

## Aktivkreis Depression

**Bruno Rupkalwis**, Sprecher  
 Dahlienweg 17, 22969 Schenefeld  
 Telefon: 040 / 830 62 42  
 E-Mail: [BrunoRupkalwis@aol.com](mailto:BrunoRupkalwis@aol.com)

Aktivkreis Depression  
 Sprecher



Stand: 12. Januar 2007

### Betr.: Volkskrankheit Depression

**Beschwerde Rupkalwis ./. DEUTSCHLAND**  
 beim Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte

Liebe Leser,

**„Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (Industrieernährung), sie entstehen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen!“** Serotonin ist eine Angelegenheit der Biochemie, nicht der Ärzte und Psychologen, die haben allgemein keine Ahnung davon. *Serotonin* wird als Neurotransmitter vom menschlichen Organismus aus *Tryptophan* (essentielle Aminosäure) und *Pyridoxin* (Vitamin B6, essentiell) hergestellt. Zuerst erfolgt Hydroxylierung und im Anschluß Decarboxylierung. Beide Stoffe sind für den biochemischen Vorgang zwingend erforderlich. Das Pyridoxin wirkt dabei wie ein Katalysator und beschleunigt die Vorgänge um Potenzen. Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen. Diese Prämissen sind falsifizierbar. [\[1.1\]](#)

Depressivkranke Menschen bedürfen einer Ernährungsberatung und der Umstellung ihrer Ernährung auf eine Kost, welche reich an Tryptophan und an Vitaminen des B-Komplexes ist. Gegebenenfalls kann Nahrungsergänzung mit Vitaminpräparaten erfolgen. Wenn die Stoffwechsellstörung behoben ist, verschwinden die Depressionen nach etwa zwei bis drei Wochen, vorausgesetzt, sie sind noch nicht chronisch geworden. In letzter Konsequenz enden Betroffene, die von diesen Gegebenheiten nichts wissen, im Selbstmord oder in der Schizophrenie. In Deutschland sitzen mehr als 500.000 Menschen in Psychiatrien. Bei vielen, vielleicht den meisten, fing es mit Depressionen an. Die Thesen in diesem Absatz sind mit einer *Doppelblindstudie* verifizierbar - wenn man es nur will. [\[Anhang A:\]](#)

**„Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!“**, das ist Axiom, es ist meine geistige Leistung, sie bedarf keines weiteren Beweises. Es gibt entschlussunfähige Leute, die stets eines fremden Antriebes bedürfen: *„Der Stein des Sisyphus liegt auf dem Gipfel!“* Es bedarf einer geistigen Größe, der dem Stein einen Stoß versetzt. Das sind meine bescheidenen Erkenntnisse, der Rest ist der Kommentar dazu. Noch etwas: Ich habe sechs deutschen Universitäten (psychiatrische Abteilungen) und der Universität Zürich die Ursachen der Depressionen mitgeteilt, darunter der Berliner Charité` (Direktorin *Prof. Isabella Heuser*). *„Sieben auf einen Streich!“* - nicht eine Universität hat geantwortet. Die meisten Dinge hängen von fremder Gunst ab - so ist es.

Wenn alle dumm sind, steht man hinter keinem zurück. Deshalb halten alle das Maul, auch unser Bundespräsident *Horst Köhler*, er ist Sparkassenangestellter geblieben. Zur durchgesetzten Dummheit tritt noch ein kaltblütiger und psychologischer (geschwätziger) Zynismus, ein erbärmlicher und nichtswürdiger Hang zur Menschenquälerei hinzu. Das Dogma der WHO, Depressionen mit Psychopharmaka und Psychotherapie zu behandeln, ist Irrweg (Indoktrination) und größtes Verbrechen an der Menschheit zugleich (etwa 40 Millionen Tote), das bei mir Grimm und äußerste Erbitterung über die Väter (Ärzte, Psychiater, Psychologen) dieser eklen Ausgeburt seelischen Wahns wachruft. Noch dümmer als deutsche Ärzte und Psychologen sind nur Patienten.

**Bruno Rupkalwis**, Sprecher

Inhalt:

[Vorwort von Dr. Johann Georg Schnitzer](#)

#### [1 Die Ursachen der Depressionen und was die Medien daraus machen](#)

- [1.1 Die Ursachen der Depression](#)
- [1.2 Hilfeschrei mit der Rasierklinge](#)
- [1.3 Universität Zürich \*kontra\* Aktivkreis Depression](#)
- [1.4 Pfuscher an der Seele \(STERN Nr. 51, 14.12.06\)](#)

#### [2 Derzeitige Therapieangebote bei Depressionen](#)

- [2.1 Was ist eine larvierte Depression?](#)
- [2.2 Medikamente \(Antidepressiva\)](#)
- [2.3 Psychotherapie und Depression](#)
- [2.4 Schlafentzug, Lichttherapie und Elektroschock](#)

#### [3 Psychologie, Machtausübung und Alltag](#)

- [3.1 Wissen ist Macht](#)
- [3.2 Was ist Psychologie?](#)
- [3.3 Ausplünderung der Kassen](#)
- [3.4 Endlich Hoffnung für depressivkranke Menschen](#)
- [3.5 Haben Sie Anregungen?](#)
- [3.6 Ein Unbekannter schrieb](#)

#### [4 Beschwerde beim Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte](#)

- [4.1 Die Parteien, Sachverhalt, Begründung](#)

- 4.2 [Angaben zu Artikel 35 Abs. 1 der Konvention](#)
- 4.3 [Angabe des Beschwerdegegenstandes, Erklärung](#)
- 4.4 [DIE ENTSCHEIDUNG mit Kommentar](#)

## 5 [Das national Irrenhaus](#) - Die erfüllte Prognose der Hannah A.

- 5.1 [Serotonin - das Glückshormon](#)
- 5.2 [Forschung ist die beste Medizin - stimmt \(nicht\)!](#)
- 5.3 [Wie die Pharmakonzerne die Depressionen definieren](#)
- 5.4 [Pfizer: Stoffwechselstörung im Gehirn](#)
- 5.5 [Was bleibt noch zu tun?](#)
- 5.6 [Hinterm Horizont fängt die www.welt erst an](#)
- 5.7 [Anfrage \(Information\) an Frau Dr. Angela Merkel, des. Bundeskanzlerin](#)

## 6 [Der innerstaatliche Rechtsweg \[Art. 35 der Europ. Konvention \(Menschenrechte\)\]](#)

- 6.1 [An an Heiligen Stuhl Papst Benedikt XVI \(nachr.: WHO, Dir.-Gen. LEE Jong-wook\)](#)
- 6.2 [An den Bundespräsidenten Horst Köhler \(Eigenhändig / RÜCKSCHEIN\)](#)
- 6.3 [PROTOKOLL als Anlage](#)

- 6.3.1 [Sehr geehrter Herr Prof. Dr. Ulrich Hegerl \(Sprecher Kompetenznetz Depression\)!](#)
- 6.3.2 [Liebe Krankenversicherung! \(nachr.: Peter Harry Carstensen, Ministerpräsident\)](#)
- 6.3.3 [Liebe Gebühreneinzugszentrale \(GEZ\)! \(nachr.: Horst Köhler, Bundespräsident\)](#)

- 6.4.1 [Erste Station - Die Bürgermeisterin \(Antwort\)](#)
- 6.4.x [Gleiche 1. Etage - Der SPD-Ortsvereinsvorsitzende](#)
- 6.4.2 [Zweite Station - Der Landrat \(Antwort\)](#)
- 6.4.3 [Dritte Station - Der Ministerpräsident \(Ignorant\)](#)
- 6.4.y [Gleiche 3. Etage - Der Landtagspräsident \(Antwort\)](#)
- 6.4.5 [Vierte Station - Die Bundeskanzlerin \(Täterin durch Unterlassung\)](#)

- 6.5.1 [Bundespräsident Horst Köhler - ein Mensch ohne Gewissen?"](#)
- 6.5.2 [Anlage: Schreiben an Horst Köhler](#)
- 6.5.3 [ERZWINGUNGSHAFT! - ohne mich Herr Köhler, Bundespräsident](#)

- 6.6.1 [STRAFANZEIGE gegen Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin, am 30. Dez. 2006](#)
- 6.6.2 [Anlage: Schreiben an Jan von Frenckell, Chefredakteur FUNK UHR](#)
- 6.6.3 [Bestätigung \(16.12.06\) an den Präsidenten des Europ. Gerichtshofs Luzius Wildhaber](#)

## Fazit: [Einige Antworten \(der Mächtigen\) aus dem Hinterhalt zu den 10 Thesen](#)

[Der Mensch ist eine Maschine](#)

[Stillstand ist Rückschritt, Aufhören des Strebens geistiger Tod](#)

- A: [Glossar](#)
- B: [Links zum Thema](#)
- C: [Dokumentation auf CD-ROM](#)
- D: [Impressum, Verteiler und Pdf-Dateien](#)

## Vorwort in Form eines Briefes

Thema: **Anzahl der Dummen nimmt zu**  
 Datum: 01. August 2006  
 Von: [Dr.Schnitzer@t-online.de](mailto:Dr.Schnitzer@t-online.de)  
 An: [BrunoRupkalwis@aol.com](mailto:BrunoRupkalwis@aol.com)

Sehr geehrter Herr Rupkalwis,

Sie haben recht, es gibt viele Graustufen zwischen Dummheit und Intelligenz. Jedoch sehe ich einen großen Unterschied zwischen Intelligenz als einer allgemeinen Eigenschaft einerseits, und dem Spezialwissen von "Experten" andererseits. Denn "Experten" wissen immer mehr von immer weniger, bis sie schließlich Alles von Nichts wissen. Dann sind sie "dumme Experten", und mit solchen speziell in der Medizin hatte ich mehr zu tun als mir recht war.

Früher gab es wenige Dumme, ein paar hoch Intelligente, und eine breite Mitte normal Intelligenter mit guter Auffassungsgabe und Grundfähigkeiten wie richtig Sprechen, Lesen, Schreiben, Verstehen und Rechnen zu können. Heute ist das Segment der einstmaligen Dummen durch geistig Behinderte ersetzt, die breite Mitte nehmen die Dummen ein, und nur eine geringe Minderheit hoch Begabter ist geblieben.

Fazit: Die Dummen nehmen zu. Das hat sowohl biologisch-degenerative Gründe (generationenlange denaturierte und teils artfremde Ernährung), als auch solcher der "Inaktivitätsdystrophie", weil das Denken durch "Vordenken" Anderer ersetzt wird (vor allem durch das Fernsehen).

Ihre Theorie oder "Arbeitshypothese" halte ich für logisch und grundsätzlich richtig: *"Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich"*. So logisch und richtig, wie ein Computer auch nur funktioniert, wenn ihm Übertragungsenergie per Steckdose oder Batterie zugeführt wird. Aber auch hier sind "Graustufen" zu beachten. Besonders gefährlich - und weit verbreitet! - ist dabei ein Zustand, bei welchem Denken schon nicht mehr, Handeln aber noch möglich ist. Es war Kollath, der mir persönlich Ende der 1960er Jahre (er starb 1970) sagte: "Sie werden es noch erleben, dass die Mesotrophie nicht vor dem Gehirn Halt macht."

Richtig: Gesund ernährte Völker besitzen hohe natürliche Intelligenz - und ein freundliches, offenes Wesen. Mit denaturierter Zivilisationskost ernährte Menschen neigen zu Aggressivität, Hinterhältigkeit, Misstrauen, Feindseligkeit. Das sind Beobachtungen, die Dr. Weston A. Price von seinen Untersuchungen aller damaligen Naturvölker berichtete, die er auf seinen Weltreisen von 1924 bis 1936 besuchte. Sein noch heute erhältliches Buch mit den Ergebnissen: "Nutrition and Physical Degeneration".

Ihrer Dokumentation "Hirndefekte" wünsche ich die verdiente Verbreitung - zum Nutzen der Menschen und zur Rettung und Heilung der zahllosen Depressiven in den "hochzivilisierten" Ländern, deren denaturierte Zivilisationskost die Hauptursache der so genannten "Zivilisationskrankheiten" ist - einschließlich der Vitalstoffmangelkrankheit Depression. Es ist Ihr Verdienst, diesen Zusammenhang für die Depression nachgewiesen und dokumentiert zu haben.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Johann Georg Schnitzer

---

**Dr. Johann Georg Schnitzer**, geb. am 1. Juni 1930 in Freiburg/Breisgau, wuchs in St. Georgen/Schwarzwald auf. Nach dem Abitur 1950 studierte er Zahnmedizin an der Universität Freiburg. Auf der Suche nach Wegen zur Gesunderhaltung der Zähne befaßte er sich mit den Grundlagen natürlicher Gesundheit und Ursachen chronischer Zivilisationskrankheiten. Dr. Schnitzer ist ein Vielen bekannter Mensch. Die von ihm entwickelten Kornmühlen, um keimfähiges Korn fachgerecht und inhaltsschonend zu zermahlen, sowie seine Vollkorn-Backrezepte sind gesundheitsbewußten Menschen ein Begriff. Er hat sich als Vorkämpfer für gesunde Ernährung einen Namen gemacht. Seine Biographie und sein Werk finden Sie unter [www.doc-schnitzer.de](http://www.doc-schnitzer.de)

Dr. Schnitzer schrieb zahlreiche Bücher mit teils sechsstelligen Auflagen und zahlreiche Abhandlungen. Außerdem gelangen ihm technische Erfindungen und Entwicklungen auf verschiedenen Gebieten. Sein wichtigstes Ziel: Eine Synthese von Zivilisation und Gesundheit und die Überwindung der Ära chronischer Zivilisationskrankheiten, um den Menschen ein gesundes und glückliches Leben im ökologischen Gleichgewicht mit einer gesunden, von ihnen respektierten und gepflegten Natur zu ermöglichen. Sein klarer Kopf ist konkret und unmißverständlich, und er drückt sich in seinem Werk präzise aus. Sein Wille verfügt über ein hervorragendes Instrument - über seinen in der Praxis geübten Geist.

# Einer ist gescheiter als der Nächste bitte!

Noch dümmer als Ärzte und Psychologen sind nur Patienten. Das Wissen auf diesen Internetseiten soll nicht in falsche Köpfe geraten. Es ist für Ungeeignete verbotenes Wissen. Warum? All denen, die keinen Geist und kein Gefühl mehr haben (Psychoverblödung), ist solches alles gleichgültig und ohne Wert. Wen die Seiten mit Leben erfüllen, dem geben sie Mut, durch Politiker, Mediziner und Psychologen errichtete Hindernisse zu überwinden. Das Wissen kann manchen Verzweifelten ermutigen, vorausgesetzt, er ist des Denkens noch mächtig. Der Aktivkreis Depression sucht nach den Begabten, die noch fähig sind, Wissen und Anregungen zu verarbeiten und zu verwerten. Wir wollen Nutzen säen und Gesundheit ernten.

## 1 Die Ursachen der Depression und was die Medien daraus machen

### 1.1 Die Ursachen der Depression

[Quellen: Gesundheits-Brockhaus (1964); Kleine Enzyklopädie Natur (Walter Gellert); Klinisches Wörterbuch (Pschyrembel); Biologie (Fischer Kolleg 1979); Humanbiologie (Ernst W. Bauer)]

Das nachfolgende Wissen ist mehr als 40 Jahre alt. Genau so lange diskutiert die Medizin darüber, ob Depressionen in den Endknöpfchen der Hirnzellen, den Synapsen, entstehen. Die Synapsen übertragen die Reize von Zelle zu Zelle über den synaptischen Spalt. Dafür werden Neurotransmitter (Botenstoffe) benötigt. Fehlt *Serotonin* in den Synapsen, kommt es zu Depressionen, Migräne und Angstzuständen. Das ist nun endlich wissenschaftlich gesichert, und man verkündet es sogar öffentlich im Fernsehen durch den Sprecher des *Kompetenznetz Depression*.



Abb. 1.1.1 Blau einer Nervenzelle. Mangel an Serotonin in den Synapsen löst die Depressionen aus.

Bei den Printmedien sind diese Erkenntnisse noch nicht angekommen. Am Schluß dieses Kapitels befindet sich ein Bericht aus den Husumer Nachrichten vom 11.12.2004: „Hilfeschrei mit der Rasierklinge“ Die Hilfestellung erfolgt mit der „psychologischen Sense!“ Die Depressiven werden auf einen Irrweg geschickt. **Serotonin wird biosynthetisch vom Organismus hergestellt. Voraussetzung ist, daß dem Organismus über die Nahrung ausreichend essentielle Stoffe zugeführt werden. Ohne Pyridoxin (Vitamin B6) und Tryptophan (essentielle Aminosäure) ist die Biosynthese jedoch nicht möglich. Deshalb bedürfen depressivkranke Menschen einer Ernährungsberatung und der Zuführung von essentiellen Stoffen in ihren Organismus.**

#### 1.1.1 Nachrichtenübermittlung durch Nervenzellen

Die Erregungen laufen über den *Zellkörper* und den *Faserfortsatz* (Axon) der Nervenzellen als elektrische Impulse. Diese Impulse pflanzen sich aber nicht von Nervenzelle zu Nervenzelle einfach fort, sondern enden jeweils in stempelartigen Verdickungen, den *Endknöpfchen*. Durch einen feinen Spalt sind diese von den *Dendriten* und *Zellkörpern* der Folgezelle getrennt. Den Übergangsbereich nennt man *Synapse*, den Spalt zwischen den beiden Zellmembranen *synaptischen Spalt*. Die in den Endknöpfchen eintreffenden Impulse bewirken, daß *kleine Bläschen* (Vesikel), die sich im Plasma der Endknöpfchen befinden, einen *Erregungsstoff* in den synaptischen Spalt abgeben. Dieser Erregungsstoff gelangt über den Spalt, erreicht die Folgezelle und löst dort *Nervenimpulse* aus. Je mehr Impulse pro Zeiteinheit in den Endknöpfchen eintreffen, um so mehr Erregungsstoff wird freigesetzt und um so mehr Impulse entstehen in der Folgezelle. Die Meldung über einen Reiz wird also über den synaptischen Spalt als mehr oder weniger große Menge einer chemischen Substanz weitergereicht. Die Synapsen wirken dabei wie *Ventile*; sie lassen die Erregung nur in einer Richtung durch, weil nur die Endknöpfchen Bläschen mit Erregungsstoff (Neurotransmitter) besitzen.

*Einfluß auf die Stoffübergabe* im synaptischen Spalt haben eine Reihe von Faktoren. Kalium zum Beispiel wirkt erregungssteigernd, Calcium dämpfend. Eine kleine Menge von CO<sub>2</sub> verstärkt die Erregung, viel CO<sub>2</sub> wirkt lähmend. Auch Narkosemittel, Rauschmittel, unter ihnen der Alkohol, beeinflussen die Weitergabe von Nervenimpulsen. Manche Gifte, wie etwa das Indianerpfeilgift Curare, können die Erregungsübertragung völlig blockieren.

**1.1.2 Die Transmitter** (s. Abb.1.1.2): Das durch die Axonprozesse bis an die Synapse gelangte Aktionspotential vermag den synaptischen Spalt normalerweise nicht zu überwinden. Es kann nur die in der präsynaptischen Verdickung des Axonendes vorrätigen, als Transmitter bezeichneten Substanzen freisetzen. Diese treten in den Spalt ein und rufen an der Membran des benachbarten Neurons ein sog. *erregendes postsynaptisches Potential* (EPSP) hervor, das allerdings bedeutend schwächer ist als das normale Aktionspotential. Solche Transmitter sind z. B. Acetylcholin, Adrenalin, Noradrenalin und Serotonin.

Die längere Einwirkung eines Transmitters auf die Membran würde deren Reaktionszustand empfindlich stören. Die Transmitter müssen daher durch stets gegenwärtige Enzyme sofort nach ihrer Freisetzung wieder abgebaut werden, das Acetylcholin z. B. durch die Acetylcholin-Esterase.

die Acetylcholin-Esterase.

**1.1.3 Die Hemmung:** Bestimmte Transmitter rufen an der postsynaptischen Membran keine Erregung hervor, sondern hemmen einen derartigen Prozeß durch Erhöhung des Membran-Ruhepotentials. Dieses wird jetzt zum hemmenden oder sog. *inhibitorischen postsynaptischen Potential* (IPSP).

**1.1.4 Die Ventilfunktion der Synapsen:** In einem Axon können Aktionspotentiale nach beiden Richtungen laufen. Transmitter befinden sich jedoch nur in den Axonenden, nicht aber in den Dendriten und Nervenzellkörpern. Daher kann die Erregung nur vom Axonende auf letztere und nie in umgekehrter Richtung übertragen werden: Ventil- oder Gleichrichterfunktion der Synapsen.

**1.1.5 Synapsengifte und Psychopharmaka:** Die Wirkung der Transmitter und ihrer Spaltenzyme kann durch andere Substanzen ersetzt, gehemmt oder verstärkt werden. Z. B. blockiert das Curare die Wirkung des Acetylcholins an den Endplatten, die die Muskelfasern zur Kontraktion anregen sollen. Die Folge ist die bekannte Lähmung. Das Gift des Tetanusbazillus verhindert die Freisetzung eines Hemmtransmitters, so daß die entsprechenden Muskelpartien einer Dauerreizung ausgesetzt sind (Wundstarrkrampf).

Psychopharmaka, wie z. B. Tranquilizer, Antidepressiva oder Stimulantia, greifen vor allem an den Synapsen des Zentralnervensystems an und rufen von hier aus die mannigfaltigsten Wirkungen durch Hemmung oder Verstärkung der Transmitterfunktion hervor.



Abb. 1.1.2 Die Synapsen sind Mittelstellen zw. Nervenzellen. An

**1.1.6 Die Entstehung eines Aktionspotentials im Nachbarneuron:** Das einzelne, durch einen Transmitter erzeugte Erregungspotential kann im nachfolgenden Neuron kein Aktionspotential bewirken. Kommen aber an ein und derselben Synapse rasch genug nacheinander mehrere Erregungspotentiale an, so kann die Membran an diesem Abschnitt die Einzelereignisgrößen addieren, bis ein bestimmter Schwellenwert erreicht bzw. überschritten ist und ein daraus resultierendes Aktionspotential am Axonursprung austritt: Zeitliche Summation der Erregung ist auch eine räumliche möglich. Hier werden an ein und demselben Nervenzellkörper bzw. dessen Dendriten gleichzeitig an verschiedenen Synapsen unterschwellige Erregungspotentiale gesetzt, die in ihrer Summation eventuell wieder ein Aktionspotential bedingen können.

**1.1.7 Das Neuron als Rechenmaschine:** An einem einzigen Nervenzellkörper und seinen Dendriten sitzen im menschlichen Gehirn durchschnittlich mehrere tausend Synapsen, teils erregender, teils hemmender Art. Mittels eines unvorstellbar schnell ablaufenden »Rechenprozesses« muß das Neuron von der Summe aller einlaufenden erregenden Potentiale die Summe aller gleichzeitig einlaufenden hemmenden Potentiale subtrahieren. Nur wenn der Differenzenwert aller Potentiale positiv ist, kann das Neuron ein Aktionspotential abfeuern.

**1.1.8 Stressfaktoren** sind seelische oder körperliche Belastungen, wie z.B. Umwelteinflüsse, Tod eines nahen Angehörigen, Trennungsschmerz, Prüfungsangst usw., die im Organismus *Stressproteine* und *Stresshormone* erzeugen. Dies geschieht hauptsächlich in den Nebennierenrinden („Es ist mir auf die Nieren geschlagen!“). Für die Biosynthese werden große Mengen an essentiellen Stoffen (Vitamine, Aminosäuren) verbraucht, so daß sie für weitere mentale Vorgänge nicht mehr ausreichend vorhanden sein können. An dieser Stelle werden die betroffenen Menschen zu psychisch Kranken gemacht, aber psychologisches Geschwätz kann keine essentiellen Stoffe im Organismus der Menschen ersetzen.

**1.1.9 Im nachfolgenden Zeitungsartikel**, in dem es um *mentale Erkrankung* geht, findet sich kein einziges Wort über gesunde Ernährung, über die biochemischen Vorgänge im menschlichen Organismus. Alles wird auf *die psychische Schiene* geschoben! Derartig berichten fast alle Medien und lenken von den Tatsachen ab. Bitte lesen Sie den Zeitungsartikel mit besonderer Skepsis, denn psychologische Hilfe ist oft Hilfe mit der Sense.

## 1.2 Hilfeschrei mit der Rasierklinge

[Quelle: Husumer Nachrichten, Sa. 11.12.2004, **Gesundheit**  
Wiesbaden, Cornelia Jeske

### Hilfeschrei mit der Rasierklinge

*Oberflächlich betrachtet, sind es ganz normale Jugendliche. Doch schaut man näher hin, zeigt ihr Körper, dass sie gravierende Probleme haben. Denn wenn es diesen Jugendlichen schlecht geht, greifen sie zu Messer oder Rasierklinge, um sich Verletzungen zuzufügen.*

Wenn es ihnen schlecht geht, greifen sie zur Rasierklinge, wie andere zum Alkohol. Kein Kater bleibt zurück, sondern Wunden und Narben. Bei immer mehr Jugendlichen beobachten Psychologen Selbstverletzendes Verhalten, kurz SvV genannt. Das ist dann keine Mutprobe, sondern ein Hilfeschrei. „Zum Teil sind psychische Erkrankungen wie Depressionen oder das so genannte Borderline-Syndrom der Grund für dieses Verhalten“, erklärt die Psychologin Annette Böttcher aus Wiesbaden. „Die meisten reagieren damit auf Probleme, Einsamkeit, traumatische Erfahrungen oder Minderwertigkeitskomplexe.“

Manche Mädchen kommen in der Pubertät mit dem sich verändernden Körper nicht zurecht. „Selbsthass führt dann oft zur Zerstörungswut gegenüber dem eigenen Körper“, erläutert Böttcher. Als Anna aus Göttingen sich das erste Mal mit dem Messer in den Arm schnitzte, war sie unglücklich verliebt. Sie dachte, sie wäre nicht schön genug für den Jungen, der ihre Liebe nicht erwiderte. Sie wollte sich selbst dafür bestrafen.



Wenn der Selbsthass überhand nimmt, fügen sich die selbstbesten Jugendlichen Verletzungen zu.

Auch Alexandra aus Berlin wollte sich bestrafen, als sie mit 16 versuchte, sich den Arm zu brechen. Sie hatte sich mit ihren Freundinnen gestritten und schuldig gefühlt. Sie habe das Bedürfnis gehabt, sich selbst zu bestrafen und irgendwie auch die Hoffnung, durch ein Unglück wie den Gipsarm wieder gemocht zu werden. Oft bleibt es nicht bei einer einmaligen Selbstverletzung: „Eine Wunde ist wie ein Ventil, durch das der innere Druck abgelassen werden kann“, erklärt Alexandra. Das macht manche süchtig.

Vor Freunden und der Familie versuchen die Selbstzerstörer ihre Wunden und Narben zu verstecken. Line Keller, die mit „Rote Linien“ eine Webseite für SvV-Angehörige betreibt, hat sich am Anfang über die Narben ihrer Tochter gewundert. Erst als sie sie darauf ansprach und das 13-jährige Mädchen wütend aus dem Zimmer rannte, ahnte die Mutter, dass da was nicht stimmte: „Aber von dieser Krankheit SvV hatte ich damals noch nichts gehört.“ Die Mutter schaffte es, die Tochter zu einer Therapie zu bewegen.

Auch Alexandra hat eine Therapie gemacht. Heute geht es ihr besser, sie hat gelernt, mit depressiven Stimmungen umzugehen. Arina macht seit drei Jahren eine Therapie. Der Weg zum Arzt oder Therapeuten ist laut Böttcher unerlässlich. Nicht selten führt der Ritz am Unterarm sonst zum Schnitt an den Pulsadern.

„80 Prozent der Jugendlichen, die einen Suizid begehen, haben zuvor schon Erfahrung mit SvV gemacht“, erklärt Böttcher. Für manche Betroffene sind die Selbstverletzungen eine Phase: „Viele fangen mit 13 Jahren an, und hören spätestens mit 16 wieder damit auf.“ Doch von allein hören die wenigsten mit SvV auf: „Man sollte sich jemanden anvertrauen und nicht alles in sich hineinfressen.“

Das engere Umfeld reagiert meist schockiert und hilflos auf die blutige Sucht. „Unterstützung durch Freunde ist immens wichtig, aber immer ein Spagat“, sagt Alexandra. „Freunde sollten keine Ultimaten setzen oder Versprechen abnehmen, dass sich der Betroffene nicht mehr verletzt wird.“ Auch Anna findet den Druck durch Freunde problematisch. Der führe nur dazu, dass sich die Betroffenen stärker zurückziehen oder die Verletzungen an Körperstellen verlagern, die die anderen nicht so leicht wahrnehmen.

Freunde sollte daher die Verletzungen akzeptieren, aber deren Hintergründe hinterfragen, meint Alexandra. „SvV ist nur ein Symptom dafür, dass etwas anderes nicht stimmt.“ Redebereitschaft zu signalisieren, wäre ein guter Anfang.



Sie freut sich, sie braucht keine Pillen mehr: „Forschung ist die beste Medizin.“

**Anmerkungen zum Zeitungsbericht:** SvV ist ein Symptom, das etwas nicht stimmt. Das ist richtig. Der Stoffwechsel dieser Menschen ist gestört. Mädchen und junge Frauen, die die Anti-Babypille (Kontrazeption) einnehmen, leiden dreimal so häufig unter Depressionen wie gleichaltrige Männer. Kommt dann noch Alkoholgenuss oder einseitige Ernährung hinzu, ist die Depression vorprogrammiert. Streßfaktoren sind Auslöser, jedoch nicht die Ursachen der Probleme. Den psychologischen Erklärungen im Zeitungsbericht (redaktioneller Teil) fehlen (logisch) nachvollziehbare Beweise: Konjunktiverklärungen - nein danke! So werden depressivkranke Menschen von den Medien auf einen Irrweg geschickt. Die Aufmachart ist überall die gleiche: „Hilfestellung - mit der psychologischen Sense!“

In deutschen Presseerzeugnissen finden sich niemals Hinweise auf die Zusammenhänge von Depressionen und (qualitativer) Mangelernährung. Die Verantwortlichen beißen sich lieber die Zunge ab, als das Maul aufzusperren. Im Fernsehen, in Gesundheitssendungen, fragt ein hübsches Dummerchen meist mit Dokortitel den Herrn Professor, den Experten, nach den Auslösern der Depression, aber "nie nicht" gibt es eine Erklärung. Frage: "Aus psychoanalytischer Sicht können für Depressionen auch kindliche Seelenverletzungen, etwa durch eine lieblose Mutter, verantwortlich sein. Wie paßt das zu Ihrem Psychologiemodell?" Antwort des "Experten": "Das paßt hervorragend!"

Um die Verwirrung in den Köpfen der Menschen noch weiter zu betonieren, werden Depressionen nun sogar schon *bio-psycho-soziologisch* begründet. Dadurch sind sie nicht mehr erforschbar, weil die Anzahl der Ursachen (mathematisch) in den astronomischen Bereich strebt. Der Depressive begibt sich in einen Teufelskreis, aus dem es kein Entrinnen gibt. Er wird vollgedröhnt mit Psychoquatsch und vollgestopft mit Psychopharmaka, zweifelhaften Medikamenten, und sie werden oft als harmlos dargestellt.

### 1.3 Universität Zürich kontra Aktivkreis Depression

[Quelle: Universität Zürich; www.depression.unizh.ch]

**Uns liegen Antwortschreiben namhafter Psychiater vor. Es wird mit dogmatischen Aussagen argumentiert. Im Schreiben der Psychiatrischen Universitätsklinik Zürich heißt es zum Beispiel: „Depressionen sind grundsätzlich mehrdimensionale Erkrankungen, bei denen biologische, psychologische und soziale Faktoren miteinander verknüpft sind. Diese Faktoren müssen in jedem Einzelfall abgewogen werden.“ Wenn etwas grundsätzlich ist und zusätzlich unendlichviele Antworten eröffnet, dann haben (logische) Argumente ihre Bedeutung verloren: „Die Depressionen wurden in die Köpfe betoniert!“**



**An der Entstehung einer Depression** können verschiedene biologische, psychologische und soziale Faktoren beteiligt sein. Das Gewicht der einzelnen Faktoren ist von Fall zu Fall unterschiedlich. Es muss aber davon ausgegangen werden, dass in vielen Fällen die verschiedenen Faktoren miteinander gekoppelt sind und sich unter Umständen gegenseitig ungünstig beeinflussen (vgl. *integratives Depressionmodell*). Im folgenden sollen die verschiedenen Einflussfaktoren zuerst voneinander getrennt dargestellt werden.

**In biologischer Hinsicht** ist davon auszugehen, dass genetische Faktoren eine unterschiedlich starke Disposition zu depressiven Störungen bewirken. Nach Zwillings- und Adoptivstudien ist zu schliessen, dass die genetische Disposition nicht notwendigerweise zum Auftreten einer Depression führen muss (mindestens 60 % der eineiigen Zwillinge erkranken diskordant), dass aber das Risiko, depressiv zu reagieren und rezidivierend zu erkranken, durch ein im Einzelnen noch nicht erforschtes genetisches Muster erhöht werden kann.

**Während einer depressiven Erkrankung** ergeben sich vielfältige biochemische und neurophysiologische Umstellungen im Körper einer betroffenen Person. Das derzeitige Forschungsinteresse richtet sich hauptsächlich auf Veränderungen der Neurotransmitteraktivität (v. a. des Serotonins) und auf damit in Zusammenhang stehende verschiedene Aktivierungsmuster von Hirnregionen (insbesondere Frontalhirn, limbisches System, Basalganglien).

**Bisher am besten studiert** sind neurophysiologische Veränderungen der Hypothalamus-Hypophyse-Nebennierenrindendachse (HPA-Achse) und Veränderungen des Schlafmusters. Auf der HPA-Achse wird häufig ein Hyperkortisolismus festgestellt, der mit zentralen Fehlregulationen gekoppelt ist. Dieser Hyperkortisolismus kann eine chronische Stresssituation widerspiegeln.

**Die Veränderungen des Schlafmusters** mit einer REM-Vorverlagerung und der Abnahme der tiefen Schlafstadien stehen in Beziehung mit Störungen des zirkadianen Rhythmus und können eine Desynchronisation des depressiven Menschen mit seiner Umwelt bzw. eigenen Regulationssystemen anzeigen.

**Im psychologischen Bereich** kann angenommen werden, dass Mangel- und Spannungssituationen in der Kindheit (z. B. bei nichtkompensiertem frühem Elternverlust) zu Selbstverunsicherung und zu einem negativen Selbstkonzept beitragen und mit einer grösseren Verletzlichkeit, auf Enttäuschungen depressiv zu reagieren, einhergehen.

**Aktuelle soziale Belastungssituationen**, wie z. B. persönliche Verluste, können vor allem beim ersten Auftreten einer depressiven Episode als auslösende Faktoren nachgewiesen werden. Bei häufig rezidivierenden depressiven Episoden kann sich offenbar eine gewisse Eigendynamik einspielen, so dass psychosoziale Belastungssituationen eine geringere Rolle spielen.

**Im Einzelfall** sind die verschiedenen Einflussfaktoren unterschiedlich ausgeprägt. So dürften die einen ein höheres genetisches Risiko, die anderen ungünstige soziale Belastungssituationen, dritte stärker depressive Reaktionsmuster aufgrund biographischer Einflüsse aufweisen. Zudem ist

**Wenn dem so wäre**, könnten die Ursachen der Depressionen niemals erforscht werden. Diese Aussagen der Uni Zürich sind nicht falsifizierbar, wie es die Wissenschaft fordert, folglich sind sie unwissenschaftlich. Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (z.B. Pellagra und Beriberi). Sie entstehen aufgrund falscher Ernährung (Industrieernährung) oder gestörter Resorption (Aufnahmefähigkeit; Magen-Darm-Trakt) oder beides.

**Mit genetischen Faktoren** ist zur Zeit überhaupt nichts bewiesen. Die Uni Zürich widerspricht sich bereits im zweiten Satz. Diskordanz ist die genetische Bezeichnung in der Zwillingsforschung für die fehlende Übereinstimmung in Einzelmerkmalen. Wichtiger ist die Frage, warum Frauen zwei- bis dreimal häufiger an Depressionen leiden als Männer. Die Ursachen sind bei der Anti-Babypille (hormonelle Kontrazeption) und Alkoholgenuß zu suchen. Beides sind Räuber essentieller (lebenswichtiger) Stoffe. Frauen werden darüber nicht aufgeklärt.

**Diese biochemischen Vorgänge** im Gehirn sind seit etwa 40 Jahren erforscht. *Serotonin* ist ein Neurotransmitter, der Nervenimpulse von einer Hirnzelle zur anderen (über den synaptischen Spalt) überträgt. Bei Mangel an Serotonin in den Synapsen der Hirnzellen kommt es zu Depressionen. Serotonin ist eine Angelegenheit der Biochemie. Serotonin steuert weitere mentale Vorgänge, so z.B. das Hunger- und Sättigungsgefühl und sorgt dafür, daß sich die Blutgefäße bei Bedarf anpassen (Konstriktion und Dilatation von Hohlorganen; Arteriolen, Migräne).

**In den Nebennierenrinden** werden mehr als 40 Kortikoide (das sind Hormone) produziert. Sie verbrauchen Mengen an essentiellen Stoffen (Aminosäuren und Vitamine), die dem Organismus mit der Nahrung zugeführt werden müssen. Bei Stresssituationen werden zusätzlich *Stressproteine und -hormone* erzeugt, die zu Mangelerscheinungen (z.B. Depressionen) führen können.

**Während des Schlafs** erzeugt der Organismus *Melatonin*. Serotonin ist in der Biosynthese dieses Hormons die Vorstufe, deshalb kann es (im Schlaf) zu Serotoninmangel kommen, was wiederum Depressionen auslöst. Daher wird im Umkehrschluß Schlafentzug als Therapieform angewendet. Der Nutzen ist aber nur von kurzer Dauer.

**Hier handelt es sich um psychologische Spekulationen**, der jegliche Grundlage fehlt. Deshalb nimmt die Uni Zürich es auch nur an, das heißt, sie weiß es nicht. Ich habe einen Mann getroffen, der acht Jahre lang in psychotherapeutischer Behandlung war, dann erfolgte Spontanheilung. Er hatte zufällig Vitamine in größeren Mengen geschluckt.

**Soziale Belastungssituationen** (auch Stress genannt; Tod eines Angehörigen, Trennungsschmerz, Prüfungsangst usw.) verbrauchen für die Biosynthese der Stressproteine und -hormone (z.B. Adrenalin; gesteigerter Energieumsatz) Unmengen essentieller Stoffe, so daß es zu Mangelerscheinungen mit Depressionen kommen kann.

**Weil aus den Depressionen ein Papstgeheimnis** (Dogma) gemacht wurde, haben selbst Ärzte keine Ahnung davon, darauf weisen Psychologen immer wieder hin. Zwischen diesen Berufsgruppen besteht ein Kampf um die Pfründe. Eine Berufsgruppe verunglimpft die andere, und die „andere“ hat keine Ahnung. Es ist traurig aber wahr! Die Ausführungen der Uni Zürich mit ihren vielen Faktoren lassen die Anzahl der Ursachen gegen unendlich

zu beachten, dass Anlage und Umwelteinflüsse, Verhaltensmuster und psychosoziale Belastungen nicht scharf voneinander zu trennen sind. Eine lineare Abfolge von Disposition und auslösenden Faktoren kann der Problematik depressiver Menschen deshalb nicht ganz gerecht werden. Vielmehr dürften die verschiedenen Faktoren wechselweise aufeinander einwirken, wie es im *integrativen Depressionmodell* dargestellt ist.

**Einerseits kann eine Depression** auf genetischer oder biographischer Grundlage von dazu passenden Belastungsfaktoren ausgelöst werden, andererseits kann aber auch depressive Hemmung selbst zu einer psychologischen Reaktion oder sozialen Belastung führen, die den weiteren Verlauf einer depressiven Episode beeinflussen (Stichwort: Depression über die Depression). Letzteres sei im folgenden kurz beispielhaft illustriert.

**Wer sich bei Auftreten** einer depressiven Blockade selbst stark in Frage stellt oder wer aufgrund eines inneren grossen Verpflichtungsgefühls (z. B. im Zusammenhang mit einem strengen Gewissen oder hohen Idealvorstellungen) eine Sache nicht ruhen lassen kann, wird sich bei beginnender depressiver Blockade fordern und schliesslich überfordern. Dasselbe gilt natürlich auch für Personen, die sich aus äusseren Gründen eine Pause nicht leisten können, etwa eine Mutter mit kleinen Kindern ohne partnerschaftliche Unterstützung. Das willentliche Bekämpfen einer depressiven Blockade führt dann zu einer grossen inneren Anspannung, zu Distress und nur allzu häufig zu neuen Enttäuschungen, was zwangsläufig in einen Teufelskreis von biologisch verankertem Depressionsmuster und bewusster Gegenwehr führen muss.

streben, deshalb sind ihre Erkenntnisse unwissenschaftlich und Murks. Derartige Verkettungen lassen sich nicht falsifizieren.

