



Leitfaden zur treffsicherer Diagnostik und Therapie von Darmerkrankungen

21. März 2024

Scannen
& eintragen!



Über mich

Ärztin für Allgemeinmedizin mit Praxis in Wien

Schwerpunkte Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Akupunktur, Funktionelle Myodiagnostik, Orthomolekulare Medizin, Ernährung und Darmgesundheit

Lehrbeauftragte und Vizepräsidentin bei der Gesellschaft Ärzt:innen für Akupunktur, medizinische Vortragstätigkeit in Ernährung, Orthomolekularer Medizin, Funktioneller Myodiagnostik

Online **Ernährungsprogramme** für Darmgesundheit für Patient:innen und zur betrieblichen Gesundheitsförderung

Autorin des Buches „Meine Darmgesundheitskur, gesunder Darm – gesunder Körper“



"Mein Ziel ist es, die Lehre der
Gesundheitsmedizin zu verbreiten!"

Dr. med. Alexandra Knauer

Gründerin von Salutogenia,
Institut für Gesundheitsmedizin

Scannen
& eintragen!



Leitfaden zur Diagnostik und Therapie

Was zeichnet uns als Therapeut:innen aus?



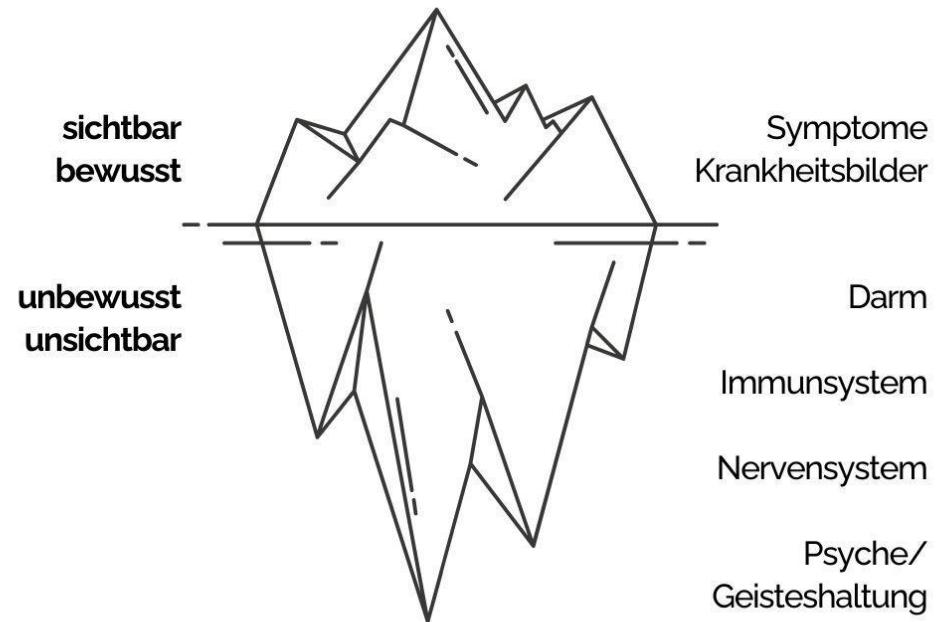
Therapeut:innen sollten...

- Fachliche Kompetenz besitzen
- Aufmerksam zuhören und auf das Gegenüber eingehen können
- Bereitschaft und Fähigkeit, sich in die Einstellung des anderen einzufühlen
- Auf individuelle Bedürfnisse und subjektive Voraussetzungen eingehen können
- Grenzen der therapeutischen Möglichkeiten aufzeigen und auf das eigene Zutun aufmerksam machen
- Alternativen finden und bereitstellen können
- Vertrauen schenken und Mut machen können

Leitfaden zur Diagnostik und Therapie

Das Eisbergprinzip

Die Bedeutsamkeit der Darmfunktion in Bezug auf die Gesundheit und das Wohlbefinden



