

# Sophie Ruth Knaak

## Schluss mit dem Demenz-Gejammer!

Reading excerpt  
[Schluss mit dem Demenz-Gejammer!](#)  
of [Sophie Ruth Knaak](#)  
Publisher: Ennsthaler Verlag

Sophie Ruth Knaak

### **SCHLUSS MIT DEM DEMENTZ- GEJAMMER!**

So schützen Sie sich  
vor Alzheimer

*Ennsthaler*

<http://www.narayana-verlag.com/b20357>

In the [Narayana webshop](#) you can find all english books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life.

Copying excerpts is not permitted.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern, Germany  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.com](mailto:info@narayana-verlag.com)  
<http://www.narayana-verlag.com>



### 3. Die Grundfrage

Wer oder was steuert den Stoffwechsel im Gehirn?

Jeder weiß, die Alzheimer-Demenz ist eine Erkrankung des Gehirns. Fast alle wissen, es ist eine Erkrankung des Stoffwechsels im Gehirn. Oder wie es immer heißt: Eine Frage des Metabolismus im Gehirn. So weit gut.

Aber keiner fragt, wer oder was diesen Metabolismus genannten Stoffwechsel steuert. Oder was geschehen muss, damit dieser Metabolismus entgleist. Oder sagen wir bescheidener, was muss geschehen, damit dieser Metabolismus nicht mehr richtig funktioniert. Oder was muss sein, damit er richtig funktioniert.

Dr. Nehls meint, wenn wir an Alzheimer-Demenz erkranken, habe das ausschließlich mit unserer Lebensweise zu tun: mit unserer Ernährung und mit unseren körperlichen Aktionen, nicht mit unserem genetischen Programm. Richtig.

Die Krankheit habe immer mit unseren Versäumnissen zu tun, mit den Versäumnissen im Essen und im Trinken und mit den Versäumnissen unserem Körper gegenüber, sowohl was Ruhe und Erholung als auch was die körperlichen Belastungen oder Herausforderungen betrifft. Denn diese wirken immer auf den Stoffwechsel zurück, auch und gerade auf den Stoffwechsel im Gehirn. Alles richtig.

Und so weit gut.

Wenn aber die Alzheimer-Demenz erheblich mit unserem Stoffwechsel im Gehirn zu tun hat oder überhaupt nur oder vorwiegend eine Stoffwechselfrage im Gehirn ist, dann erhebt sich doch die Frage: Wer oder was diesen Stoffwechsel eigentlich steuert. Wer oder was ihn bestimmt. Oder wer oder was Einfluss auf diesen Stoffwechsel hat oder nimmt. Oder anders gefragt: Wie sehen die Steuerungselemente dieses Stoffwechsels aus?

Seltsamerweise taucht diese Frage nie und nirgends auf. Nicht in dieser Klarheit. Auch nicht im Alzheimerbuch des klugen Dr. Nehls. Deshalb wollen wir es hier tun. Wir wollen wissen, was es mit den Steuerungselementen des Gehirnstoffwechsels auf sich hat. Wer oder was diesen Stoffwechsel steuert und unter welchen Bedingungen eventuell auch nicht steuert. Oder nicht richtig steuert. Und was geschieht dann? Was geschieht, wenn die Steuerung versagt? Und weshalb versagt sie, wenn sie versagt?

Das wollen wir wissen. Nicht bloß aus purer Neugier - obgleich auch das legitim wäre -, sondern um Gegenmaßnahmen zu treffen. Um die Steuerung eventuell wieder in Gang zu bringen.

In meinem alten Lexikon Herder heißt es: Vitamine sind organische Substanzen, die für den Ablauf des normalen Stoffwechsels unentbehrlich sind. Und damit auch für den Stoffwechsel im Gehirn. Logisch.

Vitamine sind Wirkstoffe zur Steuerung bestimmter organischer Prozesse, heißt es im Wörterbuch *Wahrig*. Also auch für die organischen Prozesse im Gehirn.

Das ist nicht schwer zu verstehen.

Anders gesagt: Alzheimer-Demenz ist zwar eine krankhafte Veränderung des Nervensystems im Gehirn, aber diese krankhafte Veränderung im Nervensystem des Gehirns entsteht nicht grundlos, ihr liegt ein krankhafter Stoffwechsel zugrunde. Wie kommt dieser krankhafte Stoffwechsel zustande?