Noch Fragen? Wird ein psychotherapierter Mensch zufällig von selbst gesund, bekanntlich verschleissen sich die meisten Krankheiten, glaubt der arme Tropf, ihm wurde geholfen, und der Psychologe schreibt sich den Erfolg auf seine Fahnen.

**Depression über Depression**, erläutert die Uni Zürich. Eine Depression reicht doch! *Rekursiv* heisst eine mathematische Funktion dann, wenn deren Werte derart zusammenhängen, daß sie sich aus einen gegebenen Anfangswert nacheinander durch jeweils die gleiche Formel berechnen lassen. Depressionen werden mit Depressionen erklärt, Depressionen lösen Depressionen aus, das ist geistiger Müll einer Universität - unlogisch, Schwachsinn!

**Diesen Abschnitt lasse ich unkommentiert**, weil sich die Uni Zürich selbst ad absurdum geführt hat und mit keinem Wort auf falsche Ernährung (Industrieernährung) eingegangen ist. Auch in der Schweiz spielt gesunde Ernährung keine Rolle, deshalb bringen sich auch dort die Depressiven um. Mit der Ernährung steht oder fällt die Gesundheit aller Menschen. Wer mit allen essentiellen Stoffen, das sind 24 Elemente, 13 Vitamine, 8 Aminosäuren und einer essentiellen Fettsäure, der Linolensäure, ausreichend versorgt ist, neigt nicht zur Krankheitsanfälligkeit. Er wird auch keine Depressionen bekommen. Der Tod einen nahen Angehörigen, Trennungsschmerz oder Prüfungsangst, und die anderen Stresssituationen, gehören zum normalen Leben. Wer sie pathologisiert, wie es die Psychologen tun, ist selbst krank.

## 1.4 Pfusch an der Seele (STERN Nr. 51 vom 14.12.06)

Anmerkung: Von den Kopie-Adressaten hat nicht einer geantwortet! Die Ursachen der Depressionen kommen scheinbarweise ans Tageslicht.

### E-Mailkommentar zum STERN-Artikel

Thema: **Das Gerücht: Psychologie ist Sektenglaube!**  
 Datum: 18.12.2006  
 Von: Bruno Rupkalwis  
 An: private Empfängeradressen  
 Kopie an: [info@journalmed.de](mailto:info@journalmed.de), [info@bistum-mainz.de](mailto:info@bistum-mainz.de), [gremien@ekd.de](mailto:gremien@ekd.de),  
[info@bdi-online.de](mailto:info@bdi-online.de), [info@bundesvorstand.dgjb.de](mailto:info@bundesvorstand.dgjb.de),  
[info@attac.de](mailto:info@attac.de), [info@perspektive-deutschland.de](mailto:info@perspektive-deutschland.de),  
[info@foodwatch.de](mailto:info@foodwatch.de), [info@buengerkonvent.de](mailto:info@buengerkonvent.de),  
[Info@bild.t-online.de](mailto:Info@bild.t-online.de), [spiegel-online@spiegel.de](mailto:spiegel-online@spiegel.de),  
[redaktion@focus.de](mailto:redaktion@focus.de), [presse@stern.de](mailto:presse@stern.de), [redaktion@shz.de](mailto:redaktion@shz.de),  
[redaktion@sueddeutsche.de](mailto:redaktion@sueddeutsche.de), [chefred@taz.de](mailto:chefred@taz.de),  
[bunte@burda.com](mailto:bunte@burda.com), [diezeit@zeit.de](mailto:diezeit@zeit.de), [redaktion@merkur.de](mailto:redaktion@merkur.de),  
[redaktion@welt.de](mailto:redaktion@welt.de), [info@swr.de](mailto:info@swr.de),

### Psychologie ist Sektenglaube!

(STERN Nr. 51 vom 14.12.06: *Pfusch an der Seele - Wie Psychotherapie krank machen kann*)  
 Die Wahrheit: Krank macht erst der Therapeut!

In der Kürze liegt die Würze:

**Psychologie ist Sektenglaube!, denn es gibt keine Psyche (Seele). Die Psychologen mögen den Nachweis für ihre Existenz beibringen oder sich zum Psychoteufel scheren. Die Seele ist eine Angelegenheit der Religion - also des Glaubens und nicht des Wissens. Psychologen sind geistiges Lumpenpack, "psychischer Unrat (Schwätzer)", für den wir Milliarden verpulvern.**

Der Mensch besteht nur aus Materie (24 Elemente) und Bewußtsein - sonst nichts. Hier besteht Dualismus. Ein Mensch ohne Bewußtsein ist handlungsunfähig - er ist tot, sonst wäre der Hirntod anzuzweifeln. Bewußtsein ist stets an Materie gebunden, Bewußtsein ist sonst nicht denkbar. *Denken und Fühlen* (Emotionen) ist eine untrennbare Einheit, die nur sprachlich trennbar ist. Denken und Fühlen sind wie Pole eines Magneten (Nord-, Südpol: +, -). Bricht man einen Magneten in zwei Teile, bleibt die Polarität an beiden Stücken erhalten. Zwischen den beiden Polen "Denken und Fühlen" gibt es unendlich viele Graustufen, wie starke oder schwache Magnete. Ein denkender Mensch fühlt normal, ein fühlender Mensch denkt normal. Was ist normal? Normal ist, daß alle in der *psychologisierten Gesellschaft* (seit etwa 1965) einen Dachschaten haben.

**Normal ist die "goldene Mitte"**, der Natur gelungen ist der "Goldene Schnitt". Folglich gibt es Menschen mit *viel Verstand und wenig Gefühl* oder umgekehrt, aber auch Menschen mit *viel Gefühl und viel Verstand* oder umgekehrt. Die Palette Mensch: Die Mischung des Bewußtseins (Denken / Fühlen) ist bei allen Menschen unterschiedlich, sie reicht (mathematisch betrachtet) von NICHTS + 1 bis UNENDLICH - 1, wobei NULL (nichts) der biologische Tod ist. "Unendlich" ist unvorstellbar. Wer sich die Unendlichkeit vorstellen kann, möge sie erklären. Die Psychologen sprechen vom enträtselten Menschen - geben Gutachten für Gerichte ab - haben aber keine Ahnung, was wirklich im Menschen vorgeht. Keiner kann in die Psyche (Seele) eines anderen Menschen schauen, weil sie nicht existiert, und der menschliche Schädel ist nicht aus Glas. Deshalb fallen auch fünf verschiedene Gutachten von fünf verschiedenen Gutachtern (über ein und dieselbe Person) fünffach verschieden aus. Es stand in den Husumer Nachrichten: *"Psychiatrische Gutachten kann auch eine dressierte Ziege abgeben!"*, dafür hat Gert Postel den Nachweis erbracht. Man möge Psychologen für falsche Gutachten (wie die Straftäter) einsperren, dann gibt es keine fehlerhaften Gutachten mehr. Statistisch betrachtet verhalten sich etwa 90% der Menschen in gleicher Situation ähnlich, sie schwimmen alle im Strom der Masse mit. Statistik in der Forensik (Computergutachten) ist billiger und sicherer als Psychologie, das setzt sich langsam durch.

**Psychologie - das ist alles Quatsch!** Psychische Krankheiten sind ein Irrweg im menschlichen Denken: *"Die Psychopriester machen damit Ihre Moneten!"* Wo sind die psychologischen Disziplinen *Graphologie, Physiognomie und Traumdeutung* geblieben? Sie verschwanden stillschweigend. Es gibt nur körperliche (somatische, organische) Krankheiten und Erkrankungen des Bewußtseins (Geistes- und Gefühlskrankheiten). Traumata (körperliche Verletzung oder Bewußtseinsveränderung) verändern die Synapsenverknüpfungen bedingt durch die Erzeugung von Stresshormonen und -proteinen. Nur die Zeit heilt Wunden, Psychologen reißen sie wieder auf und sprechen von Verarbeitung. Strenggenommen kann nur der Körper (Organismus) erkranken, denn auch das Gehirn, das Bewußtseinsorgan, ist somatisch. Ist das Gehirn defekt, wird auch das Bewußtsein (Denken, Fühlen) in Mitleidenschaft gezogen. Das Gehirn braucht ständig Nahrung, Erhaltungsstoffe, wie alle anderen Organe. Bei Mangelernährung (Fehlernährung, Drogen, LSD, best. Medikamente) des Gehirns (Mesotrophie; Kollath, Schnitzer) kommt es zu Bewußtsveränderungen oder -trübungen (z.B. Depressionen, Angstzustände; irrationales Denken).

Durch die Industriernahrung degenerierte Gehirne sind eine unerschöpfliche Geldquelle der Scharlatane, Psychologen und anderer Spinner. Wir brauchen viele Ernährungsmediziner (anständige Ärzte - keine Stümper), die die Hirndefekte der Millionen mit gesunder Ernährung (ggf. Aminosäuren, Vitamine) wieder aufpäppeln. Psychologisches Geschwätz kann keine *essentiellen Stoffe* im Hirnstoffwechsel ersetzen, und ("psychisch") Verkorkste sollte man nach dem Aufpäppeln besser Pädagogen zur Nacherziehung überlassen. Die Kassen würden um Milliarden entlastet, aber es ist in dieser Zeit nicht opportun.

Noch etwas: Die Patientenbeauftragte der Bundesregierung *Helga Kühn-Mengel*, MdB, SPD, ist Psychologin. Wer denkt, weiß was sie vertritt: Die Interessen ihrer Berufsgruppe bei der Ausplünderung der Krankenkassen! Sie hat keinerlei Interessenkonflikte (neutral) - bestimmt nicht!

*"Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!"*, das ist Axiom. Die Anzahl der Dummen (Psychoverblödeten) nimmt zu - das ist Tatsache, und hier stimme ich *Dr. Johann Georg Schnitzer* ([www.doc-schnitzer.de](http://www.doc-schnitzer.de)), Vorkämpfer für gesunde Ernährung, uneingeschränkt zu. Einer ist immer der Letzte, der noch an der Psychologie verzweifeln wird. Was wir in einer guten Stimmung tun, das gelingt gut. Psychologie macht aus dem Abbild Gottes Sklaven, Psychologie tötet "die Seele des Lebens".

Frohe Weihnachten

Bruno Rupkalwis  
 Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
 Telefon: 040 / 830 62 42

PS: Sehr geehrter Herr Dr. Schnitzer, liebe Frau Lorenz, liebe Freunde, bitte schreibt mir Eure Meinung. Kann ich meine Gedanken in meine Internetseite [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de) integrieren ohne mich zu blamieren? Ich glaube nicht an Psychologie und kann ohne sie sehr gut leben. Wie denkt Ihr, wenn Ihr denkt? *Denken und Fühlen* ist eine Angelegenheit der (somatischen, hormonellen, wässrigen) Neurotransmitter, der Irrtum ist eine Angelegenheit des Bewußtseins (auch des Massenbewußtseins) ergibt sich daraus. Wo ist mein Denkfehler?

# Psychologisches Geschwätz kann keine essentiellen Stoffe ersetzen!

---

## 2 Derzeitige Therapieangebote bei Depressionen

### 2.1 Was ist eine larvierte Depression?

[Quelle: Klinisches Wörterbuch (Psyhyrembel)]

**Larvierte Depression als Definition in medizinischen Werken: Depression, bei gleichzeitiger Unfähigkeit des Patienten, seine depressive Verstimmung als solche zu beschreiben, statt dessen werden Beschwerden verlagert und als körperliche Symptome dargestellt: Herzbeschwerden, Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Appetit- und Schlafstörungen, gyn. Beschwerden, Störungen der Sexualfunktion; dadurch schwierige Diagnosestellung. Der Patient ist oft bei mehreren Ärzten in Behandlung, insbesondere bei Allgemeinmedizinern, Internisten, Gynäkologen und Chirurgen.**

**2.1.1 Die larvierte Depression** wird von Kritikern und Fachbuchautoren als erfundene Krankheit dargestellt. Ist jemand falsch ernährt, weil er sich nicht mit gesunder, frischer und schonend zubereiteter Nahrung regelmäßig versorgen kann, auf Fast-Food, Fertiggerichte, Kantine, Pizza usw. zurückgreifen muß oder es tut, gar ohne Frühstück das Haus verläßt, dann merkt er erst eine lange Zeit gar nichts. Denn ein leichter Vitaminmangel (Hypovitaminose) äußert sich mit ganz unspezifischen Symptomen wie Kopfschmerzen, verringerter Belastbarkeit, allgemeinem Unwohlsein, Müdigkeit, Gefühlsschwankungen oder erhöhter Anfälligkeit gegenüber Infekten. Das kann man in Apothekerzeitschriften nachlesen.

**2.1.2 Bei stärkerem Mangel** an essentiellen Stoffen (Avitaminose) im Organismus kommt es zu *Mangelercheinungen*. Eines der Symptome, die an Haut, Fingernägeln, Magen, Darm, Augen, Nervensystem usw. auftreten können, ist die *Depression*, und daran geht kein Weg vorbei. Das steht in keiner Apothekerzeitschrift, wird in keiner Gesundheitssendung, in keiner Arztserie gesagt. Das nennt man „psychosomatisch oder vegetative Dystonie“. Dabei können die einzelnen Symptome verschieden stark im Vordergrund stehen, das ist das Tückische der Mangelercheinungen und wird von (unfähigen) Ärzten nicht erkannt. Daher besteht bei fast allen Menschen der Industriestaaten (wegen industriell bearbeiteter, gelagerter, veränderter Nahrungsmittel) eine *latente Depression*, eine nicht versiegende Geldquelle für Heilbeter, Quacksalber und Scharlatane, aber auch für Mediziner und Psychologen.

**2.1.3 Tritt zufällig noch beruflicher Streß**, Prüfungsangst, Trennungsschmerz oder der Tod eines nahen Angehörigen hinzu, dann ist die Depression vorprogrammiert. Hauptauslöser der Depression sind Mangel im Organismus an Thiamin (Beriberi), *Pyridoxin*, Nicotinamid (Pellagra) und Folsäure. Diese richtige Antwort hat kein Psychologe, kein Psychotherapeut parat. In der frühkindlichen Phase des Ahnungslosen nach den Ursachen zu suchen, wie es viele Psychologen tun, ist mehr als dreist. Die Depression kann aber auch aus heiterem Himmel kommen, was Psychologen (in ihrer Einfältigkeit) als letzte Ursache benennen.

## 2.2 Medikamente (Antidepressiva)

[Quellen: Bittere Pillen (Kurt Langbein); KURSBUCH Medikamente und Wirkstoffe (Dr. Andreas von Maxen); Klinisches Wörterbuch (Psyhyrembel)]

**Antidepressiva sind chemische Psychopharmaka, die in der Therapie der Depressionen Verwendung finden. Sie wirken hauptsächlich an den Synapsen der Hirnzellen (Neuronen) und rufen hier die mannigfaltigsten Wirkungen durch Hemmung oder Verstärkung der Transmitterfunktionen hervor. Antidepressiva erzeugen in der Biosynthese (Hirnstoffwechsel) keine Neurotransmitter (z.B. Serotonin, Dopamin). Dafür sind die essentiellen Stoffe Pyridoxin (Vitamin B6) und Tryptophan (ggf. Tyrosin) zwingend erforderlich.**

### 2.2.1 Trizyklische Antidepressiva

sind Arzneimittel zur Behandlung von Depressionen. Die Auswahl der Substanz richtet sich nach den Symptomen. Die Dosierung erfolgt einschleichend. Bevor man jedoch über Erfolg oder Misserfolg einer Therapie urteilen kann, muss ausreichend lange (mind. 2-3 Wochen) in einer wirksamen Dosis behandelt werden. Wegen vieler Neben- und Wechselwirkungen ist eine enge Kontrolle nötig.

#### Chemische Wirkstoffe:

Vorwiegend dämpfend: **Amitriptylin, Doxepin, Trazodon, Trimipramin**

Vorwiegend antriebssteigernd: **Disipramin, Nortriptylin**

Ohne wesentlichen Effekt auf Antrieb: **Clomipramin, Imipramin, Maprotilin, Opipramol**

**Wirkungsweise:** Hemmung der Wiederaufnahme oder des Abbaus von Noradrenalin und Serotonin im ZNS (Synapsen).

**Risiken und Nebenwirkungen treten häufig auf:** Möglich sind Mundtrockenheit, Sehstörungen, Schwitzen, Impotenz, Blutdruckabfall beim Aufstehen, Herzrhythmusstörungen, Hände zittern, Müdigkeit, Verwirrtheit, Blutbildschäden, Gewichtszunahme, Vergiftungen bei zu hoher Dosierung.

### 2.2.2 Selektive Serotoninwiederaufnahme-Hemmer

sind nicht wesentlich besser verträglich als trizyklische Antidepressiva und möglicherweise etwas schwächer wirksam. Sie werden dann angewendet, wenn es Gründe gegen eine Einnahme der trizyklischen Antidepressiva gibt oder wenn es unter diesen Mitteln zu erheblichen Nebenwirkungen gekommen ist. Eine Überwachung ist erforderlich, da häufig unangenehme psychische Begleiterscheinungen auftreten.

**Chemische Wirkstoffe:** **Citalopram, Fluoxetin, Fluvoxamin, Paroxetin, Sertralin, Venlafaxin**

**Wirkungsweise:** Die Wiederaufnahme von Serotonin aus dem synaptischen Spalt der Nervenzellen wird gehemmt, wodurch es zu einer Erhöhung der bei Depressionen erniedrigten Serotoninkonzentrationen kommt.

**Risiken und Nebenwirkungen treten häufig auf:** Die Risiken und Nebenwirkungen entsprechen denen der trizyklischen Antidepressiva. Dazu können Übelkeit, Appetitlosigkeit, Aggressivität, Ängstlichkeit, Schlafstörungen, Benommenheit (und) oder Störungen der Sexualität hinzukommen.

### 2.2.3 MAO-Hemmer

Der neue MAO-Hemmer Moclobemid gilt als Reservemedikament bei Depressionen, wenn die Behandlung mit "chemischen" Antidepressiva wegen Nebenwirkungen oder mangelnder Wirksamkeit nicht möglich ist. Es hat eine aufputschende Wirkung und wird daher bei starker Antriebsschwäche eingesetzt. Nicht gegeben werden sollte es bei Agitation (Aufgeregtheit) und erheblicher Unruhe.

**Chemischer Wirkstoff: Moclobemid**

**Wirkungsweise:** Die Substanzen wirken auf das Enzym Monoaminoxidase (MAO A u. B), die dadurch den Abbau der Neurotransmitter (Serotonin, Dopamin und Noradrenalin) hemmen. Dadurch erklärt sich die stimmungsaufhellende Wirkung der Mittel. MAO-Hemmer erzeugen im Hirnstoffwechsel keine zusätzlichen Neurotransmitter

**Risiken und Nebenwirkungen treten häufig auf:** Moclobemid ist besser verträglich als die alten MAO-Hemmer. Dennoch brechen viele Patienten die Therapie wegen Unverträglichkeit, zum Teil auch wegen Unwirksamkeit ab. An Risiken und Nebenwirkungen wurden Schlafstörungen, Angst, Erregungszustände, Übelkeit, Durchfälle und Herzrhythmusstörungen bekannt. Es sind Symptome, die es eigentlich zu Bekämpfen gilt.

### 2.2.4 Lithium

Lithium ist aufgrund seiner relativ großen Giftigkeit ein problematisches Medikament. Es hat bei schwer verlaufenden Depressionen und bei Depressionen, die sich phasenweise mit manischen Episoden abwechseln, bislang Bedeutung. Bei schweren Depressionen senkt es die Selbstmordrate. Eine ständige Kontrolle der Blutwerte ist erforderlich, weil meist eine langjährige (akuten Schüben vorbeugende) Einnahme nötig ist.

**Chemischer Wirkstoff: Lithium**

**Wirkungsweise:** Die Lithiumsalze werden zur Behandlung von manisch-depressiven Erkrankungen eingesetzt. Den genauen Wirkungsmechanismus weiß man in der Medizin nicht.

**Risiken und Nebenwirkungen treten häufig auf:** Fast alle Patienten leiden unter Nebenwirkungen. Da Lithium sehr giftig ist, kann es bereits bei geringen Überdosierungen sehr schnell zu schweren Vergiftungen kommen. An Nebenwirkungen können metallener Geschmack, Übelkeit, Durchfall, Nierenschäden, Schilddrüsenerkrankungen, Muskelschwäche und Zittern auftreten.

### 2.2.5 Pflanzliche Antidepressiva

Die Nebenwirkungen des Johanniskraut sind geringer als bei der Verwendung von chemischen Antidepressiva. Die Wirksamkeit bei depressiven Erkrankungen ist bisher nicht zweifelsfrei erwiesen. Auch die optimale Dosis ist bislang nicht klar. Zudem hält die Suche nach den eigentlich wirksamen Bestandteilen der Extrakte an. Somit ist die Anwendung bei Depressionen mit einem Fragezeichen versehen.

**Wirkstoff: Johanniskraut**

**Wirkungsweise:** In Johanniskraut befinden sich viele Stoffe. Welche Substanz(en) für die Auswirkungen auf die Stimmung verantwortlich ist, weiß man nicht mit Sicherheit. Johanniskraut soll ähnlich wie die chemischen Antidepressiva einen fördernden Einfluss auf die Botenstoffe Serotonin und Noradrenalin im Gehirn haben, womit die stimmungsaufhellenden Wirkungen erklärt werden. Ob die Bestandteile des Johanniskraut aber überhaupt Nervenzellen im Gehirn erreichen, ist unklar.

**Verglichen mit den chemischen Antidepressiva treten weniger Nebenwirkungen auf.** Patienten können unter Nebenwirkungen leiden. Hier sind Sonnenallergie, Müdigkeit, Unruhe, Übelkeit und Bauchschmerzen zu nennen. Depressivkranke Menschen neigen ohnedies zur Empfindlichkeit gegen Sonnenlicht.

## 2.3 Psychotherapie und Depression

[Quellen: Titelgeschichten DER SPIEGEL Nr. 36/2000, Nr.16/2005; Lexikon der Medizinirrtümer (Werner Bartens)]



Es gibt immer mehr Skeptiker, die der Psychotherapie ablehnend entgegentreten. So versucht der Psychologe **Rolf Degen** in seinem Lexikon der Psychoirrtümer den Beweis zu erbringen, daß Psychotherapie unwirksam ist, höchstens einem Placeboeffekt standhält. Die Crux mit Psychologie und Psychotherapie liegt in der Ungenauigkeit des Gegenstandes "Seele". Degen argumentiert mit empirischen Untersuchungen, die viele Aussagen ins Reich der Mythologie verwies, doch Unklarheiten kommen durch andere Studien auf, die das Gegenteil beweisen. Dagegen gibt es zwei Strategien. Die eine ist die, jenen Studien mehr zu vertrauen, die neueren Datums sind UND vorhergehende, auch abweichende Ergebnisse diskutiert. Man wird feststellen, dass die Widerlegungen und Relativierungen alle neueren Datums sind, während die "Irrtümer" vor 50 bis 100 Jahren in die Welt gesetzt wurden.

Zweitens ist es nützlich, sich an den Philosophen **Karl Popper** zu halten. Er maß der Widerlegung einer Behauptung mehr Wert bei als der Bestätigung. Gerade in der Psychologie, sagt Popper in seiner intellektuellen Autobiografie, lasse sich alles mit Beispielen und Fallbeschreibungen beweisen. Psychoanalyse und Individualpsychologie sind nach seinem Dafürhalten unter die Pseudo-Wissenschaften einzureihen, genauso wie der Marxismus.

Der wohl aussagekräftigste deutsche Skeptiker der Psychologie war der Philosoph **Karl Jaspers**. Er studierte anfangs Psychologie, schuf dann sein Werk *Psychologie der Weltanschauungen*, und stellte fest, daß sein Werk (versehentlich) nichts mit Psychologie zu tun hatte. Er wechselte die Fronten und wurde Philosoph. Jaspers lehnte *Psychoanalyse und Marxismus* vehement ab, bezeichnete beides als Wissenschaftsaberglaube. Ende der 1960er-Jahre (mit der Studentenrevolte) kam es zum Philosophenstreit mit der Frankfurter Schule, deren Anhänger man als Freudianer bezeichnen kann.

Wir leben heute in einer psychologisierten Gesellschaft, in der kritischer Verstand vom Tisch gefegt wurde. Mit der Psychologie (Psychotherapie) werden Millionen depressivkranker Menschen auf einen Irrweg geschickt. Psychologen haben bis zum heutigen Tag nicht den (nachprüfbaren) Beweis erbringen können, daß Psychotherapie einen Nutzen bei depressivkranken Menschen hat. Die 3-Drittel-Faustregel besagt: „*Das 1. Drittel der Depressiven wird von selbst gesund, das 2. Drittel bleibt depressiv, und das letzte Drittel landet in der Psychiatrie.*“ In Deutschland leiden etwa 4 Millionen Menschen an Depressionen. Von ihnen werden jährlich mehr als 100.000 Selbstmordversuche unternommen, etwa 12.000 enden tödlich.

Wird ein psycho-"therapierter" Mensch zufällig von selbst gesund, bekanntlich verschleißen sich die meisten Krankheiten, glaubt der arme Tropf, ihm wurde geholfen, und der Psychologe schreibt sich den Erfolg auf seine Fahnen. Seit Etablierung der Psychotherapie haben sich weltweit etwa 40 Millionen Menschen aus depressiver Verzweiflung umgebracht. Sie wußten nicht, daß ihr Stoffwechsel (Metabolismus, Maldigestion, Malnutrition) aus dem Ruder geraten war. Dieses Wissen ist den Führungskräften von Pharmaindustrie, Medizin und Krankenkassen bekannt. Man unternimmt nichts für die Aufklärung der Menschen. Das Gegenteil ist der Fall, denn: *Wer sich selbst umbringt, hat selbst schuld.*

Die Psychologie (Pseudowissenschaft) wurde in den letzten 100 Jahren ständig *gegen* die Menschen eingesetzt. Die Nazis verdummten mit Massenpsychologie (Propaganda) das deutsche Volk, trieben es in den Abgrund. In der Sowjetunion gab es die marxistische Psychologie, sie wurde auch *kritische Psychologie* genannt. Mit deren Methoden wurden Millionen gequält und in den Selbstmord getrieben: "Jossif Stalin läßt grüßen!" In der DDR wurde 1968 die operative Psychologie bei der STASI eingeführt. Auch hier gibt es genügend Beweise für *psychologische Menschenquälerei*. Die Verbrechen der Psychologen (seelische Folter) wurden nie an den Pranger gestellt. Niemand machte bisher den (verbrecherischen) Psychologen einen Prozeß. Politverbrecher wurden nach den Nürnberger Prozessen aufgehängt, Psychoverbrecher verschont.

Die Psychologie ist ein Konglomerat giftiger Spaltpilze, sie vereinigt Weltanschauungen (von Astrologie über Graphologie und Physiognomie bis hin zur Pastoralpsychologie) und ist nur mit einer Religion vergleichbar, die weder beweis- noch widerlegbar ist. Psychologie treibt Keile in die Gesellschaft. In der (forensischen) Gutachterpraxis haben sich computergestützte (statistische) Gutachten als qualitativ besser erwiesen.

## 2.4 Schlafentzug, Lichttherapie und Elektroschock

[Quelle: Broschüre Depression (bmb+f)]

**Sich selbst aus dem Stimmungstief herauszuholen ist bei schweren Depressionen meist unmöglich. Für Betroffene ist es aber notwendig, ihrer Umwelt zu signalisieren, dass sie alleine nicht mehr zurechtkommen und Hilfe benötigen. Dies ist umso wichtiger, als den meisten Menschen mit Depressionen gut geholfen werden könnte. Es ist unnötig, über viele Wochen oder Monate vor sich hin zu leiden. Bei lang anhaltenden Verstimmungen sollte man sich daher an einen Ernährungsmediziner wenden, der über die Biosynthese und die Vorgänge in den Synapsen der Hirnzellen ausgebildet wurde. Ernährungsmediziner sind in Deutschland noch eine Rarität, daher ist es mit Mühen verbunden, einen wirklichen Spezialisten zu finden. Deshalb werden noch immer zweifelhafte Therapiemethoden angewendet. Bei den Depressionen geht man von dem Ansatz aus: "Viele Ursachen - viele Therapien!"**

**2.4.1 Durch Schlafentzug** wird bei vielen Menschen mit depressiven Störungen eingegriffen: Etwa zwei Drittel der Betroffenen verspürt nach einer durchwachten Nacht am nächsten Morgen eine Besserung. Allerdings hält die stimmungsaufhellende Wirkung in aller Regel nicht länger als einen Tag an. Warum Schlaflosigkeit die Stimmung hebt, ist bei Medizinern nicht geklärt. Eine wichtige Rolle scheint das Ausbleiben des sogenannten REM-Schlafes zu spielen, meinen sie. Diese relativ leichte Schlafphase tritt vorwiegend in den frühen Morgenstunden auf und ist durch schnelle Augenbewegungen (englisch: Rapid Eye Movements, kurz REM) sowie lebhaftere Träume gekennzeichnet. In dieser Zeit verändert sich auch die Freisetzung von Botenstoffen im Gehirn: Serotonin, bei Depressiven ohnehin nur in geringer Menge vorhanden, wird abgebaut. Wird der REM-Schlaf aber verhindert, kann Serotonin nicht abgebaut werden - am nächsten Morgen bleibt das Stimmungstief aus. Soweit der heutige Stand (der Medizin) dieser Therapieform.

Nur in Abhängigkeit vom *Hell-Dunkel-Rhythmus* (im Schlaf) erzeugt der Organismus das neurosekretor. Hormon *Melatonin* (Jugendhormon). In der Biosynthese des Melatonins ist Serotonin Vorstufe. Wird dem Depressiven der nächtliche Schlaf entzogen, findet die Biosynthese des Melatonins nicht statt, also auch kein Serotoninverbrauch, was die (vorübergehende) Stimmungsaufhellung erklärt. Die Kausalkette des Melatonins in der Biosynthese ist folgende: *Pyridoxin - Tryptophan - Serotonin - Melatonin*. Pyridoxin (Vitamin B6) und Tryptophan (Aminosäure) sind essentiell, das heißt, wir müssen beide mit der Nahrung essen. Melatonin wird bei chronischen Schlafstörungen oder bei Jet lag medizinisch verwendet, hat aber unerwünschte Nebenwirkungen, wie Bauchkrämpfe, Müdigkeit oder *depressive* Verstimmung.

**2.4.2 Lichttherapie:** Dass Licht eine stimmungsaufhellende Wirkung haben kann, kennen viele Menschen aus eigener Erfahrung. Bei einer bestimmten Form der Depression - der saisonal abhängigen Depression oder Winterdepression - kann helles weißes Licht tatsächlich dazu beitragen, die trübe Stimmung zu vertreiben: Es wird vom Auge aufgenommen und reguliert den biologischen Schlaf-Wach-Rhythmus, der bei Patienten mit dieser speziellen Depressionsform gestört ist. Den Betroffenen wird empfohlen, sich täglich über einige Tage bis zu einer Woche für jeweils 45 Minuten vor Speziallampen zu setzen, die helles Licht bis 10000 Lux abgeben und somit helles Tageslicht simulieren. Das Licht, lautet eine gängige Theorie, stimuliert über die Netzhaut und den Sehnerv Prozesse im Gehirn, etwa die Freisetzung von Serotonin, das bei Menschen mit saisonaler Depression in zu geringer Menge ausgeschüttet wird. Soweit die gängigen medizinischen Theorien.

**2.4.3 Der Elektroschock:** Die Elektroschockbehandlung (EKT) wurde erstmals im Jahr 1938 von einem italienischen Psychiater eingesetzt. Bis zur Entwicklung chemischer (antidepressiver) Medikamente hat sie sich als die "wirksamste Methode" zur Behandlung schwerer Depressionen erwiesen. Nach wie vor gilt sie Psychiatern als unverzichtbar, um lebensbedrohliche und schwere Depressionen zu behandeln, die auf kein Medikament und keine andere Behandlungsmöglichkeit ansprechen. Nach den vorliegenden "wissenschaftlichen Ergebnissen" ist sie die derzeit erfolgreichste Therapie für schwere typische Depressionen, meinen Psychiater.



**Elektroschock: Behandlung, wie im frühesten Mittelalter?**

Die EKT ist eine Behandlung mit elektrischem Strom: Das Gehirn des Patienten wird einem Stromstoß von 70 bis 120 Watt ausgesetzt. Es folgt ein Krampfanfall, der die depressiven Symptome in etwa 90 Prozent der Fälle lindert. Die Behandlung erfolgt unter Vollnarkose, außerdem erhält der Patient Medikamente, welche die Muskeln entspannen. Eine EKT wird in Deutschland nur von spezialisierten Zentren und in den meisten psychiatrischen Universitätskliniken angeboten. Normalerweise besteht die EKT aus einer Serie von sechs bis zwölf Behandlungen im Abstand von zwei bis drei Tagen.

Der Wirkmechanismus der EKT ist den Psychiatern unbekannt. Bislang ist bekannt, dass sie die Hindurchblutung, die bei einer schweren (chronischen) Depression vermindert sein kann, verstärkt, was möglicherweise antidepressiv wirkt. Vermutet wird auch, dass körpereigene Eiweiße, so genannte Neuropeptide, im Gehirn verstärkt freigesetzt werden. Diesen Neuropeptiden wird ein beruhigender Effekt zugeschrieben. Auch einige Neurotransmitter werden verstärkt ausgeschüttet. Außerdem erhöht sich die Rezeptordichte für Neurotransmitter, die an der Depression beteiligt sind. Das Zusammenspiel dieser Wirkweisen scheint für den antidepressiven Effekt der EKT verantwortlich zu sein, meinen Psychiater.

Soweit der Stand der "medizinischen Wissenschaft".

**2.4.4 Depressionen sind eine Stoffwechselstörung**, bei der der Neurotransmitter *Serotonin* aus dem Ruder gelaufen ist. Nur eine gesunde Ernährung, die reich an essentiellen Stoffen (Vitamin-B-Komplex und Tryptophan) ist, kann einen Ausgleich schaffen. Diese Tatsachen wollen bestimmte Kreise nicht zur Kenntnis nehmen, weil an den Stoffen (keine Patente) nichts zu verdienen ist. In der deutschen Medizin spielt gesunde Ernährung noch immer eine untergeordnete Rolle.

**Menschenrechtler lehnen den Elektroschock (als Folter) ab.** Ein Stromstoß mit der Stärke von 100 Watt, kann eine Glühbirne hell erstrahlen lassen. Die Quälerei ist nur unter Narkose erträglich. Es ist, als wenn ein Blitz in einen Computer einschlägt: *Die elektrischen Elemente und Schaltkreise werden zerstört!* Ähnlich wirken sich Stromstöße auf die Neuronen (Hirnzellen) aus. Die (natürlichen) elektrischen Impulse (Axonreflex), die durch die Dendriten (zelleibnah verzweigter Fortsatz) laufen und die Hirnzellen miteinander verbinden, werden elektrisch überlagert. Wieviele Synapsen (Verbindungsstellen der Neuronen) dadurch im Gehirn zerstört werden, hat noch keiner gezählt.

**Sind Elektroschocks wissenschaftlich?** Wenn es auch keine einheitliche Wissenschaftsmethode gibt, so gibt es doch Kriterien, die eine wissenschaftliche Theorie auszeichnen. Man kann - darin dem Wissenschaftstheoretiker *Karl Popper* folgend - eine Minimalvoraussetzung für Wissenschaftlichkeit angeben: Eine wissenschaftliche Theorie muß falsifizierbar sein. (Ein Stein, der nach oben fällt, und die Gravitationstheorie ist widerlegt oder zumindest doch sehr stark ergänzungsbedürftig...). Ein weiterer Grundsatz lautet: zuerst die Beobachtung - dann die Interpretation, das Aufstellen von Regel, das Ableiten von Gesetzen. Jede Theorie und jedes Naturgesetz ist ein Modell der Wirklichkeit, nicht die Wirklichkeit selbst, und im Prinzip stets nur vorläufig (das vergessen auch Wissenschaftler immer wieder gerne). Darüber hinaus gibt es einige Kriterien, die wissenschaftliche Aussagen erfüllen sollten. (Martin Marheinecke)

## 2.5 Tacheles -auf vielfachen Wunsch!



Die Redewendung **Tacheles** reden stammt aus dem Jiddischen (tachtit = Ziel, Zweck) und heißt so viel wie direkt die unverblümete Wahrheit sagen; jemandem ohne Zurückhaltung ungeschminkt die Meinung sagen; Klartext reden; ein heikles Thema ansprechen; offen und deutlich reden.

In vielen Schreiben werde ich gefragt: "Was raten Sie mir?" Auch erhalte ich Anrufe von Betroffenen oder ihren Angehörigen, die hilflos sind, weil Ärzte und Psychologen sie austerapiert haben. Viele leiden schon Jahre, teilweise Dekaden: "Zu Risiken und Nebenwirkungen der *Antidepressiva* fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!" Zunächst sage ich jedem, daß ich pensionierter Eisenbahner und kein Scharlatan oder Arzt bin. Ich mache keine Beratung, sonst steigt mir die Weißkittelzunft aufs Dach, aber wie ich mich selbst verhalten würde, das ist nicht mein Geheimnis.

Frage: **Was sind Depressionen?**

Antwort: Depressionen sind Symptome von (qualitativer) Mangelernährung, und die meisten Ärzte haben keine Ahnung davon! Das behaupten jedenfalls Psychologen. Es steht auch offen in Zeitschriften und Magazinen.

Frage: **Bin ich psychisch krank, weil ich unter Depressionen leide?**

Antwort: Auf keinen Fall! Sie sind ein Mensch, wie jeder andere, allerdings ist Ihr Hirnstoffwechsel gestört. Ihrem Hirn fehlen essentielle Stoffe, deshalb ist das Niveau Ihres *Denkens und Fühlens* beeinträchtigt. Als Betroffener merken Sie es nicht, das ist das Tückische der Depressionen. Denken und Fühlen sind Einheit, man kann sie nur gedanklich trennen.

Frage: **Warum hat mein Arzt nicht mit mir über gesunde Ernährung gesprochen?**

Antwort: Weil er vermutlich keine Ahnung davon hat! Es gibt nur wenige ausgebildete Ernährungsmediziner.

Frage: **Warum habe ich noch immer Depressionen, obwohl ich schon 40x bei der Psychotherapie war?**

Antwort: Geschwätz mit dem Psychologen kann nicht die fehlenden Stoffe im Gehirn ersetzen! Psychologen sind der Mülleimer der Ärzte, wenn diese mit ihrem Latein am Ende sind, werfen sie Menschen dort hinein.

Frage: **Soll ich mit meinen Psychotherapeuten über meine Ernährung sprechen?**

Antwort: Ja, auf jeden Fall! Das öffnet die Augen und schärft den Geist.

Frage: **Warum sagt der Psychotherapeut nicht, daß er nicht helfen kann, obwohl ich schon 40x bei ihm war?**

Antwort: Solange eine Kuh Milch gibt, wird sie gemolken! Der Psychotherapeut ist auch nur ein Mensch. In Amerika haben Psychologen die dortigen Kassen um Milliarden geplündert, mit einer "psychischen Krankheit", die es überhaupt nicht gibt, nämlich der "multiplen Persönlichkeit". Das wurde (nachts) im deutschen Fernsehen gebracht.

Frage: **Was wäre, wenn ich zufällig von selbst gesund werde?**

Antwort: Dann glauben Sie, Ihnen wurde geholfen, und der Psychotherapeut schreibt sich den Erfolg auf seine Fahnen.

Frage: **Welche Inhaltsstoffe sollte ein Mittel gegen Depressionen haben?**

Antwort: Eine Kapsel sollte 25 mg Thiamin, 25 mg Riboflavin, 50 mg Nicotinamid, 25 mg Pyridoxin, 0,6 mg Folsäure, 0,009 mg Cobalamin, dazu 100 mg Magnesium und 20 mg Zink enthalten. Anfangs sollte ein an Depressionen leidender Mensch drei Kapseln davon täglich schlucken! Zusätzlich 250 mg der essentiellen Aminosäure *L-Tryptophan* vor dem Mittagessen. Tryptophan ist in der Biosynthese die Vorstufe des Glückshormons Serotonin, und Pyridoxin wird als Coenzym (Katalysator) benötigt.

Frage: **Was kostet es?**

Antwort: Die Vitamine sind für den Zweck (aufpäppeln der Ernährung), den sie erfüllen sollen, nicht teuer. 60 Kapseln L-Tryptophan kosten in der Apotheke etwa 20 Euro!

Frage: **Ist das so billig und hilft es auch?**

Antwort: Ja! Es ist aber nur eine Krücke. Wichtig ist eine gesunde Ernährung, frei von Chemiestoffen. Kranke Menschen, die Ihre Ernährung auf gesunde (lebende) Kost umstellen, erleben Wunder, die kein Arzt verursachen kann!

Frage: **Warum wird der Zusammenhang von Mangelernährung und Depressionen nicht erforscht? Heißt es doch, die "psychischen Krankheiten" sollen weiter zunehmen.**

Antwort: Von Seiten der Geldverdiener (Pharma, Ärzte, Psychologen) besteht kein Interesse, denn an gesunden Menschen ist nichts zu verdienen. Keiner heilt kostenlos!, die Behandlung ist aber oft umsonst. An billigen Vitaminen ist nichts zu verdienen und außerdem können sie nicht durch Patente geschützt werden.

