Hilfsmaßnahmen bei Operation:

Enzympräparate:
Es hat sich bewährt, Enzympräparate einige Tage vor und nach Operationen zu verabreichen. Die Wundheilung wird gefördert, und es kommt weniger oft zu Ödemen (Wasseransammlungen) und Entzündungen.[1]

Ingwer:
Ingwer: Reduzierung von Magengeschwüren, Übelkeit und Erbrechen nach Operationen[2].

Mittelkettige Triglyceride:
Mittelkettige Triglyceride (MCT) gelten als schnell verfügbare Energiequelle für die Zelle und deren Mitochondrien. Sie haben im Durchschnitt einen Brennwert von 8,25 kcal/g. Der weitaus größte Teil der mittelkettigen Fettsäuren wird in der Leber oxidiert. Fettsäuren gehören zu den Molekülen. die sehr reaktionsträge sind. Bevor sie Reaktionen eingehen können, müssen sie mittels Coenzym A aktiviert werden. Da die innere Mitochondrienmembran jedoch für Acyl-CoA-Verbindungen undurchlässig ist, erfolgt der Transport über das Transporteiweiß Nahrungsfette (Triglyceride) setzen sich aus Glycerin und unterschiedlichen Fettsäuren zusammen. Letztere können kurz-, mittel- oder langkettig sein. Die Art der Fettsäure bestimmt die Eigenschaft der Fette und die Bedeutung für die menschliche Ernährung. Übliche Nahrungsfette wie beispielsweise Butter, Margarine, Pflanzenfette und –öle enthalten Triglycerine mit langkettigen Fettsäuren, sog. LCT-Fette (langkettige Troglyceride) Der ***Prozess der Verdauung dieser Fette ist kompliziert und störanfällig, wenn eine Neigung zu Verdauungsstörungen (z.B. bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen) besteht oder Erkrankungen der Verdauungsorgane (z.B. Bauchspeicheldrüsenunterfunktion) vorhanden sind.*** Einen wesentlich geringeren Verdauungsaufwand benötigen daher Fette, die aus ***mittelkettigen Fettsäuren*** bestehen. MCT-Fette können im Darm schnell und leicht ohne Aufspaltung von Gallensäuren und Enzyme (Lipasen) in die Schleimhautzellen des Dünndarms gelangen und direkt in das Blut abgegeben werden.
Nahrungsfette können eine mögliche Ursache für Blähungen, Neigung zu Durchfällen, Oberbauchbeschwerden oder fettglänzende Stühle sein. Eine Reihe von Erkrankungen, die die Maldigestion (Mangelverdauung) und Malabsorption (Mangelaufnahme) betreffen, erfordern den Einsatz spezieller diätischer Speisefette, sog. MCT-Fette (mittelkettige Triglyzeride). Maldigestion bedeutet eine schlechte Verdauung der Nahrung, Malabsorption eine schlechte Aufnahme von Nahrungsbestandteilen durch die Schleimhautzellen des Dünndarms. Für Menschen mit Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, Gallensteinen, Mukoviszidose, chronische Darmentzündungen, Zöliakie / einheimischer Spue, Durchfallerkranklungen auf Grund zu geringer Bildung von Gallensäure, Zustand *nach* ***operativer Magen(teil)entfernung***, Kurzdarmsyndrom oder AIDS kann es sinnvoll sein, MCT-Fette zu verwenden. Kokosöl enthält mittellange Fettsäureketten, die in erster Linie Energie liefern und kaum als Fett gespeichert werden. Sie sind leicht verdaulich.[3]

Aloe Vera:
Dr. Albert Scheller stellte fest, dass der BioUrsaft dazu beiträgt, die körpereigene Abwehrpolizei in der Dünndarmschleimhaut zu stärken, indem er die inneren Schleimhäute auskleidet und phasenweise sogar ersetzen kann. Dadurch fühlen sich die Menschen vitaler und bekommen mehr Kraft.
Dies zeigen ebenso die Anwendungsbeobachtungen des Zentrums für Kinderheilkunde am Universitätsklinikum Bonn. Dort setzte das Ärzteteam von Prof. Dr. Udo Bode den Aloe Vera BioUrsaft bei Kindern vor, während und nach einer Chemotherapie ein. Das Ergebnis: Die durch die Chemotherapie angegriffenen Schleimhäute konnten ich besser regenerieren. Durch die Anwendung von Körperlotion, Revital Gel und dem Aloe Vera Frischpflanzensaft von Pharmos Natur fühlten sich die Kinder wieder wohl in ihrer Haut. Ihre Immunabwehr wurde gestärkt.[4]

