

„Burnout? Die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie wirkt!“



Das Schlagwort 'Burnout' gehört im doppelten Wortsinn zum ärztlichen Alltag: Nicht nur Patienten leiden darunter, sondern angeblich ist auch jeder fünfte Arzt betroffen. Typische Kennzeichen sind Erschöpfung, Verlust an Energien und sozialer Rückzug. „Nicht nur beim Burnout“, so Sauerstoffexperte Dr. med. Bernd Ullrich, „ist meiner Erfahrung nach die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie eine gute Wahl. Die Indikationen reichen von der Prävention über Durchblutungsstörungen bis zur Krebsnachsorge.“

Herr Dr. Ullrich, seit wann beschäftigen Sie sich mit der Forschung und Anwendung von Sauerstoff?

Dr. Ullrich: Lange! Ich haben über zehn Jahre intensiven fachlichen Kontakt zu Manfred von Ardenne gehabt. Seitdem bin ich vom Thema Sauerstoff nicht mehr losgekommen.

„SAUERSTOFF-MEHRSCHRITT-THERAPIE HILFT BEI BURNOUT“

Gibt es Ihrer Erfahrung nach typische Einsatzmöglichkeiten?

Dr. Ullrich: Ja, sicher. In der Prävention würde ich spontan das Burnout-Syndrom an die erste Stelle setzen. Gerade Menschen mit einem Leistungsknick, mit Schlafstörungen und dem Gefühl, den alltäglichen Anforderungen einfach nicht mehr gewachsen zu sein, profitieren meiner Erfahrung nach von einer Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie.

Wo sehen Sie bei dieser Indikation die Grenzen der SMT?

Dr. Ullrich: Bei einem Burnout sehe ich keine Probleme, die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie einzusetzen. Anders sieht die Situation aus, wenn ein Patient mit einer Depression vor mir sitzt, die medikamentös behandelt werden muss.

Und warum gehen Sie davon aus, dass die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie Burnout-Patienten hilft?

Dr. Ullrich: Einerseits, weil ich als Arzt die Erfahrung gemacht habe, dass die SMT präventiv und unterstützend hilft. Nicht nur bei Burnout, auch bei anderen

Erschöpfungszuständen, bei Stress und Leistungseinbußen. Andererseits, weil ich als Wissenschaftler weiß, dass sich mit der SMT Energiemangelzustände behandeln lassen.

Wie äußert sich ein Sauerstoffdefizit?

Dr. Ullrich: Das Beispiel des Rauchers ist für die meisten Menschen einleuchtend: Wer raucht, hat eine vergleichsweise schlechte Lungenleistung, typisch ist ein beginnendes Sauerstoffdefizit. Anfangs sind die Symptome unspezifisch, man fühlt sich abgeschlagen, müde oder leidet unter Konzentrationsstörungen. Wenn diese Warnsignale nicht beachtet werden, verstärken sich die Probleme und der Körper verliert seine energetische Reserve.

Wie kann der Arzt ein Sauerstoffmangeldefizit feststellen?

Dr. Ullrich: Es gibt einen so genannten Energie-Check. Das ist ein Fragebogen, den schon die Arzhelferin dem Patienten zum Ausfüllen ins Wartezimmer mitgeben kann. Mit dem Energie-Check lassen sich Energiedefizite leicht erkennen.

„SAUERSTOFFDEFIZIT: ZUERST UNSPEZIFISCHE SYMPTOME“

Und wenn man Sauerstoff substituiert, wird wieder Energie aufgefüllt?

Dr. Ullrich: Vorsicht, Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie und Sauerstoffsubstitution sind nicht zu verwechseln! Die SMT hat als eigentlichen Effekt die Optimierung der Mikrozirkulation. Wenn der Sauerstoffpartialdruck unter einen

bestimmten Level sinkt, schwellen die Wandzellen der Kapillaren an, sodass sich ihr Querschnitt verringert, der Blutfluss behindert wird und sich die Sauerstoffversorgung verschlechtert. Das kann sich an allen Organen abspielen! Wenn es aber gelingt, den Sauerstoffpartialdruck wieder zu erhöhen, schwellen die Wandzell-Ödeme wieder ab, sodass der Gefäßdurchmesser größer wird. Das Resultat ist eine verbesserte Durchblutung und Sauerstoffversorgung.

Bei welchen Erkrankungen würden Sie einen Versuch mit der Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie empfehlen?

Dr. Ullrich: An erster Stelle stehen für mich zerebrale, periphere und kardiale Durchblutungsstörungen. Weitere Einsatzmöglichkeiten sind Herzrhythmusstörungen, Blutdruckregulationsstörungen wie Hypertonie und Atemwegserkrankungen einschließlich Asthma.

„ZUM GLÜCK GIBT ES HEUTE SMT-GERÄTE ZUM MIETEN“

Mit welchen Kosten muss ein Arzt rechnen, der SMT einführen will?

Dr. Ullrich: Heute muss man ein SMT-Gerät glücklicherweise nicht mehr kaufen, es gibt schließlich Mietgeräte¹, mit denen sich die Investitionskosten niedrig halten lassen.

¹Bei M+R Praxismarketing (Adresse siehe Kasten rechts) bekommen Sie weitere Informationen, u.a. zum Energie-Check, zu den Abrechnungsmöglichkeiten als IGeL und zu den Mietkonditionen der SMT-Geräte.