Frage: **Hilf dir selbst, sonst hilft dir keiner! Ist das wahr?**

Antwort: Ja!

Noch etwas: Falls Ärzte eine Beratung wünschen, dürfen sie mich gerne anrufen. Ich habe bisher etwa 40 bis 50 Ärzte und Apotheker mit meinem Wissen an die Wand argumentiert. Sie hatten alle keine Ahnung. Das ist Tatsache! Mein HNO-Arzt: "Machen Sie weiter, es muß solche Menschen geben wie Sie!" Der Hausarzt meiner Frau: "Ich war auf Ihrer Internetseite. Sie haben recht!" Ich grüße ihn wieder.

# Psychologen sind keine Hilfe, sie sind ein Problem!

## 3 Psychologie, Machtausübung und Alltag

### 3.1 Wissen ist Macht - Die Krankheitslobby hat Wissen und Macht!

[Quellen: Broschüre Depression (bmb+f); Depression - Ein Ratgeber (Forum für seelische Gesundheit); Depression kann jeden treffen (STADA-Ratgeber)]

**Wer viel weiß, den kann man nicht für dumm verkaufen. Wichtig ist, daß man sich informiert, und das gilt besonders für Krankheiten. "Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser!", denken Sie stets an diesen weisen Ausspruch. Meiner Aktivität habe ich den Namen *Vitamin-B-Komplex* gegeben. Ich habe festgestellt, daß mit Vitaminen, mit *Thiamin, Nicotinamid, Pyridoxin* und einige weitere (Tryptophan), depressivkranken Menschen geholfen wird. Sie müssen diese Stoffe nur rechtzeitig zu sich nehmen.**

**Depressionen sind Symptome von (qualitativer) Mangelernährung** (z.B. Beriberi, Pellagra) und keine psychische Erkrankung. Unsere Industriemittel sind nicht ausreichend mit den lebenswichtigen Stoffen (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente) versehen. Wir essen zuviel Chemie (z.B. Farbstoffe, Aromen) und wundern uns, daß Depressionen zur Volksseuche geworden sind. Wir können folglich davon ausgehen, daß fast alle Menschen der Industriestaaten eine latente Depression in sich tragen, die darauf wartet, irgendwann auszubrechen. Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente kann der menschliche Körper nicht selbst erzeugen. Sie sind lebenswichtig und müssen mit der Nahrung dem Organismus zugeführt werden. Bei Gesprächen mit Menschen, wurden mir Zweifel an der Psychologie geäußert (ihre Wurzeln liegen im Okkultismus). Viele halten sie schlechthin für Humbug. Andere meinen, Ärzte haben keine Ahnung von gesunder Ernährung.

## Broschüre des Bundesministeriums für Bildung und Forschung

Stand August 2001

Es ist, als ob die Seele unwohl wäre...

Erich Kästner

**Depression - Wege aus der Schwermut**



**Anmerkung:** Die Broschüre des BMBF gliedert sich grob betrachtet in einen medizinischen (wissenschaftl.) und einen psychologischen Teil. Im med. Teil wird die Funktionsweise der Neurotransmitter (Serotonin usw.) und ihre wichtige Bedeutung für die Gehirntätigkeit bei Depressiven erläutert. Die Antidepressiva werden beschrieben, sie verzögern den Abbau des Serotonins. Im psychologischen Teil findet man das übliche Geschwätz: "Auslöser der Depression ist..."

In der Broschüre findet sich kein Wort über gesunde Ernährung, über die lebenswichtige Bedeutung der Vitamine. Ohne B-Vitamine ist die Biosynthese des Serotonins nicht möglich. Das ist im Forschungsministerium noch nicht angekommen.

Das Werk ist unterlassene Hilfeleistung. Es wird im Sinne der Geldverdiener (Krankheitslobby) mit Halbwahrheiten argumentiert. An gut mit essentiellen Stoffen versorgten Menschen ist nichts zu verdienen, das weiß die Krankheitslobby.

**Bruno Rupkalwis, 01.06.2002**

## Geleitwort

Mindestens vier Millionen Menschen, so neueste Schätzungen, leiden allein in Deutschland an depressiven Störungen. Diese gehören weltweit sowohl zu den häufigsten, als auch zu den am meisten unterschätzten Erkrankungen.

Nach wie vor besteht hoher Forschungsbedarf, auch wenn es in den letzten Jahren durch die weltweite Intensivierung der Forschung unzweifelhaft Fortschritte gegeben hat. Neue Medikamente, aber auch andere Formen der Behandlung haben ihre Wirksamkeit unter Beweis gestellt und finden damit zunehmend Eingang in die Gesundheitsversorgung. Daneben entwickelt die Forschung neue, grundlegende Erkenntnisse über die Natur der depressiven Erkrankungen und stellt somit Ansatzpunkte für die weitere Entwicklung von Therapieverfahren zur Verfügung.

Darüber hinaus entmythologisiert die Forschung aber auch Erkrankungen der Psyche und trägt damit zur Versachlichung der Auseinandersetzung mit diesen Krankheitsbildern bei, auf die eine nicht aufgeklärte Öffentlichkeit noch immer mit Unverständnis reagiert.

Mit dieser Broschüre soll den Betroffenen und Ihren Angehörigen, aber auch allen anderen Interessierten der Stand der Forschung nahe gebracht und ein tieferes Verständnis der Erkrankung vermittelt werden.

*Edelgard Bulmahn*

*Ministerin für Bildung und Forschung*

Frau Bundesministerin E. Bulmahn, Sie haben da etwas unterschrieben, wofür Sie einmal Verantwortung übernehmen müssen!

### 3.2 Was ist Psychologie?

[Quellen: Psychoanalyse, Totem und Tabu (Sigmund Freud); Charakterkunde (Dr. Wolfgang Aureus); Die Reisen der Seele (Michael Newton)]

**Vor etwa 40 Jahren** habe ich mich mit der *Psychoanalyse* von Sigmund Freud (Wiener Nervenarzt) befaßt - Psychologie war damals großen Teilen der Bevölkerung unbekannt. Seine Begriffe wie *Libido*, *Destruktionstrieb*, *Ödipuskomplex*, *Kastrationskomplex* und *Penisneid* sind mir in schlechter Erinnerung geblieben. Auch weiß ich noch von seinen psychischen Erklärungen vom „Es“, vom „Ich“ und vom „Überich“. Vor mehr als 70 Jahren hat er so versucht, Krankheiten zu behandeln, in dem er längst vernarbte Wunden wieder aufriß. Es ist bis heute beim Versuch geblieben, denn nachvollziehbare Beweise bleibt die Psychologie schuldig.

Freud ist der *Hohepriester*, dem es gelungen ist, die Parapsychologie (Okkultismus) zu einer "Wissenschaft" zu machen. Sie ist gefährlich, wenn unreflektiert an sie geglaubt wird. Ein Wissen über Vitamine und Mangelkrankheiten war bei ihm nicht vorhanden. Schon damals blieb dieser *Meister und Begründer* einen Beweis schuldig. Spätere Psychologen (C.G. Jung, Alfred Adler) sind stark von seinen „Erkenntnissen“ abgewichen und haben eigene Schulen begründet. Daraus entstand letztlich die heutige Psychologie. Die Vermischung von Religion und Psychologie schafft gefährliche Sekten. Keinem Psychologen ist es gelungen, auch nur eine einzige Seele (Psyche) nachzuweisen. Sie doktern aber allzeit an ihr herum und versuchen sie hinzubiegen - der Geist (Intellekt) des Behandelten wird verbogen. Was nicht nachweisbar ist, kann auch nicht behandelt werden. Wird ein Therapierter zufällig von selbst gesund, bekanntlich verschleißen sich die meisten Krankheiten, glaubt der arme Tropf, ihm wurde geholfen, und die "Experten" schreiben sich den Erfolg auf ihre Fahnen.



Der österreichische Psychiater **Sigmund Freud** (1856 - 1939) gilt als Vater der Psychoanalyse.

#### Sigmund Freud - der Erfinder der Psychoanalyse

**Die Psychoanalyse**, das Werk des "großen Meisters", haben die meisten Menschen nicht gelesen. Es ist mit Vorsicht zu genießen, wenn man seine Nase hineinsteckt. Man bekommt garantiert beim Lesen Komplexe (Ödipus-, Kastrationskomplex oder Penisneid usw.). Die Studenten der 68er-Generation studierten bei Adorno, Mitscherlich, Horkheimer, Marcuse usw.. Diese Zeitgenossen des "Meisters" griffen fröhlich auf die Psychoanalyse und das weitere Werk von Freud zurück und bauten ihre Lehren darauf auf. Eine neue Generation ward geboren und sie sind heute an den Schalthebeln der Macht. Die junge Generation ist in den Schwachsinn dieser Psychologie hineingeboren und hat kaum eine Chance zum Entkommen. Heute ist fast alles "psychologisch". Nachdenkliche Menschen zweifeln diese Art der Psychologie an. In ihr stecken große Gefahrenpotentiale (Gehirnwäsche, Psychokrieg, -Terror). Mit den Fachleuten der Psychologie werden Hirne zerstört.

**Wenn es die Psychoanalyse nicht gäbe, die Krankheitslobby würde sie erfinden. Mit Hilfe der Psychologie lassen sich Menschen (pseudo) wissenschaftlich verdummen.**

**Gegen Verhaltensgespräche** (Verhaltensforschung, *Konrad Lorenz*) ist nichts einzuwenden, wenn sie bei wirklichen Störungen eingesetzt wird. Menschen, die schlimme Erlebnisse (Trauma) hatten, wissen davon und leiden ihr Leben lang darunter. Bei ihnen ist Gespräch als Therapie sinnvoll, auch ohne in der Vergangenheit zu wühlen. Diese Menschen möchten, daß man ihnen zuhört. Bei körperlich scheinbar, aber im Geist gesunden Menschen nach möglichen Ursachen in der Vergangenheit zu wühlen, ist eine sehr suspekta Angelegenheit. Heute stehen die Kirchen bei uns leer. Das war vor 60 Jahren noch ganz anders. Die Religion hat sich die Seele von der Psychologie rauben lassen. Warum also noch einen Pfarrer in seelischen Angelegenheiten befragen, wenn sie doch nicht mehr die Spezialisten sind. Ich glaube an das Gute, mir sind volle Kirchen lieber als volle Wartezimmer bei Psychologen. Wann endlich besinnt sich die Religion wieder auf ihren Anspruch und ihr Eigentum - die Seele? Den Kirchen (-Fürsten) sind depressivkranke Menschen völlig egal.

**Psychotherapie** ist Esoterik mit wissenschaftlichem Anspruch. Weil Ärzte aus Unwissen oder aus anderen Gründen nicht genug im Körperlichen nach Ursachen der Depression suchen, landen die Erkrankten beim Psychologen auf der Couch. Welcher normale Mensch wagt es, gegen die Meinung eines Arztes anzugehen und auf seinen Ansprüchen zu bestehen. Die Medizin hat sich der Psychologie untergeordnet. Fernsehen und Werbung tragen zur Verunsicherung bei. Wenn in Arztserien der "Herr Doktor" als Halbgott dargestellt und von den Patienten angeheimelt wird, dann ist das nicht verwunderlich, und es ist bewußt so gemacht. Die Ehrfurcht vor der Medizin mancher Menschen läßt mich erschauern. Schon Kleinkinder plappern den psychologischen (suggestiven) Satz: *"Zu Risiken und Nebenwirkungen ..."* und das gibt mir zu denken. Kritische Patienten sind nicht gefragt, in Arztserien werden sie oft als unsympathische Menschen dargestellt, die nur nörgeln und meckern. So revanchiert sich die Psychologie für die Anerkennung durch die Medizin.

**„Gut Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen!“ Mein Rat: Sprechen Sie mit Ihrem Arzt über Vitamine und gesunde Ernährung - wenn er es nicht mit Ihnen tut!**

#### Wer sich mit Psychologie befaßt, kommt an diesen Hohepriestern nicht vorbei:



Sigmund Freud  
(1856 - 1939)

Alfred Adler  
(1870 - 1937)

Ludwig Klages  
(1872 - 1956)

Carl Gustav Jung  
(1875 - 1961)

Eduard Spranger  
(1882 - 1963)



Hermann Rorschach  
(1884 - 1922)

Ernst Kretschmer  
(1888 - 1964)

**Sigmund Freud** erfand die Psychoanalyse, Adler schuf die Individualpsychologie und Klages ein Charaktersystem. Jung erfand ein Typensystem (Intro-, Extravertiert) und Spranger Charaktertypen nach Interessensgebieten. Rorschach erfand den nach ihm benannten Test (Tintenkleckserei deuten) und Kretschmer eine Körperbautypologie mit Temperamenten. Sie forschten hauptsächlich mit geisteskranken Menschen und glaubten, ihre Erkenntnisse auf gesunde Menschen übertragen zu können. Die meisten psychologischen Persönlichkeitstests verlören ihre Wirkung, gäbe man sie einer breiten Öffentlichkeit bekannt. Das wissen die Psychologen, daher lassen sie sich ungern in die Karten schauen. Bei skeptischen Menschen mit gesundem Geist haben Psychologen keine Chance.

**Die Psychologie ist keine Wissenschaft**, sie ist Sektenglaube und gehört in den Bereich der Esoterik. Die Psychologie bleibt nachvollziehbare Beweise schuldig, wie Astrologie (Horoskope), Hellseherei und Handdeutkunst. Die Psychologen sprechen vom enträtselten Menschen, haben aber keine Ahnung, was wirklich in der Seele eines Menschen vorgeht. Sie sind die Fachleute der Gehirnwäsche und können den Geist verbiegen. Püschologie ist Mittel der Machtausübung.

Vier Millionen Menschen leiden an Depressionen, genau so viele an Migräne, acht Millionen Leiden an Diabetes, dazu 1,6 Millionen an Fibromyalgie (Rückenschmerzen, Tennisarm usw., wofür Ärzte keine Erklärung haben), das sind fast 20 Millionen kranke Menschen. In unserem Land stimmt etwas nicht! Die Krankheiten bezeichnet man als Zivilisationskrankheiten, und sie haben eine Ursache, die hängt mit der mangelhaften Ernährung (Industrieernährung) zusammen, eine andere Erklärung gibt es nicht. Warum geht es in Deutschland nicht mehr voran, nur noch den Berg runter? Fragen Sie doch mal Ihren Arzt- oder Apotheker, Psycho- oder Astrologen! An allem bekommt die Seele (Psyche) die Schuld - alles ist Psychologie, sagen unsere "intelligenten" Politiker. Veränderungen zum Guten kann es nur geben, wenn Philosophie, Literatur und Kunst sich einmischen. Von Politik, Justiz und Medizin ist nichts zu erwarten.

### 3.4 Ausplünderung der Kassen

[Quelle: Aus einem Schreiben an Dr. Johann-Georg Schnitzer, Vorkämpfer für gesunde Ernährung.]  
Bruno Rupkalwis, 08. Juli 2003

Als mein Sohn mit einem leicht schmerzenden Zahn zum Zahnarzt gegangen ist, kam mit drei plombierten Zähnen zurück. Er hat immer gute Zähne gehabt. Ich habe ihm dringend geraten, nicht zu Vorsorgeuntersuchungen und schon gar nicht mehr zu diesem Zahnarzt zu gehen, sich jedoch gesund zu ernähren und ggf. Nahrungsergänzung (hier: Kalzium, Mineralstoffe) zu betreiben. Wo gibt es noch anständige Ärzte?  
Durch Zufall bin ich auf die Internetseite von Dr. Johann Georg Schnitzer gestoßen, habe sie mir heruntergeladen und ausgedruckt. Er hat ja so recht und führt doch einen aussichtslosen Kampf, wenn er sich an Politiker wendet. Ich kann ein Lied davon singen. Man bekommt nur dumme Antworten, und die Bevölkerung weiß es längst - Politiker, nein danke! Seine Angelegenheit, genau wie meine, muß an die Öffentlichkeit.  
Es ist alles noch viel schlimmer gekommen, als er zu Beginn der 60er Jahre prophezeit hat. Das deutsche Volk ist krank, krank am Körper, krank an der Seele, und was am Schlimmsten ist: Krankgemacht im Geist! Wir werden von einer gierigen Krankheitsmafia (Pharma, Ärzte-funktionäre, Kassen) ausgeplündert, die mit den Mitteln der psychologischen Kriegführung (Werbung, Sprüche, Bestechung, Arztserien usw.) arbeitet und das Volk verdummt. Eugen Roth (1895 - 1976) hat vieles vorausgesehen:

#### Gleichgewicht

Was bringt den Doktor um sein Brot?  
a) die Gesundheit, b) der Tod.  
Drum hält der Arzt, auf daß er lebe,  
Uns zwischen beiden in der Schwebe.

Nach diesem Prinzip arbeitet die Krankheitsmafia. Nachdem Linus Pauling 1954 den Nobelpreis für seine Forschungen erhielt, wurde im Jahre 1962 der *Codex Alimentarius* gegründet. Wer die Ernährung der Menschen in der Hand hält, verfügt auch über ihre Gesundheit. Pauling forschte an der Biosynthese der Proteine (aus Aminosäuren) und entwickelte das Helix-Modell, dafür wurde er geehrt.

Nirgends wird mehr gelogen, als bei der menschlichen Ernährung und deren Inhaltsstoffen - nicht einmal bei Gericht. Dr. Schnitzer führt seine Erkenntnisse auch auf Werner Kollath (Vorkämpfer Zivilisationskrankheiten) zurück. Kein Politiker kennt Kollath, keiner kennt Pauling, davon müssen wir ausgehen. „Was kann man von Politikern erwarten?“, frage ich rein rhetorisch. Kollath fütterte mit unserer Industriernahrung (Mehl, Zucker) Ratten tot. Wen halten Sie für die Begründer des *Codex Alimentarius*? Böse Zungen behaupten, es sei die deutsche Pharmaindustrie gewesen.

#### Ausweg

Wer krank ist, wird zur Not sich fassen.  
Gilt's, dies und das zu unterlassen.  
Doch meistens zeigt er sich immun,  
Heißt es, dagegen was zu tun.  
Er wählt den Weg meist, den bequemem,  
Was ein- statt was zu unternehmen!

Der Pillenkonsum (Geldbetrag) hat sich in den letzten 10 Jahren verdoppelt, die Gesundheit der Bevölkerung weiter verschlechtert. Die Zivilisationskrankheiten nehmen weiter zu, und die Krankheitsmafia lenkt von den wahren Ursachen ab. Auch wenn die Bevölkerung altert, muß sie nicht notgedrungen krank werden. Nach dem verlorenen Krieg gab es 100.000 Zuckerkranken. Psychische Krankheiten gab es nicht, die mußten erst erfunden werden. Die Bevölkerung hat während des Krieges und nach dem Krieg erbärmlich gelitten, Nervenzusammenbrüche waren an der Tagesordnung, trotzdem fing sie mit dem Wiederaufbau an, hatte keine Zeit, psychisch krank zu sein.

Fünf Millionen Menschen leiden heute in Deutschland an Diabetes(1)(neue Zahlen: acht Millionen), vier Millionen an der erfundenen Krankheit Depression (früher Schwermut, Melancholie; Tendenz steigend), genauso viele an Migräne, dazu kommen die undefinierbaren Ganzkörperschmerzen (1,6 Millionen, Fibromyalgie), die dummen Ärzten ein Rätsel sind, weiter massenhaft Rückenbeschwerden und bei unseren Alten Demenz. Die Krankheitsmafia fordert nun zusätzlich eine Demenzversicherung, fährt schubkarenweise Psycho-Pillen in die Altenheime (Fernsehbericht) und stellt die Alten ruhig.

Die *Pellagra* heißt auch 3D-Krankheit. Die drei D's stehen für Dermatitis, Diarrhö und Demenz. Sie läßt sich mit Nicotinamid (B3) wunderbar bekämpfen, aber das ist nicht opportun. An Vitaminen ist nichts zu verdienen! Unseren Ärzten sind Mangelkrankheiten, deren Folgen und Symptome, unbekannt, ihre Ausbildung (Approbationsordnung) sieht es nicht vor. Würde es gelingen, die Krankheitsmafia zu entmachten, würde die Bevölkerung genesen, und es gäbe einen sagenhaften Aufschwung in unserem Land. Dr. Schnitzer hat so recht, das Lebensglück unserer

*Sehr geehrter Herr Bundespräsident,*

*mir fallen die Worte schwer, ich weiß nicht wie ich beginnen soll. Ich bin ein einfacher Mensch, der nach einer langen, viel zu langen Zeitspanne nachzudenken begonnen hat. Es sind eineinhalb Jahre vergangen, in der ich vor Angst um das Leben meiner 27 Jahre alten Tochter wie gelähmt war. Bei meiner Tochter traten im Sommer letzten Jahres plötzlich Depressionen auf. Die Depressionen waren so schlimm, daß sie glaubte, verrückt zu werden....*

Und so weiter, ich habe dem Bundespräsidenten die unbeschreibbaren Qualen zu schildern versucht, sie sind nur einem Hexenprozeß vergleichbar. Vier Millionen Menschen leiden direkt darunter, mit Angehörigen sind es sicherlich 10 Millionen Menschen (2), und es werden immer mehr. Ich habe ihn um Mithilfe für eine wissenschaftliche Überprüfung des rudimentären Wissens gebeten, um sein Wort für hilflose Menschen gebettelt. Die Antwort aus seinem Amt ist ein einziges Trauerspiel: „*Herr Bundespräsident (3), schämen Sie sich!*“

Dann suchte ich selbst nach den Ursachen der Depression und fand sie innerhalb von vier Tagen. Das war im Dezember 2000. Depressionen sind Symptome der Mangelkrankheiten *Pellagra* und *Beriberi*, sie sind keine eigenständige Krankheit, wie menschenverachtend vom Sprecher des Kompetenznetzes Depression, Prof. Dr. Ulrich Hegerl, überall berichtet wird. Die Depressionen sind seit etwa 40 Jahren erforscht. Die Ursachen sind in medizinischen Nachschlagewerken zu finden. Den depressivkranken Menschen fehlen Vitamine des B-Komplexes im Organismus, ohne die die Biosynthese des *Serotonins* (Neurotransmitter) nicht möglich ist. Die Begriffe heißen *Thiamin*, *Pyridoxin*, *Folsäure*, aber auch *Biotin* und *Nicotinamid*. Zu „*Risiken und Nebenwirkungen*“ fragen Sie Ärzte oder Apotheker - sie haben keine, und Ärzte und Apotheker haben keine Ahnung. Die depressivkranken Menschen werden mit Hilfe der Psychologie verdummt und auf einen Irrweg geschickt. Psychologisches Geschwätz kann keine *essentiellen Stoffe* im Organismus ersetzen. Das bringen Sie mal den Politikern bei, die kapieren das nie - sie sind zu dumm; deshalb nehmen sich täglich Menschen das Leben.

12.000 Menschen sterben jährlich durch Suizid (depressive Verzweiflung) aufgrund des Vitaminmangels in der Industriernahrung in Deutschland. Den Politikern im Deutschen Bundestag ist das egal. Ich habe fast 500 Abgeordnete angeschrieben. Ihre Reaktion ist Ignoranz, und wenn einer Mut beweisen will, ist es meist dummes Gesülze. Dr. Schnitzer, hat aufgrund seiner Aktivität (1.600 Briefe) von Politikern drei Antworten erhalten, ich habe über hundert. Es ist Makulatur, und ich könnte mein Büro damit tapezieren - mit Autogrammen, auch von Spitzenpolitikern. Wenn sie konkret werden sollen, bleibt die Antwort aus: *Deutschland ist ein düsteres Land mit einer finsternen Zukunft*, und die Verdummung der Menschen durch Psychopolitik wird weitergehen. Haben wir Deutschen das verdient?

Auf der beigefügten Liste finden Sie die rund 200 Namen oder Internetadressen meines Verteilers, die dieses Schreiben ebenfalls erhalten, darunter Medien (Zeitungen, TV), Universitäten und Bundespräsident Johannes Rau, ebenso Dr. Wolfgang Wodarg (SPD), Arzt, der mir in die Hand versprach, zu antworten, sein Versprechen jedoch gebrochen hat, und Dr. Ernst D. Rossmann (SPD), Diplompsychologe, der mir etwas über Vitaminfreiheit zuschickte, obwohl ich ihn nicht darum gebeten habe, sowie Dr. Guido Westerwelle (FDP), Rechtsanwalt, der mir in einem früheren Schreiben versprach, erschöpfend zu antworten oder durch Experten seiner Partei antworten zu lassen. Herr Dr. Westerwelle, fahren Sie mit Ihrem Guidomobil zum Teufel, nehmen Sie möglichst viele Politiker mit.

#### Fragen

Ein Mensch wird müde seiner Fragen:  
Nie kann ein Mensch ihm Antwort sagen.  
Doch gern gibt Auskunft alle Welt  
Auf Fragen, die er nie gestellt.

Die Fragestellung bleibt: „*Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten (Industriernahrung) oder sind sie es nicht?*“, aus ihr geht alles andere hervor, so eine unabhängige wissenschaftliche Studie, die Feigheit deutscher Politiker und dieser Offene Brief. Herr Dr. Schnitzer, ich danke Ihnen für Ihr Wirken und den Dienst, den Sie den Menschen erbracht haben. Ich war im Dienst ein guter Eisenbahner, daß möchte ich Ihnen noch mitteilen, damit Sie meinen Beruf wissen - es ist ein ehrlicher Beruf.

Bevölkerung steht und fällt mit der Ernährung: „*Unser täglich Brot gib uns heute!*“, Brotsorten, die Dr. Schnitzer aus lebendem Korn geschaffen hat, gesund und vitaminreich.

#### Einsicht

Der Kranke traut nur widerwillig  
Dem Arzt, der's schmerzlos macht und billig.  
Laßt nie den alten Grundsatz rosten:  
Es muß a) wehtun, b) was kosten.

In diesem Sinne: *Krankheitskosten rauf!* Die Schmerzgrenze ist noch nicht erreicht, der Bürger stöhnt zwar, läßt sich aber noch schröpfen, mit kleinen Näpfen - sonst tut es weh. Professor Bert Rürup (Mitmaul der SPD) kennt die Technik.

Solange gesunde Bürger nicht auf die Straße gehen, wird sich nichts ändern. Die Wahrheit gehört auf den Tisch, ausgebreitet in Zeitungsberichten, schwarz auf weiß - nachlesbar. Das Internet ist z.Z. die einzige ungefilterte Nachrichtenquelle, daher ein Stein im Schuh der Mächtigen. Man findet dort viele Briefe an den Bundeskanzler, mit guten Ideen zur Gesundheit, doch immer heißt es: *Fehlanzeige!* Unsere Politiker reisen im Schlafwagen, deshalb sind wir Europas Schlußlicht; Politiker unserer Nachbarn sitzen im Zugrestaurant und führen intelligente Gespräche. Eine PISA-Studie unter Politikern, wie Dr. Schnitzer sie erwähnt, brächte keine Überraschung, also brauchen wir keine. Dann noch unsere Journalisten, sie sind dann gut, wenn sie Koks schnuppern. *Sabine Dankeschön* erspart den Fernsehzuschauern die Schlaftabletten, tut damit etwas für den gesunden Schlaf der Bevölkerung - danke, Frau Christiansen.

#### Schütteln

Auf Flaschen steht bei flüssigen Mitteln,  
Man müsse vor Gebrauch sie schütteln.  
Und dies begreifen wir denn auch -  
Denn zwecklos ist es nach Gebrauch.  
Auch Menschen gibt es, ganz verstockte,  
Wo es uns immer wieder lockte,  
Sie herzhaft hin- und herzuschwenken,  
In Fluß zu bringen so ihr Denken,  
Ja, sie zu schütteln voller Wut -  
Doch lohnt sich nicht, daß man das tut.  
Man laß sie stehn an ihrem Platz  
Samt ihrem trüben Bodensatz.

Früher benutzten Politiker bei Streitgesprächen gern die Erkenntnis: „*Der Fisch beginnt am Kopf zu stinken!*“ Da in Berlin ein fauler Geruch herrscht - in Bonn ist er fast verschwunden - der selbst durch Kanzleien und Palais zieht, benutzen sie diese Redewendung nicht mehr. Der Politmief bleibt! Die Politiker haben von den Psychopriestern gelernt, sprechen jetzt ständig von der halbvollen Flasche, und sie üben sich im positiven Denken. Die Gesetze der Logik beherrschen sie nicht, zum Leidwesen unseres Landes. Flaschen bleiben Flaschen - auch wenn man sie schüttelt, da hilft positives Denken nichts.

**Warum schreibe ich?** Lesen Sie den Anfang meines Schreibens vom 19.12.2000 an den Bundespräsidenten [Johannes Rau](#):

Mit freundlichem Gruß  
**Bruno Rupkalwis**, Sprecher

#### Fußnoten:

(1) Das Schilddrüsenhormon Thyroxin (Jod) steuert den Zuckerspiegel wie ein Ventil mit, das wissen aber Ärzte nicht. Als betroffener (Ehemann) verfolgte ich die Meldungen. Damals gab es 3 Millionen Diabetiker, später 5 Millionen. Dann wurden die Insulin-Analoga aus einem Kolibakterium entwickelt. Insulin ließ sich nun in unbegrenzten Mengen herstellen. Die Anzahl der Diabetiker ist heute auf wundersame Weise auf 10 Millionen Menschen in Deutschland angewachsen. Stand: August 2004

(2) Laut WHO etwa 24 Millionen Menschen in Deutschland.

(3) Johannes Rau ist ein Lump und Feigling, an seinen Händen klebt das Blut von mehr als 40.000 depressivkranken Selbstmördern. Wer ihm die Hand reicht, besudelt sich. Stand: August 2004



Erst im 18. Jahrhundert wurde die Folter abgeschafft, dafür wurden im 20. Jahrhundert die Depressionen eingeführt.

Mit dem Anwachsen der Anzahl der Psychologen, steigen überproportional die psychischen Krankheiten an. Die Deutschen sind zu einem psychisch-kranken Volk geworden, glauben an den Humbug der psychosomatischen Krankheiten wie Kinder an den Weihnachtsmann. Erste Psychoanalytiker fordern schon psychologische Andachten. Da Psychologie eine Glaubensangelegenheit ist, halten sie die Kirchenräume für angemessen. Wenn die Kirchenfürsten nicht aufwachen, sollen sie sich nicht wundern, wenn sie bald überhaupt nichts mehr zu melden haben. Die Psychologie ist gerade dabei, sich über die Religionen zu erheben. Seit etwas mehr als 30 Jahre gibt es die Pastoralpsychologie. Was wird in weiteren 30 Jahren sein? Wird dann die christliche Religion zu einer Unterdisziplin der Psychologie?

**Bruno Rupkalwis**, August 2004

*Wie an dem Tag, der dich der Welt verliehen,  
Die Sonne stand zum Gruße der Planeten,  
Bist alsobald und fort und fort gediehen,  
Nach dem Gesetz wonach du angetreten.*

*So mußt du sein, dir kannst du nicht entfliehen,  
So sagten schon Sybillen, so Propheten;  
Und keine Zeit und keine Macht zerstückelt  
Geprägte Form, die lebend sich entwickelt.*

Johann Wolfgang von Goethe: Urworte Orphisch (geheimnisvoll)

### 3.4 Endlich Hoffnung für depressivkranke Menschen

[Ohne Quelle: Allgemeinwissen]

**Am 26. März 2001** habe ich mit einer Ärztin für Allgemeinmedizin (Österreich) telefoniert. Sie möchte nicht, daß ich ihren Namen nenne. Dafür habe ich Verständnis. Sie gab mir wichtige Hinweise und Ratschläge. Die Ärztin hat sich in der *Orthomolekularen Medizin* ausbilden lassen. Das bedeutet, daß sie in der Therapie vorwiegend Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente einsetzt. "Die Ernährung der Menschen läßt nicht nur bei uns zu wünschen übrig", so berichtete sie. Depressivkranke Menschen schickt sie nicht zum Psychologen, sie behandelt sie selbst mit Vitaminen. Auf meine Frage, wie ihre Erfolgsquote sei, antwortete sie kurz mit gut. Auf meine Nachfrage, was sie von Psychotherapie hält, bekam ich eine ausweichende Antwort - ihre Begeisterung war nicht groß, sie schien aber vor etwas Angst zu haben.

Ihr Mann äußerte sich in einem Schreiben an mich schon klarer: "*Studien sprechen für die Einnahme von Vitaminen und Spurenelementen, was ja gefahrlos und billig ist - aber nicht patentfähig. Daher besteht nur geringes Interesse bei Pharmafirmen und Forschungsinstituten. Ärzten fehlt meist die Ausbildung, auch allein schon die Kenntnis oder der Hinweis.*" Das waren seine Sätze, die ich auch schon gegenüber Persönlichkeiten und Institutionen in unserem Land geäußert habe. Diese Ärztin, ich denke sie ist eine großartige Frau, gab mir zum Schluß noch den Hinweis, daß es jetzt eine *Deutsche Gesellschaft für Orthomolekulare Medizin* gibt. Die Internetseite dieser Gesellschaft ist aber noch in Arbeit und gibt keine Auskünfte.

**Der Begründer** der Fachrichtung dieser Medizin ist der doppelte Nobelpreisträger *Linus Pauling*. Er erregte Aufsehen durch seine Theorien über Vitamin C und die „orthomolekulare Nahrungsergänzung“. Im Internet gibt es eine große Anzahl von Hinweisen und Seiten auf dieses Gebiet der Medizin, zumeist im angelsächsischen Raum. Auch sollen schon einige Ärzte bei uns ausgebildet worden sein. Sie bekämpfen Krankheiten mit den Mitteln und Medikamenten dieser Fachrichtung. Eine große Hoffnung für depressivkranke Menschen, so meine ich - die Erfolge werden herausgestellt. Aber ich habe einen faden Beigeschmack, wenn ich an die Medikamente der Orthomolekularen Medizin denke: Die Hauptsubstanzen der orthomolekularen Medikamente sind Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente, Aminosäuren und Enzyme. Diese Stoffe haben die segensreiche Wirkung. Ihnen werden pflanzliche Inhaltsstoffe und Pflanzenextrakte beigemischt, - und schon ist ein patentierbares Medikament entstanden. Multivitaminpräparate (*mit B-Komplex*), die zur Heilung verwendbar sind, werden gleich wieder verunglimpft. Sie sind frei und ohne Rezept in der Apotheke oder in Supermärkten erhältlich. Eine nachhaltige Aufklärung der Bevölkerung findet nicht statt.



Linus Pauling  
(1901-1994)

**Linus Pauling** war einer der herausragenden wissenschaftlichen Denker des 20. Jahrhunderts. Er erhielt 1954 den Nobelpreis für Biochemie und 1962 den Friedensnobelpreis. Er lehrte in Pasadena am California Institute of Technology und an der Stanford University. Aufsehen erregte er mit seinen Theorien über Vitamin C und die orthomolekulare Nahrungsergänzung. Die *Orthomolekulare Medizin* ist eine noch recht junge Therapieform. Man geht beim Gedankenansatz davon aus, daß in unserer modernen Welt die meisten Menschen unter Ernährungsproblemen leiden, die zu Krankheiten führen. Da es sich bei den Ernährungsproblemen zumeist um Mangelerscheinungen handelt, müssen essentielle Stoffe auf andere Weise dem Organismus zugeführt werden. Ohne ausreichend essentielle Stoffe (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente) im Organismus, wird der Mensch krank, das ist Vitaminforschern bewußt. Der Vitamin-B-Komplex hat unmittelbaren Einfluß auf das Nervensystem (Tryptophan > Serotonin) des Menschen.

Wir müssen davon ausgehen, daß bei fast allen Menschen der Industriestaaten eine latente Depression vorhanden ist, die nur darauf wartet, auszubrechen. Zeitungen berichten darüber, das sich die "Volksseuche Depression" noch ausweiten wird. Ein gutes Geschäft für die Krankheitsmafia und für psychologische Heilsbeter. Unsere Ärzte haben von gesunder Ernährung keine Ahnung - leider!

**Vitamine** allein sind nicht patentierbar. Sie sind keine Medikamente im eigentlichen Sinn. Sie sind Nahrungsergänzungssubstanzen und werden vielen Nahrungsmitteln beigefügt. Ein Mensch, dessen Körper ausreichend gut mit Vitaminen versorgt ist, neigt zur Krankheitsanfälligkeit. Das ist der Grund, warum Vitamine verunglimpft werden. Linus Pauling ist 93 Jahre alt geworden. Unsere Krankenkassen sollten *Vitaminbehandlungen* (als Therapie) endlich in die Kostenerstattung aufnehmen. Vielleicht würden Ärzte dann diese Behandlungsmethode häufiger durchführen. Von allen Seiten wird verunsichert. Ein kritischer, aufgeklärter oder gar wissender Patient scheint der Krankheitslobby ein Greuel zu sein. Manchmal denke ich ans Mittelalter, damals hatte die Kirche das alleinseligmachende Wissen, und das Volk johlte: Brennt die Hexe.

### **3.5 Haben Sie Anregungen?**

Falls Sie Anregungen haben oder Kritik äußern möchten, teilen Sie es bitte mit. Ich werde weiterhin für depressivkranke Menschen kämpfen und nehme jede Unterstützung (kein Geld) gerne an. Senden Sie aber bitte keine dubiosen Beiträge. Schreiben Sie, wenn Sie Ihre Krankheit mit eigenen Mitteln und Möglichkeiten bezwungen haben. Schreiben Sie auch Ihre Meinung zu dieser Internetseite.

**Wer mit der Not und dem Elend der depressivkranken Menschen miese Geschäfte macht, ist ein Taugenichts und Scharlatan.** Geldgier macht aus Menschen Tiere - deutliche Worte haben noch nie geschadet.

**Noch etwas: Ohne Neurotransmitter (Boten hormone) ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!**

**Kontakt:** [BrunoRupkalwis@aol.com](mailto:BrunoRupkalwis@aol.com)

### 3.6 Ein anonymes Schreiben, das mich am 04. April 2002 erreichte!

Warum schreibt der/die das? Dieser Mensch hat Kenntnisse, über die die Allgemeinheit nicht verfügt. Er/sie sollte sich an verantwortliche Stellen (Medizin / Politik) mit seinem Wissen wenden, aber vielleicht ist das bereits geschehen?

---

Sehr geehrter Herr R.!

Kritik an der Medizin muß im Namen jener Millionen Patienten geübt werden, welche mit Valium, Melleril et cetera bedient wurden, welche Schlaf- und Beruhigungsmittel bekamen, welche alle Kopfweh- und Schmerzpulver schluckten, welche mit ihrer Angst, Gereiztheit und Depression herumlaufen, weil ihnen der Arzt nicht helfen kann, welche Zuflucht im chronischen Alkoholkonsum oder beim Drogenmißbrauch nehmen, welche dann in der Entwöhnungsanstalt Hilfe suchen und welche beim Selbstmord enden.

Die Gründe für die Entstehung der psychischen Schwierigkeiten sind wissenschaftlich, experimentell nachgewiesen und die kausale, daher erfolgreiche Therapie klinisch erprobt. Durch eine Kost, in welcher das Vitamin B3 fehlt, wird eine Mangelkrankheit - die subklinische Pellagra - verursacht. Zu den frühesten Zeichen gehören die psychischen Symptome (McIlwain 1966). Diese sind Reizbarkeit, Interesselosigkeit, Gedächtnisverlust, mangelnde Konzentrationsfähigkeit, Schlaflosigkeit, Depressionen und Angstzustände (Stepp, Kühnau und Schröder 1952). Eine entsprechende Gabe von Vitamin B3 hat einen prompten Erfolg; wenn die Vitamingabe unterbrochen wird, treten die psychischen Störungen wieder auf (Spies 1938, Kannig 1968).

Diese psychischen Störungen können schon in der Kindheit beginnen und reichen bis zu Sehstörungen: Beim Lesen drehen und bewegen sich die Buchstaben, die Augen sind ohne Befund (metabolic disperception). In diesem Zustand ist ein Schulerfolg nicht möglich; die nötigen Vitamine werden meist nicht gegeben, es kann daher nur schlechter werden (Hawkins und Pauling 1973). Antibiotika, sicher oft lebensrettend, zerstören jene Bakterien im Darm, die das Vitamin B6 beisteuerten, verhindern so die Biosynthese von B3 und erzeugen schwere, iatrogene Depressionen.

Die psychischen Störungen des Vitamin-B3-Mangels führen zum Fehlverhalten: Reizbarkeit führt zum Streit und Aggression, die Depressionen verführen oft zum chronischen Alkoholkonsum und dem Drogenmißbrauch, wodurch der Bedarf an Vitamin B3 für den Metabolismus erhöht wird, zugleich aber wird die Zufuhr von Vitaminen durch schlechtere Ernährung verringert. Dieser Teufelskreis führt zum Verderben und schließlich zum Selbstmord.

Welcher Lehrer der Psychiatrie hat das seinen Medizinstudenten gesagt? Als Erklärung wird das Kindheitstrauma, die dominierende Mutter, die kranke Familie, die kranke Gesellschaft und der soziale Druck, der schon den Taferlklaßler zerstört, in Vorlesung, Vorträgen und in jedem Heft, von der internationalen medizinischen Zeitschrift bis zur Wurfseitung des Großmarktes, angeboten. Diese völlig erstarre Lehrmeinung lehnt die wissenschaftlichen Erkenntnisse der Biochemie und fünfundzwanzigjährige, psychiatrische Erfahrung ab, obwohl gerade durch diese dem Arzt die Möglichkeit zu einer kausalen, daher prompt zum Erfolg führenden Therapie mit entsprechenden Gaben von billigem Vitamin B3 gegeben wurde; eine eventuell notwendige psychologische oder soziale Betreuung könnte der Arzt den entsprechenden Fachleuten überlassen (Siegler und Osmond 1976).

