

«Fibromyalgie - soll man die unzähligen Symptome behandeln

- oder die Krankheit an der Wurzel anpacken?»

Ich habe nun begonnen (Mitte Okt. 2015), meine Fibromyalgie zu behandeln und das scheint zum Erfolg zu führen. Die Antworten auf diese Erklärung kommen haufenweise: «Was, ich habe nicht gewusst, dass man Fibromyalgie behandeln kann. Gibt es da wirklich ein Medikament?» Und dann kommen die wildesten Theorien, was man neuerdings rausgefunden habe und welches Medikament gegen welches Symptom helfe.



Vor Jahren wurde ja die Existenz dieser Krankheit verneint, es handle sich um Einbildungen von Frauen in den Wechseljahren mit Depressionen, die über verschiedenste Wehwechen klagen und dabei zu Nervenbündeln werden, und Ähnliches konnte man hören.

Unterdessen ist die Krankheit offiziell anerkannt, aber ein Grossteil der zahlreichen genannten Symptome sind dem psychischen und kognitiven Bereich zuzuordnen, obwohl es unterdessen klar ist, dass die Krankheit körperliche Ursachen und Auswirkungen hat. Die Anzahl der Symptome ist wortwörtlich ins Unendliche gehend, da die auftretenden Symptome und ihre Reihenfolge bei jedem der Tausenden von Patienten wieder anders sind.



Deshalb sind auch die Behandlungen sehr verschieden, jeder Fibromyalgiepatient wird eine ganze Anzahl von Medikamenten benutzen, die ihm in verschiedensten Bereichen etwas Linderung verschaffen.

Nun haben verschiedene Wissenschaftler verschiedene Ursachen gefunden. Am Anfang war die Krankheit ja als Weichteilrheuma bezeichnet worden, da verschiedene Symptome dem Rheuma-Bereich zugeordnet scheinen, aber die Symptome, die meistens zur Diagnose «Fibromyalgie» führen vor allem die Weichteile des Körpers betreffen und erst später Gelenkschäden auftreten. Andere Theorien sind, dass es sich um eine Stoffwechselkrankheit handelt, oder um eine Nervenkrankheit, da ja auch die Nerven betroffen sind. Sogar ein Virus soll gefunden worden sein, das die Krankheit verursacht. Das Neueste, was ich gelesen habe, ist, dass die Schmerzen auf das Problem von zu vielen Blutgefässen in den Händen zurückgehen. Sicher hat die Krankheit etwas mit den Muskeln (Weichteilen) und mit einer Überempfindlichkeit der Nerven zu tun, aber liegt wirklich die Ursache der Krankheit in diesem Bereich?

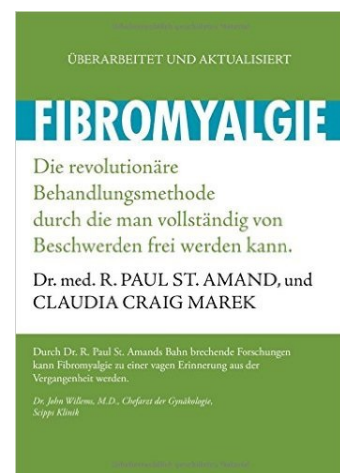
Eine umfassendere Theorie wurde von einem amerikanischen Doktor St. Amand ausgearbeitet. Er selbst hatte diese Krankheit und hat zuerst mehr oder weniger per Zufall ein Medikament dagegen gefunden. Er hat dann sich selber und unzählige andere Patienten in verschiedenen Ländern erfolgreich damit behandelt.

Das ist die Behandlung, die auch mir zu helfen scheint. Es handelt sich um einen Wirkstoff namens Guaifenesin, der in den USA als Hustenmedikament vertrieben wird, nicht rezeptpflichtig ist und nicht mehr unter Patent steht.

Nun wurde von einem andern Arzt eine grossangelegte Untersuchung gemacht, ob dieses Medikament wirklich wirke, und das Resultat, das herauskam, war, dass man es nicht beweisen könne. Das lässt sich leicht erklären. Nach dem Beginn dieser Untersuchung wurde festgestellt, dass die Wirkung des Medikamentes durch die gleichzeitige Einnahme des Wirkstoffs des Aspirins (Salicylat) unterbunden wird. Da viele Patienten andere Medikamente mit diesem Wirkstoff nahmen, mussten sie von der Untersuchung ausgeschlossen werden. Da dies aber ein pflanzlicher Wirkstoff ist, der sich in fast allen für Alternativmedikamente aber auch für Kosmetikprodukte benützten Pflanzen befindet, blieben schlussendlich nur noch eine ganz kleine Anzahl der Patienten im Rennen und das Resultat ist nichts aussagend, da bei dieser Krankheit so viele andere Faktoren mitspielen.