Wir erinnern uns: Das gesamte Nervengewebe und die Oberhaut sind ektodermalen Ursprungs. Unser Nervensystem und die Oberhaut (nur diese, nicht die beiden unteren Hautschichten!) entstammen dem embryonalen Ektoderm, dem äußeren der drei embryonalen Keimblätter.

Und nun die wichtige Erkenntnis: Ektodermale Gewebe unterliegen in ihrem Stoffwechsel den Wirkungen der B-Vitamine.

Ohne B-Vitamine kann der Stoffwechsel in den ektodermalen Geweben, also auch im Gehirn, nicht ordnungsgemäß ablaufen. Und der Beweis? - Meine drei bereits erwähnten internistischen Lehrbücher. Sie beweisen das. Wir werden sehen.

Zuvor noch die Frage: Fragen sich etablierte Mediziner denn nie, was ektodermale Gewebe sind? Und was diese mit Vitaminen zu tun haben? Und mit welchen?

Und haben etablierte Mediziner sich nie mit Saponinen und Sapotoxinen auseinandergesetzt? Oder mit dem Problem der Resorption der Vitamine im Darm? Wissen Sie nichts von Vitamin-Antagonisten? Zum Beispiel von Sulfonamiden und Antibiotika? Beherrschen etablierte Mediziner nicht die Entwicklungsgeschichte des Menschen in einem doppelten Sinn: als embryonale Entwicklungsgeschichte von drei Keimblättern? Und als Entwicklungsphänomen des Primaten in der ostafrikanischen Savanne?

Offiziell heißt es: Die Alzheimer-Demenz beginnt im Gehirn, genauer in der Hirnrinde. Im Cortex. Oder im limbischen System. Im Hippocampus. - Man könnte genauso gut sagen: Alzheimer-Demenz beginnt im Darm. O ja. Früher sagten die Leute: Der Tod sitzt im Darm. Man könnte heute sagen: Auch die Demenz sitzt im Darm. Oder: Der Tod des Gehirns sitzt im Darm. Oder: Die Alzheimer-Demenz beginnt im Darm. Sie beginnt mit einer mangelhaften Darmflora. Und wird gefördert durch eine Unterversorgung mit Co-Enzymen - und das sind unter anderem und vor allem die acht Vitamine der B-Gruppe. Und die Demenz wird obendrein gefördert durch ein Übermaß an Kohlenhydraten, zu deren Verstoffwechslung wiederum die B-Vitamine nötig sind.

Fragen an die Medizinerzunft: Wie ist es zu erklären, dass etablierte Mediziner bis heute nicht auf die Idee gekommen sind, die Alzheimer-Demenz prinzipiell als Enzymopathie zu betrachten, als Mangelkrankheit, wie sie auch Dr. Nehls konstatiert? Aber Nehls beschränkt sich auf drei oder vier der acht B-Vitamine und sieht in deren Resorption im Darm überhaupt kein Problem, was es aber ist. Und zwar ein ganz gewaltiges Problem.

Fragen sich etablierte Mediziner nie, ob Alzheimer-Demenz, falls sie zu den Enzymopathien gehört, mit Enzymen (gleich Vitaminen) zu kurieren wäre und mit Hilfe jener Darmbakterien, welche die Darmflora zu einem erheblichen Teil mitkonstituieren, nämlich

den rechtsdrehenden Milchsäurebakterien, die unverzichtbar sind für die Resorption der B-Vitamine im Darm?

Nebenbei: Sie wissen doch, was rechtsdrehend im Zusammenhang mit Milchsäurebakterien bedeutet? Es bedeutet nicht, die Milch rechtsherum oder linksherum zu rühren (zu »drehen«). Nein, damit hat rechtsdrehend überhaupt nichts zu tun, sondern damit, dass es Stoffe in der Natur gibt, die eine optische Aktivität besitzen dergestalt, dass sie die Schwingungsebene des Lichts abdrehen von ihrer natürlichen Richtung, nämlich entweder nach rechts oder nach links. Unsere Darmbakterien sind so organisiert, dass sie die Schwingungsebene des (polarisierten) Lichts von sich aus nach rechts »drehen«, deswegen sind rechtsdrehende Milchprodukte gut, weil harmonisch zu unserer Darmflora, während linksdrehend falsch und unphysiologisch ist, weil nicht harmonisch mit unserer Darmflora. Diese Weisheit habe ich von einem Wissenschaftler, der Anfang der 1950er-Jahre an der TH Stuttgart seine Doktorarbeit darüber schrieb.