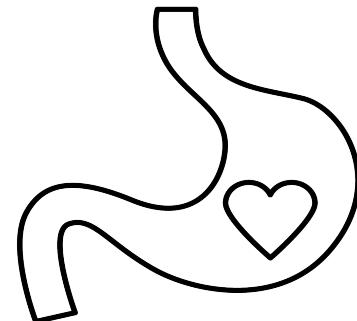
Die drei wichtigsten therapeutische Prinzipien

- 1.** Wir behandeln Menschen!
- 2.** Je weiter der Blickwinkel, desto mehr individuelle Lösungsansätze haben wir und desto größer sind unsere Erfolgsaussichten!
- 3.** Untersuche nur das, was du auch behandeln kannst!

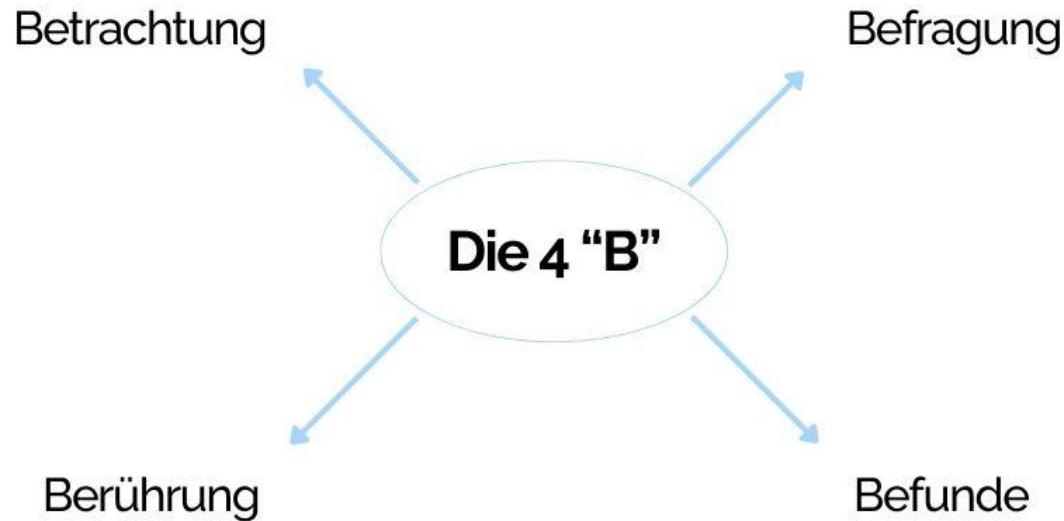


Die häufigsten Magen-Darmerkrankungen

- Gastritis
- Refluxkrankheit
- Reizdarmsyndrom
- Dysbiose
- Entzündliche Darmerkrankungen
- Magen- und Darmkrebs