Achtung Thrombose:

---

[1] Simonsohn, Papaya, 179
[2] Meyer, Ralf: Chronisch gesund, 147
[3] Meyer, Ralf, Chronisch krank, 168f.
[4] Esser, Margot: „Heilkraft aus dem Dschungel“, in: Raum und Zeit Januar/Februar 2009, S: 39

(Thrombose liegt vor, wenn sich in einem Blutgefäß ein Gerinnsel, der Thrombus bildet, meist in einer tiefen Beinvene -> Bein fängt an zu schmerzen und schwillt an, gefährlich ist es, wenn Gerinnsel weiter nach oben in den Körper wandert und ein Blutgefäß in der Lunge verstopft = Lungenembolie, die in einem Viertel der Fälle tödlich ist). Das postthrombotische Syndrom ist ein mögliche Spätfolge der Erkrankungen in den tiefen Beinvenen: Die Beine sind dauerhaft geschwollen und es bilden sich Krampfadern.
Besonders häufig tritt das postthrombotische Syndrom bei frisch operierten auf. Die Blutgerinnsel bilden sich bei Ihnen schneller, weil zum einen das gesamte Gerinnungssystem aktiviert und zum anderen ihr Blutfluss aufgrund von Bewegungsmangel verlangsamt ist.
In den Krampfadern fließt das Blut langsamer oder steht sogar. Statistisch besonders häufig leiden Frauen, die rauchen und die Anti-Baby-Pille nehmen an der Thrombose. Besonders in der Sommer- und Urlaubszeit häufen sich die Thrombose-Erkrankungen. Denn auch Hitze fördert die Blutgerinnung – und damit die Bildung von Gerinnseln. Ausgedehnte Sonnenbäder sind deshalb insbesondere für Menschen mit Krampfadern ein Tabu. Ein besonderes Risiko stellen außerdem Flugreisen in andere Länder dar: Das stundenlange Sitzen mit abgeknickten Beinen verlangsamt den Blutfluss und erhöht damit das Thromboserisiko enorm.
Man kann der Thrombosegefahr durch venengerechten Sport entgegenwirken, z.B. durch Schwimmen: Zusätzlich zu der den Blutfluss stimulierenden Bewegung übt das Wasser einen Druck auf das Venensystem aus, der eine entstauende Wirkung hat – ähnlich wie ein Kompressionsverband.[5]

Thrombosevorbeugung:

- Venengesunden Sport treiben: Schwimmen, Radfahren, Walken, Wandern, Tanzen, Golfen
- Übergewicht reduzieren
- Rauchen vermeiden
- Langes Stehen oder Sitzen vermeiden
- Venengymnastik in den (Berufs-)alltag integrieren
- Viel Wasser trinken
- Warm-Kalt-Duschen oder kalte Güsse
- Bei Krampfadern auf lange Sonnenbäder, Besuche im Thermalbad und Saunagänge verzichten
- Krampfadern vom Arzt behandeln lassen.[6]

Ananas:

Das in dieser süßen Frucht enthaltene Bromelain bekämpft die vom Heuschnupfen verursachten Entzündungen. Die Komission E (ein wissenschaftliches Gremium des ehemaligen Gesundheitsamtes und des heutigen Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte) hat Bromelain zur Behandlung von Schwellungen der Schleimhäute der Nasennebenhöhlen und der Nase nach Ohren-, Nasen- und Halsoperationen als wirksam erachtet.[7]

Tee:

Die im Tee enthaltenen Tannine sind offenbar bei der äußeren Behandlung offener Wunden von Nutzen. Einer russischen Studie zufolge beschleunigt ein aús Teenlättern gewonnenes Öl die Wundheilung. Dr. John Boik, Akkupunkturtherapeut und Autor des Buches ***Cancer and Natural Medicine*** erklärt, dass ***Flavonoide die Kollagenfasern stabilisieren.*** Im Tee finden sich zahlreiche Flavonoide und Catechine, welche die Kollagenbildung anregen. Duke würde versuchen, die Wundheilung durch das Auflegen von Beuteln mit schwarzem oder grünen Tee zu unterstützen.[8]

Zitrusfrüchte:

Studien ergaben, dass mit der Nahrung aufgenommenes oder äußerlich angewandtes Vitamin C die Wundheilung anregt. Das Vitamin wird zur Bildung von Kollagen benötigt – des Gewebes, das die Hautzellen zusammenhält. Es unterstützt das Immunsystem und hat eine antioxidative Wirkung. Beides zusammen lässt Wunden heilen. Wenn Sie umgekehrt nicht ausreichend Vitamin C aufnehmen, werden die Kollagenfasern

---

[5] alverde, August 2009. S. 40
[6] alverde, August 2009, S. 41
[7] Duke, James, Heilende Nahrungsmittel, 2. Auflage 2010, S. 295
[8] Duke, James: Heilende Nahrungsmittel, 2010, 3. Auflage, S. 478.

schwächer. Schnitte und Schürfwunden heilen langsamer. Ganz gleich, was für eine Verletzung Sie haben – oder ob sie völlig unversehrt sind: Bemühen Sie sich, mindestens 500 Milligramm Vitamin C täglich in Form von Obst und Gemüse aufzunehmen. Wenn Sie schon älter sind oder rauchen, sollten sie lieber gleich 1000 Milligramm anstreben. Füllen Sie Ihren Speicher nicht ausschließlich mit Vitamin-C-haltigen Zitrusfrüchten, sondern erhöhen Sie ihre Zufuhr auch durch den Mehrverzehr von Erdbeeren, Brokkoli, Cantaloupe-Melonen, Tomaten, Paprikaschoten und Kartoffeln.
Jim La Vlle ist studierter Apotheker, Naturheilkundler und Gründer des LaValle Metabolic Institute in Cincinnati. Er empfiehlt, in einer Sprühflasche einige Esslöffel Vitamin-C-Pulver mit ½ Tasse Aloe-Vera-Gel zu mischen (beides ist in den meisten Reformhäusern erhältlich). Gut schütteln, damit ich das Vitamin C löst, und mehrmals täglich auf die Wunde sprühen. Diese Methode funktioniert sehr gut.
Ein Vitamin-C-haltiges Nahrungsmittel, das bei äußerer Anwendung die Infektion von Schnitt- und Schürfwunden verhindern kann, ist die Orange. In der chinesischen Medizin legt man Orangen auf Wunden, um Gifte und Schwermetalle herauszuziehen. Die Naturärztin Dr. Carolyn Dean und TCM-Guru Jeffrey Yuen rühmen die Kraft der Orange, den Körper von Giften zu befreien. Duke selbst bevorzugt Camu-Camu, sofern die Früchte gerade Saison haben. Er hält sie für die beste Vitamin-C-Quelle der Welt und schätzt die antiseptische Wirkung.[9]

Kurkuma:
Grundrezept: ½ Teelöffel Kurkumapulver mit 1 Tasse kochendem Wasser brühen, ziehen lassen und warm trinken. Zum 1. Mal seit langem schlief sie wieder ohne Beschwerden.
Bei Zahnextraktionen und Operationen bewährt sich dies Rezept. Schon am Tag vorher 3 bis 4 Mal jeweils ½ bis 1 Teelöffel Kurkuma in heißem Wasser oder mit Honig vermengt einnehmen, und sobald man nach der Operation wieder schlucken kann erneut alle 1 bis 2 Stunden und in den Folgetagen bis zur Heilung 2 bis 4 Mal täglich. [10]

Ihre Haut »riecht« Sandelholzöl, das Zellproliferation und Wundheilung anregt
Die Haut verfügt über Riechrezeptoren, die auf Sandelholzöl mit besserer Wundheilung reagieren. Das ergab eine Studie von Wissenschaftlern der Ruhr-Universität Bochum und der Universität Münster, die in der Zeitschrift Journal of Investigative Dermatology veröffentlicht wurde.[11]

Operation: am Montag Sterberisiko am niedrigsten, am Wochenende am höchsten (wohl wegen Personalmangel bzw. dessen Kompetenzstatus) Studie aus Schweden

---

[9] Duke, James: Heilende Nahrungsmittel, 2010, 3. Auflage, S. 478f.
[10] Wachsmuth, Dietrich: „Kurkuma. Gewürz und Heilwunder in: http://www.ayurveda-journal.de/artikel-archiv/gewuerze-kraeuter/gewuerze/kurkuma.html
[11] http://info.kopp-verlag.de/medizin-und-gesundheit/gesundes-leben/david-gutierrez/ihre-haut-riecht-sandelholzoel-das-zellproliferation-und-wundheilung-anregt.html