Der schwere Mangel an Vitamin B3 in der industriell erzeugten Nahrung unserer Wohlstandsgesellschaft macht die psychischen Störungen und das dadurch bedingte Fehlverhalten schon fast zu Regel. Daher ist es notwendig, auf die Grundlagen unserer Gesellschaft zurückzugreifen: Die fürsorgliche Mutter oder Gattin ist verpflichtet, berechtigt und sehr wohl in der Lage, ihren Schützlingen eine Kost - vielleicht mit Vitaminzusatz - zu bieten, bei der Mangelerscheinungen nicht aufkommen.

Mit freundlichen Grüßen

Persönliche Anmerkung: Wer mag das geschrieben haben, ein Schweizer oder Österreicher? Einem Deutschen traue ich das nicht zu. Auch dieses Schreiben habe ich den Verantwortlichen vorgelegt. Ich erhielt nicht einmal eine Eingangsbestätigung. In Deutschland stimmt etwas nicht mehr: Sie gehen wieder über Leichen!

# Dumm ist nicht, wer eine Dummheit begeht, sondern wer sie nachher nicht zu bedenken versteht.

---

## 4 Beschwerde beim Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte

Beschwerde-Nr. 24215 / 05

### *Europäischer Gerichtshof für Menschenrechte*

Strasbourg, France - Frankreich

### **Beschwerde**

*gemäß Artikel 34 der Europäischen Menschenrechtskonvention  
und Artikel 45 und 47 der Verfahrensordnung des Gerichtshofs*

**Wichtig:** Dieses Formular ist eine Urkunde und kann für Ihre Rechte und Pflichten von Bedeutung sein.

---

### **I. DIE PARTEIEN**

#### **A. DER BESCHWERDEFÜHRER / DIE BESCHWERDEFÜHRERIN**

*(Angaben über den Beschwerdeführer / die Beschwerdeführerin und ggf. den Bevollmächtigten / die Bevollmächtigte)*

1. Familienname: **Rupkalwis**
2. Vorname(n): **Bruno**
3. Staatsangehörigkeit: **deutsch**
4. Beruf: **Bundesbahnhauptsekretär a.D.**
5. Geburtsdatum und Ort: **Rostock**
6. Ständige Anschrift: **Dahlieweg 17, D-22869 Schenefeld**
7. Tel. No.: **040 / 830 62 42**
8. ggf. derzeitige Anschrift: **nicht abweichend**
9. Name und Vorname des Bevollmächtigten /der Bevollmächtigten\*: **kein Bevollmächtigter**
10. Beruf des Bevollmächtigten: **entfällt**
11. Anschrift des Bevollmächtigten / der Bevollmächtigten: **entfällt**
12. Tel. No. / Fax No.: **entfällt**

#### **B. DIE HOHE VERTRAGSSCHLIESSENDE PARTEI**

*(Angabe des Staates / der Staaten, gegen den / die die Beschwerde gerichtet ist)*

### 13. DEUTSCHLAND

*\*) Wenn ein Bevollmächtigter / eine Bevollmächtigte bestellt ist, ist eine vom Beschwerdeführer / von der Beschwerdeführerin unterzeichnete Vollmacht beizufügen.*

---

### **II. DARLEGUNG DES SACHVERHALTES**

*(Siehe Abschnitt II der Erläuterungen)*

#### **14. Die Gesellschaft (der Zeitgeist) wurde psychologisiert, deshalb ist logische Wahrheit (TRUE) nicht mehr vermittelbar, folglich ist verlorenes Recht verlorenes Glück. Psychologie ist keine Wissenschaft, sie ist Instrument der Machtausübung.**

Im Sommer 1999 bekam meine erwachsene Tochter (damals Studentin, 26 Jahre alt) plötzlich schwerste Depressionen. Sie ging durch die Hände von etwa 10 bis 15 Ärzten und fünf Psychologen. Ein "Experte" reichte sie an den anderen weiter, keiner konnte helfen. Meine Tochter wurde mit Psychopharmaka (Antidepressiva) vollgestopft und mit Spritzen vollgepumpt. Nichts half! Nach der "Vertrauenssuche" blieb sie bei einer Diplompsychologin hängen. Die Psychologin redete ihr in der *Psychotherapie* ein, sie sei als Kleinkind sexuell mißbraucht worden, daher kämen die Depressionen: "*Krank macht erst der Therapeut!*" (Rolf Degen). Wer kommt als erster in Verdacht? Antwort: Der leibliche Vater! Daraufhin bat meine Tochter mich um eine Aussprache, die mit bitteren Tränen und quälendem Schamgefühl verbunden war. Das war *Psycho-Folter*, und Folter ist gesetzlich verboten! Ich mußte mich rechtfertigen, daß ich ihr Vater und kein Monster bin, und ich dachte dabei, mich tritt ein Pferd.

Fünf Tage nach dem Gespräch rief mich ihr Freund an, sie hätte sich von ihm "für immer" verabschiedet. Ich fuhr sofort zur Wohnung meiner Tochter. Dort fand ich sie mit aufgeschnittenen Pulsadern (in der Küche auf dem Fußboden liegend) vor. Das Blut auf dem Fußboden werde ich mein Lebtag nicht vergessen. Meine Tochter landete in der Psychiatrie. Meine Familie ist durch die Psychohölle gegangen. Käme mir die Psychologin in die Quere, ich würde sie erwürgen und ihr dabei in die Augen sehen, diesem Psycho-Miststück. Das Gericht möge zur Kenntnis nehmen, daß ich gerade eine Mordandrohung ausgesprochen habe. Keiner der Experten hat meine Tochter nach ihrer Ernährung befragt. Es interessiert sie nicht, weil sie allgemein keine Ahnung (Ausbildungsmängel) haben. Die Einfältigkeit der Ärzte und Psychologen ist *Tatsache und Tatwaffe* zugleich, weil sie finanzielle Nachteile, Qualen und Leiden, und letztendlich den Tod (Selbstmord) für Depressive bedeutet.

Im Dezember 2000 erwachte ich aus tiefster Lethargie und suchte selbst nach den Ursachen der Depressionen. Ich ging in die *Schenefelder Leihbücherei* und nahm einen Stapel medizinischer Bücher mit. Am vierten Tag stieß ich durch Zufall (in einem alten *Gesundheitsbrockhaus* der 1960er-Jahre) auf die Vitaminmangelkrankheit *Pellagra*. [B 3.8.] Unter diesem Begriff fand ich im Buch die "psychischen Symptome" meine Tochter beschrieben. Es fiel mir wie Schuppen von den Augen. Nach Einnahme von *EUNOVA forte*, einem Multivitaminpräparat des Pharmakonzerns GlaxoSmithKline, in höherer Dosis als auf dem Beipackzettel beschrieben, blieben die Depressionen schlagartig und auf Dauer aus. Der alte *Gesundheitsbrockhaus* wurde zwischenzeitlich in der Schenefelder Leihbücherei gegen *ROCHE - Lexikon der Medizin* ausgetauscht. In diesem Werk sind die psychischen Symptome der *Pellagra* nicht mehr

beschrieben. Wird hier etwas ausgemerzt?

Dann bedankte ich mich schriftlich beim Pharmakonzern *GlaxoSmithKline* und machte den Vorschlag, den Beipackzettel zu ergänzen: "*Wirkt schnell und erfolgreich gegen Depressionen - auch ohne Arzt.*" Der Antwortbrief des Konzerns ist reiner Zynismus, überzeugen Sie sich selbst. Beide Schreiben sind beigefügt: *Sie gehen wieder über Leichen!* [A10, A11]

Der Rest steht im Internet unter [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de). Einen Ausdruck der Internetseite, der die Ursachen der Depressionen genau beschreibt, füge ich bei. In Deutschland will keine *staatliche Einrichtung* die Ursachen der Depression wissen. Sie geben keine Antwort und lassen zu, daß Teile des deutschen Volkes sich selbst umbringen: Deutsche Behörden (und deren Leiter als Personen) sind Täter durch Unterlassung! [A 14 Schriftsatz]

**Warum muß ich begründen, daß Menschenrechte gegen mich verletzt wurden? Es ist mir peinlich. Warum müssen Ärzte und Psychologen, die ständig Menschenrechte verletzen, sich nicht rechtfertigen? Seit Etablierung der Psychotherapie haben sich in den Industriestaaten etwa 40 Millionen Menschen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen das Leben genommen. Depressionen sind eine Angelegenheit der Biochemie und Ernährung, nicht der Ärzte und Psychologen, die haben keine Ahnung.**

*Wenn erforderlich, Beiblätter einfügen*

### **III. ANGABE DER GELTEND GEMACHTEN VERLETZUNG(EN) DER KONVENTION UND/ODER ZUSATZPROTOKOLLE UND BEGRÜNDUNG DER BESCHWERDE**

*(siehe Abschnitt III der Erläuterungen)*

**15. In der Bundesrepublik Deutschland wird gegen den Artikel 2 (Recht auf Leben) und den Artikel 13 (Recht auf wirksame Beschwerde) der Konvention zum Schutze der Menschenrechte und der Grundfreiheiten massiv verstoßen.**

#### **Begründung zu Artikel 2 (Recht auf Leben):**

In Deutschland leiden 4 Millionen Menschen an Depressionen. Von ihnen werden jährlich etwa 100.000 Selbstmordversuche aus depressiver Verzweiflung unternommen, etwa 12.000 enden tödlich. Das ist Tatsache. Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (Industriernahrung). Sie entstehen aufgrund von *Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen* [A 14 Schriftsatz]. Das Wissen steht in (stammt ausschließlich aus) medizinischen Werken, die in Buchhandlungen frei käuflich sind, jedoch von der (normalen) Bevölkerung (und Ärzten und Apothekern) nicht verstanden werden. Da deutsche Behörden seit Jahren schlafen und unwissend sind, haben Funktionäre (Pharma, Medizin, Kassen, Psychologen), die *Haupttäter durch Unterlassung*, leichtes Spiel bei der Ausplünderung der Bevölkerung. Menschen, deren Hirnstoffwechsel durch falsche Ernährung [auch Antibabypille, bestimmte Medikamente oder Drogenkonsum (z. B. Alkohol, Cannabis)] aus dem Ruder gelaufen ist, beläßt man in Unwissenheit, um sie mit Psychopharmaka vollzustopfen, denn: "*Wer sich umbringt, hat selbst schuld!*"

*Depressivkranke Menschen bedürfen einer Ernährungsberatung und der Umstellung ihrer Ernährung auf eine Kost, welche reich an Tryptophan und an Vitaminen des B-Komplexes ist. Solange sich das Bewußtsein der deutschen Führungskräfte in den Behörden nicht ändert, daß das Verschweigen von Tatsachen den Massenselbstmord in der Bundesrepublik Deutschland bedingt, geht das Leiden und Sterben (Suizid in Teilen der Bevölkerung) weiter.*

#### **Begründung zu Artikel 13 (Recht auf wirksame Beschwerde):**

Das vorstehende (verschwiegene) Wissen versuche ich seit mehr als vier Jahren in Deutschland an den Mann (die Frau) zu bringen. Jedes meiner Schreiben (an deutsche Behörden) war ein Hilfeschrei und zugleich eine Beschwerde, eine Beschwerde, daß hilflose Menschen mit Mitteln der Psychologie auf einen Irrweg geschickt werden. Ich habe folgende Stellen mehrfach angeschrieben: **Bundespräsident, Bundeskanzler, Bundestagspräsident, Ministerpräsidentin (Heide Simonis), Gesundheits-, Forschungs- und Ernährungsministerin, Patientenbeauftragte, Staatsanwaltschaft Itzehoe, Generalbundesanwalt.**

Die meisten Behörden antworten nicht, denn wer die *Ursachen der Depressionen* benennt, muß (für sie) ein Irrer sein. Mir liegen dennoch mehr als 140 Antwortschreiben vor, in denen man nicht auf die Sache eingeht. Zwei Beispiele füge ich als Demonstration bei. Es sind die einzigen Antwortschreiben des Bundespräsidial- und des Bundeskanzleramts [B 3.11., B 3.12.]. Im Betreff der meisten Antwortschreiben wird der Ausdruck "Volkskrankheit Depression" durch andere Worte umgangen. Man nennt das Kind nicht einmal beim Namen, weil sich keiner seine sauberen Hände verbrennen will. Deshalb lautet das Motto in meinen Briefköpfen: "*Nicht denken - sauber bleiben!*" Das Motto habe ich von *Hans A. Pestalozzi*, einem Nachfahren des berühmten Volksschulbegründers, ausgeliehen, denn wer denkt, verliert seine Unschuld.

*Wenn erforderlich, Beiblätter einfügen*

**IV. ANGABEN ZU ARTIKEL 35 ABS. 1 DER KONVENTION**

(Siehe Abschnitt IV der Erläuterungen. Angaben gemäß Ziffern 16 bis 18 sind zu jedem einzelnen Beschwerdepunkt getrennt zu machen; wenn erforderlich, ist ein Beiblatt zu benutzen)

**16. Letzte innerstaatliche Entscheidung (Datum und Art der Entscheidung, Bezeichnung des Gerichts oder der Behörde)**

**11.07.2005; Das Petitionsverfahren (ist) abzuschließen; Deutscher Bundestag, Petitionsausschuß, Der Vorsitzende Dr. Karlheinz Gutmacher [Dokumente B].**

In der Begründung heißt es: *"Der Petent bittet erneut um Unterstützung seiner Ursachenforschung für Depressionen"*. Das ist einerseits richtig, andererseits ist es falsch. Richtig ist, daß ich mich immer und immer wieder mit Schreiben an die (persönlich, namentlich) Verantwortlichen im Staate (Politiker, Journalisten, Kirchenvertreter, Professoren der Universitäten) gewendet und um Unterstützung (Öffentlichmachung der Ursachen) für depressivkranke Menschen gebeten habe. Falsch ist, daß ich ein zweites Petitionsverfahren angestrengt habe. Tatsache ist, daß der Petitionsausschuß (i.A. Dr. Gutmacher, MdB) von sich aus mit Schreiben vom 18.02.05 an mich herangetreten ist. Ich habe mich damals darüber gewundert und gedacht: *"Hier befindet sich eine Schwachstelle im System!"* Die Politiker mißachteten die von ihnen geschaffenen Gesetze, es war und ist so.

Daraufhin schrieb ich am 22.02.05 (erst vier Tage später, nach reiflicher Überlegung) an den Vorsitzenden des Petitionsausschusses (Dr. Karlheinz Gutmacher) folgenden Text: *"Sehr geehrter Herr Dr. Gutmacher, unter dem Betreff Krankheitsbekämpfung beziehen Sie sich auf ein Schreiben vom Februar 2005 und bestätigen den Eingang. Das Schreiben kann Ihnen nur von einem MdB oder Regierungsmitglied zugeleitet worden sein, weil ich in den vergangenen zwei Jahren kein Schreiben an den Petitionsausschuß geschickt habe, aber hunderte Briefe und unzählbare E-Mails an Spitzenpolitiker. Ich kann Ihnen versichern, an Politiker zu schreiben ist, als wenn man Ochsen in die Hörner kneift. Deshalb erstickt Ihr (Politiker) im Papier. Das Lebensglück der Menschen ist Politikern völlig egal. Auch Ihr Schreiben ist ein verträgliches, abwimmelnendes Schreiben - es ist zum Kotzen!"* Dem Schreiben habe ich meine CD-ROM Nr. 36 (*Depression - der stille Schrei*) beigefügt und um Eingangsbestätigung gebeten. Damit habe ich bezweckt, daß die Entgegennahme amtlich wird. Ich habe mit voller Absicht aggressiv geschrieben, um Politiker wachzurütteln. Meine CD-ROM ist in den Besitz (in die Verantwortung) der *Bundesrepublik Deutschland* gelangt. Es bot sich an. Mögliche Regreßansprüche Betroffener (Hinterbliebener) gegen die Bundesrepublik Deutschland wegen unterlassener Hilfeleistung mit Todesfolge sind gesichert. Mit Schreiben vom 09.03.05 wurde der Eingang bestätigt. Die Bundesrepublik Deutschland ist mit diesem Datum in der Verantwortung. Der Rest ist eine Sache der Zeit.

Am 14.03.05 habe ich ein Schreiben [B 4] an den *Sprecher des Kompetenznetzes Depression* Prof. Dr. Ulrich Hegerl geschickt und ihm die Ursachen der Depression mitgeteilt. Ich habe das Schreiben mit Postausgang 15.03.05 ausländischen Persönlichkeiten sowie dem *Deutschen Bundespräsidenten* Horst Köhler zur Kenntnisnahme vorgelegt. Ich habe dieses Schreiben nicht an den Petitionsausschuß geschickt. Das Schreiben habe ich dann im Internet an Freunde gesandt. Email-Kopien (mit Anhang) erhielten die deutschen Spitzenpolitiker Heide Simonis, Wolfgang Kubicki, Jürgen Rüttgers, Peer Steinbrück, *Gerhard Schröder* (Bundeskanzler) und Angela Merkel. Ich habe nicht eine einzige Antwort auf dieses Schreiben erhalten, auch nicht vom Petitionsausschuß. Das Schreiben wurde zum "Querläufer einer Quelle", deren Identität (Herkunft) ich nicht kenne, die selbst nicht bereit ist, Verantwortung zu übernehmen.

Mit Schreiben vom 15.04.05 habe ich die Universität Berlin-Charité' (Frau Prof. Isabella Heuser, Direktorin) angeschrieben und ihr die Ursachen der Depressionen mitgeteilt. Den Schriftsatz [B 3 ff.] habe ich an sechs weitere Universitäten mit psychiatrischen Abteilungen und an staatliche Einrichtungen lt. Verteiler gesendet. Ich wußte, daß keiner die Ursachen der Depressionen wissen will, erreichte aber durch den Umweg über *Bundestagspräsident* (Wolfgang Thierse) eine Eingangsbestätigung. Sollte *Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen* später als Ursache für Depressionen Bestätigung finden, möchte ich nicht in der Haut unserer staatlichen Führungskräfte stecken.

**Man hat ein Petitionsverfahren konstruiert, das nach deutschen Gesetzen gar nicht möglich sein sollte, wie es auch in der Begründung des Petitionsausschusses vom 11.07.05 steht. Es sind viel Papier und Worte, aber keine Antwort auf eine sachliche Fragestellung. Das ist deutsche Gründlichkeit, und der Satz (die Fragestellung) bleibt stehen: "Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten oder sind sie es nicht?"**

**17. Andere Entscheidungen (in zeitlicher Reihenfolge mit Angabe des Datums und der Art der Entscheidung und der Bezeichnung des Gerichts oder der Behörde)**

**Im Jahre 2001 hatte ich in medizinischen Büchern - z.B. Pschyrembel - Klinisches Wörterbuch - festgestellt, daß unter dem Begriff Depressionen niemals Querverweise auf Mangelkrankheiten (z.B. Pellagra, Beriberi) oder essentielle Stoffe zu finden sind. Vielmehr werden Depressionen in etwa 10 Unterarten aufgespalten. Zäumt man jedoch das Pferd von hinten auf und schaut in denselben Werken unter den Mangelkrankheiten oder essentiellen Stoffen (z.B. Thiamin, Pyridoxin, Nicotinsäureamid, Biotin) nach, erhält man durchgehend Hinweise auf Depressionen. Diese Feststellung habe ich jedoch erst am 06.04.2003 dem Bundespräsidenten *Johannes Rau* und dem Geschäftsführer der *Walter de Gruyter GmbH (Psychrembel)* wechselseitig mitgeteilt. Ich bekam von beiden Stellen keine Antwort. [A 12, A 13]**

**Wenn man einmal die biochemisch-kausalen Zusammenhänge [Pyridoxin-Tryptophan-Serotonin (Melatonin) >> Depressionen (Migräne)] begriffen hat, erscheinen die Depressionen wie ein Furz (derb, für abgehende Blähung gemeint), die Geldverdiener (und Medien) machen einen Donnerschlag daraus.**

**17.1.** Am 15.08.2001 **Strafanzeige** bei der *Staatsanwaltschaft Hamburg* wegen *unterlassener Hilfeleistung mit Todesfolge* gegen den Bundeskanzler der Bundesrepublik Deutschland (*Gerhard Schröder*) und andere. Die Strafanzeige wurde am 04.09.2001 von der Staatsanwaltschaft Hamburg zurückgewiesen.

**17.2.** Am 11.03.2002 **Petition an den Deutschen Bundestag**. Als Anlage habe ich meinen Aufsatz *Depression - der stille Schrei* beigefügt. Das Petitionsverfahren wurde am 10.10.2002 abgeschlossen. In der Begründung heißt es: *"Unter dem Begriff Depression fasst man verschiedenste Zustandsbilder mit oft unterschiedlichen Auslösern zusammen. Dies reicht von leichteren depressiven Verstimmungen bis zu schweren psychotischen Zustandsbildern mit Wahnentwicklung. Schwere Depressionen verlaufen häufig wiederkehrend oder chronisch und sind oft zugespißt durch Suizidalität. Dabei ist die Lebensqualität der Betroffenen in sehr grundlegender Weise hochgradig beeinträchtigt."* Häufig wiederkehrende Symptome sind meist Mangelerscheinungen, das ist die Tücke dieser Krankheiten. Den Wortlaut kann man fast gleichlautend im *Gesundheitsbrockhaus* der 1960er-Jahre unter der Vitaminmangelkrankheit *Pellagra* nachlesen. Die Pellagra wird auch als 3D-Krankheit bezeichnet. Die drei "Ds" stehen für *Dermatitis, Diarrhö und Demenz*. Symptome der Pellagra, die verschieden stark im Vordergrund stehen können, sind u.a. Depressionen. Das ist seit mehr als 40 Jahren der Bevölkerung nicht bekannt. [B 3.8.]

Dann wird eingeräumt: *"In der Medizin ist die Bedeutung von Vitaminen, insbesondere auch aus der B-Gruppe bzw. deren Mangel, bei verschiedenen Erkrankungen des Nervensystems bekannt. Auch ist bekannt, dass bei bestimmten Vitaminmangelzuständen u.a. psychische Veränderungen auftreten können."* Dieses Wissen ist in der Medizin wohl, aber es ist Ärzten und der Bevölkerung nachweislich nicht bekannt. In der Broschüre (*Depression*, Stand August 2001) des BMBF steht kein einziges Wort über gesunde Ernährung. [A 14 (Seite 10), B 3.10., B 3.13] Seit Dezember 2000 habe ich fast einen Aktenordner voller Medienberichte zur Depression gesammelt. Mit Fallbeispielen (Halbwahrheiten), wie die Depressionen von den Medien an die Menschen herangetragen werden, kann man alles oder nichts beweisen. Ich habe in keinem Bericht Zusammenhänge (Ernährung und essentielle Stoffe - Depressionen) gefunden. Die Bevölkerung wird bewußt in Unkenntnis der Tatsachen belassen. Depressionen werden fast durchgängig auf die "psychische Schiene" geschoben.

**17.3.** Am 09.05.2002 **Verfassungsbeschwerde gegen die Bundesrepublik Deutschland**, vertreten durch die Bundesregierung und den *Bundeskanzler Gerhard Schröder*, wegen Verstoßes gegen Art. 1 GG (Schutz der Menschenwürde) beim *Bundesverfassungsgericht* in Karlsruhe. Der Beschwerde war ein Karton voller Argumente (Beweismaterial) beigefügt, die vom Gericht, weil es nicht befugt ist, nicht eingesehen wurden. In Deutschland wird nach Recht und Ordnung gelebt und gestorben, und wer sich umbringt, hat selbst schuld. Ich bitte, meine Ironie (oder gar Zynismus) nicht zu berücksichtigen.

23.05.02: Das Gericht ist nicht befugt

05.05.03: Man schreibt: "*Danach kann der einzelne Bürger das Bundesverfassungsgericht lediglich mit der Verfassungsbeschwerde anrufen, die sie ersichtlich nicht erheben wollen.*" Das ist falsch! **Ich habe am 09.05.02 Verfassungsbeschwerde erhoben.** Der Art. 1 GG lautet: "*Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu schützen, ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.*" In Deutschland bringen sich jährlich 12.000 Menschen um, weil ihnen *Serotonin in den Synapsen der Hirnzellen fehlt*. Diesen Mangelzustand bezeichnen Mediziner und Psychologen als Depression. Serotonin ist eine Angelegenheit der *Biochemie*, nicht der Ärzte und Psychologen, die haben nachweislich keine Ahnung davon. Es entsteht im Organismus biosynthetisch aus *Tryptophan* (essentielle Aminosäure, Vorstufe) und *Pyridoxin* (Vitamin B6 als Coenzym). Das sind wissenschaftliche Erkenntnisse, sie sind falsifizierbar. Solange ein deutsches Gericht nicht bereit ist, die Geldverdiener (Pharma, Funktionäre, Psychologen) in die Pflicht zu nehmen, ist Deutschland eine *psycho-medizinische Diktatur*, in der diese Kreise aus Geldgier über Leichen gehen dürfen.

10.06.03: Belehrungen

25.07.03: Belehrungen

**Sämtliche staatliche Einrichtungen (Bundespräsidialamt, Kanzleramt, Bundestagspräsident, BMfG, BMBF, Generalbundesanwalt, Patientenbeauftragte, Ministerpräsidenten (Bundesrat)) geben keine Antwort (Ignoranz) und wenn, ist es nicht sachbezogen (das bezeichne ich als dummes Gesülze). Dialog ist ausgeschlossen.**

**Privatrechtliche Institutionen und Pharmafirmen, z.B. Krankenkassen, BfArM, GSK, Roche, bestätigen indirekt die Ursachen der Depressionen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) gibt keine Antwort. DGE und dimdi stecken unter einem Hut, denn dimdi besorgt die Dokumentationen der DGE. Dimdi heißt *Deutsches Institut für medizinische Dokumentation und Information*. Die DGE ist nicht unabhängig, sie ist Steigbügelhalter. Ihre Empfehlungen zu Vitaminen und anderen essentiellen Stoffen sind daher nicht objektiv und mit Vorsicht zu genießen. Da spielen Gesetze (Arzneimittel- und Nahrungsmittelgesetz) eine Rolle. Ein normaler Mensch verirrt sich im Dschungel (deutsches Gesetzesdickicht) der Bestimmungen - sogar Heilpraktiker verzagen. Man will sie zu "Ärzten für Naturheilkunde" machen, habe ich im Internet gelesen, damit sie unter die Fittiche der Pharmaindustrie geraten. Das werden einmal die Politiker besorgen, vermutlich gegen den Willen dieser Zunft.**

18. Gab es oder gibt es Rechtsmittel, das der Beschwerdeführer / die Beschwerdeführerin nicht eingelegt hat? Wenn ja, welches Rechtsmittel wurde nicht eingelegt? Warum?

Ich habe alles getan, was in meiner Macht (oder Ohnmacht) steht. Was ich nicht weiß, kann ich auch nicht in Anspruch nehmen. Da geht es mir wie den depressivkranken Menschen. Ich wäre bereit, mein Haus (Teil meiner Altersversorgung) mit einer Hypothek zu belasten, um damit eine wissenschaftliche Studie (Falsifizierung meiner Thesen) zu finanzieren, wenn ich einen Schirmherren finden würde, der das Ergebnis (die Anerkennung) der Studie in der Medizin durchzusetzen vermag. Eine derartige Persönlichkeit gibt es in Deutschland nicht. Es ist, als wenn man mit dem Kopf gegen eine Betonwand rennt oder gegen eine Ideologie, die Psychologie, ankämpft.

*Wenn erforderlich, Beiblätter einfügen*

*Menschenrechtsverletzung*

Beschwerde beim Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte, Teil III, Rupkalwis ./ DEUSCHLAND

**V. ANGABE DES BESCHWERDEGEGENSTANDES***(Siehe Abschnitt V der Erläuterungen)*

19. Der Selbstmord von jährlich etwa 12.000 Menschen in Deutschland, die sich aus depressiver Verzweiflung umbringen, hängt mit dem Bewußtsein der Führungskräfte zusammen. Deutsche Politiker haben kein Gewissen, sie haben es in der Lobby des Deutschen Bundestags abgegeben. Deutschland ist eine Funktionsdemokratie, die nicht mehr funktioniert. In den anderen Parlamenten der Industriestaaten sieht es ähnlich aus.

Psychologie ist keine Wissenschaft. Das haben Philosophen (Jaspers, Popper), die über einen größeren Horizont als ich verfügte, lange vor mir erkannt. Ich habe als junger Mensch Freuds *Psychoanalyse* gelesen, konnte in mir aber keinen Reim (das Ich, das Es, das Überich) darauf machen. Damals fehlten mir Lebenserfahrung, Reife und Abstand. Das Buch ist nichts für Heranwachsende. Freud bröselte lediglich das Bewußtsein auseinander, das damals bei mir noch nicht vorhanden war. Deshalb hielt ich die *Psychoanalyse* für "Käse", ließ sie im Bücherschrank verstauben, bis meine Tochter mich fragte: "*Papa, hast Du mich als Kleinkind sexuell mißbraucht?*" Da fiel bei mir der Groschen. Dann habe ich auf die *Psychoanalyse* gespuckt und sie in den Mülleimer geworfen. Die *Psychoanalyse* (Sigmund Freud) ist neben *Das Kapital* (Karl Marx) und *Der Hexenhammer* (Spencer / Institoris) das schlimmste Übel, das je über die Menschheit gebracht wurde. Die Fachleute der Indoktrination sind Psychologen. Sucht nach den "Fachleuten der Gehirnwäsche", aber sucht sie nicht in den Religionen, dann kennt ihr die Selbstmordattentäter von New York, Madrid und London!

Bitte erlauben Sie mir noch, daß; ich *Friedrich Nietzsche* zu Wort kommen lasse: "*Es ist entscheidend, daß man die Kultur an der rechten Stelle beginnt, nicht an der Seele (Psyche), die rechte Stelle ist der Leib, die Gebärde, die Diät, die Physiologie (Lebensvorgänge). Der Rest folgt daraus.*" Und Goethe äußerte: "*Es liegen produktivmachende Kräfte in der Ruhe und im Schlaf.*" Das hätte Goethe nie geäußert, hätte er gewußt, was heute im Deutschen Bundestag stattfindet.

**Was will ich mit der Anrufung des Gerichtshofs erreichen? NICHTS! Es ist alles nur ein Scherz. Damit das Gericht mich nicht mißversteht, das war ironisch gemeint. Der Zweck ergibt sich aus In- und Sachverhalt.**

**VI. ANDERE INTERNATIONALE INSTANZEN, DIE MIT DIESER ANGELEGENHEIT BEFASST SIND ODER WAREN***(Siehe Abschnitt VI der Erläuterungen)*

20. *Sind die vorliegenden Beschwerdepunkte bereits einem anderen internationalen Untersuchungs- oder Schlichtungsorgan vorgelegt worden? Wenn ja, sollten Sie ausführlich Angaben machen.*

**20.1.** Am 28.06.02 erhielt ich ein **Antwortschreiben der WHO**. Ich hatte die *3. Ausfertigung meiner Verfassungsbeschwerde* vom 09. Mai 2002 der WHO (Generaldirektorin) vorgelegt. [C 14] So schreibt mir im Auftrag von *Dr Gro Harlem Brundtland* (ehem. Generaldirektorin WHO) der Regional Adviser für Europa (Mental Health) *Ph. D. Wolfgang Rutz* folgenden Absatz (aus dem Englischen übersetzt): "*Ich unterstütze Ihre Anstrengungen in der Hoffnung für eine Entwicklung vorstehender Ansätze (Anmerk.: Biosynthese Serotonin; Neurotransmitter), einschließlich auch der Ernährungsfaktoren, die im Mittelpunkt wachsenden Interesses und der Forschung zu Depressionen, depressionsabhängiger Morbidität und Mortalität, Belastungen und Leiden stehen. Ich habe soeben Ihr Schreiben an den Regionalvorstand für Ernährung weitergeleitet, Dr. Aileen Robertson, für ihre weiteren Kommentare.*" [D 1] Ich erhielt keine weitere Nachricht.

In einem Beitrag der BILD am Sonntag über Depressionen fiel mir der Name *Dr. Wolfgang Rutz* auf, er wurde gemeinsam mit *Prof. Dr. Ulrich Hegerl* (Sprecher Kompetenznetz Depression) zitiert. [B 4] Rutz sprach von der unterschiedlichen "männlichen und weiblichen Depression", ohne den *Pyridoxinräuber* Antibabypille (Kontrazeption) zu erwähnen. Beide "Experten" schoben die Ursache der Depressionen auf die psychische Schiene, das übliche Geschwätz der Mietmäuler\*, das die Medien (z.B. *Kai Diekmann, BILD*) unreflektiert verbreiten. [A 5] Jemand hat mir ein Tonband mit einer Rede von *Dr. Matthias Rath* geschickt. Es ist der deutsche Arzt, der jüngst in den Schlagzeilen war. Dr. Rath behauptet, daß das Pharmakartell für den Tod von etwa einer halben Milliarde Menschen aus Geldgier verantwortlich sei. Was er vorträgt, geht über meine Vorstellungskraft.

\*) Der Begriff **Mietmäuler** wird im Internet und in kritischen Büchern für Professoren benutzt, die absatzfreundliche Pharmainteressen mit Studien oder in den Medien vertreten. Er ist durchaus geläufig.

**20.2.** Am 02.09.02 erfolgte Antwort auf mein Schreiben vom 01.08.02 an den **Präsidenten der Europäischen Kommission**, Herrn Romano Prodi.

**20.3.** Am 15.10.02 erfolgte Antwort auf mein Schreiben vom 02.10.02 an den **Europäischen Bürgerbeauftragten**, Herrn Jacob Söderman.

**VII. BEIGEFÜGTE UNTERLAGEN**

*(Siehe Abschnitt VII der Erläuterungen. Kopien aller unter Ziffern IV und VI genannten Entscheidungen sind beizufügen. Es obliegt dem Beschwerdeführer / der Beschwerdeführerin, die Kopien zu beschaffen oder die Hinderungsgründe anzugeben. Unterlagen werden Ihnen nicht zurückgesandt.)*

- 21.
- Darlegung des Sachverhalts, Dokumente [A 1 bis A 14]
  - Letzte innerstaatliche Entscheidung, Dokumente [B 1 bis B 7]
  - Andere Entscheidungen, Dokumente [C 1 bis C 14]
  - Internationale Behörden, Dokumente [D 1 bis D 5]
  - CD-ROM Nr. 55, *Depression - der stille Schrei*

**VII. ERKLÄRUNG UND UNTERSCHRIFT***(Siehe Abschnitt VIII der Erläuterungen)*

*Ich erkläre nach bestem Wissen und Gewissen, dass die von mir im vorliegenden Beschwerdeformular gemachten Angaben richtig sind.*

Ort: **Schenefeld**  
Datum: **20. Juli 2005**

-----  
(Bruno Rupkalwis)  
(Unterschrift des Beschwerdeführers / der Beschwerdeführerin oder des Bevollmächtigten / der Bevollmächtigten)

Menschenrechtsverletzung

#### 4.4 DIE ENTSCHEIDUNG DES EUROPÄISCHEN GERICHTSHOFES mit Kommentar

EUROPEAN COURT OF HUMAN RIGHTS  
COUNCIL OF EUROPE, Strasbourg

Herrn  
Bruno RUPKALWIS  
Dahlienweg 17, D-22869 SCHENEFELD

##### DRITTE KAMMER

ECHR-Lger11.OR(CD4), JM/EAS/csp  
10. OCT 2005  
**Beschwerde Nr. 242 15/05, RUPKALWIS ./ Deutschland**

Sehr geehrter Herr Rupkalwis,

hiermit teile ich Ihnen mit, dass ein gemäß Artikel 27 der Europäischen Menschenrechtskonvention gebildeter Ausschuss von drei Richtern (V. Zagrebelsky, Präsident, R. Jaeger und I. Ziemele) eine Entscheidung über Ihre obige Beschwerde getroffen hat. Der Gerichtshof hat am 4. Oktober 2005 nach Beratung beschlossen, Ihre Beschwerde gemäß Artikel 28 der Konvention für unzulässig zu erklären, weil die in Artikel 34 und 35 der Konvention niedergelegten Voraussetzungen nicht erfüllt sind.

Der Gerichtshof hat festgestellt, dass der innerstaatliche Rechtsweg nicht gemäß den Erfordernissen des Artikels 35 Abs. 1 der Konvention erschöpft worden ist, da Sie es versäumt haben, Ihre dem Gerichtshof vorgetragene Beschwerdepunkte in einem Rechtsmittelverfahren in Übereinstimmung mit den geltenden Formvorschriften des innerstaatlichen Verfahrensrechts geltend zu machen.

Diese Entscheidung ist endgültig und unterliegt keiner Berufung an den Gerichtshof sowie an die Grosse Kammer oder eine andere Stelle. Sie werden daher Verständnis dafür haben, dass die Kanzlei Ihnen keine weiteren Auskünfte über die Beratungen im Richterausschuss geben und auch keinen weiteren Schriftverkehr mit Ihnen in dieser Angelegenheit führen kann. Sie werden in dieser Beschwerdesache keine weiteren Zuschriften erhalten, und Ihre Beschwerdeakte wird ein Jahr nach Absenden dieses Briefes vernichtet werden.

Das vorliegende Schreiben ergeht nach Artikel 53 Abs. 2 der Verfahrensordnung des Gerichtshofes.

Mit freundlichen Grüßen  
Für den Ausschluß

(Unterschrift)  
Mark Villiger  
Stellvertretender Kanzler  
POSTAL ADDRESS: COUNCIL OF EUROPE, F - 67075 STRASBOURG CEDEX

#### 4.4.1 Jetzt der Kommentar (in Briefform) dazu:

**Der Europäische Gerichtshof ist nicht auf die "Sache Mensch" und den Inhalt eingegangen. Man weist die Beschwerde mit formaljuristischen Winkelzügen auf den innerstaatlichen Rechtsweg zurück, aber es gibt in Deutschland keinen Behördenleiter, der bereit ist, Verantwortung zu übernehmen. Der Patientenverband schreibt:**

**"Es gibt nur deshalb soviele 'Halbgötter in Weiß', weil es so viele 'Esel in Schwarz' gibt."**

**Thema: Volkskrankheit Depression**  
Datum: 15.10.05 01:04:31 (MEZ) - Mitteleurop. Sommerzeit  
Von: Bruno Rupkalwis  
An: Dr.Schnitzer@t-online.de, walter.hess@textatelier.com  
Kopie an: angela.merkel@bundestag.de, franz.muentefering@bundestag.de, wolfgang.gerhardt@bundestag.de, spiegel-online@spiegel.de, monitor@wdr.de, diezeit@zeit.de, Info@bild.t-online.de,  
**Bundespräsident Horst Köhler, Papst Benedikt XVI und andere**

#### Volkskrankheit Depression

Sehr geehrter Herr Dr. Schnitzer,

danke für Ihre Antwort. Die Mail habe ich an 40 Empfänger geschickt. Sie sind der Einzige, der bisher geantwortet hat, vielleicht kommt noch ein Zweiter oder Dritter hinzu. Das war's dann. Alles, was Sie mir schreiben, kann ich unterschreiben. Unser Staat, den wir unseren Kindern hinterlassen, wird zwar nicht pleite gehen, aber er wird immer gleriger und gleriger werden müssen. Zwangsläufig! Die sozialen Systeme sind bankrott, man will es nur nicht wahrhaben. Die Bevölkerung (der Wähler) ist blind und braucht Herrschaft. Es ist alles eine Frage der Zeit, deshalb habe ich die wichtigsten Schreiben auf CD-ROM gebrannt, und da stehen Namen der "Führer" drauf. Wenn ich mich irre, bin ich ein Esel. Das macht nichts. Wenn die Herrschenden sich irren, dann ist der Deibel los. Vielleicht wird sie später einmal ausgegraben. Die Menschen heute verstehen nicht, was Sie und ich schreiben: *"Es wurde, es ist politisch!"*

Ich habe gewußt, daß ich auch beim *Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte* plattlaufen würde, deshalb war ich nicht enttäuscht. Formalismus statt Menschlichkeit beherrscht die Gerichte. Vielleicht muß es so sein? Es hat viel Arbeit gemacht, aber ich denke, sie war nicht umsonst. Sie haben ja auch keine Antwort vom Gesundheitskommissar bekommen. Es berührte mich nicht, keine Regungen - nichts!