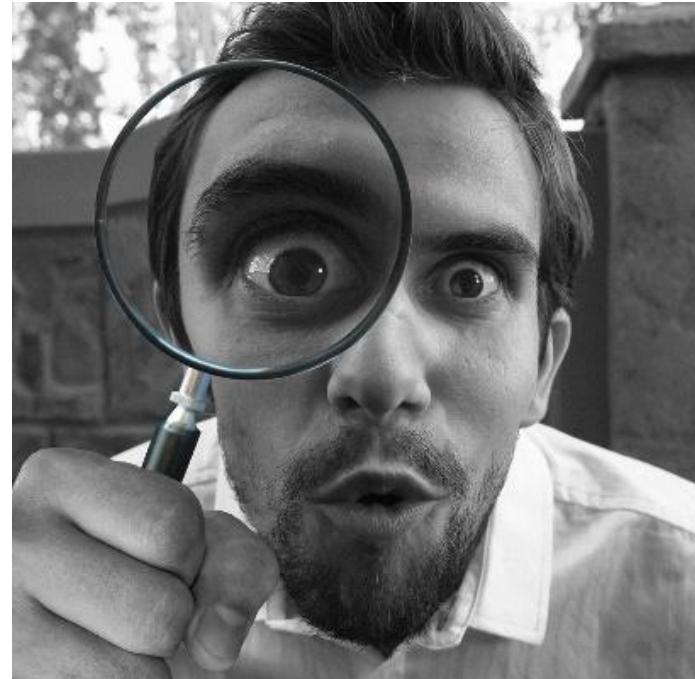


Diagnostik



Betrachtung

- Körperbau, -haltung
- Stimme
- Atmung



Betrachtung

Haut

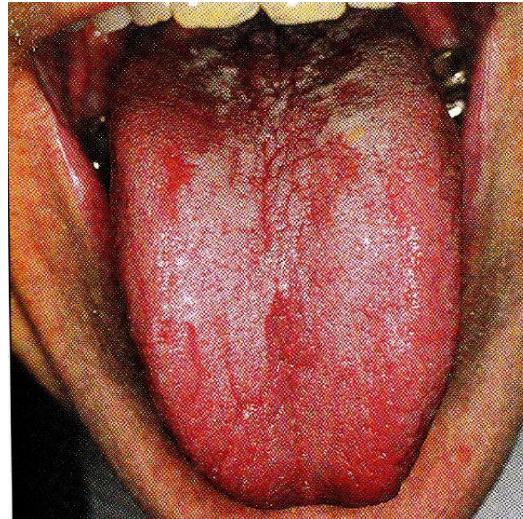
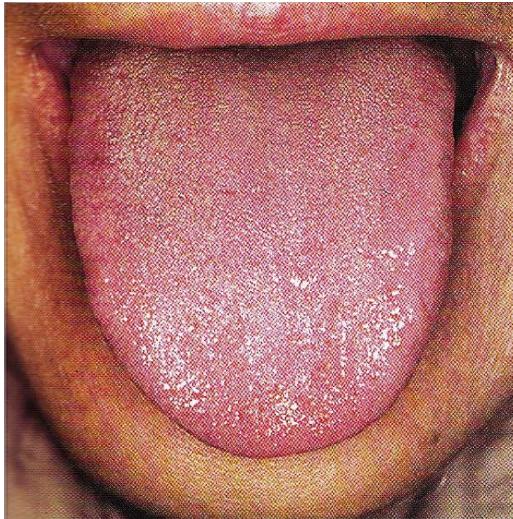
- Rötungen
- Ekzeme
- Unreinheiten
- Akne

Schwitzen

- Generell
- Axillär
- Hände/Füße
- Geruch



Zungendiagnostik



Befragung

- Symptome?
- Seit wann?
- Auslöser erkennbar?
- Infektionen oder Erkrankungen in der Vergangenheit?
- Ernährung?
- Was verbessert und was verschlechtert die Symptome?



Berührung

- Tastbefund Haut und Bauch
- Pulsdagnostik
- kinesiologische Muskeltestungen



Befunde

- Blutanalysen
- Stuhlanalysen
- Bildgebung



Blutanalysen

Befunde

- Blutbild
- Fett- und Zuckerstoffwechsel
- Leber-, Nierenparameter
- Schilddrüsenwerte
- Entzündungsparameter
- Histamin, Allergie, Unverträglichkeiten

Stuhlanalysen

Befunde

- Hämoccult
- Florastatus
- Verdauungsrückstände
- Entzündungsparameter
- Histamin

Bildgebung

Befunde

- Sonografie
- Gastroskopie und Coloskopie
- Röntgen und Durchleuchtung
- MRT/CT

Generelle Richtlinien einer Therapie

- Betrachte jeden Menschen individuell
- Behandle so viel wie nötig, aber so wenig wie möglich
- Aktiviere die Selbstheilungskräfte

