

Chorella gegen Candida: eine Alge hilft bei Pilz-Infektion

Von Knut Ochmann

Gefährliche Verpilzung

Candida ist ein mikroskopisch kleiner Hefepilz, ähnlich dem, den man als Trieb- und Backmittel für Brot verwendet. Er gehört zur verbreitetsten und bekanntesten Hefeart. Als parasitäre Organismen besiedeln Candida-Pilze vorwiegend die Schleimhäute von Darm, Magen, Mund, Rachen und Scheide. Schätzungsweise sind 50-75 Prozent der Bevölkerung davon betroffen, allerdings ohne erkennbare Symptome. (1) Candida schwört per se keine ständige Gesundheitsgefahr herauf. Unsere Schleimhäute beheimaten über 400 verschiedene Arten „nützlicher“ Bakterien, darunter die populären Milchsäurebakterien (Laktobazillen), zu deren Aufgabe es zählt, die ungeliebten Darmbewohner in verträglicher Population zu halten. Alle Darmbakterien, egal, ob „schädlich“ oder „freundlich“, können nicht vollständig eliminiert werden, weil sie ein eigenes Ökosystem in unserem Körper konstruieren. Die meisten von ihnen sind Symbionten: Darmbakterien, die als Ausgleich für den Lebensraum, den wir ihnen bieten, zahlreiche physiologische Funktionen erfüllen und uns vor ihren unliebsamen Mitstreitern schützen. Nur die quantitative Dominanz gutartiger Bakterien, also die gesunde Darmflora oder mikrobielle Balance, verhindert eine Revolte schädlicher Mikroorganismen.

Liegt eine „Darmverpilzung“ mit Candida vor, medizinisch: Candidose, ist das mikrobielle Gleichgewicht gestört, was man fachsprachlich als Dysbiose oder Dysbakterie bezeichnet. Überwucherungen großen Stils hat der Organismus auf sich allein gestellt wenig Paroli zu bieten, weil sich der Pilz gegen Kontrahenten zu behaupten weiß. Dafür produziert er eine Reihe von Pilzgiften, sogenannte Mykotoxine, wie Alkohol ein Produkt der Vergärung von Kohlenhydraten, die Viren und Bakterien vertreiben. Die Überbeanspruchung der Leber mit schädlichen Fuselalkoholen vermag das Gefühl von Unwohlsein und Benommenheit sowie eine alkoholischen Fettleber hervorzurufen. Bei starker Ausprägung sprechen Mediziner vom „Eigenbrauerei-Syndrom“. Viele Mykotoxine schwächen den Gesamtorganismus und forcieren so die (weitere) Ausbreitung des Pilzes. Wenn Candida sein Quartier im Darm verlässt, kann das zu mitunter üblen Symptomen an unterschiedlichen Körperstellen führen - je nachdem in welchen die Infektion ausbricht. Von rund 80 differenten Candidaarten löst der berühmt-berüchtigte Candida Albicans am häufigsten eine Infektion (Candidose) aus.

Risikogruppen

Insgesamt kommt es selten zu Candidosen. Anfällig für Candida-Infektionen sind fast ausschließlich

- Personen, die unter einer chronischen, ausgeprägten Dysbakterie leiden, z.B. als

Konsequenz schlechter Ernährungsgewohnheiten, Schwermetallvergiftungen und Antibiotika-Therapien,

- stark Immungeschwächte, etwa durch Leukämie, Infektion mit HIV, Organtransplantationen, Übersäuerung, Dauerstress oder der Langzeitmedikation mit Chemotherapeutika oder üppigen Mengen Kortison,
- in geringfügigem Maße jene, die kontinuierlich Hormonpräparate, z.B. die Pille, einnehmen.

In der Regel verabreicht man Risikopatienten vorbeugend Antipilzmittel.

Symptomatik

Candida Albicans ist technisch gesehen eine Verdauungshefe, die sich von totem Gewebe unseres Körpers und den von uns verzehrten Kohlenhydraten ernährt (2) und dabei giftige Abfälle hinterlässt. Die Infektion bringt unangenehme und teilweise gefährliche Folgen für die Gesundheit. Mitte der 1980er Jahre identifizierte man ebenjene Hefe als mögliche Ursache vieler chronischer Krankheiten und unspezifischer Symptome. Der Verbreitung des Pilzes folgen diverse Symptome, die es Arzt und Patient oftmals schwer machen, die richtige Diagnose zu stellen. Auf der anderen Seite sollte Candida nicht voreilig als Unruhe- und Krankheitsherd angesehen werden, wenn mehrere der unten aufgeführten Symptome vorliegen. Hier ist eine sorgfältige Abklärung angezeigt.