Als ich im Dezember 2000 im Gesundheits-Brockhaus (Pellagra) die psychischen Symptome der Depressionen gefunden hatte, dachte ich, man nimmt mir dieses Wissen mit Kußhand ab. Nun weiß ich, wie es Ihnen all die Jahre ergangen ist. Man kann schreiben wie man will, was man will und wohin man will, man bekommt keine sachbezogene, nicht einmal eine menschliche Antwort: "**Da rette sich, wer kann!**" Ihr Satz trifft den Nagel auf den Kopf, versenkt ihn mit einem Schlag im Brett, das unseren Führungskräften vorm Kopf sitzt. Das erinnert mich an den *Hexenhammer*. Er wurde von vier Professoren der *Kölner katholischen Fakultät* unterschrieben, wurde weltliches Gesetzeswerk, und dann brannten fast 300 Jahre lang die Hexen. Wir leben heute in einer psychologisierten Gesellschaft, die das Nachdenken verlernt hat. Volksverhetzung ist verboten, das ist in Ordnung, Volksbetrug ist erlaubt - das ist nicht in Ordnung. Alles ist Psychologie, selbst 50% der Wirtschaft, sagt man. "*Psychologie, das ist alles Quatsch!*", hatte mein Freund, der alte Prof., gesagt. In einem Gespräch fiel folgender Satz: "*Am Himmel sollte ein riesengroßer Arsch erscheinen und den Reichstag in Berlin zuscheißen!*" Ich war geplättet, als ich das aus seinem sonst gebildeten Munde hörte. Luther nahm auch kein Blatt vor den Mund.

Ich verabscheue die Psychologie, das haben Sie aus meinen Schreiben herauslesen können, und ich bin vorbelastet. Beobachten Sie mal Psychologen im Fernsehen, es werden immer mehr. Sie werfen mit ihrer Nomenklatur um sich, die kein normaler Mensch versteht, blenden damit ihre Gesprächspartner und Zuhörer. **Psychologen sind Spinner!** Die "dämlichen" Journalisten haken nicht nach. Mit Logik habe ich bisher jeden Psychologen an die Wand argumentiert, es waren zwar nicht viele, aber einige. Ich fragte nur: "*Was meinen Sie eigentlich damit?*" Dann folgte ein Satz der Erklärung in deutscher Sprache, oft nur lapidares Geschwätz. *Karl Jaspers*, ich denke er war der aussagekräftigste deutsche Philosoph des letzten Jahrhundert, lehnte *Marxismus und Psychoanalyse* als Wissenschaftsaber glauben ab. Er würde sich im Grabe umdrehen, wenn er wüßte, daß sich die Psychologen wie Fliegen vermehrt haben, und sie missionieren immer weiter.

Ich werde meine Aktivitäten einschränken. Es hat alles keinen Sinn! Schopenhauer hat schon vor 200 Jahren erkannt, daß man die Zeit für sich arbeiten lassen muß, wenn man nicht in der richtigen Zeit lebt. Dieses ist nicht Ihre Zeit, und dieses ist nicht meine Zeit, aber dieses Land ist unser Land, und ich muß an mein Enkelkind denken.

Meine Fernsehgebühren habe ich bei der Bank zurückbuchen lassen. Ich weiß, die GEZ ist geldgierig. Der Verstoß im Verkehr (plus 23 km/h) brachte 75.- Euro Bußgeld ein. Ich habe nichts bezahlt. Die Zahlungsfrist war am 26.09.05 abgelaufen. Bei Nichtzahlung drohten die im Bescheid gleich mit Erzwingungshaft. Dann gehe ich eben für ein paar Tage in den Knast. Ich will ja nichts von ihnen, die wollen was von mir - mein Geld.

Mit freundlichen Grüßen  
und bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen.

Bruno Rupkalwis

PS: Ich habe gerade noch einen "offenen Brief" an Herrn Bundespräsident Horst Köhler auf dem Schreibtisch liegen. Es ist der Brief, den alle anderen schon im Internet gelesen haben. Deshalb lege ich dieses Schreiben gleich mit ein. Bitte haben Sie Verständnis, denn: "*Wenn man die Nadel im Heuhaufen gefunden hat, kann man jedem damit in 'den Arsch' stechen!*"

## Die Psychomedizin

(Symbiose)



David Low: Der "gemeinsame" Weg

Die Wahrheit  
ist wie Wasser im Fels,  
sie kommt an die Oberfläche  
und sprudelt als  
Quelle der Erkenntnis.  
(Laotse-Kalenderblatt)

Wenn ein Psychopriester  
schwafelt seinen Mist,  
ändert sich das Suizidverhalten,  
oder es bleibt wie es ist.  
(Bruno Rupkalwis, CD-ROM)

Eure Heiligkeit Papst Benedikt XVI und  
sehr geehrter Herr Bundespräsident (Horst Köhler),

seit Etablierung der Psychotherapie haben sich etwa 40 Millionen Menschen in den Industrieländern aufgrund von *Serotoninmangel* in den Synapsen der Hirnzellen das Leben genommen. Ärzte und Psychologen sprechen in diesem Zusammenhang von Depressionen - sie haben keine Ahnung. *Serotonin* entsteht biosynthetisch im menschlichen Organismus aus *Tryptophan* und benötigt *Pyridoxin* (Vitamin B6) als Coenzym. Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen. Das sind erforschte Tatsachen, und sie stehen in medizinischen Werken. Man verschweigt den Menschen dieses Wissen, entläßt sie ahnungslos und daher billigend in den Selbstmord.

Die Geldgier ist grenzenlos!

Wenn ich irre, bin ich ein Esel, wenn Sie irren, meine Herren, dann sind Sie keine Ignoranten, dann sind Sie Täter - Täter durch Unterlassung. Alle Wege, die nach Rom führen, sind zu Sackgassen geworden. Denken Sie mal darüber nach.

Bruno Rupkalwis

Samstag, 15. Oktober 2005 AOL: Bruno Rupkalwis

## Wer sein Wissen vermehrt, vermehrt seine Ungeduld.

### 5 Das nationale Irrenhaus - Die erfüllte Prognose der Hannah A.

#### Hausarbeit zur Erlangung der Würde des Menschen außerhalb von Universitäten

Vorgelegt von: Bruno Rupkalwis, BHS a. D.

22. Oktober 2005

Dr. Johann Georg Schnitzer, der anständige Arzt vom Bodensee, gab mir die Anregung, diesen Aufsatz zu schreiben. Ich weiß nicht, ob ich dem gerecht werden kann. Schreiben war immer meine Schwäche, ich liebe es wie die Cholera, und es begann schon in der 3. Klasse. Wenn mir jemand wahrgesagt hätte, du wirst in einer Angelegenheit, der du nicht gewachsen bist, sieben Aktenordner mit Briefen vollschreiben, ich hätte ihn für verrückt erklärt. Im Einstecken war ich immer gut, besser als im Austeilen, aber es gibt Grenzen, wenn die überschritten werden, wiege ich sieben Zentner.

Warum ist Dr. Schnitzer der anständige Arzt vom Bodensee? Als junger Zahnarzt übernahm er eine Praxis in einem Dorf im Schwarzwald und stellte fest, daß sämtliche Bewohner mit schlechten Zähnen gut bedacht waren. Das war Anfang der 1960er Jahre. Er hätte von schlechten Zähnen wie "ein Zahnarzt" leben können, sie wären eine Goldgrube gewesen. Der Mann ist aber Idealist, was zwar selten ist, aber manchmal vorkommt. Er überlegte, wie man den Menschen, besonders den Kindern, die schlechten Zähne austreiben könne. Sein Weg führte zum Dorfbäcker, dem er schnell klarmachte, daß schlechte Zähne eine Ursache der Ernährung sind. Die *Schnitzerbrote* wurden im Schwarzwald erfunden, deren Grundlage nicht totes Mehl, sondern lebende, keimfähige Körner sind. Der Umsatz des Bäckers stieg, der Zustand der Zähne der Dorfbewohner wurde besser, aber der Umsatz in der Zahnarztpraxis fiel.

Seine Erfahrungen, daß gesunde Zähne und richtige Ernährung zusammengehören, teilte er in 1.800 Briefen den Bundes- und Landespolitikern mit. Er bekam drei Antwortschreiben. Sein Einsatz von 360,- DM als Porto wurde ihm von den Politikern mit 60 Pfennig honoriert. Der ideelle Aufwand läßt sich nicht mit Geld verrechnen. Die Frankatur eines Briefes betrug damals 20 Pfennig. Die Politiker dachten, wenn sie dachten: *"Was geht uns die Gesundheit der Bevölkerung an?"* Zu der Zeit hat ein gesellschaftliches Umdenken stattgefunden, verursacht durch die Symbiose aus Medizin und Psychologie, und aus Dienern wurden Verdiener. Seine Kollegen schleppten ihn vor den Kadi, denn er solle sich gefälligst um kranke, nicht um die Gesunderhaltung der Zähne kümmern.

Das Briefporto ist verräterisch, denn es ist in den vergangenen vierzig Jahren von 20 Pfennig auf heute 55 Cent gestiegen. Das Verhältnis entspricht etwa dem Lohn- und Gehaltszuwachs der arbeitenden Bevölkerung. Der arbeitende Mensch bekommt heute etwa den sechsfachen Geldbetrag ausgezahlt. Seine Kosten für die Krankheiten (Versicherung, Pflege usw.) sind um etwa das 35 bis 40fache angestiegen. Das ist nicht etwa medizinischer Fortschritt, das ist Ausplünderung. Medizinischer Fortschritt sollte doch wohl die Gesundheit der Bevölkerung verbessern, aber es ist genau umgekehrt. Im Irrenhaus Deutschland geht keinem ein Licht auf. Ein Beispiel: Die Anzahl der an Diabetes (Zuckerkrankheit) Erkrankten ist in den letzten 15 Jahren von 3 auf etwa 10 Millionen angewachsen. Wer soll das bezahlen, und wo kommen die alle her? Keiner hat das bisher nachgerechnet, nicht einmal die (neugierigen) Journalisten des SPIEGEL, und BILD war schon immer die Zeitung der Geleitmen und Geführten.

Nachdem ich Dr. Schnitzer und andere Menschen über die *Ursachen der Depressionen* informiert habe, würde ich unsere Politiker gerne in einen "Pißpott" stecken, denn dort gehören sie rein, genau wie *Fischers Frau* (Brüder Grimm). Dr. Schnitzer schrieb folgenden Satz: *"Wir sind alle nur Zuschauer, und unsere 'Zwischenrufe' beeinflussen den Gang der Politik so wenig, wie Zwischenrufe im Kino den Verlauf eines Films beeinflussen."* Keine Frage, der Mann hat recht! Wenn Wahlen etwas verändern könnten, die Krankheitslobby würde noch mehr Einfluß ausüben. Sie hat die Mittel! Ich habe in unzähligen Briefen an Politiker, Journalisten, Kirchenfürsten und Professoren darum gebeten, eine (unabhängige) *Doppelblindstudie* über die Zusammenhänge von Depressionen und Mangelkrankheiten zu veranlassen. Der Erfolg war weniger als NULL. Sie verstehen kein Deutsch, lassen kein Argument gelten, und sie antworten nicht. Deshalb denke ich nur noch negativ - es gefällt mir, und es erhält mir mein Rückgrat.

## 5.1 Serotonin - das Glückshormon

Deutschland ist ein Irrenhaus ohne Fenster, das den Sonnenschein verbannt hat. In den anderen Industrieländern herrschen ähnliche Verhältnisse. Alle Wege nach Rom sind Sackgassen geworden. Die Macht ging schon immer von den Medizinern und (Psycho-) Priestern aus. Sie machten stets ein Geheimnis aus ihrem Wissen. So war es schon in der Steinzeit, und so ist es bis auf den heutigen Tag geblieben. *Oswald Spengler*, Gesch.-Philosoph, sprach vom Untergang des Abendlandes. Seit Etablierung der Psychotherapie haben sich in den Industriestaaten etwa 40 Millionen Menschen aus depressiver Verzweiflung das Leben genommen. Warum nur? Keiner sagt den leidenden Menschen, daß in ihrem Hirnstoffwechsel *Serotonin* fehlt. *Arthur Schopenhauer* erkannte schon vor 200 Jahren: "Der Mensch wird 100 Jahre alt, wenn er vor dem 90. Lebensjahr stirbt, verstirbt er an Krankheiten." Dem kann man hinzufügen: Und an der Unfähigkeit seines Arztes.



Wir haben einen Bundespräsidenten und einen Nochkanzler. Seit 1. Juli 2001 habe ich *Gerhard Schröder* (und *Johannes Rau*) in unzähligen Briefen gebeten, meine Erkenntnisse wissenschaftlich überprüfen zu lassen. Schröder hat seine Macht verloren, seine Verantwortung für das deutsche Volk wie ein Spieler verzockt, denn er hätte die Macht gehabt, den Medizinmann und Ärztepräsidenten *Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe* Farbe bekennen zu lassen, statt dessen schwieg er die Menschen tot: Einmal Genosse - immer Genosse, und keiner ist blöder als Schröder!

**Schröders Leichenberg** hat im Oktober 2005 eine Höhe von 52.000 Toten durch Unterlassung erreicht. Ich habe auch den Ärztepräsidenten in mehreren Schreiben um Hilfe gebeten: Keine Antwort! Die Ärzte waren in Hitlers Reich die treuesten Vasallen, 75% gehörten Naziorganisationen an. Der "gute Arzt von Auschwitz", *Josef Mengele*, läßt seine Kollegen aus der Hölle grüßen. Am 15.01.2001 schrieb DER SPIEGEL: **Deutsche Ärzte sind Stümper!** Das geht aus einer Studie für die damalige Gesundheitsministerin *Andrea Fischer* hervor. Sie war zu neugierig und grün, deshalb mußte sie ihren Geigenkasten nehmen.

### Unterlassene Hilfeleistung, § 323c StGB:

"Wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not nicht Hilfe leistet, obwohl dies erforderlich und ihm den Umständen nach zuzumuten, insbesondere ohne erhebliche eigene Gefahr und ohne Verletzung anderer wichtiger Pflichten möglich ist, wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft."

Schröders Verhalten ist unterlassene Hilfeleistung mit Todesfolge, denn *Medizin und Psychologie* können die Ursachen der Depressionen nicht benennen, sie sprechen stets von Auslösern. Wenn es noch Gerechtigkeit gibt, gehört *Gerhard Schröder* für 52.000 Jahre in den Knast, und *Johannes Rau* sowie *Heide Simonis* (Pattex-Heide) sollte man gleich mit einsperren. Die Sozialdemokraten sind komische Vögel ohne Federn, gerupfte Hühner, die alles fressen. Den Sozis darf man kein Geld anvertrauen, schon gar nicht einen Staatshaushalt, sie können damit nicht umgehen. Jeder ist bestrebt, sein Geld zu vermehren, die Sozis vernichten es. *Peer Steinbrück* ist auch Sozi. In der Irakkrise kaufte Ulla Schmidt, SPD, für 100 Millionen Euro Pockenimpfstoff von der Pharmaindustrie, Mist, der mehr als 30 Jahre alt war, obwohl Schröder genau wußte, daß *Saddam H.* keine Massenvernichtungswaffen hatte. Das hat ihm *Jaque Chirac* vermittelt: "Krieg ist intelligent - blöd sind nur die Verursacher!" Vom *magischen Dreieck* haben Sozis nie gehört, nämlich Preisstabilität, Vollbeschäftigung und Zahlungsbilanzausgleich. Würde man die Gesundheit der Menschen in Deutschland um 30% verbessern, was durchaus möglich ist, wenn man den Geldgierigen "die Hände abhackt", könnten fast 100 Milliarden Euro jährlich eingespart werden und einen sagenhaften Aufschwung verursachen. **Das deutsche Volk ist krank!**

Im Dezember 2000 suchte ich nach den Ursachen der Depression. Meine Familie war fast zwei Jahre durch die Psychohölle gegangen. Die Medikamente der Pharmaindustrie und die Psychotherapie sind nur Krücken, aber keine wahren Hilfsmittel für Depressive. Mit Antidepressiva werden in den Industrieländern etwa 17 Milliarden Euro Umsatz gemacht, habe ich im Internet gelesen. Bei soviel Geld spielen Menschenleben keine Rolle, da drückt selbst "Papa Ratz" beide Augen zu. Depressivkranke Menschen bedürfen einer Ernährungsberatung und der Umstellung ihrer Ernährung auf eine Kost, die reich an *Tryptophan* (Aminosäure) und *Pyridoxin* (Vitamin B6) ist. Das ließe sich mit einer *Doppelblindstudie* verifizieren, doch keiner will sie. In der Medizin gilt nicht, was logisch, kausal oder durch Studien belegt ist, sondern nur, was die Krankheitsmafia anerkennt. Im Dezember 2000 fand ich unter dem Stichwort *Pellagra* in einem alten *Gesundheitsbrockhaus* die psychischen Symptome meiner Tochter beschrieben. Es fiel mir wie Schuppen von den Augen. Die Pellagra heißt auch 3D-Krankheit. Die drei "Ds" stehen für Dermatitis, Diarrhö und Demenz. In neuen medizinischen Büchern werden die *psychischen Symptome* dieser Mangelkrankheit nicht mehr beschrieben. Wird hier etwas ausgemerzt? Diese Frage ist nicht nur berechtigt, ihre Beantwortung ist zwingend erforderlich.

Zu Weihnachten 2000 schenkten mir meine Kinder ein Modem, damit ich "als Rentner" nicht verblöde, meinten sie, denn *wer nichts weiß, muß alles glauben*. Damals gab ich in der *AOL-Suchmaschine* den Begriff *Depression* ein, es meldeten sich mehr als 4 Millionen Einträge. Auf den Seiten, die ich damals las, stand, Depressionen seien eine ernsthafte psychische Erkrankung. Das ist Unsinn, deshalb halten es die Depressiven im Kopf nicht mehr aus! Ein pensionierter Psychiatrieprofessor, der mich ein Stück meines Weges begleitete, klärte mich mit den Worten auf: "**Psychologie, das ist alles Quatsch!**" Er gab psychiatrische Gutachten ab. Depressionen interessierten ihn nicht, die seien etwas für *Psycho-Spinner* - für Psychotherapeuten. Wahrheit kommt nur langsam, dann aber gewaltig an die Oberfläche.

Im Jahre 2001 gab es noch keine (deutsche) Seite der *Orthomolekularen Medizin* im Internet. Ernährungsmediziner waren damals eine Seltenheit, sie sind es bis heute geblieben: **Deutsche Ärzte haben keine Ahnung von gesunder Ernährung!** Das ist zwar traurig, aber wahr. Unter der Kombination *Serotonin + Pyridoxin* oder *Neurotransmitter + Depression* meldeten sich damals nur ganz wenige Seiten mit spärlichen Informationen. Man erhielt nicht das Wissen, das mehr als 40 Jahre alt ist, nämlich: *Depressionen entstehen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen*. Ich habe es mühsam, teils aus alten Büchern, heraussuchen müssen. Es hat drei Jahre gedauert, bis ich die kausalen Zusammenhänge begriffen hatte. Es sind biochemische Vorgänge, die mit Psychologie soviel zu tun haben, wie *Gerhard Schröder* mit der Herstellung von Sauerkraut.

**Sauerkraut:** Sauerkraut war früher der Hauptlieferant von Vitamin C. Unsere Vorfahren hätten die Winter nicht überlebt, wenn sie dieses segensreiche Kraut nicht gehabt hätten. Sie wußten damals nichts von den Inhaltsstoffen. Das erste Vitamin, das *Thiamin*, wurde vor fast 100 Jahren entdeckt. *Christiaan Eijkman*, Hygieniker, bekam dafür den Nobelpreis. Dazu fällt mir eine Geschichte aus meiner Schulzeit ein, deren Anfang ich nur "im Irrenhaus" erzählen kann: Als *Gerhard Sch.* geboren wurde, war seine Mutter gerade nicht zu Hause. Sie war auf dem Feld und pflückte Kohl. Gerhards Vater sagte: "*Wer im Sommer klaut, hat im Winter Sauerkraut!*" Heute nehmen Medizin pp., Pharma und Psychologen die segensreichen Vitamine nicht ernst, bekämpfen sogar die Ausbreitung des Wissens darüber. Wer mit essentiellen Stoffen (Elemente, Vitamine, Amino- und Fettsäuren) ausreichend versorgt ist, neigt nicht zur Krankheitsanfälligkeit, und wer die Bevölkerung ausplündert, braucht kein Sauerkraut, der frißt Trüffel und Kaviar und das schon zum Frühstück. Wohl bekomm's!

## 5.2 Forschung ist die beste Medizin - stimmt (nicht)!

Was ist weder Materie noch Energie? Die Antwort ist: Information! Sie ist als Aggregatzustand nur denkbar, wenn sie an Materie oder Energie (z.B. Modulation der Radiowellen) gebunden ist. Information hängt nie im leeren Raum. Die Seele der Psychologen, die Psyche, existiert nicht. Die Emotionen der Menschen sind analog an Gehirn und Nervensystem gebunden. Deshalb kann es (wissenschaftlich) keine psychosomatischen Krankheiten geben. Das ist eine Irrlehre! Die Tatsachen wurden um 180° verdreht und in den vergangenen 40 Jahren mit Massenverdummung in die Hirne der Menschen getricchert: "Es ist, als ob die Seele unwohl wäre..." (Erich Kästner). Es gibt nur somatisch-emotionale Erkrankungen. Jedes traumatische Ereignis hinterläßt Spuren im Gehirn, die durch psychologisches Geschwätz nicht reversibel sind: Nur die Zeit heilt Wunden, die die Psychologen wieder aufreißen!

Die Pharmakonzerne betreiben zur Umsatzsteigerung ihrer Produkte gerade einem Riesenaufwand, einen Werberummel, der einem Schlachtfeld gleicht und in allen Zeitschriften untergebracht wird. Ihr Motto lautet: "Forschung ist die beste Medizin", mit Risiken und Nebenwirkungen, koste es, was es wolle. Sie haben mit Bedacht, den Apparat (Legislative) des Denkens, im Volk kaputtgemacht. Das reimt sich und ist wahr. "Wer keine Pharmapillen schluckt, muß vom Arzt falsch untersucht worden sein", meinen sie. Das Kartell der Pillenproduzenten entlarvt sich, klagt sich als "Ihre Arzneimittelforscher" selbst an. Es sind nicht unsere Forscher, sie gehören uns nicht, sonst könnten wir sie einsperren. So könnte das *Stoppchild* gegen Ausplünderung aussehen:

### Enteignet

Abbott, Actelion, ALTANA Pharma, AMGEN, Artemis, AstraZeneca, Aventis, Bayer, Berlin-Chemie Menarini, Biogen Idec, Boehringer Ingelheim, Bristol-Myers Squibb, Chiron Vaccines, Eisai, Essex Pharma, Fujisawa, Genzyme, GlaxoSmithKline, Grünenthal, Janssen-Cilag, Lilly, Lundbeck, Merck, MSD, Mundipharma, Novartis, NOXXON, Organon, Orion Pharma, Pfizer, Procter & Gamble Pharma, Roche, SANKYO PHARMA, Sanofi-Synthelabo, Schering, Schwarz, Serono, Solvay, Takeda Pharma, UCB, Wyeth,

**denn sie sind die Ausplünderer der Menschen, in allen Ländern unserer Welt.**

Ich habe in die Internetseite [www.arzneimittelforscher.de](http://www.arzneimittelforscher.de) geschaut, um mich zu informieren. Es ist erschreckend, wenn man Bücher wie **Heilen verboten, töten erlaubt** von Kurt G. Blüchel oder **Die Krankheitserfinder** von Jörg Blech gelesen hat. Derartige Bücher gibt es jede Menge, sie klagen die Zustände öffentlich an, jedoch kein Staatsanwalt ermittelt gegen die "Verbrecher der Menschheit". Sie argumentieren stets mit Halbwahrheiten, doch zwei Halbwahrheiten ergeben nicht die ganze Wahrheit, sondern eine volle Lüge. Es ist nur logische Implikation.

**Allein in Deutschland bringen sich jährlich 12.000 Menschen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen um. Ärzte und Psychologen sprechen in diesem Zusammenhang von Depressionen, sie haben keine Ahnung - fortgebildet von Pharmavertretern.**

In Deutschland leiden etwa 4 Millionen Menschen an diesem Übel, weltweit sollen es etwa 340 Millionen sein. Laut WHO bringen sich jährlich 1 Million Menschen aus depressiver Verzweiflung um. Mein Werk *Depression - der stille Schrei* liegt der WHO (Generaldirektor) seit Dezember 2004 vor. Man ist dort nicht bereit, den Eingang zu bestätigen. Das zweite Exemplar befindet sich in den Mauern des Vatikans. Das dritte Stück wird in einem Jahr vom Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte vernichtet. "Es gibt nur deshalb so viele 'Halbgötter in Weiß', weil es so viele 'Esel in Schwarz' gibt", schreibt der Patientenverband. Meine Beschwerde beim Europäischen Gerichtshof über Deutschland wurde aus formaljuristischen Gründen, nicht aus Gründen des Inhalts oder der Sachlichkeit, zurückgewiesen. Solche Richter töten lautlos und perfekt - sie sind Scharfrichter!

Depressive Menschen sind nicht psychisch krank, das ist die größte Lüge der Menschheitsgeschichte, es ist Massenverdummung - die Früchte der kapitalistischen Psychologie. Mit Individualpsychologie (Psychotherapie) werden Depressive auf einen Irrweg geschickt, bis sie diesen Unsinn glauben. Es gibt aber die 3-Drittel-Faustregel für Depressive, sie stammt von einer betroffenen Mutter: "Das erste Drittel der Depressiven wird von selbst gesund, ohne Pharmapillen und Psychotherapie - es sind die Glücklichen. Das zweite Drittel bleibt depressiv, trotz Pillen und Therapie. Das letzte Drittel wandert in die Psychiatrie", es sind mehr als 500.000 Menschen in Deutschland.

**Wird ein psychotherapierter Mensch zufällig von selbst gesund, bekanntlich verschleifen sich die meisten Krankheiten, glaubt der arme Tropf, ihm wurde geholfen, und der Psychologe schreibt sich den Erfolg auf seine Fahnen.** Ich kann nicht den Beweis für die Unwirksamkeit der Psychotherapie erbringen, dafür fehlen mir die Mittel, aber dafür können Psychologen auch nicht den Beweis für das Gegenteil antreten. Kein Psychologe gibt eine Garantie ab, sonst müßte er verhungern, schuld hat immer der Patient, wenn ihm nicht zu helfen ist. Psychologie ist eine Angelegenheit des Glaubens, nicht des Wissens, daher ist Psychologie Pseudowissenschaft. In Amerika haben Psychologen Milliardenbeträge aus den Kassen der Versicherten geplündert mit einer psychischen Krankheit, die es überhaupt nicht gibt, der *multiplen Persönlichkeit*. Dort ist der Schwindel aufgefallen und wurde hoffentlich abgestellt, bei den deutschen Krankenkassen schlafen die Verantwortlichen weiter.

### Seelische Gesundheit

**Ein Mensch frißt viel in sich hinein:  
Mißachtung, Ärger, Liebespein.  
Und jeder fragt mit stillem Graus:  
Was kommt da wohl einmal heraus?  
Doch sieh! Nur Güte und Erbauung.  
Der Mensch hat prächtige Verdauung.**

Eugen Roth

### 5.3 Wie Pharmakonzerne die Depressionen definieren

Die Definition der Depressionen ist bei allen Pharmakonzernen gleich, sie scheint abgesprochen zu sein. Deshalb folgt hier jeweils nur eine Definition im Internet gefundener Erläuterungen zu Auslösern, Symptomen, Ursachen, Therapie usw.. **Blau Schrift sind meine Kommentare.**

#### Boehringer Ingelheim: Depression

In Deutschland verzweifeln jedes Jahr rund 12.000 Menschen am Leben und begehen Selbstmord. Bei den meisten von diesen geschieht dies als Folge der Depression, einer psychischen Erkrankung, an der hierzulande etwa vier Millionen Menschen leiden. Ein einheitliches Krankheitsbild der Depression gibt es nicht. Ihre Krankheitszeichen sind vielfältig und der Verlauf ist je nach der betroffenen individuellen Persönlichkeit recht unterschiedlich. So reicht das Spektrum der Beschwerden vom simplen 'Durchhängen' bis hin zu einer schweren Depression mit der Endstation 'Selbstmord'.

**Depressionen sind keine psychische Krankheit**, sie sind somatisch- (körperlich-)emotional. Sie haben aber Einfluß auf die Ausschüttung von Stresshormonen und -proteinen, z.B. Adrenalin, das für einen erhöhten Stoffumsatz im Organismus sorgt. Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten, z.B. Pellagra und Beriberi. Das verstehen sogar 17jährige Schüler - ohne Psychologiestudium.

#### Roche: Symptome

Es gibt eine Reihe seelischer und körperlicher Anzeichen, welche auf eine Depression hinweisen. Aber nicht alle Beschwerden treten bei jedem Menschen gleich stark auf. Anzeichen für eine Depression:

##### 1. Seelische Verstimmung

Oft fehlt ohne ersichtlichen Grund der Schwung und die Kraft wie in gesunden Tagen. Alles fällt schwer, nichts geht so leicht von der Hand wie sonst, die Stimmung ist gedrückt.

##### 2. Schlafstörungen

Oft findet der Kranke keinen Schlaf, obwohl er sich müde fühlt. Der eine kann nur schwer einschlafen. Der andere wacht nachts öfter auf. Der Dritte wird ungewöhnlich früh wach. Deshalb fühlen sich alle oft morgens unausgeruht und glauben, überhaupt nicht geschlafen zu haben.

##### 3. Körperliche Beschwerden

Folgende körperliche Beschwerden können auftreten:

- Kopfschmerzen
- Nackenschmerzen
- Kreuzschmerzen
- Druck- und Engegefühl in der Herzgegend
- Schwindel
- Kreislaufstörungen
- Magen- und Darmbeschwerden
- verminderter Appetit
- vermindertes sexuelles Verlangen

Meist sind diese Beschwerden mit einer allgemeinen körperlichen Erschöpfung verbunden.

**Ist jemand falsch ernährt**, weil er sich nicht mit gesunder, frischer und schonend zubereiteter Nahrung regelmäßig versorgen kann, auf Fast-Food, Fertiggerichte, Kantine, Pizza usw. zurückgreifen muß oder es tut, gar ohne Frühstück das Haus verläßt, dann merkt er erst eine lange Zeit gar nichts. Denn ein leichter Vitaminmangel äußert sich mit ganz unspezifischen Symptomen wie Kopfschmerzen, verringerter Belastbarkeit, allgemeinem Unwohlsein, Müdigkeit, *Gefühlschwankungen* oder erhöhter Anfälligkeit gegenüber Infekten. Das kann man in Apothekerzeitschriften nachlesen.

**Bei stärkerem Mangel** an essentiellen Stoffen im Organismus kommt es zu Mangelercheinungen. Eines der *Symptome*, die an Haut, Fingernägeln, Magen, Darm, Augen, inneren Organen, Muskeln, Nervensystem usw. auftreten können, ist die *Depression*, und daran geht kein Weg vorbei. Das steht in keiner Apothekerzeitschrift, wird in keiner Gesundheitssendung, in keiner Arztserie gesagt. Das nennt man "psycho-somatisch" oder "vegetative Dystonie". Dabei können die einzelnen Symptome verschieden stark im Vordergrund stehen, das ist das Tückische der Mangelercheinungen und wird von unfähigen Ärzten nicht erkannt. Daher besteht bei fast allen Menschen der Industriestaaten (wegen industriell bearbeiteter, gelagerter, veränderter Nahrungsmittel) eine *latente Depression*, eine nicht versiegende Geldquelle für Heilbeter, Quacksalber und Scharlatane, aber auch für Mediziner und Psychologen.

#### Organon: Ursachen der Depression

Es gibt viele mögliche Ursachen einer Depression:

- Seelische Belastungen durch einschneidende seelische oder soziale Veränderungen im Privat- oder Berufsleben.
- Erschöpfung durch Überarbeitung in Beruf oder Familie oder durch Streitigkeiten.
- Zu geringe Auslastung z. B. durch Arbeitslosigkeit,
- Ruhestand oder durch geistige oder körperliche Untätigkeit.
- Körperliche Erkrankungen, wie z. B. Hirnerkrankungen,
- Schlaganfall, schwere Herzkrankheiten oder hormonelle Umstellungen.
- Veranlagung.

Noch dämlicher als **Organon** kann man die Ursachen der Depression nicht begründen. Widersprüche en masse bei sieben Punkten. Was sind denn nun die Ursachen?

- **Erschöpfung durch Überarbeitung** oder **Ruhestand durch geistige und körperliche Untätigkeit?**
- Noch schrecklicher: **Seelische Belastungen** oder **Hirnerkrankungen?**

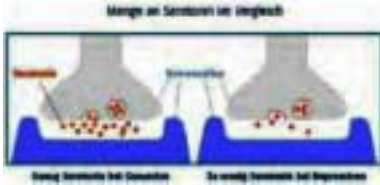
Den Quatsch kann nur ein Psychologe geschrieben haben. Mathematisch betrachtet ergeben sich aus dem Text  $2^{18}$  mögliche Ursachen. Die "Experten von Organon" haben folglich 262.144 mögliche Ursachen zur Auswahl. Das ist nur die Spitze des Eisbergs. Andere Pharmakonzene haben noch mehr, nämlich astronomische Auswahl.

## 5.4 Stoffwechselstörung im Gehirn

### Bei Pfizer habe ich folgende Ursache gefunden:

Zur Entstehung einer Depression tragen verschiedene Faktoren bei. Eine wichtige Rolle spielt der Stoffwechsel im Gehirn: so genannte Neurotransmitter, die Informationen von einer Nervenzelle auf die nächste übertragen, sind für die normale Tätigkeit des Gehirns von großer Bedeutung. Ein solcher Botenstoff ist das Serotonin. Bei einer Depression besteht ein Mangel an Serotonin - Depressionen sind also u. a. auf ein "organisches Ungleichgewicht" zurückzuführen.

Eine Zunahme des Botenstoffs Serotonin und damit die Herstellung des natürlichen Gleichgewichts zwischen diesem und anderen Neurotransmittern ist durch eine Therapie mit entsprechenden Medikamenten möglich. Es ist beruhigend zu wissen, dass sich Depressionen heute sehr gut behandeln lassen.



**Pfizer hat fast recht, aber nur fast.** Serotonin ist eine Angelegenheit der Biosynthese im menschlichen Organismus. Es entsteht aus der essentiellen Aminosäure *Tryptophan* und benötigt *Pyridoxin* (Vitamin B6) als Coenzym. Beide Stoffe müssen mit der Nahrung aufgenommen werden. Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen (BfArM).

Die Psychopharmaka (Antidepressiva) greifen an den Synapsen der Hirnzellen an und verursachen die mannigfaltigsten Wirkungen. Besser als Pharmapillen sind eine gesunde Ernährung, ggf. Einnahme der essentiellen Stoffe in erhöhter Dosierung und statt Psychotherapie eine umfangreiche Ernährungsberatung.

### Merz: Therapie

Medikamente machen die Psychotherapie häufig erst möglich. Manche Patienten, die unter einer Depression leiden, lehnen die Einnahme von Medikamenten ab. Sie versprechen sich ausschließlich von psychotherapeutischen Verfahren Besserung. In vielen Fällen schafft aber erst die Einnahme eines antidepressiv wirkenden Medikamentes die notwendige Voraussetzung. Denn unter einer medikamentösen antidepressiven Therapie erlangen Patienten z.T. erst die dafür notwendige psychische Stabilität, um zum Beispiel eine Gesprächstherapie sinnvoll beginnen zu können.

\*\*\*

**Prof. Dr. med. Rum Fummler, Psychiater:** *"Depressionen lassen sich auch mit noch feuchten Kuhfladen behandeln, die man dem Arzt oder Psychologen auf den Kopf legt. Der Anblick setzt beim Patienten Endorphine frei, die dann die Steuerung von Antrieb und Verhalten übernehmen."*

\*\*\*

Die Pharmakonzerne haben keinerlei Interesse an gesunden Menschen. Gesunde Menschen schlucken keine Pillen. Ich empfehle jedem, seine Gesundheit vorbeugend in die eigenen Hände zu nehmen. Lassen Sie es nicht erst zu Krankheiten oder Symptomen von Mangelkrankheiten, hier Depression, kommen. Das Elixier des Lebens ist gesunde Nahrung. In den Supermärkten erhalten Sie heute kaum noch Lebensmittel, nur noch minderwertige Industrienahrung, verfälscht mit chemischen Produkten, wie Aroma, Geschmacksverstärkern, Konservierungsmitteln, Farbstoffen und anderem Sondermüll.

**1964 warnte Dr. Johann Georg Schnitzer alle deutschen Politiker vor einer Ausbreitung der Zivilisationskrankheiten, der chronischen Krankheiten mit den biologischen und wirtschaftlichen Folgen für die deutsche Bevölkerung und Wirtschaft.**

Zwei Zahlen zum Nachdenken: Wir geben fast 300 Milliarden Euro jährlich für Krankenkosten aus. Der gesamte Bundeshaushalt betrug im Jahre 2004 nur 254 Milliarden Euro. Haben wir Deutschen noch alle Tassen im Schrank? Wir wurden dermaßen psychoverblödet, daß wir selbst diese Frage nicht mehr beantworten können.

Frau Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin in spe: *"Sie sind am Zug!"*

## 5.5 Was bleibt noch zu tun?

Ich habe mein Wissen über Depressionen mühselig meist aus alten medizinischen Büchern erfahren müssen. Es war sehr schmerzhaft. Ich will mein Wissen loswerden, aber keiner nimmt es mir ab. Nach meinen Erkenntnissen sind die Depressionen seit mehr als 40 Jahren erforscht. In den 60er Jahren des letzten Jahrhunderts muß sich etwas abgespielt haben, was meinen Horizont überschreitet. Es ist unglaublich! Mein Wissen habe ich im Internet unter [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de) öffentlich gemacht, denn erst im Dezember 2003 habe ich die kausalen Zusammenhänge richtig verstanden. Nun sind fast fünf Jahre vergangen, in denen unsere Politiker untätig blieben. Ich wundere mich über nichts mehr.

Eines muß ich noch loswerden:

### Deutsche Politiker sind Arschlöcher!

Jetzt geht es mir mental besser.

Auf meiner Internetseite [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de) heißt es gleich zu Beginn:

**Liebe Leser,**

**"Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (Industriernährung), sie entstehen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen!"** Serotonin ist eine Angelegenheit der Biochemie, nicht der Ärzte und Psychologen, die haben allgemein keine Ahnung davon. *Serotonin* wird als Neurotransmitter vom menschlichen Organismus aus *Tryptophan* (essentielle Aminosäure) und *Pyridoxin* (Vitamin B6, essentiell) hergestellt. Zuerst erfolgt Hydroxylierung und im Anschluß Decarboxylierung. Beide Stoffe sind für den biochemischen Vorgang zwingend erforderlich. Das Pyridoxin wirkt dabei wie ein Katalysator und beschleunigt die Vorgänge um Potenzen. Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen. Diese Prämissen sind falsifizierbar.

Depressivkranke Menschen bedürfen einer Ernährungsberatung und der Umstellung ihrer Ernährung auf eine Kost, welche reich an Tryptophan und an Vitaminen des B-Komplexes ist. Gegebenenfalls kann Nahrungsergänzung mit Vitaminpräparaten erfolgen. Wenn die Stoffwechselstörung behoben ist, verschwinden die Depressionen nach etwa zwei bis drei Wochen, vorausgesetzt, sie sind noch nicht chronisch geworden. In letzter Konsequenz enden Betroffene, die von diesen Gegebenheiten nichts wissen, im Selbstmord oder in der Schizophrenie. In Deutschland sitzen mehr als 500.000 Menschen in Psychiatrien. Bei vielen, vielleicht den meisten, fing es mit Depressionen an. Die Thesen in diesem Absatz sind mit einer *Doppelblindstudie* verifizierbar - wenn man es nur will.

BRUNO RUPKALWIS, Sprecher

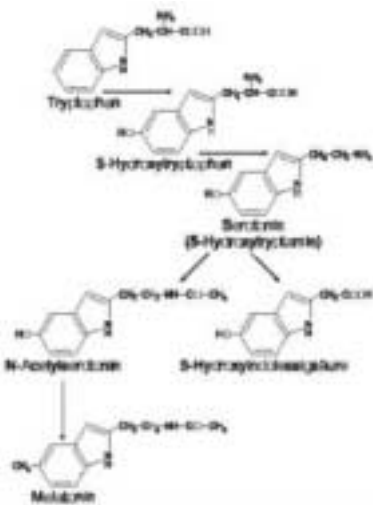
## 5.6 Hinterm Horizont fängt die www.welt erst an

Am 22. Oktober 2005 habe ich - genau wie Anfang des Jahres 2001 - in einer Suchmaschine im Internet die Begriffe *Synapsen + Serotonin* eingegeben. Damals meldeten sich nur eine Handvoll Seiten, jetzt waren es genau 26.900. Es ist erfreulich, die meisten kommen aus dem angelsächsischen Raum. Ich habe in viele Seiten hineingeschaut. Die Psychologie spielt auf diesen Seiten keine Rolle. Ich fand darunter eine Habilitationsschrift von *Dr. med. Rolf Larisch* mit dem Titel

### UNTERSUCHUNGEN DES SEROTONERGEN SYSTEMS UND DER SEROTONIN 5HT<sub>2A</sub>-REZEPTOREN MIT [18F] ALTANSERIN UND PET: EIN BEITRAG ZUR NEUROBIOLOGIE DER DEPRESSION

Die Arbeit umfaßt 150 Seiten. Ich habe bisher nur das Inhaltsverzeichnis gelesen und in einige Seiten geschaut, doch eines viel mir sofort auf, die *Strukturformel* der Biosynthese des Serotonins. Zuerst erfolgt *Hydroxylierung* und im Anschluß *Decarboxylierung*. Das hat mir keiner geglaubt, weder Bundespräsident Horst Köhler noch die Kirchenfürsten (Lehmann, Huber) oder Medizinare (z.B. Judas Diekmann, BILD). Die Professoren der Universitäten gaben keine Antwort. Was habe ich eigentlich verbrochen?

