

Vitalsee 04.08.2025 Webinar Phyto Anwendungen und Chemotherapie-Begleitung

FRAGEN UND ANTWORTEN

1. Anwendung und Wirksamkeit von *Boswellia serrata*, insbesondere bei Schuppenflechte und Morbus Crohn.

- *Boswellia* ist wirksam bei Schuppenflechte, einschließlich Psoriasis-Arthritis. Mann kann mit '2-0-2' starten.
- Laut Literatur hat *Boswellia* bei Morbus Crohn Wirksamkeitsvorteile gegenüber Curcuma.
- Während Curcuma bei Morbus Crohn nicht falsch ist, scheint *Boswellia* bei Morbus Crohn besser zu wirken und Curcuma bei Colitis ulcerosa.

Wirksamkeit von *Boswellia serrata* bei Nervenschmerzen.

- Dr. Hutter bevorzugt PEA bei Nervenschmerzen wegen sehr guter Effekte.
- *Boswellia* kann bei entzündungsbedingten Nervenschmerzen (z.B. Neuritis nach Mittelohrentzündung) wirksam sein.
- Bei klassischem neuropathischem Schmerz ist PEA zu bevorzugen.
- Bei Nervenwurzelschmerz, wie bei einem Bandscheibenvorfall, hat *Boswellia* einen Vorteil gegenüber PEA, da es drainagierend und entzündungshemmend wirkt.
- Eine gute Kombination bei Bandscheibenvorfällen ist *Boswellia* mit Orthosiphon, was eine entlastende Wirksamkeit hat.
- *Boswellia* ist auch bei Schleimbeutelentzündungen und psychorheumatischen Entzündungen gut.

2. Anwendung und Nutzen von Butea superba für die Männergesundheit.

- Butea superba ist eine thailändische Nuss mit viel Phytotestosteron.
- Indikationen sind Testosteronmangel und das Alter (Testosteronspiegel sinkt ab 25 Jahren).
- Sinnvoll ab 45 Jahren für Hautstraffung, gegen graue Haare, für Sehnen und Bänder.
- Kann die biologische Uhr um ca. 10 Jahre zurückdrehen, was die Regenerations- und Heilungsfähigkeit verbessert.
- Dosierung: Eine Kapsel pro Tag ist ausreichend.
- Hilft bei altersbedingter erektiler Dysfunktion, indem es die Rezeptoren sensibler macht und eine natürliche Sexualität fördert.
- Wird im Spitzensport zur Leistungssteigerung und Verletzungsreduktion eingesetzt und steht nicht auf der Dopingliste.
- Auch für Frauen mit Testosteronmangel geeignet (Symptome: weinerlich, unselbstständig). Dosierung: jeden dritten Tag eine Kapsel.
- Überdosierung kann zu Aggressivität führen (Beispiel: ein Anwalt, der täglich drei nahm).

Kann Butea superba bei Männern mit altersbedingter Tendenz zur Depression helfen?

- Dr. Hutter bestätigt, dass es dafür sehr gut einsetzbar ist.
- Eine interessante Kombination bei hormonellen Problemen des Mannes, wie der Midlife-Crisis, ist Butea superba mit Yams.
- In schlimmen Fällen kann man auch Mönchspfeffer einsetzen, der beim Mann den überschießenden Trieb bremst.

3. Anwendung und Eigenschaften von *Chlorella vulgaris*.

- Chlorella ist eine Alge, die hauptsächlich bei Schwermetallbelastungen und zur Entgiftung eingesetzt wird.
- Achtung: Bindet nicht nur Schwermetalle, sondern auch benötigte Metalle wie Selen und Zink. Daher nicht im Dauerbetrieb anwenden.
- Faustregel: 6-8 Wochen entlasten, dann 3 Wochen Aufbau.
- Unterstützt die Leber bei der Entgiftung.
- Ist chlorophyllreich und daher gut bei Prostatitis einsetzbar.
- Empfohlene Dosierung: Dreimal täglich eine Kapsel, dann eine Pause einlegen.