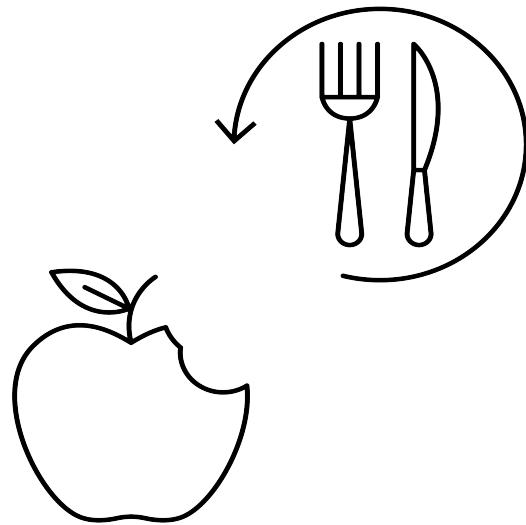


Therapie

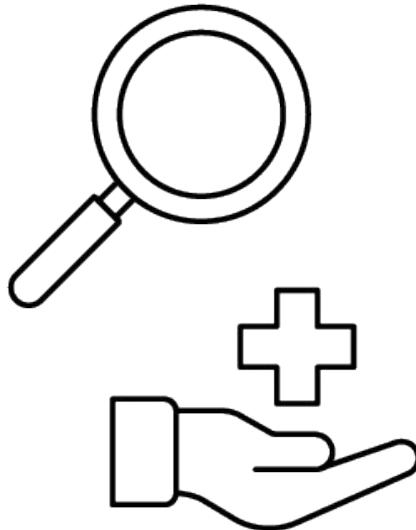


Konkrete individuelle Maßnahmen bei Darmerkrankungen

- IMMER die Ernährung beachten!
- Störende Lebensmittel vorübergehend weglassen
- Ernährung finden, die individuell verträglich ist



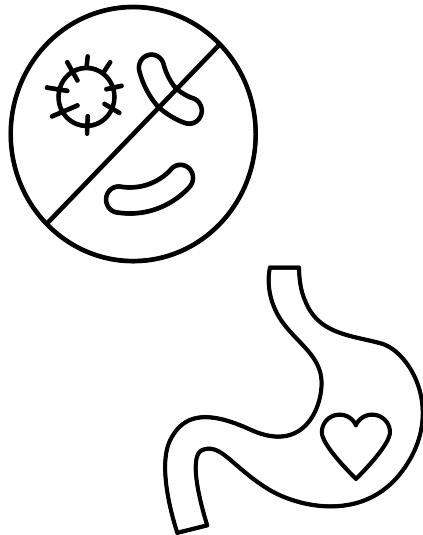
1. Schritt: Feuer löschen!



Entzündungen reduzieren durch

- Auslöser finden
- In der Akutphase ev. Antiphlogistika, Kortison, Antibiotika, PPI
- Emotionen/Ernährung

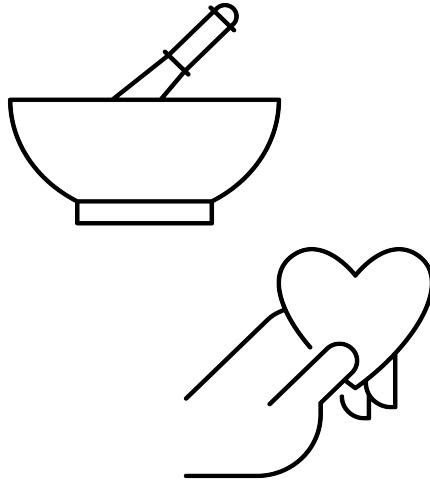
2. Schritt: Überflussmuster entfernen



Dysbiose durch Infektionen bzw.
Überwiegen von

- pathogenen Keimen wie Bakterien, Parasiten, Pilzen
- Feuchtigkeit/Schleim

3. Schritt: Mangelzustände auffüllen



- Präbiotika
- Probiotika
- Postbiotika
- Ideale Ernährungsform
- Nahrungsergänzungsmittel
- Phytopharmaaka



Online Praxisseminar

Reizdarmsyndrom **verstehen und richtig behandeln**

am 3. und 4. April 2024
von 18:00 – 20:30 Uhr

www.salutogenia.com/praxisseminar-reizdarmsyndrom/

