

## **„Zufällig erwähnte ein Freund, dass es da so eine seltene Krankheit gibt“: Zufall?**

Im Alter von ca. 45 Jahren traten bei mir (männlich) erstmals Beschwerden beim Wasser lassen auf. Vor dem Urinieren trat statt des gewohnten Drucks ein leichter Schmerz auf, der verging, sobald die ersten Tropfen flossen. Außerdem musste ich häufiger Wasser lassen. Beides trat innerhalb weniger Jahre immer häufiger/stärker auf bis hin zu einer Ohnmacht in Folge der mittlerweile extremen Schmerzen (10 auf einer 10-stufigen Schmerzskala). Die Prozedur des Wasserlassens veränderte sich immer mehr zu einer unendlichen Geschichte, bei der ich manchmal bis zu 50 Minuten abwechselnd stehen bzw. sitzen musste, damit endlich der ersehnte Strahl floss.

Fast zwanzig Jahre ging es von einem Arzt zum anderen. Vier Urologen, drei Heilpraktiker, ein Neurologe, ein Kardiologe, ein Proktologe...und immer das gleiche: ein ungläubiges Gesicht (bei der Schilderung der Symptome) und im Anschluss ein anderes Medikament...wer kennt das nicht?

Zufällig erwähnte ein Freund, dass es da so eine seltene Krankheit gibt, bei der die Symptome ähnlich gelagert sind. Mit diesem Hintergrundwissen ging es dann zum nächsten Urologen. Hier erfolgte eine Bestätigung nach dem Ausschlussverfahren und in der Folge ein neues zusätzlich zu nehmendes Medikament, das aber im Wesentlichen nur betäubend wirkte. Dann zu einem spezialisierten Urologen, der wiederum ein neues Medikament verschrieb. Die Wirkung sollte ein sogenannter Film sein, der sich von innen über die Blase zieht. Die alten Medikamente sollten weiter genommen werden. Nach einem Jahr unter dieser Behandlung war keinerlei Besserung eingetreten. Insgesamt waren nun weitere zweieinhalb Jahre ohne Verbesserung vergangen.

Meine Schwester, die in China lebt, meinte, ich sollte es mal mit Akkupunktur versuchen. Zufällig war ich zur selben Zeit wegen Kniebeschwerden in Behandlung in einer Gemeinschaftspraxis in Düsseldorf und kam mit dem behandelnden Arzt ins Gespräch über meine seltene urologische Erkrankung (IC). Er empfahl mir einen Kollegen, der sein Akkupunkturwissen derzeit erweitere und daher auch in anderen Bereichen ggf. helfen könne. Schon nach den ersten 10 Behandlungen bemerkte ich kleine Veränderungen (so ging das Wasserlassen nun ohne die rituelle Abwechslung von stehen und sitzen in einem Rutsch, wenn auch weiterhin schmerzhaft).

Jetzt war Geduld gefragt. Währenddessen habe ich selber zufällig bemerkt, dass ich nach dem Genuss bestimmter Lebensmittel mit Symptomen reagiere. Da ich sieben Jahre zuvor schon bei einem Heilpraktiker einige Bluttest machen ließ, hatte ich in diesem Bereich schon einige Erfahrungen. Leider kann aus den Ergebnissen nur eines Tests keine hundertprozentige Sicherheit abgeleitet werden. Treten aber gleiche Ergebnisse in verschiedenen Testverfahren auf, war dies nach meiner Erfahrung immer ein sicherer Hinweis, dass man diese Ergebnisse beachten/ umsetzen sollte.

Daraufhin habe ich einen Bioresonanztest in Düsseldorf machen lassen, dessen Ergebnisse mit denen des Bluttests aber nur in einigen Punkten übereinstimmte. Um diese Unsicherheiten auszuräumen habe ich einzelne Lebensmittel auspendeln lassen und kam so zu deutlicheren Ergebnissen.

Mit diesen Erkenntnissen fuhr ich zu einem befreundeten Heilpraktiker in Bayern. Unter Beobachtung setzte ich ganz langsam alle Medikamente ab. Das führte zu der Erkenntnis, dass ein Medikament ausschließlich betäubende Wirkung hatte und ein anderes sogar die Symptome eher zu verschlimmern schien. Nach einer Phase, die man mit einem Entzug vergleichen kann, ging es mir etwas besser – gleichzeitig wurde meine Ernährung auf meinen Körper angepasst und eingestellt. Zurück in Düsseldorf ging es nach einigen Akkupunktur-Sitzungen zunehmend besser.

Im anschließend Urlaub an der Nordsee verringerte sich mein empfundener Schmerz weiter. War ich über lange Zeit auf einer 10-Punktigen Schmerzskala (10 ist mit Ohnmacht gleichzusetzen) im Bereich von 8-10, so hatte ich nun anhaltende Phasen bei denen nur ein geringer bis gar kein Schmerz auftrat (0-2). Parallel dazu habe ich durch regelmäßiges Schwimmen meinen Körper wiederaufgebaut.

Zusammenfassend lässt sich meine Krankheitsgeschichte in 3 Phasen einteilen:

1. Phase: 20 Jahre der Unwissenheit bei wechselnden Ärzten mit diversen Medikamenten, ohne dass sich mein Zustand verbessert hätte.

2. Phase: Zweieinhalb Jahre, in denen ich zumindest wusste, von welcher Krankheit ich heimgesucht wurde, ohne dass aber deswegen wesentliche Verbesserungen eintraten.
3. Phase: Zwei Jahre Akkupunktur und Umstellung der Ernährung bei gleichzeitigem Absetzen der Medikamente, was zu einer wesentlichen Besserung führte.

Inzwischen bin ich im „Herbst“ meines Lebens angekommen und meine Abwehrkräfte sind sicherlich auch nicht mehr die besten – meine Lebensqualität hat sich aber in den letzten zwei Jahren enorm verbessert.

Im Folgenden liste ich die Ergebnisse meiner verschiedenen Nahrungsmittelunverträglichkeiten auf: Farbstoffe, Haltbarkeitsstoffe, Alkohol, Salat in Plastiktüten (wahrscheinlich Fäulnisbakterien, die sich unter dieser Art der Lagerung bilden), Zitrusfrüchte, Äpfel (wobei die alten Sorten verträglich sind), Ananas, Kuhmilch und Kuhmilchprodukte aller Art, Kaffee, Schweinefleisch. Dass die jeweiligen Unverträglichkeiten nicht direkt im Anschluss an den jeweiligen Genuss auftreten, macht das Erkennen der problematischen Nahrungsmittel besonders schwer.

Weitere Empfehlungen, die ich von Ärzten oder Therapeuten erhalten habe und größtenteils befolge, waren: Richtige Atmung, Sport (regelmäßiges Schwimmen), frische Luft und wenig Stress, den Nieren- bzw. Blasenbereich warmhalten (Jeans, Gürtel, Gummiband), keine enge Kleidung und viel trinken (zwei Liter Wasser pro Tag mindestens).

Es lässt sich also sagen, dass man vieles beachten und umstellen muss aber der Erfolg lohnt die vielen Anstrengungen.

Peter M.