Dr. Amand selber ist sehr bescheiden, er ist sich aus der Erfahrung sicher, dass sein Medikament wirkt, aber er gibt zu, dass seine Theorie zwar sehr einleuchtend ist und die meisten Aspekte der Krankheit erklären kann, dass sie aber nicht bewiesen ist. Er betont sogar in seinem Buch, dass es sich um eine Theorie handelt, die auf Grund neuer Daten jederzeit ergänzt oder verändert werden kann. Deshalb und vor allem wegen einem fehlenden klaren Nachweis aufgrund einer Untersuchung kann das Medikament nicht offiziell auf den Markt gebracht werden.

Dr. St. Amand hält Fibromyalgie für einen vererbten Gendefekt bei dem der Körper das nicht gebrauchte Phosphat, das über die Nahrung in grossen Mengen in den Körper gelangt, nicht mehr über die Nieren ausschaffen kann. Dieses überschüssige Phosphat wird dann in den Zellen abgelagert und behindert die Energiebildung in den Zellen. Er sagt also, bei der Krankheit handle es sich um einen Energiemangel der Zellen, der das normale Funktionieren dieser Zellen dann beeinträchtigt¹. Der Körper lagere das überschüssige Phosphat vorerst in den Zellen an, wo es am wenigstens schade, aber mit den Jahren wirkt sich das dann eben in den verschiedensten Bereichen aus, was eine Erklärung liefert für die Vielfältigkeit der Symptome. Bisher konnte dies aber nicht bewiesen werden.



Die Stimmen gegen die Theorie sind laut, würde sie nämlich stimmen, würde die Vielzahl der Fibromyalgiepatienten all die Produkte, die sie jetzt brauchen, um die extrem vielfältigen Symptome abzuschwächen, nicht mehr in Anspruch nehmen. Auch müssten sie auf alles verzichten, was Salicylate enthält und über die Haut aufgenommen wird (was natürlich für die Pharmaindustrie und Kosmetikfabrikanten ein riesiger Verlust wäre).

Das zeigt auch, dass die Behandlung sehr kompliziert ist, da der Patient, oder eben die Mehrzahl Patientinnen, ihr ganzes Sortiment an Körperpflegeprodukten umstellen müssen und auch viele Medikamente nicht mehr benützen dürfen.

Zudem zeigt das Medikament nicht eine sofortige oder geradlinig verlaufende Wirkung. Im Gegenteil, zu Beginn werden die Symptome verschärft, es können sogar neue Symptome

¹ (oder anders ausgedrückt: «Das ganze Krankheitsspektrum lässt sich als Unfähigkeit erklären, genügend Energie im betroffenen Gewebe zu erzeugen.»)

Amand, R. Paul St.; Craig Marek, Claudia (2015-01-06). Fibromyalgie: Die revolutionäre Behandlungsmethode, durch die man vollständig von Beschwerden frei werden kann (German Edition) (Kindle Locations 164-165). Books on Demand. Kindle Edition.)

auftauchen und vor allem Symptome, von denen es schien, dass sie seit langem überwunden waren. Grund dafür ist ein sogenanntes «Reversal»: eine Umkehrbewegung. Das Medikament muss helfen, das überschüssige Phosphat, das über lange Zeit eingelagert worden war, aus den Zellen zu entfernen. Und genauso wie die Zellen bei der Einlagerung schmerzten, tun sie es nun auch wieder beim Abbau. Auch kann das Medikament, da es ja gegen einen Erbschaden kämpft, nie mehr abgesetzt werden.

Um der Theorie von Dr. St. Amand Glaubwürdigkeit zu verschaffen, sollte man meiner Meinung nach aufzeigen können, dass es sich wirklich um ein genetisches Problem handelt, dass es also schon in der Jugend vorhanden war, auch wenn man es erst viel später als Krankheit diagnostizieren kann. Zweitens soll aufgezeigt werden, dass es sich effektiv um ein Energieproblem handelt, auch wenn das bei vielen Patienten gar nicht so offensichtlich zu Tage kommt.

Diese zwei Aspekte möchte ich mal an mir selber als betroffener Beispielfall aufzeigen.

Anschliessend müsste irgendwie nachgewiesen werden, dass der Patient bei Einnahme des Medikaments wahrhaftig mehr Phosphor ausscheidet, was ich aber nur in einem kleinen Teilbereich zeigen kann, da ich keine Nachweise habe aus Analysen der Körperausscheidungen wie Urin etc.