Nicht nur kohlenhydratvergärenden Bakterien, auch Hefen verantworten andauernde Blähungen (Flatulenzen). Speziell das Anfangsstadium der Hefepilzüberwucherung registriert abgehende Darmwinde als die häufigste Begleiterscheinung. Später können hinzutreten:

- Blähbauch und Bauchschmerzen (meist nach Genuss von Süßspeisen),
- sehr auffällige Zungenbeläge von weißlicher, milchiger Farbe (Mund-Soor)
- Sodbrennen,
- Müdigkeit und Schwäche,
- Veränderungen im Stuhl,
- häufige Durchfälle oder Verstopfungen (wenn der Dickdarm übermäßig betroffen ist)
- Schwindel,
- Prostataentzündungen,
- Immunschwäche (Anfälligkeit für (weitere) Infektionskrankheiten),
- (möglicherweise) Heißhunger auf Süßes.

Für seine rasante Entfaltung bevorzugt der Candida-Pilz ein dunkles, feucht-warmes Klima und ein Nahrungsangebot, das Kalzium, Zink und reichlich Kohlenhydrate, z.B. in Form von Getreide, Obst oder einfachem Zucker, liefert. Die kontinuierliche Nährstoffberaubung bei gleichzeitiger Beanspruchung mit Mykotoxinen entkräftet die Immunabwehr derart, dass die Pilz-Invasion langfristig Überhand gewinnt. Eine solche Krisensituation birgt die Gefahr eines Circulus vitiosus, denn das geschwächte Immunsystem weiß sich nun auch nicht mehr gegen Bakterien und Viren zu wehren. Dutzende Entzündungen markieren den unerbittlichen Kampf gegen die krankmachenden Mikroorganismen und ihren toxischen Ausscheidungen. Pilzzellen, die Organe befallen oder eine Blutvergiftung (Pilz-Sepsis)

hervorrufen, sind gar imstande, den Tod herbeizuführen. „Jährlich sterben in Deutschland 10.000 Menschen an den Folgen einer systemischen Candida-Mykose, weil ihr Immunsystem kapituliert.“(3) Demgegenüber attestiert man dem Hefepilz auch eine nützliche Funktion: Offenbar binden die Zellwände des lebenden Pilzes toxische Schwermetalle und machen sie damit unschädlich. So hilft Candida, Symptome der erhöhten intestinalen („den Darm betreffenden“) Schwermetallbelastung zu verhindern.

Optionen der Therapie

In der typischen, konventionellen Behandlung von Candida-Wucherungen der Häute und Schleimhäute kommen sogenannte Antimykotika wie Nystatin, Natamycin oder Miconazol zum Einsatz. Das sind Arzneistoffe, die Pilze lokal, z.B. bei Soor (4), abtöten oder am Wachstum hindern. Sind Organe befallen, werden Antimykotika intravenös („ins venöse Blut“) verabreicht. Diese Medikamente behandeln nicht ursächlich und haben häufig unerwünschte Nebenwirkungen zur Folge, z.B. allergische Reaktionen, Leberschäden und Durchfall. Darüber hinaus stellen Mediziner fest, dass bestimmte Pilzstämme eine Resistenz gegenüber den wenigen wirksamen Medikamenten für die Behandlung von Candida Albicans entwickelt haben.(5)

Natürliche Antimykotika sind Lebensmittel wie roher Honig (in erster Linie bei Mund-Soor) und natives Kokosöl (Capryl- und Laurinsäure). In vitro (6) - als auch In vivo (7) -Studien weisen nach, dass die reichlich im Öl der Kokosnuss vorkommende Caprylsäure sich unter die wirksamsten natürlichen Substanzen gegen Hefen und Pilze einreicht. Obendrein bietet Kokosöl als Ersatz für Zucker und Stärke, die bei Candida-Verpilzungen zu meiden sind, eine schnelle, leicht verdauliche Energiequelle. Auch Silber in kolloidaler Form hat sich als herausragendes Mittel gegen pathogene Mikroben aller Art herausgestellt, sowohl innerlich als auch äußerlich angewendet.