Als Katalysator (Coenzym) ist Pyridoxin (Vitamin B6) erforderlich, sonst würden sich bei 37° C Körpertemperatur keine oder nur geringe chemische Reaktionen im Organismus abspielen. Überzeugt Euch selbst. Wer die Strukturformel nicht lesen kann, hat eine Bildungslücke. Das ist für Normalbürger verzeihlich, nicht für Ärzte und Psychologen. Die müssen unbedingt nachgeschult werden, wie es die Studie 2000 für die Schröder-Regierung fordert, denn: **Das spart unser Volksvermögen.**



**Abbildung 1:** Biochemie der Serotoninsynthese. Ausgangsstoff ist die essentielle Aminosäure Tryptophan (oben). Über den Zwischenschritt 5-Hydroxytryptophan entsteht Serotonin. Der Hauptabbauweg erfolgt in 5-Hydroxyindolessigsäure (rechts unten). In der Zirbeldrüse ist Serotonin Ausgangssubstanz für die Synthese von Melatonin über den Zwischenschritt N-Acetylserotonin (links unten).

Anmerkung: Melatonin, das sogenannte *Jugendhormon* (Wachstumshormon) wird nur im Schlaf erzeugt. Es geht in der Biosynthese aus dem Serotonin hervor. Man wendet Schlafentzug bei Depressiven als Therapieform an, deren Nutzen aber nur von kurzer Dauer ist. Wer nicht schläft, verbraucht in diesem Fall kein Serotonin, deshalb erfolgt die kurze Gemütsaufhellung.

Das wissen deutsche Ärzte alles nicht. Sie sind Stümper, da hat DER SPIEGEL (Nr. 3 / 2001) recht. Ich habe etwa 40 Ärzte und Apotheker getestet und mit meinem Wissen an die Wand argumentiert: **Deutscher Arzt - dummer Arzt!** Die Strukturformeln hat *Priv. Doz. Dr. Rolf Larisch*, Direktor der Klinik für Nuklearmedizin am Klinikum Lüdenscheid, nicht geschaffen. Die sind schon lange erforscht.

**Sehr geehrter Herr Dr. Schnitzer,**

für wen habe ich diesen Aufsatz eigentlich geschrieben, dabei ein bißchen abgeschrieben, wenn sich doch keiner dafür interessiert. Mein Wort bleibt stehen, als Information in Materie gebrannt, bei der WHO und im Vatikan hinterlegt: **"Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten oder sind sie es nicht?"**, das ist die Frage, aus der alles andere hervorgeht. Wer wird sich noch mit Ruhm bekleckern?

Bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

BRUNO RUPKALWIS, Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld

Depression - der stille Schrei

## 5.7 Anfrage (Information) an Frau Dr. Angela Merkel, des. Bundeskanzlerin

Die CDU-Bundesgeschäftsstelle hat den Eingang nicht bestätigt. Verantwortung übernehmen, heißt Antwort geben. Zu der Zeit hatte ich noch nicht das Buch *Das System - Die Machenschaften der Macht* von von Hans Herbert von Arnim gelesen. Ich habe mir beim Lesen die Nase zuhalten müssen. Der erste Satz im Buch: "Es ist etwas faul in der Bundesrepublik Deutschland". Arnims Buch ist eine akademische Beschreibung der Polit-Strukturen. Unerbittlich analysiert er Entstehung und Wirkung der dunklen Seite der Macht, Punkt für Punkt legt er die Funktionsweise dieses Schattensystems bloß. BRp, Jan 2007

Frau  
**Dr. Angela Merkel**  
 Parteivorsitzende der CDU  
 Klingelhoyerstraße 8

10785 Berlin



### Thema: Das nationale Irrenhaus

Datum: 26.10.2005

Sehr geehrte Frau Dr. Merkel,

halten Sie es für sinnvoll, eine Liste mit den Namen der informierten deutschen Persönlichkeiten in meine Dokumentation aufzunehmen? Sie ist auf CD-ROM gebrannt und wird laufend vervollständigt. Als *Windows-Programmierer* bin ich es gewohnt, in logischen Verknüpfungen zu denken und beziehe **DIE ZEIT** mit ein. Schopenhauer lehrt, man soll nicht anklagen, aber wo kein Richter ist, ist auch keine Gerechtigkeit. Ich hole zu meinem Aufsatz mehrere Meinungen ein und möchte Sie als mögliche deutsche Bundeskanzlerin nicht übergehen.

Ich weiß, daß Sie eine anständige Frau sind, deshalb werden Sie mir den Eingang meiner Arbeit bestätigen oder bestätigen lassen. Es geht dabei um Deutschland und seine Menschen. Ich verachte Ignoranten - besonders Politiker, aber Sie sind Physikerin.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

**Bruno Rupkalwis**  
 (Unterschrift)



Abb. 1: Hannah Arendt sah 1968 die "Niemandherrschaft" voraus, in der man keinen mehr zur Verantwortung heranziehen kann. Sie fügte gleich hinzu, daß es die tyrannischste aller Herrschaftsformen ist.

Seit Etablierung der *kapitalistischen Psychotherapie* haben sich in den Industriestaaten etwa 40 Millionen Menschen aufgrund von *Serotoninmangel in den Synapsen* der Hirnzellen umgebracht. Wer übernimmt dafür die Verantwortung, etwa unsere Politiker? Auch wenn ich dafür in den Knast muß: "*Johannes Rau, Wolfgang Thierse und Gerhard Schröder sind Lumpen und Banausen, Täter durch Unterlassung - daher Massenmörder!*"

Mein Wort bleibt stehen, für die Zeit - eingebrannt in Materie!

## Ein Mann sei vernünftig, umsichtig, klug, verständig, tapfer, überlegt, redlich, beifällig, wahrhaft weise - den Rest überlasse *man* den Heiligen.

---

### 6 Der innerstaatliche Rechtsweg

#### Verlorenes Recht - verlorenes Glück

Gottfried Keller (19.07.1819 - 16.07.1890)



"Wehe einem jeden", schrieb er nach seiner Teilnahme an den Revolutionskämpfen von 1848, "der nicht sein Schicksal an dasjenige einer öffentlichen Gemeinschaft bindet!"

(1) **Recht im Glücke! goldnes Los, Land und Leute machst du groß!**  
Glück im Rechte, fröhlich Blut, wer dich hat, der treibt es gut!

(2) **Recht im Unglück! herrlich Schaun, wie das Meer im Wettergraun!**  
Göttlich grollt's am Klippenrand, Perlen wirft es auf den Sand!

(5) **Und die Woge war mein Knecht, denn mein Kleinod war das Recht;**  
Gestern noch mit ihm ich schlief - ach, nun liegt's da unten tief!

(6) **In der dunklen Tiefe fern schimmert ein gefallner Stern;**  
Und schon ist's wie tausend Jahr', daß das Recht einst meines war.

(7) **Wenn die See nun wieder tobt, keiner mehr den Meister lobt:**  
Hab ich Glück, verdien ich's nicht, Glück wie Unglück mich zerbricht!

Die nachfolgende **Verfassungsbeschwerde** vom 09. Mai 2002 wurde vom Bundesverfassungsgericht am 23. Mai 2002 zurückgewiesen. Es sei durch keinen konkreten Hoheitsakt in Grundrechte eingegriffen worden, schrieb man mir. Das Gericht sei nicht befugt, den vorgetragenen Sachverhalt zu überprüfen. „**Sind Depressionen Symptome von (qualitativer) Mangelernährung oder sind sie es nicht?**“, das ist die Frage, auf die es in diesem and [keine Antwort](#) gibt.

**Die ökonomischen Folgen** ärztlicher Fehlleistungen belaufen sich Expertenschätzungen auf ungefähr 250 Milliarden Euro pro Jahr; darin enthalten ist die wirtschaftliche Bewertung von etwa einer halben Millionen Menschen, die jedes Jahr allein deshalb zu Schaden kommen, weil profitgierige Mediziner persönlichen Wohlstand und berufliches Ansehen über das Wohl ihrer Patienten stellen. (Quelle: *Heilen verboten, töten erlaubt*, Kurt G. Blüchel, C. Bertelsmann, Seite 15, 11.04.2003)

**Allgemeinwissen:** Albert Einstein hat seinen Wissenschaftskollegen einmal nachdrücklich empfohlen, wenigstens eine halbe Stunde am Tag das Gegenteil von dem zu denken, was in der Wissenschaft als gesichert gilt. Er hielt die Autoritätsduselei für den größten Feind der Erkenntnissuche. Es war Einstein, der den bei ihm buhlenden Psychopriester Sigmund Freud zum Durchbruch verhalf, weil er einen schizophrenen Sohn hatte. Das weiß die Welt nicht, es ist aber Tatsache.

**Bruno Rupkalwis, BHS a.D.**  
Dahlieweg 17, 22869 Schenefeld

[Bruno Rupkalwis \\* Dahlieweg 17 \\* 22869 Schenefeld](#)

**RÜCKSCHEIN**  
An das  
Bundesverfassungsgericht  
Schloßbezirk 3

76131 Karlsruhe

09. Mai 2002  
**Verfassungsbeschwerde nach § 13 Nr. 8a BVerfGG**  
Anlage: Unterlagen zur Beweisführung lt. Verzeichnis

Hiermit erhebe ich

### Verfassungsbeschwerde

weil in der Bundesrepublik Deutschland, vertreten durch die Bundesregierung und den Bundeskanzler, massiv gegen den Art. 1 GG (Schutz der Menschenwürde) verstoßen wird. In Deutschland leiden etwa 4 Millionen Menschen an Depressionen, davon bringen sich etwa 11.000 bis 12.000 Menschen jährlich aus depressiver Verzweiflung um. Den depressivkranken Menschen werden essentielle Stoffe (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente) von der Medizin vorenthalten. Über das Wissen darüber, über den Zusammenhang mit der **Volkskrankheit Depression**, herrscht in diesem Land eisiges, tödliches Schweigen zum Nachteil der Betroffenen.

„**Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten (Mangelernährung) oder sind sie es nicht?**“, das ist die Frage, alles andere (siehe Fußnote 1) geht daraus hervor.

#### **Begründung:**

Deutsche Ärzte und Psychologen haben keine Ahnung von gesunder Ernährung. Ärzte hören in ihrem Studium zu wenig darüber. Sie stopfen Depressive mit Psychopharmaka (Antidepressiva) voll, anstatt sie über ihr Ernährungsverhalten zu beraten und ihnen essentielle Stoffe (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente) zur Einnahme anzupfehlen. Psychologisches Geschwätz kann keine essentiellen Stoffe im Organismus der leidgeplagten Menschen ersetzen. Die derzeitige Behandlung (Therapie) ist menschenverachtend. Die Broschüre des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF), Depression - Wege aus der Schwermut, enthält **kein Wort** über gesunde Ernährung, sie trägt zur Verdummung der Bevölkerung bei. Das ist unterlassene Hilfeleistung, denn ohne B-Vitamine ist die Biosynthese der Neurotransmitter (z.B. **Serotonin** - Glückshormon) nicht möglich! Das steht nicht in der Broschüre.

**Behauptung:** Die Vitamine des B-Komplexes, in höherer Dosis eingenommen, bringen depressivkranken Menschen umgehend Besserung oder Heilung. Werden essentielle Stoffe nicht verabreicht, werden Depressionen zu einem chronischen Leiden und führen unbehandelt in letzter Konsequenz zum Tode.

Depressionen werden z.Z. mit Antidepressiva und Psychotherapie behandelt. Diese Behandlungsmethoden zweifle ich an:

Die Psychologie ist **keine** Wissenschaft. Sie ist eine Pseudowissenschaft, eine Ideologie, ein Sektenglaube, der gefährlicher als Marxismus oder Nationalismus ist. Die Psychologie dringt in alle Bereiche des täglichen Lebens, des Wissens und des Glaubens ein und wirkt destruktiv.

Psychologie ist *Wissenschaftsaber Glaube* (Karl Jaspers), die mit ihren Teildisziplinen zu einer allgemeinen Gefahr wird. Psychologen glauben an ihre Mission, sie sind zum großen Teil „Priester des Bösen“ und merken es selbst nicht. Sie befinden sich in einem geschlossenen Kreis und blicken nicht über den Tellerrand hinaus. Die übrige Bevölkerung ist intellektuell nicht in der Lage, die Psychologie zu durchschauen. Die Infiltration der Psychologie in die Religion (z.B. Pastoralpsychologie) ist eine Gefahr für die Menschheit.

**1. Beispiel: PSV-Truppen** (PSV, Abk. für Psychologische Verteidigung) bei der Bundeswehr: Spezialeinheiten der Führungsgruppen des Heeres. Aufgaben: Psychologische Beeinflussung des Kampfwillens der feindlichen Truppen und deren Bevölkerung, Ablenkung des Feindes durch akustische Täuschung; psychologische Festigung des Verteidigungswillens bei der eigenen Bevölkerung.

**Psychologische Kriegsführung** (1984, F.A. Brockhaus, Wiesbaden), planvoller Einsatz von Mitteln der Publizistik, um Gruppen zu beeinflussen und um bestimmte politische oder wirtschaftliche Ziele zu erlangen; im engeren Sinn alle Maßnahmen geplanter kommunikativer Beeinflussung des militärischen Gegners (> PSV-Truppen).

**Behauptung:** Was am 11. September 2001 in New York geschah, ist Psychologische Kriegsführung. Die Ursache für Folgen an Menschen, für ihren Tod, ihr emotionales Unglück, für den Einbruch der Weltwirtschaft, wurde nicht beim richtigen Namen genannt, nämlich: **Psychoterror!** Der amerikanische Präsident George W. Bush sprach in diesem Zusammenhang von Krieg, richtig wäre **Psychokrieg**. Die Attentäter stellten sich bewußt oder unbewußt der psychologischen Kriegsführung (Terrorgruppen) zur Verfügung, wurden indoktriniert (Gehirnwäsche ist ein Spezialgebiet der Psychologie) und brachten das „Undenkbare“ über die Menschheit. Die Fortsetzung findet z.Z. sichtbar im Nahen Osten statt.

Die westliche Welt soll nicht glauben, daß sie alleiniger Inhaber (Adept) der psychologischen Beeinflussung ist. Das können andere auch, das haben die „Experten der Terrors“ an westlichen (abendländischen) Universitäten studiert. Die Psychologie wird gefährlich, wenn unreflektiert an sie geglaubt wird, wenn sie zum (doktrinären) Dogma wird.

**2. Beispiel:** Mit geplanter **kommunikativer Beeinflussung** werden seit etwa 1965 an die deutsche Bevölkerung tonnenweise Medikamente, Farb- und Aromastoffe verfüttert. Genaue Zahlen, die Überblick verschaffen würden und die Tendenz anzeigen, werden nicht veröffentlicht. Es hat sich ein Kartell aus Pharmaindustrie, Medizin- und Ernährungslobby gebildet, die mit Hilfe der Psychologie die Bevölkerung verdommt. Ob sich dahinter eine bewußte, geplante Täuschung verbirgt oder ob es durch Eigendynamik entstanden ist, vermag ich nicht zu beurteilen. Kommunikative Beeinflussung kann auch aus Informationsunterlassung bestehen.

*Psychosomatische Krankheiten* sind eine Erfindung der Psychologen. Sie sind mit gesundem Verstand nicht begreifbar, nicht meßbar und nicht sichtbar, geschweige beweisbar. In letzter Konsequenz gibt es nur organische Erkrankungen, denn auch die Geisteskrankheiten weisen auf ein defektes Gehirn hin.

Der psychologische Spruch, „*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie den Beipackzettel und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!*“, dem sich keiner (verfassungswidrig?), vom Kleinkind bis zum Greis, in Deutschland entziehen kann, suggeriert: „*Patient du bist nicht gescheit, du kannst nicht alleine entscheiden, und du mußt deinen Arzt oder Apotheker befragen!*“ - sie sind die Pillenschreiber und -verkäufer der Pharmaindustrie. Dieser Satz ist Gehirnwäsche für ein ganzes Volk! Wer trägt die Verantwortung für die Risiken und Nebenwirkungen der Arzneimittel, etwa der Arzt oder Apotheker? Das Gericht möge das würdigen.

Zusätzlich laufen ständig Arztserien im Fernsehen, in denen die Patienten den Halbgöttern in Weiß die Füße küssen. Die psychologische Wirkung der sogenannten „*Seifenopern*“ auf das Publikum ist Fachleuten ausreichend bekannt. Über den Pusch, den Betrug durch Ärzte, gibt es keine Seifenopern. Deshalb genießen sie von allen Berufsgruppen das höchste Ansehen - zu Unrecht.

**Behauptung:** Wir leben in einer medizinisch-psychologischen Diktatur! An einer gesunden Bevölkerung ist die Krankheitslobby nicht interessiert, an ihr ist nichts zu verdienen. Der schwere Mangel an essentiellen Stoffen in der Industrienahrung verursacht den Großteil der Erkrankungen, so auch **somatisch-emotionale Krankheiten**, die den Behauptungen der Psychologen diametral entgegenstehen.

„*In einem gesunden Körper steckt ein gesunder Geist*“, das wußten noch unsere „erfahrenen Alten“ - es ist in Vergessenheit geraten.

„*Wir müssen davon ausgehen, daß die Medizin und die von ihr lebenden Industrien und Berufe in erster Linie ein Wirtschaftszweig wie jeder andere ist. Ein Wirtschaftszweig, der nicht davon lebt, daß wir gesund sind, sondern davon, daß wir möglichst oft krank sind.*“ (Josef Kirschner, 1978, Zitat)

Die meisten Krankheiten der Menschen, die aufgrund von Mangel an essentiellen Stoffen im Organismus entstehen, würden von selbst verschwinden, wenn die entsprechenden Stoffe mit der Nahrung ausreichend zugeführt würden.

Unsere Bevölkerung glaubt nicht an Mathematik oder Physik, auch nicht an Ornithologie oder Meteorologie, das sind Wissenschaften, und es ist vernünftig - sie glaubt aber an Psychologie wie an eine Religion, ohne sie in Zweifel zu ziehen, das ist fatal und destruktiv.

Die Standardklärung der Psychologen und ihre Argumentation mit einer Dunkelziffer mißratener Eltern (*böse Mutter, alkoholkranker Vater, psychisch kranke Familie, Kindheitstrauma*), die es leider gibt und mit denen sie die Probleme der Welt lösen wollen, sind derart abgedroschen und dumm, daß nachdenkliche Menschen nur noch den Kopf darüber schütteln. Das ist Verunglimpfung der Ehe, der Familie und die Zerstörung der Werte, die eine Gesellschaft zusammenhalten.

Die Medien öffnen diesen „*Heilsbringern (Experten)*“ kritikos und ohne Skepsis alle Türen und tragen damit zur Verdommung und Selbstzerstörung der Bevölkerung bei.

**3. Beispiel: PISA** (die Studie) läßt grüßen. Wir haben die dümmsten Schüler in Europa, vermutlich auch die dümmsten Eltern - jedenfalls sind wir auf vielen Gebieten, nicht nur auf diesem, schlußlicht auf dem Kontinent. Auf die Idee, Mediziner und Ernährungswissenschaftler nach Ursachen zu befragen, kommt keiner, auch kein Politiker - als Abgeordnete haben sie ihr Gewissen in der Lobby abgegeben.

**Behauptung:** Der schwere Mangel an essentiellen Stoffen (*Vitamin B1, B3, B6, Bc*) in der industriell erzeugten Nahrung unserer Wohlstandsgesellschaft macht die psychischen Störungen und das dadurch bedingte Fehlverhalten schon fast zur Regel. In diesem Zustand ist ein Schulerfolg nicht möglich; die nötigen Vitamine werden meist nicht gegeben, es kann daher nur schlechter werden (Hawkins und Pauling, 1973). Psychologisches Geschwätz wird auch diesem Problem nicht abhelfen.

**4. Beispiel:** Den **Amoklauf** am 26. April 2002 in Erfurt hat keiner vorausgesehen, ich habe Derartiges aber für denkbar gehalten und befürchtet. Am 21.04.02, fünf Tage vor dem Ereignis, habe ich einen diesbezüglichen Brief an einen Betroffenen und an die Wochenzeitschrift DER SPIEGEL geschickt. Im Jahre 1956 oder 1957 hat mein damaliger Klassenlehrer uns Schülern die Ursache des Amoklaufs erklärt. Er wußte sachlich mehr darüber, als heute alle Psychologen in Deutschland.

**Behauptung:** Die Ursache des Amoklaufs liegt möglicherweise im Fehlen (Avitaminose) der Nervenvitamine **Nicotinamid** (B3) oder **Thiamin** (B1) im Organismus eines Täters. Eines der Mangelsymptome sind die Depression, aber auch Angstzustände und Wut (auf malaiisch heißt Wut: Amok).

Der Leichnam des Täters wurde obduziert. Es wurden keine Ursachen (Medikamente, Alkohol, Drogen) gefunden, berichteten die Medien. „*Warum wird nicht auch nach fehlenden essentiellen Stoffen im Organismus gesucht?*“, dann könnte man einen kausalen Weg einschlagen. Unberechtigte Schuldgefühle (psychische Quälerei) von betroffenen, anständigen Eltern - die es schwer genug haben - würden egalisiert.

Mit den vier Beispielen will ich die Richter des Senats darauf hinweisen, daß die *Psychologie* eine sehr zweifelhafte Wissenschaft ist und mit ihrer Psychotherapie an depressivkranken Menschen von der eigentlichen Ursache ablenkt, nämlich: **Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (Mangelernährung)**.

Es ist sinnlos, als einzelner Mensch gegen den „*Sektenglauben*“ zu kämpfen, das ist mir bewußt. Ich hoffe, die gegenwärtige Psychologie führt sich selbst ad absurdum, was sie mit der stillschweigenden Aufgabe der psychologischen Teildisziplinen *Traumdeutung, Physiognomie* und *Graphologie* in jüngster Vergangenheit tat, was aber denkenden Menschen zu verdanken ist.

Ich habe unzählige Schreiben an die Elite aus Politik, Medien und Kirchen geschickt, jedoch keine einzige wahrhaftige Antwort erhalten. Um einen einzigen Satz an den Mann (die Frau) zu bringen, muß man in diesem Land seitenlang argumentieren. Zur Wahrheitsfindung füge ich entsprechende Unterlagen bei. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (**DGE**), deren Antwort ausschlaggebenden Charakter hätte, hat alle meine Schreiben ignoriert. Sie wird einen Grund haben!

Die beigefügte populärwissenschaftliche Studie (Heft 5), die ich dem Internet entnommen habe, macht deutlich, daß Gesundheit ohne essentielle Stoffe in der Nahrung und damit im menschlichen Organismus, nicht möglich ist. Vitamine - billige Nahrungsergänzungstoffe - die nicht patentierbar sind, werden ab einer bestimmten Dosis vom Gesetzgeber in Deutschland für die Krankheitslobby zu Medikamenten gemacht, die Politik läßt sich mißbrauchen. Vitaminpräparate werden von Ärzten trotzdem nicht helfend verordnet, und keine Krankenkasse erstattet sie.

Über die Nervenvitamine (B1, B3, B6, Bc, H; Heft 6, Der Vitamin-B-Komplex) füge ich zusätzliche gesonderte Unterlagen bei, die den Zusammenhang von

Depressionen und Mangelerscheinungen verdeutlichen. Das Wissen ist vorhanden, jedoch der normalen (unwissenden) Bevölkerung nicht nachhaltig bekannt, und wird von ebenfalls unwissenden Ärzten nicht angewendet.

Es soll mehr als 17.000 Studien zu blutfettsenkenden Mitteln (Cholesterin) geben, sie dienen der Verkaufsförderung von Medikamenten. Von ihnen sollen 37 Stück brauchbar sein, wie in einer Gesundheitssendung im Fernsehen berichtet wurde. Dann klärte man weiter im Zusammenhang mit dem **Lipobay**-Skandal auf: Menschen, die keine cholesterinsenkenden Mittel einnehmen, leben genau so lange wie die getesteten Personen!  
Über den Zusammenhang von Depressionen und Mangelkrankungen (Mangelernährung) sollen keine ausreichenden Erkenntnisse vorliegen - wir leben im 21. Jahrhundert!

Mit dem beigefügten Schreiben habe ich die auf der Anschriftenliste aufgeführten Personen um Hilfe gebeten, allen ist meine Zielsetzung, nämlich die Durchsetzung einer gemeinsamen wissenschaftlichen Studie von Medizinern und Ernährungswissenschaftlern (Hand in Hand, ohne Psychologie), bekannt. Die Reaktion war überwiegend Ignoranz, die wenigen hilflosen Antworten füge ich als Kopie bei. Keiner unterstützt mich in meiner Forderung nach dieser Studie, obwohl das Geld im Bundesministerium für Bildung und Forschung vorhanden ist.  
Da mir keinerlei Hilfe angeboten wurde und ich juristischer Laie bin, bitte ich das Gericht um Nachsicht, falls meine Verfassungsbeschwerde nicht voll den Paragraphen des BVerGG entsprechen sollte. Ich denke, jeder hat verstanden - auch die Richter des Senats - worum es geht, es geht um das Lebensglück von Millionen und um das Leben Vieler, daher sind juristische Formfehler m.E. sekundär, denn: „*Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist die Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.*“ Art. 1 (1) GG.

„*Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten (Mangelernährung) oder sind sie es nicht?*“, das ist die Frage, auch diese Verfassungsbeschwerde geht daraus hervor. Eine Erkenntnis, sofern sie wahr ist, kann nicht auf Dauer unterdrückt werden, sie setzt sich durch.  
Ich übergebe meine persönliche Verantwortung, die mir keiner abgenommen hat - auch nicht der Bundespräsident - zur Entscheidung an das **höchste Deutsche Gericht**, damit unwissende Ärzte wissend werden, ahnungslose Patienten aufhorchen, stumme Politiker ihre Verantwortung übernehmen und Mangel leiden der Menschen, die zu Depressionen führen, ein Ende haben.  
Ich bitte das Gericht, mit der gebotenen Eile, aber nicht voreilig, zu entscheiden. Täglich sterben Menschen, die sich aus depressiver Verzweiflung selbst umbringen. Sie wissen nicht, was sie tun - **auch Schweigen kann töten, nicht nur Gas.**

\*\*\*

Einige rhetorische Fragen zum Abschluß, sie mögen ein Plädoyer für das Leben sein: **„Was ist in diesem Land los?“**

Sind wir Deutschen im Kopf gesund? Als in Sebnitz der kleine Junge einer „kranken Mutter“ erkrankt, litt die Bevölkerung in Deutschland an einer „psychischen Krankheit“, weil die Medien sie kommunikativ beeinflussten. Eine ganze Stadt wurde mit hysterischem Müll zugeschüttet, der Kanzler empfing eine kranke Frau - das ehrt ihn.

Ich habe Mitleid mit den Toten und Betroffenen in *Erfurt vom 26.04.02*, auch mit den Eltern des Täters, das schreibe ich in Demut. Wäre der junge Amokläufer ein Wehrpflichtiger gewesen, der beim Bund mit der Waffe ausgebildet wurde, würden die Politiker die Gesetze zur Wehrpflicht ändern?

Den Sprecher des Kompetenznetzes Depression, Prof. Dr. Ulrich Hegerl, kann ich ungestraft einen Scharlatan nennen. Hat er keinen Anstand und keine Ehre, warum hat er mich nicht verklagt?

Der Petitionsausschuß wird mein Anliegen bis zum Sankt-Nimmerleins-Tag prüfen, von Herrn Müller, einem Prügelknaben ohne Vornamen. Warum wird meine Bittschrift vom Petitionsausschuß des Deutschen Bundestags nicht schnellstens bearbeitet?

Der Bundeskanzler, Gerhard Schröder, und der Präsident der Bundesärztekammer, Prof. Dr. med. Jörg-Dietrich Hoppe, wissen durch offenen Brief vom 12.04.2002 über das Problem Depression und die vielen Toten. Sie äußern sich nicht, haben keine Meinung und fassen das Schreiben nicht an. Wollen sie sich nicht ihre sauberen, „psychologisch ruhigen Hände“ verbrennen?

Die Medien berichten über jeden Unfug, wenn es nur Auflage macht und Seiten füllt. Warum fassen sie diese essentielle Frage nicht an, bei der es um 4 Millionen Menschen geht - ist sie mit Milzbrand oder Lepa behaftet?

\*\*\*

Je eine Ausfertigung dieser Verfassungsbeschwerde sende ich an den Heiligen Stuhl in Rom, an die Weltgesundheitsorganisation (WHO) in Genf und an den Bundespräsidenten der Bundesrepublik Deutschland. Kopien erhalten meine Freunde, die mich tatkräftig unterstützt haben.

Ich habe alles in meiner Kraft Liegende getan - so wahr mir Gott helfe.

**Bruno Rupkalwis**

#### Verzeichnis der Anlagen:

- Heft 1 Depression - jeder Tag bringt neues Leiden
- Heft 2 Das Milliardenpiel mit der Gesundheit und dem Leben
- Heft 3 Depression - der stille Schrei(mit Aufsatz)
- Heft 4 Depression - die erfundene Krankheit
- Heft 5 Populärwissenschaftliche Studie über Vitamine, Mineralien und Spurenelemente
- Heft 6 Depression - Verknüpfungen zur Psychologie
- Heft 7 Depression - die Wurzeln liegen im Kopf
- Heft 8 Depression - keiner hat eine Antwort

#### Literatur- und Quellenangaben:

1 Wissenschaftliche Studie, Aufklärung der Bevölkerung (Therapie) der Depression, Ermittlung auf Straftatbestand, Gesetzgebung, Verifizierung der Psychologie und weitere Fragestellung: „Leben wir in einer medizinisch-psychologischen Diktatur?“, Verantwortung des Bundesverfassungsgerichts und der Politiker, Verknüpfungen zu psychologischen Unterdisziplinen (psychologische Kriegführung, psychologische Verunglimpfung der Familie), Zivilcourage usw..

Das Originalschreiben weist 44 Fußnoten auf. Einige Beispiele:

Psychologie der Weltanschauungen, 1919, Karl Jaspers, Philosoph; Jaspers wendet sich gegen jede objektive Seins- oder subjektive Bewußtseinsmetaphysik sowie gegen die von ihm als pseudowissenschaftlich abgelehnten Weltanschauungen des Marxismus und der Psychoanalyse, wie überhaupt gegen den Wissenschaftsaberglauben.

Heft 4, S.20, Politische Querdenker landen in der Psychiatrie

Heft 7, S. 7, SPIEGEL-Bericht: Kampf im Wartezimmer, S. 8, Krieg im Sprechzimmer

Heft 4, S. 27, Milliardenstrafen an die Pharmaindustrie; gegen mehr als 3.500 Ärzte ermittelt die Staatsanwaltschaft wegen Bestechung

Psychoanalyse (mit Komplexen: Ödipus, Kastration, Penisneid usw., Sigmund Freud, 1917, 1933)

Johann Kaspar Lavater (1741-1801) war Begründer der „modernen Physiognomie“, die in jüngster Zeit aufgegeben wurde, jedoch von psychologischen Spinnern weiterbetrieben wird.

Ludwig Klages (1872-1956) war Psychologe und Philosoph. Als er die Ausdruckslehre (Physiognomik, Mimik, Gebärde, Schrift, Sprache, Gang, Haltung) fundierte, bewegten ihn Probleme, die weit über die Graphologie hinausreichten. Graphologie wird im Hauptfach der Psychologie nicht mehr gelehrt, Physiognomie wurde als Spinnerei selbst von Psychologen aufgegeben.

## 6.1 Schreiben an den Heiligen Stuhl Papst Benedikt XVI (Eigenhändig / Rückschein)



RÜCKSCHEIN (weitererz., Eingangsbestätigung durch den Vorkämpfer)

**Vorangestellter Kommentar:** Keiner kann Herr über sich selbst sein, wenn er nicht folgendes begriffen hat: **Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!** Dazu schreibt mir Dr. Johann Georg Schnitzer, Vorkämpfer für gesunde Ernährung: "So logisch und richtig, wie ein Computer auch nur funktioniert, wenn ihm Übertragungsenergie per Steckdose oder Batterie zugeführt wird." Man kann wohl sein Antlitz im Spiegel betrachten und erkennt auch seinen Gegenüber, es gibt aber keinen Spiegel für Seele und Gedanken. Die Psychopriester sprechen vom "enträtselten Menschen", man beachte aber die Reihenfolge: Religion - Metaphysik - Wissenschaft! Psychologen bleiben mir ein Rätsel (mit Hirndefekten). Seit Etablierung der Psychotherapie haben sich in den Industriestaaten rechnerisch etwa 40 Millionen Menschen aus depressiver Verzweiflung das Leben genommen. Keiner sagte ihnen, daß ihr Hirnstoffwechsel gestört war: "**Erkenne dich selbst**", stand einst über dem Apollotempel zu Delphi.

Politisch haftbar ist, wer in schuldvoller Passivität das Geschehene geduldet hat - mithin fast die gesamte deutsche Elite. Moralisch schuldig ist, wer aktiv an der Verdummung (Manipulation, Indoktrination) der Menschen teilgenommen hat. Die Wahrheit ist ein gefährliches Ding, man will mit ihr nichts zu tun haben. "**Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten (Industriee Ernährung) oder sind sie es nicht?**", das ist die Frage, aus der alles andere hervorgeht. Wer sie kausal (und logisch) richtig beantworten kann, ist Helfer der Menschheit.

### Aktivkreis Depression

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
www.hirndefekte.de

Eigenhändig / RÜCKSCHEIN  
An den Heiligen Stuhl  
Papst Benedikt XVI  
Vaticano

ROMA / Italien

### Volkskrankheit Depression

in Verknüpfung mit Artikel 20 Absatz 4 des deutschen Grundgesetzes  
Anlage: Schreiben an den Bundespräsidenten *Horst Köhler*; Protokoll

Datum: Donnerstag, 17. August 2006

Eure Heiligkeit,

ich glaube an den Menschen, an seine Fähigkeit, sich selbst zu ändern. Im Menschen selbst muß diese Veränderung erfolgen und hinausführen aus dem Irrweg der politischen, moralischen, sozialen und psychologischen Krise. Ein Qualitätssprung des Menschen ist unerläßlich. Die Großen dieser Welt müssen lernen, Verantwortung für Menschen zu übernehmen. "*Besser mit allen ein Narr, als allein gescheit*", ist zur Zeit der Standpunkt der politischen Großen in Deutschland. Denn, wenn alle dumm sind, steht man hinter keinem zurück.

Seit Etablierung der Psychotherapie haben sich in den Industriestaaten rechnerisch etwa 40 Millionen Menschen aus depressiver Verzweiflung das Leben genommen. Sie wurden mit den Mitteln und Methoden der Psychologie auf einen Irrweg geschickt. Die Psychologie ist keine Wissenschaft, sie ist Ideologie und Sektenglaube, und sie wird von den "Geldgierigen" als Werkzeug benutzt. Die Stimmen, die die [Psychotherapie](#) als unwirksam anprangern, werden immer lauter, sie kommen aber nicht aus den Kirchen. Der Zug ist ohne *apostolischen Segen* in die Zeit abgefahren. Die Psychotherapie ist bisher einen (falsifizierbaren) Beweis ihrer Wirksamkeit schuldig geblieben, oder kurz: "*Wird ein psychotherapierter Mensch zufällig von selbst gesund, bekanntlich verschleißten sich die meisten Krankheiten, glaubt der arme Tropf, ihm wurde geholfen, und der Psychologe schreibt sich den Erfolg auf seine Fahnen.*" Das sind meine Erkenntnisse aus vielen Gesprächen mit Betroffenen.

Die *Universität Zürich* stellt zum Beispiel die Depressionen, an denen lt. WHO weltweit etwa 340 Millionen Menschen leiden, als biologisch, psychologisch, soziologisches Problem im Internet dar: "*Das Gewicht der einzelnen Faktoren ist von Fall zu Fall unterschiedlich. Es muss aber davon ausgegangen werden, dass in vielen Fällen die verschiedenen Faktoren miteinander gekoppelt sind und sich unter Umständen gegenseitig ungünstig beeinflussen*", schreibt man. Ähnlich liest es sich bei psychiatrischen Abteilungen der Universitäten in Deutschland. Wenn dem so wäre, könnten die Ursachen der Depressionen niemals erforscht werden, weil die Anzahl der gekoppelten Faktoren zu Potenzen werden und astronomische Dimensionen annehmen. Welch ein Schwachsinn wird hier von Professoren verbreitet? Derartige Aussagen sind nicht falsifizierbar (Karl Popper), folglich sind sie unwissenschaftlich und Murks - das Werk von Stümpern und Scharlatanen.

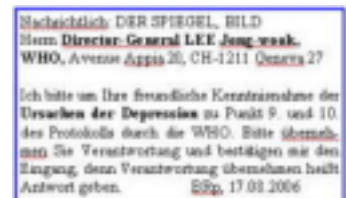
Die Ignoranz deutscher Behördenleiter und Spitzenpolitiker entnehmen Sie bitte meinem Schreiben an den Bundespräsidenten *Horst Köhler*. Im zugehörigen Protokoll habe ich unter den Punkten 9. und 10. die Ursachen der Depression eindeutig beschrieben. Die Aussagen sind wissenschaftlich, doch keiner will sie wissen. Mit Antidepressiva setzt das *Kartell der Arzneimittelforscher* jährlich etwa 17 Milliarden Euro um: "*Mammon ist mächtiger als Moral!*" Mit den Worten von Bert Brecht: "*Erst kommt das Fressen, dann....*"

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)



Nicht denken - selber Malen!



## 6.2 Offenes Schreiben an Herrn Bundespräsidenten **Horst Köhler** (Eigenhändig / Rückschein)

**Empfängerliste:** Dr. Ole Schröder, MdB; Martin Kayenburg, Landtagspräsident; Burkhard E. Tiemann, Kreispräsident; Ingobert Hentschel, Ortsv. SPD; *Christiane Küchenhof*, Bürgermeisterin. **Nachrichtlich:** Gerd Lohmann, CDU; Karin Förster, FDP; Jürgen Kunze, DIE GRÜNEN; Stefan Aust, DER SPIEGEL; Kai-Judas Diekmann, BILD; Jobst Plog, NDR; Hans Buchholz; GEZ; Jochen Cassel, Direktor AG Hmb.-Altona; Maria Jepsen, Bischöfin; *unbekannte Freunde*. **Mit freundlichen Grüßen ins Internet.** Wer nicht namentlich genannt werden möchte, teile es bitte mit, sonst gehe ich davon aus, daß jeder zu seiner (politischen) Meinung steht.

### Aktivkreis Depression

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)



Nicht denken - eher bleiben!

### Eigenhändig / RÜCKSCHEIN

Herrn Bundespräsident  
**Horst Köhler**  
 Bundespräsidialamt, 10557 Berlin

### Volkskrankheit Depression

Anlage: Protokoll  
 (nur noch für den Bundespräsidenten)  
 Datum: Montag, 07. August 2006



Sehr geehrter Herr Bundespräsident,

*ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich.* Das ist Axiom, es ist meine geistige Leistung, sie bedarf keines weiteren Beweises. Dieses Schreiben ist unerwünschte Information für "Normale", einige sind namentlich im roten Kasten aufgeführt. Sie, Herr Bundespräsident, sind zwar der Adressat, aber Sie sind unwichtig. Im *Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz* heißt es: "*Gegen jeden, der es unternimmt, diese Ordnung zu beseitigen, haben alle Deutschen das Recht zum Widerstand, wenn andere Abhilfe nicht möglich ist.*" Für den Denkenden reicht es aus, wenn er auf Tatsachen hingewiesen wird: Art. 1 (1), Art. 2 (2), Art. 56 GG. **Ich fordere alle anständigen Deutschen zum Widerstand auf.**

Auf meinen *innerstaatlichen Rechtsweg*, auf den mich der *Europäische Gerichtshof für Menschenrechte* mit Beschluß vom 10.10.2005 (zu Beschwerde-Urkunde Nr. 24215/05) verwiesen hat, bin ich nachfolgende Stationen durchlaufen und stelle fest:

- 1. Die Bürgermeisterin der Stadt Schenefeld *Christiane Küchenhof*, SPD, ist eine Leuchte, die keinen Schatten wirft.
- 2. Der Landrat des Kreises Pinneberg *Dr. Wolfgang Grimme*, CDU, ist Verantwortungsträger, der keine Verantwortung übernimmt.
- 3. Der Ministerpräsident des Landes Schleswig-Holstein *Peter Harry Carstensen*, CDU, ist ein Ignorant, dem jegliches Verantwortungsbewußtsein für Menschen fehlt.
- 4. Die Bundeskanzlerin der Bundesrepublik Deutschland *Dr. Angela Merkel*, CDU, ist Täterin - Täterin durch Unterlassung. Sie ist zur Zeit für den Tod von rechnerisch 62.000 Menschen verantwortlich.