Um das Medikament offiziell auf den Markt zu bringen, müsste aber, soviel ich weiss, ein Nachweis aus einer Untersuchung mit Testpersonen gemacht werden können, was aber aufgrund des schwierigen, sich sehr langsam und verschieden entwickelnden Krankheitsbildes und allen mitbeeinflussenden Nebenfaktoren extrem schwierig sein wird.

Als ich gelesen habe, dass das Ganze ein Energieproblem sei, habe ich mir sofort gesagt, dass wohl meine Bekannten mich eher als jemanden mit sehr viel Energie bezeichnen, als dass sie sagen würden, ich habe keine Energie, sei apathisch etc. Natürlich muss ich mich zwingen, regelmässig Sport zu machen und bei vielem, was ich tue, muss ich mich Stückchen um Stückchen durchkämpfen, um zum Erfolg zu kommen, den ich mir in den Kopf gesetzt habe. Bei näherem Hinsehen ist das aber ein Beweis für beides: Es ist wirklich ein **Energieproblem** und es hat **schon in meiner Kindheit begonnen**. Als Tochter in einer Bauernfamilie mit sechs Brüdern konnte ich bei körperlichen Anstrengungen nicht einfach sagen, ich mag nicht mehr. Ich musste mich immer hart zusammenreissen und eine Disziplin entwickeln, die mir erlaubte, momentane Schwächeanfälle, die ich oft hatte, zu unterdrücken. Dazu brauchte ich aber eine gute Kondition, also habe ich mir in den Kopf gesetzt, immer viel Sport zu machen, einfach körperliche Anstrengung und Bewegung als etwas zu sehen, was ich will und gern tue. Im Nachhinein sehe ich aber, dass ich es nie zu etwas brachte bei einem Sport, bei dem es nötig war, genau in einem Moment viel Energie zu entwickeln, sondern ich errang mir Medaillen im Orientierungslauf, da konnte ich mit Ausdauer und Verstand viel zum Erfolg beitragen, und im Winter wählte ich Langlauf als meine Lieblingssportart. Ich erinnere mich an die Studienzeit; als ich mal zu einer Freundin bemerkte, dass ich mich bei einer körperlichen Anstrengung zusammennehmen müsse, war sie ganz erstaunt und meinte, sie hätte geglaubt, das sei für mich keine Anstrengung, ich mache es einfach gern.

Meine Fibromyalgie wurde ja erst im 2010 offiziell von einem Arzt diagnostiziert, obwohl ich dies schon vermutet hatte, seit ich das erste Mal von dieser Krankheit hörte. Die Frage ist nun natürlich, ob diese Krankheit erst im Alter gegen die Wechseljahre ausbrach, also sogar durch einen Virus hätte verursacht werden können oder schon immer da war, wenn sie sich auch erst

später akzentuierte und ein zusätzlicher Faktor wie z. B. Stress einen Krankheitsschub auslöste.

Das häufigste Symptom dieser Krankheit ist ja wohl, dass man überall Schmerzen hat, oder eben ständig an einem andern Ort. Da lässt die Tatsache, dass mir meine Brüder jeweils sagten: «Wenn du mal nicht mehr sagst, dass dir etwas weh tut, bist du gestorben» schon vermuten, dass es sich um ein immer schon dagewesenes, also genetisches Problem handeln könnte. Auch mein Vater sagte mir in meiner Studienzeit, dass man doch als junger Mensch nicht in so vielen Bereichen Schmerzen haben sollte.

Als ich vor Jahren mit den Augen Probleme hatte, mass der Augenarzt die Augenflüssigkeit, nur 30%, also schien dies eine Augenproblem zu sein und wird seither mit Augentropfen behandelt. Dass das nur eine Verschärfung des Problems war (ich hatte schon in der Kindheit empfindliche Augen und z. B. während der Kantizeit eine Suspens, um nicht im Chlorwasser schwimmen zu müssen) fiel damals nicht auf, auch kam niemand auf die Idee, dass das ein Symptom einer andern Krankheit sein könnte.

Als ich dann später Probleme mit den Schleimhäuten hatte, wurde dies dem Trockensyndrom und dem Beginn der Wechseljahre zugeschrieben, niemand kam auf die Idee, dass es da ein tieferliegendes Problem haben könnte. Ein anderes beschriebenes Syndrom der Fibromyalgie ist die Reizblase, was sich sicher in den letzten Jahren zugespitzt hat, aber schon als ich noch die Primarschule besuchte, musste ich jede Nacht aufstehen, um die Blase zu entleeren. Ich sehe im Nachhinein, dass die jetzigen Probleme im Urogenitalbereich auch schon viel weiter zurück zu finden waren, nur habe ich natürlich über diesen heiklen Bereich nie gesprochen und mir möglichst keine Gedanken darüber gemacht.