4. Phytotherapeutischer Einsatz von Zimt (*Cinnamomum verum*).

- Wird speziell beim Stoffwechsel eingesetzt, um bei Diabetes mellitus Typ 2 den Langzeitzucker (HbA1c) effektiv zu senken.
- Kann auch den Cholesterinspiegel senken, aber Roter Reis ist hierfür besser planbar.
- Treibt den Stoffwechsel an, nützlich bei Abnehmversuchen in Kombination mit anderen Mitteln, erfordert aber Mitarbeit.
- Wirkt entlastend bei Blähungen und Völlegefühl.
- Auf psychischer Ebene wird es für Geborgenheit eingesetzt, z.B. erfolgreich bei Missbrauchsoptionen in der Akutphase zur Prävention von PTBS.
- Hilft bei Ohnmachtsgefühlen und gibt nach 1-2 Tagen ein Gefühl der Erdung.
- Dosierung: Stoffwechsel-bezogen reichen zwei am Tag, kann aber problemlos auf fünf Stück erhöht werden. Bei Missbrauch reicht oft eine.

5. Eigenschaften und breite Anwendung von Curcuma longa.

- Wirkt präventiv gegen Herzinfarkt, Schlaganfall, Krebs, Zucker und Demenz.
- Hauptwirksamkeit ist entzündungshemmend.
- Wird in der Akuttherapie für den Darm und alle Schleimhäute (Darm, Lunge, Blase) eingesetzt.
- Gut nach Lungenentzündung (kombinierbar mit Andrographis) und bei Blasenentzündungen (kombinierbar mit Orthosiphon oder D-Mannose).
- Wirkt schleimhautstärkend bei Magengeschwüren, Colitis ulcerosa und Morbus Crohn (obwohl Boswellia bei Crohn besser sein kann).
- Bei Colitis ulcerosa kann es anfangs zu scharf sein; ein Start mit Boswellia wird empfohlen.
- Langzeittherapie: Eine morgens, eine abends.
- Senkt den Cholesterinspiegel, verbessert Leberwerte, hilft bei Gelenkentzündungen.
- Fördert Verdauungssäfte und Gallefluss.
- Eine 'Einser-Kombination' bei chronischen Darmerkrankungen ist Curcuma longa, Thunbergia laurifolia und Vitabiotica.
- Hohe Dosierungen werden auch onkologisch eingesetzt. IV-Gabe ist in Österreich nicht zugelassen, in Deutschland schon.

Frage, warum Curcuma longa während einer Chemotherapie nicht eingenommen werden sollte.

- Dr. Hutter vermutet, dass dies nicht logisch nachvollziehbar ist und eher auf die Unkenntnis der Onkologen zurückzuführen ist.
- Er argumentiert, dass es gerade bei Chemotherapien mit Cis-Platinen wegen des Schleimhautaufbaus sehr vorteilhaft sei.
- Er berichtet von Feedback, dass Onkologen oft von Substanzen abraten, die sie nicht kennen.

Anwendung der Kombination aus Curcuma longa und Vitabiotica (Probiotikum mit Präbiotikum).

- Dr. Josef Hutter empfiehlt diese Kombination bei Reizdarm, Darmschleimhautproblemen und Blähungen. Sie ist eine super erste Maßnahme, während man auf Laborergebnisse wartet, mit der man nichts falsch machen und im besten Fall schon super Ergebnisse erzielen kann.

6. Anwendung, Wirkung und alternative Einsatzgebiete von Ginkgo biloba.

- Dr. Josef Hutter erklärt, dass Ginkgo biloba bekannt ist für die Förderung von Konzentration und Merkfähigkeit und bei Demenzerkrankungen eingesetzt wird. Es wirkt als wärmendes Tonikum, mild antidepressiv und fördert die Durchblutung im Gehirn. Bei höherer Dosierung aktiviert es den Stoffwechsel der Nervenzellen. Als wirksamere Alternative bei Demenz wird Vita.no.dem (griechisches Eisenkraut mit Johanniskraut) empfohlen, da es nicht nur bremst, sondern auch kognitive Fähigkeiten zurückholen kann (sog. "Honeymoon-Effekt"). Eine weitere interessante Anwendung von Ginkgo ist die Straffung des Bindegewebes, speziell in Kombination mit Collagen Beauty Bein und ggf. Poraria. Ginkgo sorgt hier für die Vernetzung des Collagens. Die normale Dosierung ist dreimal täglich eine Kapsel. Als Nebenwirkung kann bei der hohen Dosierung des Produkts Sodbrennen (Reflux) auftreten.
- Dr. Wolfgang Bittner berichtet von einer positiven Erfahrung bei einer Migräneattacke nach Einnahme von zwei Kapseln Ginkgo (600 mg) und zwei Kapseln Mutterkraut (Tanacetum parthenium).

Dosierung von Ginkgo bei Demenz oder für Studenten.

