

Schizophrenie

Schizophrenie ist eine schwere, chronische Geisteskrankheit, die durch Halluzinationen und den Verlust des rationalen Denkvermögens gekennzeichnet ist. Die Erkrankung schließt oft Depressionen, Paranoia und Persönlichkeitsveränderungen ein. Man geht davon aus, dass ein Ungleichgewicht zwischen den Neurotransmittern sowie auf das Zentralnervensystem einwirkende chemische Substanzen (inkl. Schwermetalle und opiatähnlich wirkende Stoffwechsel-Metabolite) eine wichtige Rolle spielen.

Ernährungsempfehlungen

Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten und Allergien scheinen bei der Schizophrenie häufiger eine Rolle zu spielen als ursprünglich angenommen.

- **Gluten-Intoleranz:** Bei der Verdauung von in Gluten enthaltenem Gliadin kann Gliadorphin gebildet werden. Dieses opiatähnlich wirkende Peptid wird im Urin von Schizophrenie-Patienten vermehrt gefunden. Eine glutenfreie Ernährung kann die Wirkung der klassischen Schizophrenie-Medikamente (Neuroleptika) verbessern.
- **Milchunverträglichkeit:** Bei Schizophrenie-Patienten werden vermehrt Caseomorphin-Peptide im Urin gefunden. Diese unvollständig abgebauten Peptide besitzen einen opiatähnlichen Effekt. Das Vermeiden von Milchprodukten kann bei entsprechender Unverträglichkeit deutliche klinische Besserungen der Schizophrenie erbringen.

Nährstoffempfehlungen bei Schizophrenie

Nährstoff	empfohlene Tagesdosis	Kommentare
Niacinamid	anfangs 500 mg, dann allmähliche Steigerung im Laufe einiger Wochen auf 3–6 g (nur unter ärztlicher Kontrolle)	Niacinamid kann die Überproduktion bestimmter halluzinogener Nebenprodukte verhindern, die im Gehirn beim Aufbau von Neurotransmittern anfallen. Niacinamid antagonisiert die Wirkung von Benzodiazepinen (z.B. Valium). Hemmt die Bildung von Adrenochrom.
Folsäure	0,6–1 mg	Bei der Schizophrenie sind erhöhte Homocysteinwerte häufig. Die Gabe von Folsäure (plus Vitamin B ₆ und B ₁₂) kann das klinische Bild verbessern.
Vitamin C	1–3 g	erhöhter Bedarf
Zink	20–30 mg (oder gemäß Laborstatus)	Zinkmangel führt zu einem reduzierten Abbau von Gliadorphin, das bei der Glutenunverträglichkeit gebildet wird; reduziert erhöhte Kupferwerte, die häufig mit Schizophrenie einhergehen.
Vitamin B ₆ mit Zink und Mangan	Vit. B ₆ : 100–300 mg Zink: 30–40 mg Mangan: 10–15 mg	Konsequenz aus hohen Kryptopyrrolwerten: Gabe von Vitamin B ₆ , Zink und Mangan. Zur Reduktion erhöhter Kupferwerte, die häufig mit Schizophrenie einhergehen.
Selen	100–200 µg bzw. gemäß Laborstatus	hemmt die Bildung von Adrenochrom
DHEA	25–100 mg	verbessert Symptome; nur unter laufender Kontrolle des DHEA-Status

Untersuchungen zeigen, dass auch gewisse körperfremde Lebensmittelzusatzstoffe (Farbstoffe, Geschmacks- und Konservierungsstoffe) die Symptomatik der Schizophrenie ungünstig beeinflussen können. Auch vom Genuss von Kaffee und vom Rauchen wird eher abgeraten.

Die Nährstoff-Supplementierung sollte möglichst individuell vor allem aufgrund von Laborresultaten erfolgen.

Besondere Hinweise

- Chronische Schwermetallvergiftungen, z.B. aufgrund starker Belastung des Körpers mit Quecksilber, Blei oder Aluminium, können Symptome hervorrufen, die den Symptomen der Schizophrenie ähnlich sind. Untersuchung auf Schwermetalle und anschließende Entgiftung kann hilfreich sein.
- Typisch und häufig sind bei Schizophrenie-Patienten erhöhte Kupferwerte (Blut, Haare). Mögliche Ursachen: östrogenhaltige Arzneimittel (Anti-Baby-Pille, Wechseljahre), Trinkwasser-Leitungen, Pestizide (Kupfervitriol), Kupfergeschirr, Alkohol, hormonelle Veränderungen, Zinkmangel, Amalgam usw.
- Einige Autoren (Foster, Hoffer) bringen Latexallergien (mögliche Quellen: Abrieb von Autoreifen, Gummi-Artikel) in einen kausalen Zusammenhang mit Schizophrenie. Durch Latexkontakt (Lunge, Darm) können aktivierte Leukozyten (weiße Blutkörperchen) die Nervenüberträger-Substanz Adrenalin in erhöhtem Masse zu Adrenochrom oxidieren. Es gibt Hinweise darauf, dass erhöhte Adrenochrom-Blutspiegel vermehrt zu Schizophrenien, Verwirrtheit und Halluzinationen führen können. Das Vitamin Niacin/NADH sowie auch Selen (via Glutathionperoxidase) scheinen die Bildung von Adrenochrom verhindern zu können.
- Beachten Sie mögliche Wechselwirkungen von Psychopharmaka mit dem Nährstoffhaushalt.

Laboruntersuchungen

- Histamin
- Kryptopyrrol
- Zink, Kupfer, Selen
- Homocystein (Folsäure), Vitamin B₁₂ (Methylmalonsäure, Transcobalamin)
- Neurobalance-Profil: Serotonin, Adrenalin, Noradrenalin, Cortison (Tagesprofil), DHEA
- Fettsäurenprofil
- Schwermetall-Screening (Haare, Urin, Blut)
- Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten (IgE, IgG, IgG4; Blut), Glutenunverträglichkeit