Auch in Bezug auf die Muskel- und Skelettprobleme kann ich sehen, dass das schon in der Kindheit begonnen hatte mit Rückenschmerzen, Sehnenentzündungen und ähnlichem. Als die Fibromyalgie schon diagnostiziert war, hatte ich manchmal einfach keine Kontrolle im Bein und so kam es gelegentlich zu Stürzen. Im Moment schrieb ich das eher meinen Rückenproblemen zu, ein Neurologe hatte Protrusion festgestellt: dass die Arthrose Schäden im Rücken auf meine Nerven drücken. Auch da muss ich mich fragen, ob meine früheren unerklärlichen Stürze (mit acht Jahren unerklärlicher Sturz und Hirnerschütterung, mit vierzehn Jahren fuhr ich mit dem Moped übers Strassenbord: Hirnerschütterung etc.) nicht schon aus dem gleichen Grund aufgetreten waren. Ich kann viele Fälle aufzählen, wo ich einfach im Moment etwas nicht bemerkt habe oder nicht schnell genug reagierte auf ein Problem, oder wo wohl irgendeine Körperfunktion oder sogar das Hirn für ganz kurze Zeit aussetzte. Ich denke mir, dass man das sehr gut mit diesem Energieproblem erklären kann, der Körper konnte schon damals nicht in kürzester Zeit genügend Energie in die Zellen schicken, was zugleich im Körper wie auch im Hirn stattgefunden haben kann. Beim Sturz mit acht Jahren habe ich den Zaun einfach nicht gesehen, beim Moped Unfall mit 14 Jahren war der Anlass ein Auto, das mich geblendet hat; aber auch die grosse Sensibilität auf Reize (Sicht, Gehör etc.) ist ein Symptom der Fibromyalgie.

In den letzten Jahren haben meine Muskelschmerzen sehr viel mit Kälteempfindung zu tun, Kälteempfindungen nehme ich als ziemlich starke Schmerzen wahr. Oft schwitze und friere ich zugleich, die Wärme kann nicht im Körper ausgeglichen werden. Ich kann also schwitzen aber in den Oberschenkeln, im Schulter- oder im Kreuzbereich starke Kälteschmerzen empfinden. Da erinnere ich mich, dass dieses Problem des Wärme- Kälteausgleichs auch schon in meiner Jugend in beschränktem Masse vorhanden war: wenn ich beim Wintersport kalte Füße kriegte, wurden sie weiss und hatten kein Gefühl mehr, und auch wenn ich schon

längst wieder an der Wärme war, hatte der Körper Mühe, die nötige Energie zu liefern, dass der Fuss wieder normal durchblutet wurde.

Auch konnte mein Körper im Winter nicht genügend Energie aufbringen, um das kalte Bett auf Körpertemperatur zu erwärmen. Von klein auf konnte ich in ungeheizten Zimmern nicht ohne Bettflasche einschlafen, wenn sie mal fehlte, blieb ich stundenlang wach. Das hat sich natürlich unterdessen verschlimmert, nicht nur, dass ich das Bett nicht auf Körpertemperatur erwärmen kann, sondern nun kann ich auch die Körpertemperatur nicht mehr aufrecht-erhalten, sobald die Temperatur nachts unter ein gewisses Niveau sinkt. Wieder ein Hinweis, dass Dr. St. Amands Theorie des Energieproblems zutrifft.

Auch die Schmerzen zwischen Zwerchfellmuskel und Herzen, die ich heute als Fibromyalgie-symptome sehe, hatte ich schon in meiner Studienzeit. Damals verschrieb mir der Arzt Herz- und Nerventropfen, weil er annahm, dass der Stress des Studiums diese Schmerzen auslöse; womit er ja auch nicht ganz unrecht hatte, da die Symptome der Fibromyalgie auch sehr oft durch Stress einen Schub erhalten und sich viel stärker äussern.

Literatur:

<http://www.fibromyalgie-guaifenesin.info/de/start/>

<http://guardianlv.com/2013/06/fibromyalgia-mystery-finally-solved/>

www.fibromyalgiatreatment.com

Warum Dr. Bennett <http://www.myalgia.com/guaif2.htm> so gegen die Guaifenesintherapie ist, kann ich mir nicht ganz erklären.

<http://www.zentrum-der-gesundheit.de/fibromyalgie-guaifenesin-therapie-ia.html#ixzz3oJA54gvv>

<http://guardianlv.com/2013/06/fibromyalgia-mystery-finally-solved/>

<http://fibromyalgie-guaifenesin-forum.de>