- Dr. Josef Hutter erklärt, dass die Dosierung vom Körpergewicht abhängt. Ein Student mit 45 kg benötigt weniger als einer mit 120 kg.

7. Anwendung, Wirkung und Dosierung von Griffonia simplicifolia.

- Dr. Josef Hutter erläutert, dass ihr Produkt 100 mg 5-Hydroxytryptophan (5-HTP) pro Kapsel enthält. Der Hauptwirkstoff ist 5-HTP aus der afrikanischen Saubohne. Morgens eingenommen, wirkt es antidepressiv (Umwandlung zu Serotonin). Abends eingenommen, wirkt es schlafanstoßend und schlafvertiefend (Umwandlung auch zu Melatonin) und hilft wunderbar gegen das Restless-Legs-Syndrom. Bei Fibromyalgie, vermutlich einem peripheren Serotonin-Defizit, wird eine Kapsel morgens und eine abends empfohlen, was zu einer super Schmerzreduktion führen kann. Eine Kombination mit Antidepressiva (SSRI) sollte nur in ärztlicher Hand erfolgen, da die Gefahr eines Serotonin-Syndroms besteht.

Als Nebenwirkung kann es zu weichem Stuhlgang oder Durchfall kommen; in diesem Fall sollte die Dosis reduziert werden.

Dosierung von Griffonia simplicifolia bei Fibromyalgie.

- Dr. Josef Hutter empfiehlt bei Fibromyalgie eine Kapsel am Morgen und eine am Abend. Dies könne in Kombination mit PEA, Hemolaser oder Hyperthermie eine sehr gute therapeutische Wirkung erzielen.

8. Die Kritik an Monacolin K in Rotschimmelreisextrakt und sein Vergleich mit Statinen.

- Monacolin K ist der Wirkstoff in Rotschimmelreis zur Cholesterinsenkung. Ein Produkt ohne Monacolin K wird als wirkungslos angesehen, vergleichbar mit einem 'benzinfreien Automotor'.
- Monacolin K wirkt am selben Ort in der Leber wie Statine, hat aber weniger der bekannten Nebenwirkungen. Die Wirkungsweise ist gleich, aber es ist kein Statin.
- Die möglichen Nebenwirkungen wie Muskelschmerzen und Depressionen sind bei Monacolin K und Statinen gleich. Sie werden dadurch verursacht, dass beide Substanzen im Stoffwechselprozess in der Leber große Mengen an Coenzym Q10 verbrauchen.
- Die Vermarktung von 'Monacolin-K-freiem' Rotschimmelreis wird als irreführend kritisiert, da der Wirkstoff entfernt wird.
- Die zulässige Menge an Monacolin K wurde schrittweise von 10 Milligramm auf 5 Milligramm und jetzt auf unter 3 Milligramm gesenkt.
- Eine alternative, zynische Marketingstrategie könnte darin bestehen, 'Monacolin-K-freien' Rotschimmelreis an Personen zu verkaufen, die bereits Statine einnehmen, da die Kombination normalerweise nicht empfohlen wird.
- Die beste Methode zur Cholesterinsenkung ist eine Ernährungsumstellung, eine Änderung der Lebensgewohnheiten und möglicherweise die Einnahme von Curcuma, bevor auf Statine zurückgegriffen wird.

9. Standard-Chemotherapie und deren Nebenwirkungen

- Die Standard-Erstlinientherapie bei Rektumkarzinom ist eine Kombination aus 5-Fluorouracil, Oxaliplatin und Irinotecan (FOLFOXIRI).
- Diese Therapie ist wirksam, hat aber erhebliche Nebenwirkungen wie Durchfall, Haarausfall, Nagelverlust und Polyneuropathie.
- Es sind sechs Zyklen geplant, gefolgt von einer Operation (neoadjuvanter Ansatz).

Verwendung von Curcuma longa während der Chemotherapie

- Der behandelnde Arzt riet von der Einnahme von Curcuma ab.
- Dr. Josef Hutter hält dies für "Blödsinn" und empfiehlt Curcuma ausdrücklich, da es bei Nebenwirkungen wie Durchfall und Appetitlosigkeit helfe.