Ich werde mich an kein Gericht mehr wenden. *Gerhard Schröder*, Bundeskanzler a.D., zog wegen seiner gefärbten oder nichtgefärbten Haare vor den Kadi. Der mutige Lehrer, der ihm (symbolisch) eine langte, bekam vier Monate auf Bewährung. Ich behaupte: "*Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin, ist glatzköpfig, ihr Kopf ist nur zum medizinisch-pharmakologischen Einreiben geeignet, und sie trägt eine Perücke!*" Die Kunst, in unserem Land Fels zu Sand zu zerreiben, besteht nur noch in der Ironie.

Der Präsident der Bundesärztekammer *Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe* und der Sprecher des Kompetenznetzes Depression *Prof. Dr. Ulrich Hegerl* sind habilitierte Scharlatane, die das Deutsche Volk ausplündern und dabei über Leichen gehen - Vorbilder für Mediziner. In welchem Land leben wir eigentlich, frage ich aus der Warte des Wissenden.

Die Kirchenfürsten *Kardinal Lehmann* und *Bischof Huber* ertränke man am besten in ihren Taufbecken: "**Christen werden zu Faschisten, stößt man sie an ihre Grenzen!**" Besser mit allen in der Gemeinde dumm, als allein intelligent. Herr Bundespräsident, Sie haben recht: "*Es ist so wichtig, im Strom mitzuschwimmen, denn steht der Intelligente allein, gilt er als Narr!*" Das ist die eine Seite, aber aus Tausenden ragt nur immer einer heraus, und von Goethe stammt: "*Ursprünglich eigenen Sinn laß dir nicht rauben, denn was die Menge (heute Masse) glaubt, ist leicht zu glauben.*" Der derzeitige Mensch ist psychoverblödet, und glaubt man den feigen Pfaffen, ist er die Krone der Schöpfung.

Der deutsche Arzt (und Vitaminpapst) *Dr. Matthias Rath* behauptet öffentlich, das *Pharmakartell* sei für den Tod von einer halben Milliarde Menschen verantwortlich. Ist dieser Arzt schwachsinnig? In Deutschland besteht das beste Politikerwissen aus Nichtwissen oder in der Affektation (Getue, Ziererei) desselben. Wovon ich am meisten habe, ist Zeit, und die arbeitet bekanntlich für die Gescheiten am gründlichsten. Doch möchte ich den Aphorismus nochmals ummodellieren und sagen: besser mit den übrigen gescheit als in der Zeit allein ein Dummkopf. Herr Bundespräsident, mein Text ist wahre Nötigung, aber Sie verstehen ihn ohnehin nicht. Bedanken möchte ich mich bei Herrn *Dr. Johann Georg Schnitzer*, Vorkämpfer für gesunde Ernährung, für Dialog und aufrichtigen Gedankenaustausch. Er schrieb mir: "*Wir erleben gerade, daß die Mesotrophie nicht vor den Hirnen Halt macht.*" Es war *Werner Kollath*, Hygieniker und Bakteriologe, der ihm dieses Geheimnis anvertraute.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

**Bruno Rupkalwis** (Unterschrift)

**PS: Ich bitte um Beachtung:** Das Schreiben wurde als "eigenhändig / Rückschein" in die Post gegeben. Herr Bundespräsident, Sie oder Ihr Bevollmächtigter haben dafür unterschreiben müssen. Sie können später nicht behaupten, Sie hätten von den 4 Millionen Depressiven, von den 100.000 Selbstmordversuchen und von den jährlich 12.000 Toten nichts gewußt. Deutschen Behördenleitern ist das Lebensglück der Bevölkerung völlig egal, sie gehen über Leichen. Es bedarf keines weiteren Beweises: auch Schweigen kann töten, macht Bürokraten zu Tätern, und das alles wegen einer Messerspitze essentieller Stoffe (*Tryptophan und Pyridoxin*), die fast nichts kostet.

## 6.3 PROTOKOLL als Anlage

Dieses Protokoll wurde am 10.07.06 dem Präsidenten des Bundesverfassungsgerichts **Prof. Dr. Hans-Jürgen Papier** zur Übernahme von Verantwortung vorgelegt. Es erfolgte bisher nicht einmal eine Eingangsbestätigung. Der Mann übernimmt keinerlei Verantwortung, verbiegt das Grundgesetz: **"Es gibt nur deshalb so viele Halbgötter in Weiß, weil es so viele Esel in Schwarz (Rot) gibt."**(Frei nach einer Patienteninitiative)

### Aktivkreis Depression

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

Herrn Landrat des Kreises Pinneberg  
 Dr. Wolfgang Grimme  
 Moltkestraße 10

25421 Pinneberg



### Volkskrankheit Depression

*in Verknüpfung mit Abgasverlusten meiner Feuerungsanlage*

Ordnungsverfügung der Stadt Schenefeld vom 06.07.2006 (per Postzustellungsurkunde)

Zum Zeichen: 103 - 04/2, Bürgermeisterin: *Christiane Küchenhof*  
 Anlage: Schriftsatz - *Der innerstaatliche Rechtsweg*

Datum: Montag, 10. Juli 2006

### Protokoll

Herr Bruno Rupkalwis, BHS a.D., erscheint aufgrund einer **Ordnungsverfügung** (der Bürgermeisterin der Stadt Schenefeld, Frau *Christiane Küchenhof*) ohne Voranmeldung in den Amtsräumen des *Landrats des Kreises Pinneberg* und erklärt folgendes:

- 1. In Deutschland leiden etwa 4 Millionen Menschen an Depressionen, von ihnen werden jährlich etwa 100.000 Selbstmordversuche unternommen, davon enden wiederum etwa 12.000 tödlich. Laut WHO zieht jeder Depressive sechs weitere Menschen in Mitleidenschaft, rechnerisch ist ein Viertel der deutschen Bevölkerung betroffen - **das sind Tatsachen**.
- 2. Als betroffener Vater suchte ich im Dezember 2000 nach den Ursachen der Depressionen und fand sie in einem alten *Gesundheitsbrockhaus* aus den 1960er Jahren unter der Vitaminmangelkrankheit *Pellagra* beschrieben. Das Buch hatte ich der Stadtbücherei Schenefeld entliehen. Es wurde zwischenzeitlich dort entfernt. Meine Tochter ging durch die Hände von etwa 10 - 15 Ärzten und fünf Psychologen. Sie wurde mit Psychopharmaka vollgestopft und vollgepumpt. Ein Experte reichte sie an den anderen weiter, alle kassierten, doch keiner half. Es war die Psychohölle. Keiner befragte meine Tochter nach ihrer Ernährung - **das sind Tatsachen**.
- 3. Meine Entdeckung teilte ich in mehreren Schreiben ab Dezember 2000 dem damaligen Bundespräsidenten *Johannes Rau* mit und war über die einzig Rückäußerung (ohne sachlichen Bezug) aus dem Bundespräsidialamt erschüttert. Ein Dialog mit deutschen Behörden (z.B. Bundeskanzleramt) ist unmöglich - **das sind Tatsachen**.
- 4. Dann suchte ich weiter und tiefer nach den Ursachen und stellte fest, daß unzählige Menschen in Deutschland gegen ein "verkrustetes Gesundheitssystem" kämpfen. Die Ursachen der Depressionen sind seit etwa 40 Jahren erforscht, es ist **Serotoninmangel in den Synapsen** der Hirnzellen. Genau so lange diskutiert man in der Medizin darüber, handelt aber nicht. Dieses Wissen wird der Bevölkerung verschwiegen. Der Rest und weitere Beweisführung für diese Feststellungen steht (auch für die Öffentlichkeit) in meiner Internetseite: [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)
- 5. Ich bin nach Art. 20 (4) Grundgesetz in den Widerstand gegen diesen Staat getreten, weil in Deutschland kein Behördenleiter und kein politisch Verantwortlicher dazu bereit ist, Verantwortung zu übernehmen. Auf meine Eingaben, Anzeigen, Petitionen und Klagen wurde von keiner Stelle auf die Sache eingegangen, vielmehr auf "Nebenkriegsschauplätze" ausgewichen, verwiesen oder abgewimmelt - **das sind Tatsachen**.
- 6. Ich bin am 15.07.2005 abends mit vollem Vorsatz (absichtlich) in Hamburg mit mehr als 50 km/h durch die Stresemannstraße (Tempo-30-Zone, mit dem Pkw) gefahren, um vom (versteckten) Radarblitzgerät erfaßt zu werden. Mir sind Straßenverhältnisse und Verkehrsführung bestens bekannt Ich bezahle nun weder für Ordnungswidrigkeiten noch Rundfunk- und Fernsehgebühren. Ich habe dem Schornsteinfeger den Zugang zu meiner Wohnung (zwecks Abgasmessung an der Gastherme) verweigert - **das sind Tatsachen**.
- 7. **In Deutschland muß man die Dinge auf den Kopf stellen**, um politisch etwas für das Lebensglück der Menschen zu erreichen. Ich verweise auf das Buch des Medizinkritikers Kurt G. Blüchel: **Heilen verboten - töten erlaubt**. Das Buch ist ein schockierender Aufklärungsbericht über die in Deutschland herrschende medizinische Anarchie, über das Krankheitsunwesen. Der *Generalbundesanwalt* wäre für diese organisierte Kriminalität zuständig - es passiert nichts! Mit meinem Widerstand will ich erreichen, daß man mich vor ein Gericht stellt, und dort will ich meinen Standpunkt erörtern wissen - **das sind Tatsachen**.
- 8. Deutschland wird von einem Heer von Ignoranten, Besserwissern, Lobbyisten, Mietmäulern, Psychologen und anderen Spinnern, beherrscht, denen das Lebensglück der deutschen Bevölkerung völlig gleichgültig ist: *"Deutschland (und seine Bevölkerung) ist seit 40 Jahren Melkkuh, deren Euter nun ausgetrocknet ist!"* **Das sind Tatsachen**. Deutschland ist ein düsteres Land mit einer finsternen Zukunft - das ist Meinungsäußerung.
- 9. Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (Industriernährung), sie entstehen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen. Serotonin ist eine Angelegenheit der Biochemie, nicht der Ärzte und Psychologen, die haben allgemein keine Ahnung davon. Serotonin wird als Neurotransmitter vom menschlichen Organismus aus Tryptophan (essentielle Aminosäure) und Pyridoxin (Vitamin B6, essentiell) hergestellt. Zuerst erfolgt Hydroxylierung und im Anschluß Decarboxylierung. Beide Stoffe sind für den biochemischen Vorgang zwingend erforderlich. Das Pyridoxin wirkt dabei wie ein Katalysator und beschleunigt die Vorgänge um Potenzen. Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen. Diese Prämissen sind falsifizierbar.
- 10. Depressivkranke Menschen bedürfen einer Ernährungsberatung und der Umstellung ihrer Ernährung auf eine Kost, welche reich an Tryptophan und an Vitaminen des B-Komplexes ist. Gegebenenfalls kann Nahrungsergänzung mit Vitaminpräparaten erfolgen. Wenn die Stoffwechselstörung behoben ist, verschwinden die Depressionen nach etwa zwei bis drei Wochen, vorausgesetzt, sie sind noch nicht chronisch geworden. In letzter Konsequenz enden Betroffene, die von diesen Gegebenheiten nichts wissen, im Selbstmord oder in der Schizophrenie. In



Deutschland sitzen mehr als 500.000 Menschen in Psychatrien. Bei vielen, vielleicht den meisten, fing es mit Depressionen an. Die Thesen in diesem Absatz sind mit einer Doppelblindstudie verifizierbar - wenn man es nur will.

Ich erkläre abschließend:

Ich habe sämtliche *Rechtsbehelfsbelehrungen* gelesen. Ich lege keinen Einspruch oder Widerspruch ein. Ich werde keiner Zahlungsaufforderung nachkommen. Ich bin nicht zahlungsunfähig, aber ich bezahle nicht! Ich bin dazu bereit (so Gott will!), mir bereits angedrohte Haftstrafen abzusitzen. Dieser Staat hat sein Recht verwirkt, den Bürgern in die Taschen zu greifen. Der Artikel 20 (4) Grundgesetz (Widerstandsrecht) greift an dieser Stelle, wenn es um das Lebensrecht von Menschen geht.

**Art. 2 (2) GG: "Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit."** Dieser Staat läßt zu, daß sich jährlich 12.000 Menschen aufgrund von *Serotoninmangel* (Ernährung) in den Synapsen der Hirnzellen aus Unkenntnis umbringen. Ida Ehre, Jüdin, hat vor 25 Jahren den deutschen Parlamentariern mit der *Todesfuge (Paul Celan)* ins Gewissen geredet: *"Der Tod ist ein Meister aus Deutschland!"* Die Methoden haben sich geändert, die "Schweine" nicht - sie grunzen, wie vor 60 Jahren.

**Ende des Protokolls**

**Bruno Rupkalwis** (Unterschrift)

Fortsetzung Ordnungsverfügung: **Bruno Rupkalwis, BHS a. D.**

**Sehr geehrter Herr Landrat Dr. Grimme,**

es ist unglaublich, was sich gerade in Deutschland abspielt. Geschichte wiederholt sich. Damals gehörten 75% der Ärzte Naziorganisationen an. Sie lieferten bereitwillig (für 5 Reichsmark) kranke Menschen den Schergen aus. Es ist historisch belegt. Der Präsident der Bundesärztekammer *Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe* ist nicht dazu bereit, Verantwortung zu übernehmen. Er hat jedes Schreiben ignoriert. Ich habe vielen deutschen Universitäten (medizinische und psychiatrische Abteilungen; Professoren und Doktoren) die Ursachen der Depressionen mitgeteilt und um Antwort gebeten und dem Bundespräsidenten Kopien vorgelegt. Für den Denkenden reicht es aus, wenn er auf Tatsachen hingewiesen wird. Nicht einer hat geantwortet. Da stimmt etwas nicht in unserem Land. Welcher deutsche Professor der Medizin will sich noch "goldene Sporen" für die Erforschung der Ursachen der Depressionen verdienen?

Depressionen dürfen in Deutschland nicht mit gesunder Ernährung in einem Atemzug genannt werden, das scheint ehernes Gesetz zu sein, und das gilt auch für die Medien (Fernsehen, Zeitungen, Zeitschriften). Die Verantwortlichen beißen sich lieber die Zunge ab, als den Mund aufzusperren. Mein *innerstaatlicher Rechtsweg*, auf den mich die *DRITTE KAMMER des Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte* (Beschwerde Nr. 24215/05) verwiesen hat, begann bei der Bürgermeisterin der Stadt Schenefeld *Christiane Küchenhof*, SPD, bei einer Leuchte, die keinen Schatten wirft. Sie, Herr Dr. Grimme, sind die zweite Station.

Die Menschenschinderei durch Ärzte und Psychologen muß endlich ein Ende haben.

Unser Bundespräsident *Horst Köhler* hat keine Würde, deshalb kann man ihn nicht beleidigen, und deshalb beleidige ich ihn auch nicht. Er wird eines Tages Vergangenheit sein. Man soll aber wissen, daß es überall Pack gibt, selbst im schönen Berlin, selbst im Deutschen Bundestag, selbst in den besten Kreisen, selbst in den besten Familien; jeder mache seine Erfahrungen im eigenen Hause. Man beachte nicht, was einer sagt (oder schreibt), noch weniger, was einer denkt, man stelle die Tatsachen besser auf den Kopf. Die in der Anlage beigefügten Schreiben dienen Ihrer weiteren Information und Entscheidungshilfe. Keiner hat geantwortet, auch nicht die Honoratioren der Stadt Schenefeld - alles anständige Leute. Diese Form der Demokratie bezeichnete die deutsche Philosophin *Hannah Arendt*, Jüdin, als "Niemandherrschaft", und sie fügte gleich hinzu, daß es die tyrannischste aller Herrschaftsformen sei.

Was nun, Herr Landrat, befürworten auch Sie Erzwingungshaft (oder Geldbuße oder Zwangsgeld) gegen mich? Sie stecken in einem Dilemma, Sie tun mir leid, und ich möchte nicht in Ihrer Haut stecken: *"Lieber gehe ich in den Knast!"* Wenn ich Verantwortungsträger wäre, würde ich dem Präsidenten der Bundesärztekammer das Protokoll vorlegen und ihn Farbe bekennen lassen, aber ich kann keinem das Denken per Erlaß verordnen. Wer denkt, macht sich schuldig. Deshalb: *"Nicht denken - sauber bleiben!"*

Schöpferisches Denken ist in allen Berufen (außer Psychologie) und auf allen Gebieten möglich. Die psychologisierte Gesellschaft (Halbbildung) begnügt sich mit fremden Erklärungen, mit fremden Ansichten, ohne sich darum zu kümmern, ob sie richtig oder falsch sind. Psychologie ist Pseudowissenschaft.

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

**Bruno Rupkalwis** (Unterschrift)

PS: Eine Ausfertigung erhält der Präsident des Bundesverfassungsgerichts *Prof. Dr. Hans-Jürgen Papier*. Ich habe in meinem Kampf für depressivkranke Menschen niemals an Institutionen, sondern immer an Menschen, an die Behördenleiter geschrieben. Nur Menschen können Verantwortung übernehmen - wenn sie Menschen sind. Dieses Protokoll ist Teil meiner Dokumentation *Depression - der stille Schrei*.

Der innerstaatliche Rechtsweg

### 6.3.1 Sehr geehrter Herr Prof. Dr. Ulrich Hegerl,



ich habe Sie als Sprecher des *Kompetenznetzes Depression* mehrfach um Mitarbeit an der Ursachenerforschung der Depressionen gebeten. Sie haben mir keine verbindliche Antwort gegeben. Außer Pharmapillen (Antidepressiva) und psychologischem Geschwätz haben Sie nichts anzubieten. Was halten Sie eigentlich von einer Ernährungsberatung für depressivkranke Menschen, würde ich gerne von Ihnen wissen.

Waren Sie es nicht, der nach mir mit bunten Bildchen auf die Zusammenhänge von Neurotransmittermangel (Serotonin) in den Synapsen der Hirnzellen und Depressionen in einem Fernsehbeitrag hinwies, der von nahezu allen Menschen nicht verstanden wurde. Herr Professor, darf ich Sie belehren: *"Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!"*, und die Depressionen gehen daraus hervor.

#### **Aktivkreis Depression**

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

Herrn Prof. Dr. Ulrich Hegerl  
 Psychiatrische Klinik der LMU München  
 Neurophysiologie  
 Nußbaumstraße 7

80336 München

#### **Volkskrankheit Depression**

Beschluß Dritte Kammer des *Europ. Gerichtshofs für Menschenrechte* vom 10.10.05  
 Der innerstaatliche Rechtsweg (Beschw.-Urkunde Nr. 24215/05)  
 Anlage: Protokoll vom 10.07.2006

Datum: Sonnabend, 22. Juli 2006

Sehr geehrter Herr Prof. Dr. Ulrich Hegerl,

ich bitte Sie, das beigefügte Protokoll zu lesen. Es wurde am 10. Juli 2006 (Eingangsstempel) vom Landrat des Kreises Pinneberg entgegengenommen und dem Präsidenten des Bundesverfassungsgerichts vorgelegt.

Der *Europäischen Gerichtshof für Menschenrechte* hat meine Beschwerde (Urkunde Nr. 24215/05) gegen die Bundesrepublik Deutschland wegen *unterlassener Hilfeleistung mit Todesfolge* in jährlich 12.000 Fällen (an depressivkranken Menschen) auf den innerstaatlichen Rechtsweg zurückverwiesen. Der Kreis schließt sich, oder besser, die Schlinge zieht sich zusammen.

Sie sind als *Sprecher des Kompetenznetzes Depression* ein ernannter Experte dieser Volkskrankheit und treten als solcher in der Öffentlichkeit auch auf. Ich möchte Sie bitten, verbindlich zu den Punkten 9. und 10. des Protokolls Stellung zu nehmen. Ich werde dem Bundespräsidenten in 14 Tagen berichten, ob Sie ein Arzt oder ein Scharlatan sind.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)



### 6.3.2 Liebe KVB-Krankenversicherung,

ich danke Dir für den Anruf Deines Mitarbeiters, der mir ausrichtete, daß ich noch 10 Euro Praxis-Eintrittsgeld aus dem letzten Quartal des Jahres 2005 zu zahlen hätte. Man habe den Betrag deshalb einbehalten. Das ist OK. Zu den übrigen Punkten meines Schreibens konnte Dein Mitarbeiter aber keine Auskünfte erteilen. Also bat ich ihn, das Schreiben an seine Vorgesetzten weiterzureichen. Er versprach es zu tun.

**Bruno Rupkalwis**  
 Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld

Bezirksleitung der KVB  
 Hafestraße 62

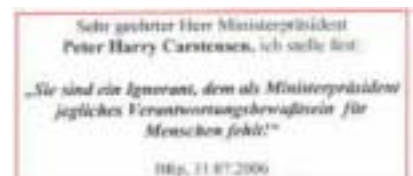
48153 Münster

**Erstattungsmitteilung** vom 04.07.06  
 Mitglieds-Nr. 01 / 00487505  
 Datum: Montag, 31. Juli 2006

Sehr geehrte Damen und Herren,

in der Erstattungsmitteilung werden mir viermal *Abzug Arzt* (Praxis-Eintrittsgeld) in Abzug gebracht. Das kann doch nicht wahr sein. Meine Frau ist zur Diabetikerin gemacht worden, darum ist sie ständig in ärztlicher Behandlung (Geldquelle für die Krankheitslobby). Die Gesunden werden ausgeplündert. Ich war lediglich einmal kurz beim Arzt. Behandlungszeit fünf Minuten, Rechnungsbetrag 49.58 Euro vom 04.05.06.

Ich bitte um Erstattung der zuviel einbehaltenen 10 Euro (Quartalsschröpfung), weil ich doch nur einmal beim Arzt war.



Als kritischer Patient möchte ich Sie auf folgendes hinweisen: Als meine Frau vor 16 Jahren durch Ärztpefusch zur Diabetikerin gemacht wurde, gab es etwa 3 Millionen Diabetiker in Deutschland, heute sind es annähernd 10 Millionen. Wo kommen die alle her? Das kann doch wohl nicht am medizinischen Fortschritt liegen? Durch medizinischen Fortschritt müßte die Anzahl der Diabetiker und anderer Volkskranker doch zurückgehen. Wo ist mein Denkfehler? Ärzte wissen nicht, daß Schilddrüse (Thyroxin) und Bauchspeicheldrüse (Insulin) gemeinsam den Blutzucker regulieren - sie sind zu dumm! Weitere Informationen findet man in dem Buch des *Medizinkritikers Kurt G. Blüchel* **Heilen verboten - töten erlaubt**. Das Buch ist ein schockierender Aufklärungsbericht über die in Deutschland herrschende medizinische Anarchie, über stümperhafte Ärzte und über die organisierte Kriminalität im "Gesundheitswesen". Das Internet ist voller Quellen.

Ich habe im Dezember 2000 die Ursachen der Depressionen herausgefunden, es ist *Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen*. Weitere Informationen finden Sie auf meiner Internetseite [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de). Der Präsident der Bundesärztekammer *Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe* ist an der Ursache der Depressionen überhaupt nicht interessiert, jedenfalls gibt er keine Antwort - ein Ignorant zum Schaden des Deutschen Volkes. Ich bin nur ein einfacher Mensch, deshalb denke ich so: *"Alle, die das deutsche Volk ausplündern, sollte man mit einer Schlinge um den Hals zum Nachdenken auf einen wackeligen Stuhl stellen!"* Stimmen Sie mir zu?

Kopien dieses Berichts lege ich dem *Vorkämpfer für gesunde Ernährung Dr. Johann Georg Schnitzer*, unserem Bundespräsidenten *Horst Köhler*, sowie der Gesundheitsministerin *Ulla Schmidt* vor. Eine weitere Kopie erhält der Ministerpräsident des Landes Schleswig-Holstein *Peter Harry Carstensen*, weil er noch eine Antwort schuldig geliebt ist. Der Ministerpräsident ist die dritte Station des *innerstaatlichen Rechtswegs*, auf den mich der Europäische Gerichtshof (Besch.-Nr. 24215/05, Dritte Kammer) verwiesen hat. Das ist Tatsache und Gerichtsbeschluss.

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

PS: Herr Bundespräsident: *"Die Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel ist für den Tod von z.Zt. 61.000 Menschen verantwortlich - sie ist Täterin durch Unterlassung. Sie wissen, daß monatlich 1.000 Leichen hinzukommen."* Keiner ist so vollkommen, daß er nicht zu Zeiten fremder Erinnerung bedürfe. Von unheilbarem Unverstand ist, wer niemanden anhören will, zum Beispiel die **Bürgermeisterin der Stadt Schenefeld** und der **Landrat des Kreises Pinneberg**. Siehe auch oben in den roten Kasten!

### 6.3.3 Liebe Gebühreneinzugszentrale (GEZ),

ich habe Deinem Geschäftsführer *Hans Buchholz* in drei Schreiben mitgeteilt, daß ich keine Rundfunk- und Fernsehgebühren mehr bezahle, weil ich gegen Behördenleiter in Deutschland nach *Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz* in den Widerstand getreten bin. Ich habe genug Geld, aber ich bezahle nicht - basta! Das scheint Du nicht zu begreifen, weil Du mir noch immer dumme Mahnungen schickst. Du bist wirklich ein dummes, geldgieriges Institut, das weder denken, fühlen noch handeln kann.

#### Aktivkreis Depression

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)



Nicht denken - selber klären!

Gebühreneinzugszentrale (GEZ)  
Herrn Geschäftsführer Hans Buchholz  
Freimersdorfer Weg 6

50829 Köln

#### Rundfunk- und Fernsehgebühren

In Verknüpfung mit Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz

Teilnehmer-Nr. 205 065 225

Ihre Zahlungserinnerung vom 02.06.06, 04.08.06

Anlage: Schreiben an den Bundespräsidenten *Horst Köhler*; Protokoll

Datum: 12. August 2006

Sehr geehrter Herr Geschäftsführer Buchholz,



ich bestätige Ihnen den Eingang Ihres *Gebührenbescheids* vom 04.08.06. Ich schreibe immer an die Behördenleiter, niemals an Institutionen, weil nur Menschen Verantwortung übernehmen können.

Ich habe Ihnen in drei Schreiben dargelegt, daß ich nach *Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz* gegen die Bundesrepublik Deutschland (gegen die Behördenleiter) in den Widerstand getreten bin. Deutsche Behördenleiter sind nicht dazu bereit, Verantwortung zu übernehmen, und sie bestätigen es sogar schriftlich. Sie, Herr Geschäftsführer Buchholz, haben bisher nichts verstanden. Ich bin nicht zahlungsunfähig, ich bezahle nicht, weder für Rundfunk- und Fernsehgebühren noch für Ordnungswidrigkeiten (Buß- oder Zwangsgeld) - basta!

Ihre *Rechtsbehelfsbelehrung* habe ich gelesen. Ich lege keinen Widerspruch ein. Sie wollen sich mit Ihren popeligen Staatsverträgen und Satzungen doch nicht etwa über das Grundgesetz hinwegsetzen. Man beachte nicht, was einer schreibt oder sagt, man stelle die Tatsachen besser auf den Kopf. Dafür füge ich Ihnen mein Schreiben vom 07.08.06 an den Herrn Bundespräsidenten *Horst Köhler* nebst zugehörigem Protokoll bei. Unser Bundespräsident hatte bisher nicht die Zeit, sich für das Lebensglück von 4 Millionen depressivkranken Menschen zu verwenden, geschweige denn zur Kenntnis zu nehmen, daß laut WHO ein Viertel der deutschen Bevölkerung davon betroffen ist. Köhler hat Wichtigeres zu tun. Das sind (gerichts-) relevante Tatsachen. Bitte beachten Sie die Punkte 6. und 8. des Protokolls, es liegt dem Präsidenten des Bundesverfassungsgerichts *Prof. Dr. Hans-Jürgen Papier* vor. Die Bundeskanzlerin *Dr. Angela Merkel* ist Täterin - Täterin durch Unterlassung. Sie ist zur Zeit für den Tod von rechnerisch 62.000 Menschen verantwortlich. Käme das feige Verhalten deutscher Spitzenpolitiker an die Öffentlichkeit, man würde sie in Stücke reißen.

Es ist eine mühsame Beschäftigung, Behördenleiter zur Übernahme von Verantwortung zu veranlassen, vollends Narren und Dummköpfe. Doppelten Verstand hat man nötig, bei denen, die keinen haben. Unerträglich sind die Behördenleiter (z.B. Gesundheitsministerin, Patientenbeauftragte), die den ganzen Menschen bei bestimmter Materie (Volkskrankheit Depression) in Anspruch nehmen. Sie antworten nicht - es ist zum Kotzen!

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

### 6.4.1 Erste Station - Die Bürgermeisterin (Antwort)

Ich habe der Bürgermeisterin der Stadt Schenefeld **Christiane Küchenhof, SPD**, in mehreren Schreiben und in einem persönlichen Gespräch dargelegt, daß ich nach **Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz** in den passiven Widerstand gegen diesen Staat getreten bin, weil kein Behördenleiter dazu bereit ist, Verantwortung zu übernehmen. Ich zahle weder für Ordnungswidrigkeiten noch Rundfunk- und Fernsehgebühren und verweigere mich Ordnungsverfügungen. Ich frage mich nun: **"Was sollen die Armen im Geiste gegen mich unternehmen?"** Man beachte nicht, was einer schreibt oder denkt, man verdrehe die Tatsachen ins Gegenteil - ich bin auch nur ein arbeitender Mensch. Will sich die Bürgermeisterin mit ihrer popeligen Rechtsverordnung etwa über das Grundgesetz hinwegsetzen?

**Ich habe aufgrund dieses Schreibens mein Protokoll zu 6.3 beim Landrat abgegeben und mir den Eingang (Eingangsstempel) bestätigen lassen.**

---

#### Stadt Schenefeld

##### Die Bürgermeisterin als örtliche Ordnungsbehörde

Rathaus, Holstenplatz 3 -5, 22869 Schenefeld

##### Per Postzustellungsurkunde

Herrn  
Bruno Rupkalwis  
Dahlieweg 17  
22869 Schenefeld

Ihr Zeichen / Schreiben vom 12.05.2006, Mein Zeichen 103-04/2, Mein Schreiben vom 10.05.2006

Datum: 06.07.2006

nachrichtlich: Herrn Bezirksschornsteinfeger Axel Lange, Bogenstraße 55a, 22869 Schenefeld

#### Ordnungsverfügung

Sehr geehrter Herr Rupkalwis,

kürzlich wurde ich durch den Bezirksschornsteinfegermeister Lange darüber in Kenntnis gesetzt, dass er die gesetzlich vorgeschriebene Immissionsschutzmessung in Ihrer Wohnung nicht vornehmen kann. Als Begründung teilte er mit, dass Sie ihm dem Zutritt zu Ihrer Wohnung nicht gestattet haben.

Mit Schreiben vom 10.05.2006 habe ich Sie aufgefordert, Ihren Verpflichtungen nachzukommen und einen Termin für die erforderlichen Messungen mit Herrn Lange zu vereinbaren. Ich habe Ihnen hierfür eine Frist bis zum 30.06.2006 gesetzt.

Ich habe Sie gleichzeitig darauf hingewiesen, dass Sie gemäß § 22 Ziffer 6 der Ersten Verordnung zur Durchführung des Bundesimmissionsschutzgesetzes (Verordnung über kleine und mittlere Feuerungsanlagen - 1. BImSchV -) vom 14.03.1997 (BGBl. 491) ordnungswidrig handeln, wenn Sie die Messungen nicht oder nicht rechtzeitig durchführen lassen.

Da Sie den gesetzlichen Erfordernissen des Bundesimmissionsschutzgesetz (BImSchG) noch immer nicht nachgekommen sind, bin ich zur Schaffung rechtmäßiger Zustände gehalten, folgende

#### Ordnungsverfügung

gegen Sie zu erlassen:

Nach § 52 Absatz 2 Satz 1 des BImSchG sind Eigentümer und Betreiber von Anlagen sowie Eigentümer und Besitzer von Grundstücken, auf denen Anlagen betrieben werden, verpflichtet, den Angehörigen der zuständigen Behörde und deren Beauftragten den Zutritt zu den Grundstücken und zur Verhütung dringender Gefahren für die öffentliche Sicherheit oder Ordnung auch zu Wohnräumen, und die Vornahme von Prüfungen einschließlich der Ermittlung von Emissionen und Immissionen zu gestatten sowie Auskünfte zu erteilen und die Unterlagen vorzulegen, die zur Erfüllung ihrer Aufgaben erforderlich sind.

Aus dieser Vorschrift ergibt sich Ihre Verpflichtung und Verantwortung, dem Bezirksschornsteinfegermeister die Möglichkeit zu verschaffen, die vorgeschriebenen Immissionsschutzmessungen durchzuführen.

Ich fordere Sie daher erneut gemäß § 52 Absatz 2 Satz 1 BImSchG auf, sich mit dem Schornsteinfegermeister Lange in Verbindung zu setzen, ihm bis zum **11.08.2006** Zutritt zu Ihrer Wohnung zu verschaffen und ihm die Möglichkeit zur Durchführung der erforderlichen Messung zu geben.

Sollten Sie dieser Aufforderung nicht, nicht vollständig oder nicht fristgerecht nachkommen, drohe ich Ihnen die Festsetzung eines Zwangsgeldes in Höhe von

200,00€ gemäß § 236 und § 237 des Landesverwaltungsgesetzes für Schleswig-Holstein (LVwG) in der zur Zeit gültigen Fassung an.

Das Zwangsmittel kann auch neben einer Geldbuße angewandt und so lange wiederholt und gewechselt werden, bis der Verwaltungsakt befolgt worden oder auf andere Weise erledigt ist.

**Rechtsbehelfsbelehrung:** Gegen diesen Bescheid kann innerhalb eines Monats nach seiner Bekanntgabe Widerspruch erhoben werden. Der Widerspruch ist schriftlich oder zur Niederschrift bei der Bürgermeisterin der Stadt Schenefeld, Fachdienst Öffentliche Sicherheit, Holstenplatz 3-5, 22869 Schenefeld oder bei dem Herrn Landrat des Kreises Pinneberg, Moltkestraße 10, 25421 Pinneberg, der auch Entscheidungsbehörde für den Widerspruch wäre, einzulegen.

Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag

Schulz (Unterschrift)

---

### 6.4.x Sehr geehrter Herr SPD-Ortsvorsitzender,

Sie bestätigen mir mit Schreiben vom 17. Juli 2006, daß Sie mein Schreiben mit Anlagen vom 24.06.06 erhalten und zur Kenntnis genommen haben. Da die Angelegenheit schon höherrangig behandelt wird, meinen Sie, möchten Sie sich dazu nicht weiter äußern. Deshalb diese Replik an einen Parteigenossen der SPD. Ich schreibe nicht an Sie als Menschen, das würde Sie überfordern, aber Sie könnten das Schreiben doch an Ihre Parteizentrale weiterleiten.

**Aktivkreis Depression**

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
**www.hirndefekte.de**

Herrn  
 Ingobert Hentschel  
 Ortsvereinsvorsitzender SPD  
 Straße Nr. xx

22869 Schenefeld

**Volkskrankheit Depression**

in Verknüpfung mit *Abgasverlusten meiner Feuerungsanlage*

**Ordnungsverfügung der Stadt Schenefeld vom 06.07.2006** (per Postzustellungsurkunde)

Zum Zeichen: 103 - 04/2, Bürgermeisterin: *Christiane Küchenhof*  
 Protokoll und Schriftsatz - *Der innerstaatliche Rechtsweg* (liegt Ihnen bereits vor)

Datum: Mittwoch, 19. Juli 2006

Sehr geehrter Herr Hentschel,

herzlichen Dank, daß Sie als Parteigenosse der SPD meine Schreiben zur Kenntnis genommen haben und es schriftlich bestätigen, wenn auch nur kurz, aber selbst dazu gehört Mut. Sie irren sich jedoch, wenn Sie glauben, daß deutsche Spitzenpolitiker oder Behördenleiter (Bundeskanzler(in), Gesundheitsministerin, Patientenbeauftragte, Ministerpräsidenten usw.) Verantwortung übernehmen. Wir werden von einem Heer von Ignoranten beherrscht: **Schröders Leichenberg**, der auch der Leichenberg von *Angela Merkel* ist, hat im Juli 2006 eine Höhe von 61.000 Leichen erreicht, und monatlich kommen tausend Leichen hinzu. Ich zähle weiter. Geschichte wiederholt sich gerade. Damals gehörten 75% der Ärzte Naziorganisationen an. Sie plündern noch heute die deutsche Bevölkerung aus. Das ist kein Geheimnis mehr.

Wegen der Kausalität: *Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten*, sie entstehen aufgrund von Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen. Das verstehen 17jährige Schüler, wenn man ihnen die Hintergründe erklärt. Deutsche Politiker verstehen es trotz seitenlanger Argumentation nicht - sie sind zu dumm, psychoverblödet. Die Menschenschinderei durch Ärzte und Psychologen muß endlich ein Ende haben.

**Die nächste Station** meines innerstaatlichen Rechtswegs, auf den mich der *Europäische Gerichtshof für Menschenrechte* (Besch.-Urkunde Nr. 24215/05) verwiesen hat, ist der Ministerpräsident des Landes Schleswig-Holstein *Peter Harry Carstensen*. Ihm liegen die beigelegten Unterlagen (Protokoll vom 10.07.06; Stellungnahme Landrat Pinneberg) bereits vor, und bitte, haben Sie Verständnis dafür, daß ich ihm dieses Schreiben als "Nürnberger Trichter" nachreiche. Ich werde Ihnen, Interessierten (per E-Mail) und unserer Bürgermeisterin in 14 Tagen mitteilen, ob Ministerpräsident Carstensen Verantwortung übernommen hat: *"Verantwortung übernehmen, heißt Antwort geben!"* Seine Vorgängerin im Amt, *Heide Simonis*, SPD, hat mir statt zu antworten die Kriminalpolizei (EG-Rechtsextremismus; KHK Schümann) ins Haus geschickt. Herr Hentschel, so sind Ihre Parteigenossen, sie sind ein dummes, feiges und hinterhältiges Pack. Ich habe genügend Material, um das (auch vor einem Gericht) zu beweisen. Ihr ehemaliger Generalsekretär *Olaf Scholz* lügt sogar per Handschlag (vor Hamburger Bürgern) und schaut einem dabei in die Augen. Der Abgeordnete *Dr. Wolfgang Wodarg*, SPD, Medizinalrat, ist keinen Deut besser, und den Psychologen *Dr. Ernst-Dieter Rossmann*, MdB, SPD, ertränke man am besten in der Kläranlage von Hetlingen. Ich bin Gegner der Todesstrafe, deshalb kämpfe ich für depressivkranke Menschen.

Mir nützen Feinde mehr, wenn ich welche hätte, als den Dummen die Freunde - Parteifreunde.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

**6.4.2 Zweite Station - Der Landrat (Antwort)**

In welchem Land leben wir eigentlich? Es geht nicht um meine Sicherheit, es geht um das Lebensglück von 4 Millionen leidender Menschen: **"Einem Landrat fehlt einfach die sachliche und fachliche Zuständigkeit (zum Denken), um in den von mir ausführlich beschriebenen Problemfeldern tätig zu werden, geschweige denn, Verantwortung zu zeigen oder zu übernehmen."** Das ist kein Witz, Sie können es nachlesen. So oder so ähnlich oder gar nicht reagieren alle Behördenleiter in Deutschland: Pfui Deibel!

**Der Landrat**

Organisation und strategische IT  
 Kreis Pinneberg, Moltkestraße 10, 25421 Pinneberg

Herrn  
 Bruno Rupkalwis  
 Dahlienweg 17  
 22869 Schenefeld

**Ihr Protokoll vom 10.07.2006**

Sehr geehrter Herr Rupkalwis,

die Kreisverwaltung Pinneberg hat im Jahre 2005 eine Anlaufstelle für Beschwerden und Anregungen eingerichtet. Die Ablaufprozesse sind so organisiert, dass Herr Dr. Grimme zwar jeden Eingang liest, die Beantwortung eines Schreibens nach Rücksprache mit ihm jedoch auf die Fachbereiche und in Einzelfällen auf die Beschwerdestelle delegiert ist.

Nun zu Ihrem Anliegen. Es ist für mich leider nicht ganz klar zu ersehen, was Sie konkret von Herrn Dr. Grimme erwarten. Herr Dr. Grimme hat auf jeden Fall keine Möglichkeit, auf das ordnungsrechtliche Verfahren der Stadt Schenefeld wegen der Abgasmessung an Ihrer Therme Einfluss zu nehmen. Die Grenzen ihres Widerstandes sollten meines Erachtens von Ihnen auch dort gezogen werden, wo es um Ihre eigene Sicherheit geht. Ich möchte Ihnen insofern empfehlen, die vorgeschriebene Abgasuntersuchung zuzulassen.

Im Übrigen fehlt uns einfach die sachliche und fachliche Zuständigkeit, um in den von Ihnen skizzierten Problemfeldern tätig zu werden, geschweige denn, Verantwortung zu zeigen oder zu übernehmen.