Ende der Abschweifung.

Wir sagen: Die Krankheit Alzheimer beginnt im Darm und wirkt sich im Gehirn aus.

Ganz simpel. Das ist so, weil und sofern die Stoffwechselzentrale Darm der Nervenzentrale Gehirn nicht das liefert, was das Gehirn für seinen Stoffwechsel braucht, nämlich ganz bestimmte Co-Enzyme. Bei diesen Co-Enzymen handelt es sich vor allem um die acht B-Vitamine, wie bereits erwähnt, aber man kann es nicht oft genug sagen.

Daher noch einmal als Merksatz: Der Hirnstoffwechsel braucht neben allem anderen insbesondere die acht B-Vitamine, denn diese sind nun einmal unverzichtbar als Co-Enzyme des Gehirnstoffwechsels.

Es ist doch ganz einfach: Ein Mangel an diesen Co-Enzymen im Gehirnstoffwechsel muss zu einem mangelhaften Gehirnstoffwechsel führen und damit zur zunehmenden (progredienten) Aushungerung des Gehirns, also zur Hirnatrophie. Hirnatrophie ist somit

nur ein anderes Wort für Demenz. Denn der mangelhafte Gehirnstoffwechsel führt zur Hirnaushungerung und gleichzeitig zu Müllablagerungen im Gehirn, zu den Plaques. Und diese sind mitverantwortlich für die Demenz, wenn auch nicht allein. Hinzu kommt zum Beispiel noch Glutamat — eigentlich ein Botenstoff für die Nerven, aber im Übermaß wirkt Glutamat eben neurotoxisch, das heißt giftig für die Nerven, sagt Dr. Nehls.

Ebenso schlecht wirkt sich Schlafmangel aus. Denn Schlafmangel führt zu einer Überreizung der Synapsen, was zu einer Überproduktion von Beta-Amyloid führt, woraus eine Verklebung der Amyloide resultiert, und diese Verklebungen (genannt oligomere Peptide) sind nach Nehls das eigentliche Alzheimer-toxin. Dieses Toxin zerstört die Synapsen im Hippocampus und breitet sich nach und nach wie in einer Kettenreaktion im ganzen Gehirn aus.

Auf eine Besonderheit soll noch einmal hingewiesen werden: Nehls unterscheidet zwischen guten und schlechten Beta-Amyloiden, je nachdem ob sie einzeln oder verklebt vorkommen, wobei nur das verklebte Amyloid neurotoxisch, also schädlich ist. An B-Vitamine denkt Nehls nur eingeschränkt. Auch von Co-Enzymen ist bei ihm nicht die Rede. Den Begriff Co-Enzyme habe ich bei allen Schriften, die ich durchstudiert habe, vergeblich gesucht.

Die Pharmaindustrie versucht, die Entstehung des Neurotoxins (als verklebtes Amyloid) medikamentös zu verhindern oder zu bekämpfen, was kaum gelingen kann, sagt Nehls, denn damit würde zugleich auch das »gute« nämlich einfache Beta-Amyloid zerstört. Und das gute Beta-Amyloid schützt ja nicht nur die Synapsen im Hippocampus, sondern das Gehirn vor Infektionen, sagt Nehls. Es ist also nicht gut, jedes Beta-Amyloid bekämpfen zu wollen. Das aber scheint gerade das Ziel der von der Pharmaindustrie angebotenen Demenzmedikamente zu sein.

Wir haben gesehen, der Hippocampus ist das Organ unserer zeitlichen und örtlichen Orientierung. Mit bildgebenden Verfahren konnte man feststellen, dass sich bei Taxifahrern, die ja ein besonders gutes Ortsgedächtnis brauchen, im Lauf der Zeit der hintere Teil des Hippocampus vergrößert. Das heißt, dass unsere

Sophie Ruth Knaak

# SCHLUSS MIT DEM DEMENZ- GEJAMMER!

So schützen Sie sich  
vor Alzheimer

*Ennsthaler*

Sophie Ruth Knaak

[Schluss mit dem Demenz-Gejammer!](#)

So schützen Sie sich vor Alzheimer

136 pages, pb  
publication 2015



More books on homeopathy, alternative medicine and a healthy life [www.narayana-verlag.com](http://www.narayana-verlag.com)