Hartnäckige Candida-Mykosen bedürfen einer systematischen und umfassenden Herangehensweise. Eine solche Behandlung umfasst die Stärkung des Immunsystems, den Abbau von Nährstoffdefiziten - besonders hinsichtlich Kalzium, Chrom und Zink, die der Pilz für sich beansprucht -, die Symbioselenkung, d.h. den Aufbau einer gesunden Darmflora, und gezielte Anti-Pilz-Maßnahmen.

Eine erfolgreiche Therapie zielt auf die Beseitigung der Ursachen ab. Nach Ansicht von Dietrich Klinghardt resultiert die Candida-Infektion typischerweise aus einer Schwermetallvergiftung. Der Entgiftungsexperte bezeichnet die Mykose als Strategie des Organismus, sich gegen Quecksilber, Cadmium, Blei und Nickel zu wappnen. Wenn dies zuträfe, dürfte die Vermeidung von toxischen Metallen der Candidose zuvorkommen und deren Entsorgung die Heilung einleiten. Aus Sicht des Arztes kommt es bei vorliegender Infektion, zuerst die Schwermetalle auszuleiten, bevor der Pilz bekämpft wird. Umgekehrt würde das Pilzsterben die in der Zellwand gebundenen Metalle freigeben, die sodann ins Nervengewebe oder in andere Körperteile gelangen und dort ihr zerstörerisches Werk anrichten.

Mit Chlorella gegen Candida

Kraft ihrer außergewöhnlichen Affinität zu Schadstoffen wie toxischen Schwermetallen bildet die Süßwasseralge Chlorella einen festen Bestandteil in Klinghardts Entgiftungspro-

gramm. Die grüne Mikroalge entgiftet den Darm wirkungsvoll und sanft von Schwermetallen und anderen Schadstoffen und entzieht der Hefe damit ihre Daseinsgrundlage. Außerdem eignet sich das Wassergemüse vortrefflich bei dysbiotischen Zuständen im Darm, selbst im Falle einer entzündlichen Darmerkrankung: Die Milieuoportimierung im Darm in Kombination mit antimykotischen („gegen Pilze gerichtet“), antibakteriellen und probiotischen Inhaltsstoffen pflegt die Darmflora. Dazu fungiert die cellulosehaltige Zellwand als Präbiotikum, die bekanntlich das Wachstum nutzbringender Darmbakterien wie etwa Bifidusbakterien fördert. Die nährstoffreiche Alge füllt Versorgungslücken und hilft somit, die gesunde Homöostase im Körper zu bewahren und bei Bedarf wiederherzustellen. Mehr noch: Die Breite der Chlorella-Wirkstoffe stärkt das Immunsystem auf vielfältige Weise im Kampf gegen Parasiten. Solchermaßen deckt die Mikroalge alle Maßnahmen der oben beschriebenen ganzheitlich-orientierten Anti-Pilz-Behandlung vollends ab, wodurch sie als gangbare Therapieoption bei Candidosen infrage kommt.

Quellen:

- *Dr. med. Frank Liebke: Algen Apotheke, RL-Verlagskontor 2010.*
- <http://josef-stocker.de/candida.pdf> (Stand: 28.07.2015).
- http://www.gesund-heilfasten.de/Candida_Infektion.html (Stand: 28.07.2015).
- http://www.gesund-heilfasten.de/Candida_Behandlung_Hilfe_und_Therapie.html (Stand: 28.07.2015).
- <http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=22821> (11.08.2015).
- <http://www.dr-moosburger.at/pub/pub041.pdf> (Stand: 11.08.2015).
- <http://www.horusmedia.de/1997-pilze/pilze.php> (Stand: 28.07.2015).
- <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/candida-infektion-ia.html> (Stand: 11.08.2015).

(1) Vgl. <http://flexikon.doccheck.com/de/Candida%20albicans> (Stand: 30.07.2015).

(2) *Manche Mediziner halten den gesteigerten Appetit nach Süßem durch Candida-ausbreitung im Darm für einen Irrtum, der auf einem mangelhaften Verständnis über den menschlichen Stoffwechsel beruhe.*

(3) Vgl. <http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=22821> (Stand: 11.08.2015).

(4) *Soor = Infektionskrankheit mit Candida Albicans im Mund- und Rachenraum.*

(5) Vgl. <http://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=22821> (Stand: 11.08.2015).

(6) *In-Vitro Experimente sind solche, die in einer kontrollierten künstlichen Umgebung stattfinden, z.B. im Reagenzglas.*

(7) *„In vivo“ bedeutet soviel wie „im lebenden Organismus“, etwa den Menschen. In-vivo-Studien sind von höherem Evidenzgrad als In vitro-Untersuchungen.*