in der Krebsbehandlung die Nebenwirkungen der konventionellen Therapie zu beherrschen.

*Sie haben das Netzwerk Frauengesundheit im Internet gegründet und das „Frauen-Gesundheitsbuch“ herausgegeben. Sind Frauen anders krank als Männer?*

Ja, die ganze Genetik unterscheidet sich ja zwischen Männern und Frauen. Das führt zu einem anderen Körperbau und anderen Stoffwechsel. Aber Frauen gehen auch anders mit ihrem Körper um, sie nehmen Schmerzen anders wahr, Art und Dosis von Medikamenten wirken bei ihnen unterschiedlich. Wenn sie dann krank sind, versuchen sie die eigentliche Ursache herauszufinden und bevorzugen ganzheitliche Heilverfahren. Männer dagegen werfen lieber rasch eine Pille ein, die dann in kürzester Zeit gesund machen soll.

*Sind Mykosen – Infekte durch Candida-Pilze – in der gynäkologischen Praxis weit verbreitet? Welche Vorbeugungstipps und Behandlung empfehlen Sie?*

Ich hoffe nicht, dass die Mykosen in den Praxen verbreitet sind! Aber Frauen mit Mykosen trifft man täglich in jeder gynäkologischen Praxis. Vorbeugung: Luftdurchlässige Unterwäsche aus Naturmaterialien, Intimhygiene mit Waschlotionen, die den Säuremantel der Haut stärken, bei Anfälligkeit für Pilze

vorbeugend Scheidenzäpfchen, die die Scheidenschleimhaut schützen und die Laktobazillenflora aufbauen. Behandlung: Im Akutfall Antimykotika, dann Aufbau und Pflege der Scheidenflora.

*Welche Rolle spielt die Darmflora im Immunsystem?*

Sie ist offenbar der Schlüssel für ein gesundes Immunsystem. Die „guten“ Darmbakterien helfen beim Aufschluss der Nahrungsmittel und ernähren die Schleimhautzellen des Darms. Sie halten fremde Eindringlinge und die „schlechten“ Darmbakterien in Schach. Sie sorgen dafür, dass die Darmschleimhaut nicht „löchrig“ wird, damit nicht Substanzen aus der Nahrung im Blut landen und das Immunsystem dagegen mobilisiert wird.

*Sind die gesetzlich Versicherten durch therapeutische Konzentration auf den Akutfall und wissenschaftlich anerkannte Diagnose- und Therapiemaßnahmen gesünder geworden?*

Wohl eher nicht. Das muss aber nicht nur an der Schulmedizin liegen, sondern ist viel eher ein Lebensstilproblem: zu viele belastende Umweltfaktoren, falsche Ernährung, zu wenig Bewegung, zu wenig Selbstverantwortung.

*Hat man am falschen Ende gespart und ist die Prävention auf der Strecke geblieben?*

Solange wir alle nach neuen Hüften und neuen Herzen schreien, weiß ich nicht, wo das Geld für die Prävention herkommen soll. Und wenn dann als Präventionsmaßnahme alle Mädchen gegen HPV (Humane Papillomviren) geimpft werden sollen, sind wir auch nicht zufrieden (ich jedenfalls nicht). Aber im Ernst: wir können von unserem jetzigen Medizinsystem keine Lösung erwarten. Wir können nur die Menschen aufklären und denen, die es wollen, Hilfe zur Selbsthilfe geben.

*Welche vorbeugenden Maßnahmen vor Allergien und Umweltkrankheiten empfehlen Sie?*

Den Müttern würde ich empfehlen, bereits in der Schwangerschaft so zu leben und zu essen, dass sie einen gesunden Darm und ein ausgeglichenes Immunsystem haben. Sie sollten eine normale Entbindung anstreben, damit ihr Kind in Kontakt mit den mütterlichen

## Interview

Bakterien kommt. Sie sollten etwa sechs Monate stillen. Sie sollten in ihrer Wohnung für ein gesundes und schadstoffarmes Klima sorgen. Sie sollten auf Fertiggerichte und Nahrungsmittel mit Zusatzstoffen verzichten und stattdessen ihre Familie mit biologischer Frischkost verwöhnen.

Der AVE e.V. – Verein zur Förderung der Ganzheitlichen Behandlung

Allergischer Erkrankungen – führt derzeit ein durch den Bundesverband AOK unterstütztes Selbsthilfeprojekt „Kommunikation bei Mykose-Erkrankungen“ durch. Könnten Sie sich eine engere Zusammenarbeit mit dem AVE zu diesem Thema vorstellen?

Ja, gerne, das könnte ich mir vorstellen. So könnte ich beispielsweise Artikel im Netzwerk Frauengesundheit

([www.netzwerk-frauengesundheit.com](http://www.netzwerk-frauengesundheit.com)) publizieren und aktuelle Informationen in meinen Newslettern und über Twitter und Facebook weitergeben.

Frau Gerhard, wir bedanken uns für das Gespräch.

Das Interview führte *Andreas Steneberg*.