Lieber Obst oder doch Vitaminpillen?

Mikronährstoffe sind essentiell und wir haben einen hohen Bedarf! Natürlich ist Obst als Versorgungsquelle besser als Pillen! Und sicher wäre es für viele Menschen ausreichend, fünfmal täglich frisches Gemüse oder Obst zu essen. Aber wie viele Menschen kennen Sie, die es tatsächlich schaffen, dies umzusetzen? Und zwar nicht nur für eine Woche, sondern ein Leben lang?

Eins ist heute sicher: Die so genannte gesunde Ernährung finden Sie vielleicht in Lehrbüchern, nicht aber am Mittagstisch der Deutschen! Vielleicht sind doch in vielen Fällen 'Vitaminpillen' notwendig?

Dr. med. Udo Böhm, Unterwössen 

Entspannen Sie sich doch mal richtig!

Wer sich nicht mehr einfach genussvoll entspannen kann, hat gute Chancen, es durch Autogenes Training oder Biofeedback wieder zu erlernen. Die Einsatzbereiche sind vielfältig: von der verspannten Nackenmuskulatur des PC-Freaks über den Hochdruck bis zu Schlafstörungen und Inkontinenz. Nicht nur Heilpraktiker, auch Wellnesshotels und Fitnessstudios machen ihren Kunden bereits entsprechende Angebote.

Und was bieten Sie den Stress-Patienten in Ihrer Praxis? Gar nichts? Schade! Gute Erfahrungen haben mittlerweile übrigens auch Arztpraxen mit Arzthelferinnen gemacht, die nach entsprechender Ausbildung selbstständig Entspannungstrainings oder Biofeedback-Schulungen anbieten können. 

Wir geben Ihnen gerne weitere Infos zu unserem VitaMed-Konzept und unseren anderen Angeboten für Arztpraxen. Auch über kritische Leserfragen freuen wir uns.

M+R Praxismarketing
Edekastr. 1, 93083 Obertraubling
Tel.: 0 94 01/60 73 00
Fax: 0 94 01/60 73 33
E-mail: info@igeldoc.de
www.igeldoc.de

Tipps zur Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie

Welche Indikationen?

Die Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie (SMT) ist bei einer Reihe von **Erkrankungen** therapeutisch einsetzbar, vor allem bei chronischen Krankheiten, wenn andere Therapiemöglichkeiten ausgeschöpft sind:

- ⇒ Durchblutungsstörungen (zerebral, peripher, kardial)
- ⇒ Herzrhythmusstörungen
- ⇒ Blutdruckregulationsstörungen (Hypertonie)
- ⇒ Atemwegserkrankungen (incl. Asthma bronchiale)
- ⇒ begleitende Krebstherapie, onkologische Nachsorge
- ⇒ allgemeine Schwäche des Immunsystems, Krankheitsanfälligkeit
- ⇒ Tinnitus
- ⇒ Retinopathien
- ⇒ Migräne, Clusterkopfschmerz
- ⇒ Altersbedingte Beschwerden (auch Denk-, Merk- und Reaktionsstörungen)

Im Bereich der **Prävention** gibt es folgende Einsatzbereiche für die SMT:

- ⇒ Erhaltung, Stabilisierung und Erhöhung von Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden (vor allem oberhalb des 50. Lebensjahres)
- ⇒ Abbau stressbedingter Leistungs- und Befindlichkeitsstörungen
- ⇒ Herabsetzung der Anfälligkeit gegenüber Erkrankungen
- ⇒ Verbesserung der körpereigenen Abwehrkräfte, Stabilisierung des Immunsystems
- ⇒ Verbesserung des energetischen Status vor absehbaren Belastungen, z.B. vor geplanten Operationen oder Prüfungen

Welche Kontraindikationen?

Bei Beachtung folgender Kontraindikationen ist die SMT frei von unerwünschten Wirkungen: Epilepsie, unbehandelte Hyperthyreose und immunsuppressive Therapie nach Organtransplantation, hochakute allergische Reaktionen im Bereich der oberen Luftwege und respiratorische Globalinsuffizienz.

Wie durchführen?

Die SMT sollte mit ionisiertem Sauerstoff durchgeführt werden (biologisch aktiver als molekularer Sauerstoff), die Ionenmenge sollte 4-5 Millionen Negativionen pro cm³ Sauerstoffkonzentrat betragen. Dieser Sauerstoff wird mit einem Hochleistungskonzentrat aus der Luft gewonnen, Druckgefäße sind überflüssig. Der Sauerstoffanteil in dem Luftgemisch muss mindestens 90% betragen (wichtig bei der Geräteauswahl!).

Es hat sich bewährt, zehn SMT-Sitzungen à 30min an möglichst aufeinander folgenden Tagen anzubieten. Zur Vorbereitung erhält der Patient Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und Vitalstoffe, die die zelluläre Sauerstoffaufnahme verbessern und die Sauerstoffverwertung sichern.

Nach spätestens 8-12 Monaten ist mit einem Rückgang der Wirkung zu rechnen.

Wie abrechnen?

Die SMT muss analog abgerechnet werden:

- ⇒ Sauerstoff-Mehrschritt-Therapie ⇒ A 606 (1,8fach) ⇒ 39,76 Euro

Achtung: Oft wird in der Praxis vergessen, neben der SMT erbrachte Leistungen abzurechnen, die z.B. aus den Bereichen Anamnese, Beratung oder Untersuchung stammen.