Ergänzende naturheilkundliche Maßnahmen

- Thunbergia laurifolia: Zum Schutz der Leber, da die Chemotherapeutika dort verstoffwechselt werden. Dosierung 2x1, bei Anstieg der Leberwerte auf 2x2 erhöhen.
- Murdannia loriformis: Zur Stärkung der Blutbildung, die durch die Chemo unterdrückt wird. Dosierung 2x1.
- Selen: Kann ebenfalls eingesetzt werden.
- Säure-Basen-Haushalt: Sollte mit Basenpulver (nachmittags zwischen 14 und 16 Uhr) reguliert werden.
- Vitamin C: Entweder gepuffertes Vitamin C (2x morgens, 2x abends) oder 2-3 Mal pro Woche als Hochdosis-Infusion.
- Hyperthermie: Wird als begleitende Maßnahme empfohlen, wenn die Patientin es körperlich verträgt.

Umgang mit Verstopfung versus Durchfall

- Die Patientin leidet aktuell eher unter Verstopfung.
- Dr. Josef Hutter erklärt, dass dies oft nur wenige Tage andauert und dann in explosiven Durchfall umschlagen kann. Magnesium am Abend kann bei Verstopfung helfen. Curcuma sei in beiden Fällen (Verstopfung und Durchfall) sinnvoll.

Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln während der aktiven Chemotherapie-Tage

- Die Annahme, man dürfe während der 3-tägigen Chemogabe nichts einnehmen, wird von Dr. Josef Hutter als "Blödsinn" bezeichnet.
- Er rät jedoch pragmatisch dazu, die Einnahme in dieser Zeit zu pausieren, um Auseinandersetzungen mit dem Klinikpersonal zu vermeiden, da dieses alles dokumentiert.

Diät-Strategie zur Optimierung der Chemotherapie (basierend auf Studien der Charité Berlin)

- Es wird eine spezielle Diät in Kombination mit der Oxaliplatin-haltigen Chemo empfohlen.
- Phase 1 (3 Tage vor der Chemo): Kompletter Verzicht auf Zucker und Kohlenhydrate, um die Tumorzellen "auszuhungern".
- Phase 2 (während der 3 Tage Chemo): Konsum von viel Zucker (z.B. Sachertorte, Snickers). Dies führt zu einer Blutzuckerspitze, die Tumorzellen öffnen sich für den Zucker und nehmen dabei verstärkt die Chemotherapie auf.
- Dieser Ansatz soll die Wirksamkeit der Chemo erhöhen und die Nebenwirkungen reduzieren.
- Langfristige Diäten wie die Budwig- oder ketogene Diät werden nicht empfohlen, da sich der Tumor anpasst und die Gefahr der Auszehrung (Kachexie) besteht.

Bedeutung des Gewichtserhalts

- Das oberste Ziel muss der Erhalt des Ausgangsgewichts sein, um die "Kachexiespirale" zu vermeiden.
- Ein Gewichtsverlust von mehr als 12% führt zu einem Teufelskreis aus Eiweißverlust und körperlicher Erschöpfung.
- Die Patientin sollte essen, was immer sie kann, auch wenn es fünf Mahlzeiten am Tag sind.
- Zur Appetitanregung können Hanftropfen, Hanfblütentee oder Kardenwurzel (als alkoholfreier Extrakt) eingesetzt werden.

Aktionspunkt

Eine gut verträgliche Entgiftungs- und Entlastungskur wird strategisch empfohlen:

1. Zuerst die primären Entgiftungsorgane (Darm, Leber, Nieren) mit Curcuma, Thunbergia und Orthosiphon stärken.
2. Anschließend eine Entlastung mit Chlorella und Spirulina für maximal 6 bis 8 Wochen durchführen.
3. Danach eine Aufbaukur mit einem mineral- und vitaminreichen Produkt wie Maca machen.

Dr. Bittner erläutert Weiteres zu Produktänderungen:

Die Dosierung des **Ginkgo-biloba**-Produkts muss in Zukunft von 300 mg auf 70 mg pro Kapsel reduziert werden. Der Rohstoff mit dem hohen Wirkstoffanteil (Ginkgolide von fast 80%) darf aufgebraucht werden. Es wird nach neuen Lösungen gesucht, um die Wirksamkeit zu erhalten. Der Preis soll für den Endkunden angepasst werden, sodass er nicht stark abweicht.

Bei dem Produkt **Griffonia** darf der Gehalt von 5-Hydroxytryptophan (5-HTP) nicht mehr auf der Verpackung ausgelobt werden. Das Unternehmen wird die Dosierung von 100 mg 5-HTP pro Kapsel beibehalten, im Gegensatz zu Mitbewerbern, die die Dosierung teilweise auf 30 mg oder 7,5 mg reduzieren.

Das nächste Webinar findet am 01. September 2025 statt.