## Fallbeispiel

### Beispiel aus der Kinderwunsch-Sprechstunde

von *Ingrid Gerhard*

32-jährige Patientin, Bankkauffrau, seit fünf Jahren unerfüllter Kinderwunsch, 168cm/58kg.

#### Diagnostik bereits außerhalb erfolg:

- normale Hormone bei PMS und leichter Gelbkörperunterfunktion,
- präklinische Hypothyreose, weshalb sie seit zwei Jahren L-Thyroxin 50 einnahm,
- durchgängige Eileiter (Chromolaparoskopie (= Bauchhöhlenspiegelung),
- beim Ehemann normales Spermogramm (= Spermienanalyse zur Beurteilung der Zeugungsfähigkeit des Mannes) mit leichter Asthenozoospermie (= verminderte Beweglichkeit der Spermien)

#### Bisherige Therapie:

mehrfach Clomifen (= Arzneistoff zur Auslösung des Eisprungs), Stützung der Lutealphase (= Menstruationsphase nach dem Eisprung, Vorbereitung der Einnistung eines befruchteten Eis) mit HCG oder Progesteron. Jetzt ivF (= in-vitro-Fertilisation – „künstliche Befruchtung“) empfohlen.

#### Anamnese und Untersuchung:

Bei Erstvorstellung in der Uni-Ambulanz erweiterte Anamnese und ganzheitliche Untersuchung.

Sieben Amalgamfüllungen, über zehn Jahre alt. Patientin sehr unter Druck und verzweifelt, da sie nach Aussage des Neurologen seit zwei Jahren unter MS leidet (Symptomatik noch nicht sehr eindrucksvoll, rezidivierende Gangunsicherheiten).

#### Diagnostik:

- Speicheltest: stark erhöhte Quecksilber (Hg)-, aber auch Zinn (Sn)-Werte
- DMPS-Test (= Test zum Nachweis von Schwermetallbelastungen) vermehrte Ausscheidung von Hg,
- Selen und Zink erniedrigt, Vitamin B12-Mangel

#### Therapie:

Vorsichtige Zahnsanierung, anschließend weitere Ausleitung mit DMPS wöchentlich und Supplementierung mit verschiedenen Orthomolekularia (=Therapie mit Mikrowirkstoffen wie Vitaminen und Spurenelementen). Ernährungs-optimierung.

#### Verlauf:

Besserung der neurologischen Symptomatik. L-Thyroxin wird versuchsweise abgesetzt, Schilddrüsenfunktion normal. Keine PMS-Symptomatik mehr.

Nach einem halben Jahr spontaner Schwangerschaftseintritt und unauffälliger Schwangerschaftsverlauf. Gesundes Kind am Termin durch Spontangeburt.

Nach einem Jahr Wiedervorstellung, Patientin sehr glücklich, da der



**Amalgamfüllungen können Kinderwunsch beeinträchtigen** (Foto: *Bernhard Bill/wikipedia.org*)

Neurologe ihr gesagt hatte, sie hätte doch keine MS, die Beschwerden wären wohl nur nervös gewesen.

Nach einem weiteren Jahr Geburt des zweiten Kindes nach spontaner Konzeption und normalem Schwangerschaftsverlauf.

## Verbraucherschutz

### Wenn Chemikalien das Hormonsystem stören

SIN Liste für EU-weite Regulierung für endokrin wirksame Substanzen vorgelegt

Die schwedische Umweltschutzorganisation ChemSec hat im Mai 2011 in Brüssel die SIN-Liste 2.0 („substitute it now!“) veröffentlicht. Die aktualisierte Liste wurde um 22 endokrin wirksame Substanzen (EDCs) erweitert und enthält nun 378 Chemikalien. Die EDCs wurden nach REACH-Kriterien als „besonders besorgniserregende Substanzen“ (SVHC - Substances of very high concern) identifiziert und sollten Ziel einer künftigen Regulierung in der EU werden. EDCs sind zum Beispiel **Phthalate**, die Kunststoffe weich machen, **Parabene**, die als Konservierungsmittel in vielen Körperpflegeprodukten verwendet werden und **UV-Filter** in Sonnenschutzmitteln und Lebensmittelverpackungen.

Endokrin wirksame Substanzen können das menschliche Hormonsystem stören und werden zunehmend mit einer Reihe von gesundheitlichen Problemen wie Krebs, Diabetes, Verhaltens- und Aufmerksamkeitsstörungen sowie mit der Beeinträchtigung der Fortpflanzungsfähigkeit in Verbindung gebracht. „EDCs sind häufig in Lebensmittelverpackungen und Kosmetika, und sogar in Spielsachen zu finden“, so *Alexandra Caterbow* von der Nichtregierungsorganisation WECF („Women in Europe for a Common Future“). „Jeder von uns kommt täglich mehrmals mit einer Reihe dieser hormonell wirksamen Stoffe über Alltagsprodukte in Berührung. Es ist dringend an der Zeit, Menschen vor diesen Substanzen zu schützen. Die SIN-Liste 2.0 ist ein hervorragendes Instrument, damit die Politik endlich tätig wird.“

Quelle: WECF-Presseinfo vom 02. Mai 2011  
Weitere Infos unter: <http://www.sinlist.org>