



### THEMA: BURN-OUT-SYNDROM

## Magnetfeldtherapie bringt Energie wieder zurück

In Deutschland leiden ca. 1,5 Millionen Menschen an einem Burn-out-Syndrom („burn out“ = ausbrennen) – Tendenz steigend. Meist entsteht das Krankheitsbild schleichend über Jahre hinweg durch geistige und körperliche Überlastung, bis plötzlich nichts mehr geht. Manchmal sind auch akute Ereignisse die Auslöser.

Am Anfang der Erkrankung stehen oft vegetative Störungen wie vermehrtes Schwitzen, Abgeschlagenheit, Schwächegefühl, Denk- und Konzentrationsstörungen, aber auch Ein- und Durchschlafstörungen, die dann eine ausgeprägte Tagesmüdigkeit zur Folge haben. Typisch sind zudem diffuse Schmerzsymptome. Der Betroffene geht schon bei kleinsten Anlässen „in die Luft“; oft gesellen sich Lustlosigkeit, Potenzstörungen und Depressionen hinzu.

#### Erhöhte Abgabe von Stresshormonen

Ursache ist eine durch Dauerstress ausgelöste erhöhte Abgabe der Stresshormone Adrenalin und Cortisol ins Blut. Damit einher geht eine verringerte Bildung des parasympathischen Botenstoffs Acetylcholin sowie eine herabge-

setzte Ausschüttung von Sexualhormonen. Auch das Schlafhormon Melatonin verliert nach und nach seine Wirkung. Es ist also ein Bild mit vielen Gesichtern – und bei jedem ist es anders. Meist erkennt das Umfeld die Probleme des Betroffenen bereits, noch bevor dieser selbst seinen bedenklichen Zustand realisiert. Tatsächlich gestehen sich viele die Erkrankung erst ein, wenn die Erschöpfung so stark ausgeprägt ist, dass gar nichts mehr geht.

#### Nicht nur Manager sind betroffen

Nicht nur Manager oder Führungskräfte werden durch ihren beruflichen und privaten Alltag unter negativen Stress gesetzt – auch viele Arbeitnehmer leiden unter Burn-out-Symptomen. Wenn Psy-

che und Körper ihr harmonisches Gleichgewicht verlieren, kann dies über kurz oder lang Folgekrankheiten, z.B. einen Schlaganfall oder Herzinfarkt, nach sich ziehen – dies wurde in wissenschaftlichen Studien eindeutig nachgewiesen. Der Griff geht dann häufig zu Psychopharmaka, Beta-Blockern und anderen Medikamenten, die das Bild jedoch oft nur verschleiern, weil sie dem Menschen nicht ursächlich helfen, aus seinem körperlichen Tief wieder herauszufinden. Nicht selten bewirken die Arzneimittel sogar das Gegenteil, indem sie durch ihre Nebenwirkungen weiteren Schädigungen an Herz und Gefäßen Vorschub leisten. Aber auch eine Sucht, die sich durch einen stark erhöhten Alkohol-, Nikotin- und Drogenkonsum äußert, kann eine Folge sein und dann ebenfalls die Symptome überdecken.

#### Diagnose mittels Vitalitätscheck

Faktisch gibt es keine Erkrankung, die nicht mit einer Störung des vegetativen Nervensystems einhergeht. Eine Störung der autonomen Regulation des Körpers ist mit neuester Medizintechnik schon erkennbar, bevor es zu ersten organischen Störungen kommt. So lässt sich ein erhöhtes kardiovaskuläres Risiko bei einem Burn-out-Syndrom eindeutig durch eine Spektralanalyse von Sympathikus und Parasympathikus ableiten. Ebenso können die Barorezeptoren, die für die Eng- und Weitstellung der Gefäße zuständig sind, sowie das biologische Alter abgeleitet werden; eine gute Ergänzung ist ein Hochsensibilitäts-EKG, das viermal empfindlicher als ein normales EKG ist.

#### Burn-out-Syndrom durch Arbeitsüberlastung

Ein 60-jähriger Mann in leitender Position kam in Begleitung seiner Ehefrau in meine Praxis. Er gab an, beruflich stark unter Stress zu stehen und dabei keine ausreichenden Ruhephasen zu haben. Er

schien sich jedoch mit seiner Situation weitgehend arrangiert zu haben. Da der Patient sich an seine Situation gewöhnt hatte, wurden Symptome, die von seiner Umgebung schon eindeutig erkannt worden waren, von ihm selbst ignoriert. Der Vitalitätscheck mittels Spektralanalyse in meiner Praxis führte dazu, dass der Patient sich seine Situation erstmals eingestand und sich krankschreiben ließ – vor der Untersuchung hatte er dies stets strikt abgelehnt. Jetzt aber folgte er konsequent meinen therapeutischen Anweisungen. So wurde zweimal in der Woche eine Ozontherapie durchgeführt, Infusionen mit Cholinclitrat sowie homöopathische durchblutungsfördernde Ampullen verabreicht. Zusätzlich erfolgten täglich MFT-



Frau Dr. Sigard Rude-Rütten ist in Krefeld als Allgemeinmedizinerin in einer eigenen privatärztlichen Naturheilpraxis niedergelassen. Zu

ihren therapeutischen Schwerpunkten gehören die komplementäre biologische Krebstherapie sowie Aufbaukuren u.a. mit Vitamin C und Milzpeptiden, Thymustherapie und Cholinclitrat-Infusionen.

Anwendungen auf der Matte und mit dem Kissen; mithilfe von Biofeedback mittels einer Messung der Herzratenvarianz überprüfen wir den Therapieerfolg. Darüber hinaus empfahl ich dem Patienten, stets tiefe Atemzüge durchzuführen, um die Sauerstoffzufuhr ins Gewebe zu intensivieren.

## Mehr Infos erhalten Sie im FTZ Mühldorf!