Mit freundlichen Grüßen aus Pinneberg

Michael Ziegler (Unterschrift)

### 6.4.3 Dritte Station - Der Ministerpräsident (Ignorant)

Der Ministerpräsident des Landes Schleswig-Holstein **Peter Harry Carstensen**, CDU, ist ein Ignorant, dem das Lebensglück der Menschen völlig gleichgültig ist. Er ist keinen Deut besser als seine Vorgängerin im Amt **Heide Simonis**. Derartige Politiker haben völlig die Bodenhaftung verloren, sie sind *geistige Tiefflieger*. Heide Simonis schickte mir anstatt zu antworten die Kriminalpolizei (EG-Rechtsextremismus) ins Haus. Die **KHK Frau Schümann** verweigerte mir eine Kopie des Protokolls an die **Kieler Staatskanzlei**, deshalb weiß ich nicht, ob ich ein Rechtsradikaler bin. Beide Amtspersonen, Simonis und Carstensen, sind umfangreich informiert, sie wollen die Ursachen der Depressionen nicht wissen.

#### Aktivkreis Depression

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)



An Damen und Herren  
 Christiane Küchenhof, Bürgermeisterin  
 Heike Mittelberger, Bürgervorsteherin  
 Dr. Wolfgang Grimme, Landrat  
 Burkhard E. Tiemann, Kreispräsident  
**Peter Harry Carstensen**, Ministerpräsident

#### Der innerstaatliche Rechtsweg

zur Volkskrankheit Depression

6. Kapitel der Dokumentation *Depression - der stille Schrei*

Anlage: Rundfunk, Bußgeld; Hirn - kuriere dich selbst

Nachrichtlich für Herrn Bundespräsidenten **Horst Köhler**: **"Auch Schweigen kann töten!"**

Erfolgreiches Arbeiten ist ein Verwirklichen von Zielen. Das ist das revolutionierende Neue!

Datum: Sonnabend, 17. Juni 2006

Sehr geehrter Herr Ministerpräsident, meine Damen und Herren Kommunalpolitiker!

In der Jubiläumsbroschüre 750 Jahre Schenefeld fand ich Ihre Abbildungen und habe Ihre Grußworte gelesen. Als Bürger dieser Stadt kann man sich nur bedanken. Sie erreichen nicht das, was Sie möchten, sondern das, was Sie durch Ihre Handlungen oder Unterlassungen verursachen. Deshalb bin ich nach Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz in den Widerstand gegen diesen Staat getreten: *"In Deutschland ist kein Politiker (oder Repräsentant des Staates) oder Behördenleiter dazu bereit, Verantwortung zu übernehmen!"* Die deutsche Philosophin **Hannah Arendt**, Jüdin, sah im Jahre 1968 diese "Niemandherrschaft" voraus, und sie fügte gleich hinzu, daß es die tyrannischste aller Herrschaftsformen sei.



Deutsche Politiker (vom Hinterbänkler bis zum Bundespräsidenten) sind Täter durch Unterlassung, und Johannes Rau, Bundespräsident a. D., ist als Lump verstorben. Mit diesem Wissen müssen Sie künftig leben. Ich habe unzählige Briefe und E-Mails mit der Bitte um eine wissenschaftliche Überprüfung (Verifizierung) vierzig Jahre alter rudimentärer Erkenntnisse gebeten. Wahrheit ist beweisbar. Deutschland ist ein düsteres Land mit einer finsternen Zukunft!



**Wegen der Kausalität:** In Deutschland leiden 4 Millionen Menschen an Depressionen, von ihnen werden jährlich etwa 100.000 Selbstmordversuche unternommen, davon enden wiederum etwa 12.000 tödlich. Mit *Antidepressiva* werden in Deutschland Milliardenumsätze gemacht. Das sind Tatsachen. Mit psychologischen Mitteln (und Methoden) werden depressivkranke Menschen auf einen Irrweg geschickt, denn Ärzte und Psychologen können die Ursachen der Depressionen nicht benennen, sie sprechen stets von Auslösern (Psychoquatsch).



Depressionen sind Symptome von Mangelkrankheiten (z.B. Pellagra, Beriberi), sie entstehen in den *Synapsen der Hirnzellen*, und deutsche Ärzte und Psychologen haben davon absolut keine Ahnung. Depressionen sind eine Angelegenheit der Biochemie - der Biosynthese der Neurotransmitter. Ohne *Neurotransmitter* ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich: **"Nur weil ich denke und fühle, bin ich zum Handeln befähigt!"** Das gilt für alle Deutschen.



Ein Leser meiner Internetseite [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de) schrieb folgenden Satz: *"So läuft das in diesem, unserem demokratischen Staat, aber Sie wissen ja Bescheid über die Machenschaften. Mir persönlich tut nur die Dummheit der Menschen weh. Allerdings, die Umerziehung des Deutschen Volkes ist voll im Gange, und die Medien tun dabei ihr Bestes!"* Zitatende. Ich bezeichne diesen Zustand als Psychoverblödung.



Noch etwas: Frau Bürgermeisterin **Christiane Küchenhof**, SPD, den Verkehrsverstoß habe ich vorsätzlich begangen, damit in Deutschland etwas passiert: *"Es gibt nur deshalb so viele 'Halbgötter in Weiß', weil es so viele 'Esel in Schwarz' gibt."* Das ist die Meinung einer Patienteninitiative.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

### 6.4.y Gleiche 3. Etage - Der Präsident des Schleswig-Holsteinischen Landtags (Antwort)

Man kann schreiben, wie man will, was man will und wohin man will, man bekommt keine Antwort - und wenn, ist es dummes Gesülze. Nur ein Beispiel: Der Präsident des Schleswig-Holsteinischen Landtags **Martin Kayenburg** hat nicht begriffen, daß es nicht um mich geht. Ich bin unwichtig. Es geht um das Lebensglück von 4 Millionen depressivkranker Menschen in Deutschland. Das ist eine Nummer zu groß für kleine Geister: *"Viele verlieren den Verstand deshalb nicht, weil sie keinen haben."*

Der Präsident des Schleswig-Holsteinischen Landtags  
**Martin Kayenburg**  
 Landeshaus, Düsternbrooker Weg 70, 24105 Kiel

Telefon +49 (0)431-988-1000

Herrn  
Bruno Rupkalwis  
Dahlienweg 17  
22869 Schenefeld

21. August 2006

Sehr geehrter Herr Rupkalwis,

den Eingang der Kopien verschiedener Schreiben, die Sie an den Bundespräsidenten Dr. Horst Köhler, den Bundestagsabgeordneten Dr. Ole Schröder und verschiedene politische Mandatsträger in unserem Lande gerichtet haben, bestätige ich Ihnen.

Nach Überprüfung Ihrer Schreiben sehe ich keine Möglichkeit, Ihnen in Ihrem Begehren weiter zu helfen.

Im Übrigen darf ich Sie darauf hinweisen, dass die Diktion Ihrer Schreiben nicht gerade geeignet ist, Verständnis zu erwecken und angemessene Antworten zu geben.

Da ich nicht sehe, wie ich Ihnen weiter helfen kann, bitte ich Sie, künftig von der Zusendung derartiger Schreiben - auch von Kopien von Schreiben, die Sie an Dritte gerichtet haben - an mein Haus und an mich persönlich abzusehen.

Mit freundlichen Grüßen

Martin Kayenburg (Unterschrift)

### 6.4.5 Vierte Station - Die Bundeskanzlerin (Täterin durch Unterlassung)

Ich glaube, ich bin in Deutschland *Persona non grata*. Die Bundeskanzlerin **Dr. Angela Merkel** ist seit 1. Juli 2001 laufend informiert worden. Sie weiß, daß Depressionen Symptome von (qualitativer) Mangelernährung sind. Sie schweigt die Menschen tot - eiskalt!

#### **Aktivkreis Depression**

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

#### **RÜCKSCHEIN / Eigenhändig**

Frau Bundeskanzlerin  
**Dr. Angela Merkel**  
Bundeskanzleramt  
Willy-Bramdt-Straße 1

10577 Berlin

#### **Volkskrankheit Depression**

Anlage: **Liste der untätigen Informierten**  
**CD-ROM Nr. 61**, Depression - der stille Schrei

Datum: Dienstag, 22. November 2005

Sehr geehrte Frau Bundeskanzlerin,

zunächst meinen herzlichen Glückwunsch zu Ihrer Ernennung. Ich habe auf diesen Tag lange gewartet. Sie haben heute den Amtseid nach Art. 56 Grundgesetz (GG) abgelegt, deshalb brauche ich Sie nicht darauf hinzuweisen, was Sie geschworen haben. Seit 1. Juli 2001 habe ich Ihren Vorgänger im Amt, den Abgeordneten Gerhard Schröder, laufend und in unzähligen Schreiben darum gebeten, eine wissenschaftliche Überprüfung der Zusammenhänge von Mangelernährung (essentielle Nährstoffe) und Depressionen zu veranlassen. Schröder hat weder geantwortet noch antworten lassen. Das ist Tatsache, deshalb stelle ich zu seiner Entlastung fest: *"Schröder stammt aus 'primitiven Verhältnissen', er hat in seinem Elternhaus nicht lernen können, was Ehre, Anstand und Verantwortung sind, deshalb ist er ein 'geistiger Krüppel' geblieben."*

Seit 1. Juli 2001 haben sich in Deutschland rechnerisch 53.000 Menschen aufgrund von *Serotoninmangel in den Synapsen* der Hirnzellen das Leben genommen. Serotoninmangel ist die Ursache der Depressionen, nicht das dumme Auslösergeschwätz der Psychologen, und deutsche Ärzte sind überdies Stümper. Diese Toten sind **Schröders Leichenberg**, über den auch Sie laufend unterrichtet wurden. Sie strebten das Amt des Bundeskanzlers an, nun haben Sie die vielen Toten am Hals, und ich werde nicht neu zu zählen beginnen. Ich beneide Sie nicht um Ihre Macht, denn die Qualität Ihrer Verantwortung ist nun eine andere geworden. Macht und Ohnmacht liegen nahe beieinander.

Beigefügt erhalten Sie meine Liste der "untätigen Informierten". Die Liste ist für die nachfolgende Generation bestimmt, deshalb habe ich sie in die CD-ROM ab Nr. 061 (mit meiner Dokumentation) gebrannt. Ich habe kein Vertrauen zu deutschen Politikern, und damit befinde ich mich bei der überwiegenden Mehrheit der deutschen Bürger. Die Intelligenz verläßt unser Land, und Sie selbst posaunten ständig heraus, daß täglich mehr als 1.000 sozialversicherungspflichtige Arbeitsplätze verlorengehen. Frau Dr. Merkel, wenn Sie nicht die Ursachen des Schlamassels erkennen, blind wie Ihr Vorgänger im Bundeskanzleramt hocken, dann wird Deutschland in vier Jahren schlechter dastehen, als vor Ihrem Amtsantritt. Das deutsche Volk ist krank!

Dieses Schreiben mit der *Liste der Informierten* lege ich auch Herrn Bundespräsident Horst Köhler, dem neuen Präsidenten des Deutschen Bundestags, Dr. Norbert Lammert, sowie dem neuen Parteivorsitzenden der SPD vor. Die Unterlagen enthalten schließlich keine Geheimnisse. Ich habe Sie (oder Ihren Bevollmächtigten) dafür unterschreiben lassen. Es ist ein Trauerspiel, daß man deutsche Politiker zu Übernahme von Verantwortung (mit psychologischen Methoden) überreden muß. Die drei höchsten Staatsämter befinden sich jetzt in hoffentlich besseren Händen.

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)



**Nicht denken - sauber bleiben!**

## Dummheit, eine unheilbare Kopfkrankheit, die keine Schmerzen verursacht, ist nicht allein Privileg deutscher Politiker.

### 6.5.1 Bundespräsident *Horst Köhler* - ein Mensch ohne Gewissen?



An meiner Fragestellung: "*Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten oder sind sie es nicht?*", scheiden sich die Geister. Jedenfalls sind Ärzte und Psychologen zu dumm, diese Frage zu beantworten. Dummköpfe sind unberechenbar - daher gefährlich, und mit dem geistigen Tiefflug der Psychologen wird keinem geholfen. Psychologisches Geschwätz kann keine essentiellen Stoffe im Organismus ersetzen - man beweise die Unrichtigkeit.

Die WHO (Gen.-Direktor **LEE jong-wook**) gibt auch keine Antwort, proklamiert und manifestiert "Pharmapillen und Psychogeschwätz" als Dogma. Ohne Verstand, eigenen oder geborgtem, läßt sich's nicht leben. Allein viele wissen nicht, daß sie nichts wissen, und andere glauben zu wissen, wissen aber nichts. Gebrechen des Kopfes (Hirndefekte) waren bisher unheilbar, und da die Unwissenden sich nicht kennen, suchen sie auch nicht, was ihnen fehlt. Das nutzen die Geldgierigen schamlos aus. Der Artikel 13 der Europäischen Konvention zum Schutze der Menschenrechte und Grundfreiheiten garantiert das Recht auf wirksame Beschwerde: "*Herr Bundespräsident, man kann sich nur noch über Sie beschweren!*"

- Frau Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel,
  - Frau Gesundheitsministerin Ulla Schmidt,
  - Frau Patientenbeauftragte Helga Kühn-Mengel, MdB,
- zur Übernahme von politischer Verantwortung vorgelegt am 25.09.06: "*Auch Schweigen kann töten!*"

#### **Aktivkreis Depression**

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

Stadt Schenefeld  
Die Bürgermeisterin  
Frau Christiane Küchenhof  
Holstenplatz 3 -5

22869 Schenefeld

#### **Volkskrankheit Depression**

in Verknüpfung mit *Abgasverlusten meiner Feuerungsanlage*  
Ihr Schreiben vom 21.09.2006 (per Postzustellungsurkunde)  
Ihr Zeichen: 103 - 04/2, Bearbeitung: Frau Schulz

Anlage: Schreiben an Bundespräsident *Horst Köhler* vom 19.09.06

#### Nachrichtlich:

GEZ - Abteilung Recht -, Frau Kautz, Freimersdorfer Weg 6, 50829 Köln  
Teilnehmer-Nr. 205 065 225, Ihr Schreiben vom 20.09.2006

Datum: Montag, 26. September 2006

Sehr geehrte Frau Bürgermeisterin,

Sie verhalten sich so, wie Sie müssen, ich verhalte mich so, wie es mir mein Gewissen vorschreibt; darin unterscheiden wir uns. Den Rest entnehmen Sie bitte meinem Schreiben an den Bundespräsidenten *Horst Köhler* vom 19.09.06. Köhler verhält sich, wie ein Mensch ohne Gewissen, was lt. Gerichtsbeschuß des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte (Dritte Kammer) vom 10.10.05 zu beweisen war. Sein Verhalten erinnert an düsterste Zeiten, damals gehörten 75% der Ärzte Naziorganisationen an.

Für solche Fälle sieht unser Grundgesetz (GG) Artikel 20 Absatz 4 das Widerstandsrecht vor, und durch mein Verhalten verwirkliche ich nach Art. 103 (1) GG den Anspruch auf rechtliches Gehör. Es ist alles ganz einfach, aber ich bin es leid, Sie ständig belehren zu müssen: "*Besser mit allen ein Narr, als allein gescheit, ist politische Wirklichkeit in Deutschland.*" Und moralische Verantwortung wird nicht übernommen: "*Wer sich umbringt, hat selbst schuld!*" Wenn alle dumm sind, steht man hinter keinem zurück. Man muß mit den übrigen leben, und die Unwissenden sind in der Mehrzahl. Ich habe die Ursachen der Depressionen erforscht - keiner will sie wissen, und ich habe von allem genug: Ärger und Geld. Was mir fehlt, ist Weisheit, die im Gegensatz zur Dummheit schmerzhaft ist. Der "guten Ordnung" halber erhebe ich mit den Worten von Gottfried Keller

#### Widerspruch:

***Recht im Glücke! goldnes Los, Land und Leute machst du groß!  
Glück im Rechte, fröhlich Blut, wer dich hat, der treibt es gut!***

Besser könnte ich es nicht ausdrücken, doch Keller war leider (oder Gott sei Dank) kein Deutscher. Frau Bürgermeisterin, ich bezahle nicht - basta!

Mit freundlichen Grüßen  
und bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

### 6.5.2 Anlage: Schreiben an Bundespräsident *Horst Köhler*

#### **Aktivkreis Depression**



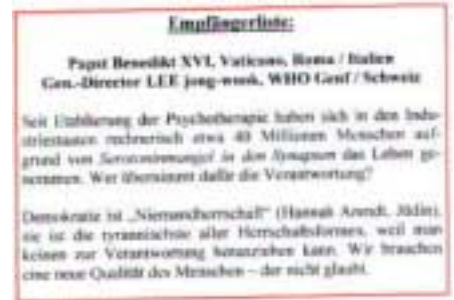
Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
**www.hirndefekte.de**

Herrn Bundespräsident  
**Horst Köhler**  
 Bundespräsidialamt

10557 Berlin

**Volkskrankheit Depression**  
 in Verknüpfung mit Artikel 20 (4) Grundgesetz

Datum: Dienstag, 19. September 2006



**Sehr geehrter Herr Bundespräsident Horst Köhler,**  
 sehr geehrter Herr Dr. Schnitzer, liebe Freunde!

Nun ist es gerichtsamtlich: In Deutschland darf per richterlichem Beschluß (wie in der Nazizeit) gemordet werden. Ich habe den "innerstaatlichen Rechtsweg" durchlaufen, wie es der *Europäische Gerichtshof für Menschenrechte* verfügt hat. In Deutschland ist kein Behördenleiter dazu bereit, Verantwortung zu übernehmen, deshalb stelle ich fest: *"Deutsche Politiker und Behördenleiter sind ein dummes, feiges und hinterhältiges Pack, sie sind schlimmer als Neonazis - die sind nur dumm."* Es gibt in Deutschland nur deshalb so viele *Halbgötter in Weiß*, weil es so viele *Esel in Schwarz* gibt, und die deutsche Bevölkerung ist ihr Stimmvieh - im Kopf durch die Medien aberichtet und verblödet, dazu vollgestopft mit Pharmapillen - Ritalin (Kinderpsychopille) schon für die Jüngsten.

Deutsche Politiker (z.B. G. Schröder, Merkel, Thierse, Lammert, Müntefering, U. Schmidt, Kühn-Mengel, Bosbach usw.) haben aus der Geschichte nichts gelernt - sie gehen wieder über Leichen, und Johannes Rau, Bundespräsident a. D., ist als Lump verstorben. Mit Medikamenten wurden unzählbar mehr Menschen legal umgebracht, als Juden in den Konzentrationslagern. Allein 1,4 Millionen Deutsche sind medikamentenabhängig, sie hängen am Arztrezept wie Junkies an der Nadel. Ärzte sind Dealer, in ihrer Berufszunft befinden sich die schlimmsten Verbrecher. Seien wir stolz auf uns, Deutsche zu sein. Täter sind diesmal nicht die Kopfkranken (PISA-Nr. 23), Täter ist die gesamte geldgierige deutsche Elite.

Mörder! so nenne ich diejenigen Ärzte, die in ihrer Dummheit depressivkranke Menschen in die Fänge der Psychologen treiben. In Deutschland ist *Heilen verboten, töten erlaubt*, wie es der Buchautor *Kurt G. Blüchel* richtig erkannt und beschrieben hat. Sein Buch hat die Qualität des *Pfaffenspiegel* (Otto von Corvin), in dem die "Unfehlbarkeit der Päpste" durchleuchtet wurde, und den Rest besorgt die Zeit. *"Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten oder sind sie es nicht?"*, das ist die Frage, aus der alles andere hervorgeht. Deutsche Ärzte (z.B. *Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe*, Ärztepräsident) und Psychologen (z.B. *Prof. Dr. Ulrich Hegerl*, Kompetenznetz Depression) sind zu dumm, diese Frage zu beantworten. Dummköpfe sind unberechenbar - deshalb sind sie gefährlich für die "gescheite Menschheit".

Ich brauchte genau drei Jahre, um die Ursachen der Depressionen zu erforschen. Es ist *Serotoninmangel* in den Synapsen der Hirnzellen. Serotonin ist ein *Neurotransmitter*, der Angelegenheit der Biochemie ist, deshalb haben Ärzte und Psychologen davon keine Ahnung - es ist nicht ihr Metier. *"Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!"*, das kapiert die hirnamputierte deutsche Elite nie: *"Dummheit, eine unheilbare Kopfkrankheit, die keine Schmerzen verursacht, ist nicht allein Privileg deutscher Politiker."* Täte Dummheit weh, gäbe es im Deutschen Bundestag ein fürchterliches Geheule - Berlin wäre nicht zu ertragen.

Zu guter Letzt: Ich bin gegen die BRD (Behördenleiter und Politiker) nach Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz in den Widerstand getreten. Ich bezahle weder für Ordnungswidrigkeiten (z.B. Verkehrsverstöße) noch für Buß- oder Zwangsgelder. *Was sollen die Armen im Geiste gegen mich unternehmen?* Die mit Beschluß des Landgericht Hamburg (Richter: Göhlich, Koerner, Dr. Maatsch) vom 14.09.06 bestätigte Erzwingungshaft von einem Tag ist lächerlich, die sitze ich "auf einer Arschbacke" ab. Mein Vater hat bei den Nazis vorbildlich sieben Monate im KZ gesessen - danke Deutschland.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

**Bruno Rupkalwis** (Unterschrift)

PS: Dieses Schreiben ist letzter Teil meiner Dokumentation *Depression - der stille Schrei*. Herr Bundespräsident Horst Köhler, wir haben am meisten von denen zu erdulden, von denen wir abhängen - nämlich unseren Politikern. Die Narren im Deutschen Bundestag sind nicht zu ertragen. Ich weiß nicht, ob ich dazu imstande bin, geistig zu immigrieren - mich zurückzuziehen: Quo vadis - die Intelligenz verläßt unser Land.

---

**Sehr geehrter Herr Bundespräsident Horst Köhler:**  
**"12.000 depressivekranke Selbstmörder jährlich in Deutschland, das ist kein Thema, das ist ein Skandal!"**  
**Viele verlieren den Verstand deshalb nicht, weil sie keinen haben.**

---

### 6.5.3 ERZWINGUNGSHAFT - ohne mich *Herr Köhler*, Bundespräsident

#### KURZBRIEF (als Anschreiben)

1. Kopie an: FOCUS, DIE ZEIT und Freunde

2. Herrn Kardinal Lehmann, katholische Kirche, zur Übernahme von moralischer Verantwortung vorgelegt: *"Auch Schweigen kann töten!"*

**Volkskrankheit Depression**  
 in Verknüpfung mit Art. 20 (4) Grundgesetz  
 Datum: 19. Oktober 2006

**Sehr geehrter Herr Abgeordneter Wolfgang Thierse, SPD,**

noch dümmere als deutsche Ärzte und Psychologen sind nur Patienten. Mit den beigefügten Schreiben möchte ich Ihnen (als Abgeordneten) Ihre eigene Dummheit bescheinigen.

Sie haben recht: *"Das wichtigste Organ in unserer Gesellschaft ist der Ellenbogen!"* Das Gehirn ist unwichtig. Wenn alle dumm sind, steht man hinter keinem zurück. Die Abgeordneten im Bundestag sind Pack aus der (geistigen) Unterschicht, wie z.B. Bosbach, CDU, Wiefelspütz, SPD, und Profalla, Generalsekretär der CDU. Ich mäßige mich bewußt in der Anwendung meiner Worte und

Deutscher Bundestag  
Präsidium  
Herrn Wolfgang Thierse, MdB

10557 Berlin

---

## KURZBRIEF (als Anschreiben)

1. Kopie an: BILD, DER SPIEGEL und Freunde

2. Herrn Präses Bischof Dr. Wolfgang Huber, EKD, zur Übernahme von moralischer Verantwortung vorgelegt: *"Auch Schweigen kann töten!"*

Landgericht Hamburg  
Große Strafkammer 3  
Vorsitzender Richter Göhlich  
Sievekingplatz 1

20355 Hamburg

### Aktivkreis Depression

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

Staatsanwaltschaft Hamburg  
Gorsch-Fock-Wall 15 - 17

20355 Hamburg

### Volkskrankheit Depression

in Verknüpfung mit Artikel 20 (4) Grundgesetz  
- Widerstandsrecht -

**Ladung** zum Antritt der Erzwingungshaft  
in Verknüpfung mit Geschäfts-Nr.: **2310 Js-OWi 1144 / 06**  
Bearbeitung: Frank Merla (Rechtspfleger)

Datum: Mittwoch, 04. Oktober 2006

Liebe Staatsanwaltschaft Hamburg,

bitte haben Sie Verständnis für die Anrede, weil ich bisher immer glaubte, an Menschen geschrieben zu haben. Ich habe keinen Ansprechpartner. Der Rechtspfleger *Frank Merla* hätte sich seinen Anruf bei mir ersparen können, er ließ mich überhaupt nicht zu Wort kommen. In Deutschland ist kein Behördenleiter (oder Politiker im Staatsamt) dazu bereit, Verantwortung zu übernehmen. Deutsche Politiker sind ein dummes, feiges und hinterhältiges Pack, sie sind schlimmer als Neonazis - die sind nur dumm. Nun ist es amtlich.

Ich bestätige Ihnen den Eingang Ihrer *Ladung zum Antritt der Erzwingungshaft* vom 28.09.06. Der Staatsanwaltschaft Hamburg ist bekannt, daß ich nach Artikel 20 Absatz 4 Grundgesetz gegen Narren in den Widerstand getreten bin, die zulassen, daß Teile der deutschen Bevölkerung sich selbst umbringen - namentlich: *Dr. Angela Merkel* (Bundeskanzlerin), *Ulla Schmidt* (Gesundheitsministerin), *Helga Kühn-Mengel* (MdB, Patientenbeauftragte). Die Bundeskanzlerin und die Ministerin haben nach Art. 64 (2) geschworen, Schaden vom deutschen Volke abzuwenden, seinen Nutzen zu mehren. Alle drei Politikerinnen sind Ignoranten, sie verhalten sich kontraproduktiv, schädigen das deutsche Volk an Leib (Vermögen) und Leben - durch Unterlassung.

Solange kein Verantwortlicher in Deutschland politisch, moralisch oder wissenschaftlich ausschließt, daß *Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten* sind - sie entstehen aufgrund von *Serotoninmangel in den Synapsen der Hirnzellen* - habe ich das Recht (Grundgesetz) auf meiner Seite, alles andere ist sekundär. Die Dummheit deutscher Politiker, Ärzte und Psychologen habe ich nicht zu verantworten, und deshalb gehe ich auch nicht bereitwillig in den Knast. Ich gebe mein Wissen ([www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)) her, aber ich verkaufe meine Seele nicht, wie es der Herausgeber und Chefredakteur der BILD *Kai Diekmann* getan hat.

Mit Antidepressiva werden in den Industriestaaten etwa 17 Milliarden Euro Umsatz gemacht, da spielen die jährlich 12.000 depressivkranken Selbstmörder in Deutschland keine Rolle: *"Erst kommt das Fressen - dann kommt die Moral!"* Die Wahrheit ist ein gefährliches Ding, jedoch kann ein rechtlicher Mann nicht unterlassen, sie zu sagen: *"Gesundes Urteil verdient am Staatsruhrer zu stehen!"* Die da oben bringen es nicht.

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

meiner Bildung.

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

**Ihr Zeichen: 603 Qs 485/06 | 329 OWi 76 /06**

hier: Ihr Beschluß vom 14.09.2006

Datum: 09.10.06

**Sehr geehrte Damen und Herren Richter  
Göhlich, Koerner und Dr. Maatsch,**

ich bitte, von dem mit *Milzbrand* behafteten beigefügten Schreiben Kenntnis zu nehmen. Sie sind wichtig! Man beachte nicht, was einer denkt oder schreibt, man stelle das Grundgesetz besser auf den Kopf. Die Methoden haben sich verändert, die Schweine nicht - sie grunzen wie vor 60 Jahren.

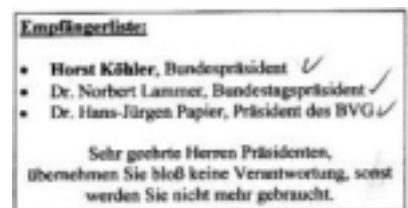
Der Allgemeine Patientenverband e.V. Marburg schreibt in der Internetbroschüre 2005 auf Seite 25: *"Es gibt nur deshalb so viele 'Halbgötter in Weiß', weil es so viele 'Esel in Schwarz' gibt."* Stimmen Sie dem "als Experten" zu?

Mit freundlichen Grüßen und  
bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)



**Nicht denken - sauber bleiben!**



**Frau Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin: "Sie sind eine kranke Frau!"  
Noch dümmer als Ärzte und Psychologen sind nur Patienten.**

### 6.6.1 Strafanzeige gegen Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin



Dr. Angela Merkel (und G. Schröder):  
Täter durch Unterlassung.  
Schaufel Nr.: "Er sind nur Spiegelbildler!"

Diese Strafanzeige gegen Dr. Angela Merkel ist Konsequenz aus dem Beschluß der DRITTEN KAMMER des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte vom 10. Okt. 2005. Der Gerichtshof (V. Zagrebelsky, *Präsident*, R. Jaeger und I. Ziemele) hat festgestellt, daß der innerstaatliche Rechtsweg nicht gemäß den Erfordernissen des Artikel 35 Abs. 1 der Konvention erschöpft worden ist..."

Mein Kommentar: Europa ist ein Monstrum, in dem Paragraphen und Papierfraß wichtiger sind als Menschenleben! Der Artikel 35 (1) lautet: "Der Gerichtshof kann sich mit einer Angelegenheit erst nach Erschöpfung aller innerstaatlichen Rechtsbehelfe in Übereinstimmung mit den allgemein anerkannten Grundsätzen des Völkerrechts und nur innerhalb einer Frist von sechs Monaten nach der endgültigen innerstaatlichen Entscheidung befassen." Das sinnlose Leiden und Sterben der Depressiven geht weiter - per Gerichtsbeschluß.

#### **Aktivkreis Depression**

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)



**Nicht denken - selber machen!**

Staatsanwaltschaft Itzehoe  
Feldschmiedekamp 2

25524 Itzehoe

#### **Menschenrechtsverletzungen in Deutschland**

Meine **Anhörung als Beschuldigter** vom 17.11.2006  
mit Entscheidung DRITTE KAMMER des Europ. Gerichtshofs vom 10.10.05 (nur für kausale Zusammenhänge)  
Schreiben vom 01.12.06 an den Präsidenten des Europ. Gerichtshofs Luzius Wildhaber  
(Diese Unterlagen liegen Ihnen vor!)

Anlage: E-Mailschreiben an *Jan von Frenckell*, Chefredakteur FUNK UHR vom 30.12.2006

Datum: 30. Dezember 2006, Sa

Nachrichtlich: **Herrn Bundespräsident Horst Köhler**, Bundespräsidialamt, 10557 Berlin, zur Übernahme von politischer Verantwortung vorgelegt.

Sehr geehrte Damen und Herren Staatsanwälte,

ich bitte darum, mir für meine Ihnen vorliegende "Anhörung als Beschuldigter" den Eingang zu bestätigen. Dafür sind Sie doch zuständig, sonst hätte ich mir die zur Last gelegte Straftat ersparen können. Wichtig ist nicht der alberne Verhaftungsquatsch durch zwei Polizeibeamte, der von Behördenleitern angeordnet wurde, wichtig ist, warum es dazu gekommen ist.

Hiermit erstatte ich Strafanzeige gegen **Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin**, wegen unterlassener Hilfeleistung mit Todesfolge in rechnerisch 66.000 Fällen. Die Begründung entnehmen Sie bitte meinem E-Mailschreiben an den Chefredakteur der FUNK UHR *Jan von Frenckell* und andere.

Ferner werfe ich der Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel vor, einen Meineid (Art. 64 (2), Art. 56, GG) bei ihrer Amtsübernahme vor dem Deutschen Bundestag abgelegt zu haben. Sie schwor, Schaden vom deutschen Volke abzuwenden. Merkel ist Ignorantin zu Ungunsten der Deutschen, sie geht in ihrer Dummheit über Leichen, und Dummheit muß bestraft werden.

Mit freundlichen Grüßen

(Bruno Rupkalwis, Unterschrift)

PS: Wenn die Staatsanwaltschaft Itzehoe in der Angelegenheit handlungsunfähig ist (untätig bleibt), lasse ich mir dieses Schreiben für meine Dokumentation (*Depression - der stille Schrei*) notariell beglaubigen. Täglich bringen sich in Deutschland etwa 30 Menschen um, deutsche Politiker sehen weg - das hatten wir auch schon vor 60 Jahren. Ich denke voraus.

### 6.6.2 Anlage zur Strafanzeige: Schreiben an Jan von Frenckell

Anmerkung: Von den Adressaten hat nicht einer geantwortet! Die Ursachen der Depressionen kommen scheinbar ans Tageslicht.

E-Mail:

Thema: **Depressionen bei Axel Springer u. Co**  
Datum: 30.12.2006  
Von: Bruno Rupkalwis  
An: [j.v.frenckel@axelspringer.de](mailto:j.v.frenckel@axelspringer.de), [spiegel-online@spiegel.de](mailto:spiegel-online@spiegel.de),

redaktion@focus.de, presse@stern.de, Info@bild.t-online.de,  
 redaktion@merkur.de, redaktion@sueddeutsche.de,  
 chfred@taz.de, bunte@burda.com, diezeit@zeit.de,  
 redaktion@shz.de, redaktion@welt.de, info@swr.de,  
 info@journalmed.de, info@bistum-mainz.de, gremien@ekd.de,  
 info@bundesvorstand.dgb.de, info@bdi-online.de,  
 info@perspektive-deutschland.de, info@attac.de,  
 info@foodwatch.de, info@buergerkonvent.de,  
 buergerservice@spdfraktion.de, redaktion@gruene.de,  
 info@cdu.de, pressestelle@spd.de,  
 pressestelle@fdp-bundestag.de, redaktion@linkspartei.de  
 angela.merkel@bundestag.de, ursula.schmidt@bundestag.de,  
 franz.muentefering@bundestag.de

Kopie an: (private E-Mailadressen)

Nachrichtlich: **Herrn Bundespräsidenten Horst Köhler**, Bundespräsidialamt,  
 10557 Berlin, zur Übernahme von politischer  
 Verantwortung vorgelegt.  
**Staatsanwaltschaft Itzehoe**, Feldschmiedekamp2,  
 25524 Itzehoe, zur weiteren Veranlassung vorgelgt.

## Depression oder nur ein Stimmungstief?

FUNK UHR Nr. 1 ab 06.01.2007, Seite 24)

Sehr geehrter Herr Jan von Frenckell, Chefredakteur der FUNK UHR!

"Herzlich willkommen bei FUNK UHR! Wenn Sie mir eine E-Mail schicken wollen, schreiben Sie an: [j.v.frenckell@axelspringer.de](mailto:j.v.frenckell@axelspringer.de)". Das ist doch eine Aufforderung? Ich habe Ihnen mehrfach geschrieben, E-Mails und Postbriefe. In Ihrem Hause (Axel Springer) gibt keiner eine sachbezogene Antwort, auch nicht der Herausgeber und Chefredakteur der BILD Kai Diekmann.

**Kai Diekmann ist Katholik**, das ist nicht weiter schlimm, aber er hat mir seine Seele für 30 Silberlinge (wie Judas) verkauft - das ist Tatsache. Diekmann war so dumm, Geld anzunehmen, nun ist er ein seelenloser Mensch, ein Nichts - ein "Teufelsbraten für die Hölle"! Sein Chef, Papst Benedikt XVI, weiß es oder könnte es wissen. Ein bißchen *Psychologie für Gläubige* darf sein: **"Gott will, daß die Menschen gesund sind - Diekmann und sein Chef wollen es nicht!"** Auch sie sind Täter, Täter durch Unterlassung. Mein Gott - was sind deine Menschen dumm, das ist keine Frage!



Ab Seite 24 (Funk Uhr Nr. 1/2007) schreiben Sie über Depressionen nur Halbwahrheiten. Mathematisch ergeben zwei Halbwahrheiten eine volle Lüge. Die Ursachen der Depressionen sind seit etwa 40 Jahren erforscht, es ist *Serotoninmangel in den Synapsen* der Hirnzellen. Serotonin, ein Neurotransmitter, ist Angelegenheit der Biochemie, nicht der Ärzte und schon gar nicht der Psychologen. Beide Berufsgruppen haben von Depressionen keine Ahnung. Sie schreiben es sogar: *"Aber selbst für Experten ist es nicht immer leicht, eine echte und behandlungsbedürftige Depression, an der heute mehr als vier Millionen Deutsche leiden, zu diagnostizieren..."* Noch dümmer als deutsche Ärzte und Psychologen sind nur Patienten, weil sie nicht erkennen, wie sie von der Krankheitsmafia ausgeplündert werden. Ihr Blatt trägt zur Verdummung der Menschen bei, deshalb sind auch Sie Täter!

**Zitat FUNK UHR:** "Wie kommt es zur Depression? Fest steht: Bei den Betroffenen sind im Gehirn Nervenbotenstoffe wie Serotonin und Noradrenalin aus der Balance geraten..." An dieser Stelle bestätigen Sie meine Forschungsergebnisse (wissenschaftliche Recherchen). *Serotonin (Glückshormon)* benötigt für die Biosynthese im Hirnstoffwechsel die essentielle Aminosäure *Tryptophan*, dazu als Coenzym (Katalysator) *Pyridoxin* (Vitamin B6). Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen

(Bestätigung durch BfArM liegt vor). Die Ursachen der Depressionen habe ich auf meiner Internetseite [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de) ausführlich beschrieben. Pharmapillen (Antidepressiva) greifen an den Synapsen der Hirnzellen an, bewirken Hemmung des chemischen Abbaus (durch die Monoaminoxidase) von Serotonin, erzeugen aber nicht das Glückshormon. Es ist Wissenschaft, warum schreiben Sie das nicht? **Sie unterlassen!**

Psychologisches Geschwätz, auch durch Ihren Experten *Diplom-Psychologe Tim Pfeiffer-Gerschel*, Geschäftsführer Kompetenznetz Depression, kann keine essentiellen Stoffe im Organismus ersetzen. Warum kapiert das keiner? Antwort: *Die Menschen werden seit etwa 40 Jahren im Kopf psychoverblödet, um Pharmapillen in ihre Häuse zu stecken!* Die Verdummung hat System.

Hannah Arendt, Philosophin, sah die "Niemandherrschaft" voraus, in der keiner Verantwortung übernimmt. *Gerhard Schröder* und *Angela Merkel* (Bundeskanzlerin) sind für den Tod von rechnerisch 66.000 Menschen seit 01.07.2001 verantwortlich. Sie hätten die Macht (gehabt), den Arztpräsidenten (Jörg-Dietrich Hoppe) Farbe bekennen zu lassen, statt dessen schweigen beide die hilflosen Menschen tot. Ihr Amtseid ist (war) Meineid. Es gibt kein Gericht, vor das man sie zerren kann - zur Zeit nicht, aber das kann sich ändern.

**Ohne Neurotransmitter** [Serotonin (Depressionen), Dopamin (Parkinson), Noradrenalin (Herz und Blutdruck), Acetylcholin (z.B. Blutdrucksenkung), GABA (Krämpfe, Denkfähigkeit)] **ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!** Solange das nicht durch "vernunftbegabte Menschen" erkannt wird, geht das sinnlose Leiden und Sterben der Depressiven weiter. In Deutschland bringen sich jährlich etwa 12.000 Menschen aus depressiver Verzweiflung um, deutsche Politiker (z.B. G. Schröder, A. Merkel, U. Schmidt, H. Kühn-Mengel, MdB (Psychologin, Patientenbeauftragte) nehmen das billigend in Kauf.

**Deutsche Politiker sind der letzte Dreck!** Dazu fällt mir kein passenderes Schimpfwort ein. Sie sollen sich mit ihrer "Gesundheitsreform" zum Teufel scheren. Die Beiträge steigen schon wieder schmerzhaft: *Was bringt den Doktor um sein Brot?, a) die Gesundheit, b) der Tod. Drum hält der Arzt, auf das er lebe, uns zwischen beidem in der Schwebel. Eugen Roth* - der Mensch ist tot, er ahnte damals, was gekommen ist: die psychologisierte Gesellschaft.

Sehr geehrter Herr Jan von Frenckell, beachten Sie bitte nicht die Empfänger im Kopf. Keiner Ihrer Kollegen (Chefredakteure) übernimmt Verantwortung, wenn es um die Gesundheit der Menschen geht, weil an gesunden Menschen nichts zu verdienen ist. Pharmaanzeigen sind lukrativ! In Ihrem Heft habe ich diesmal nur sechs gezählt, und bei *Tebonin* steht: *"Unser Gehirn steuert unsere Gefühle und bestimmt unsere Konzentration. Ein Wunderwerk der Natur aus 100 Milliarden Gehirnzellen - und jede Zelle eine Energiequelle, die wir besser nutzen können. Für mehr Gehirnleistung, mehr Konzentration, mehr Kraft für die grauen Zellen."* Unser Gehirn braucht gesunde Ernährung als Energie, wie alle anderen Organe: **Denken und Fühlen ist Hirntätigkeit, und die "dusselige Seele" können Sie vergessen!** Ihr Kollege Kai Diekmann (BILD) hat keine Seele - er weiß es.

Noch etwas: "Psychisch Verkorkste (Depressive)" sollte man vorher mit gesunder Ernährung aufpäppeln, damit ihr Gehirn wieder leistungsfähig wird, und sie dann zur Nacherziehung besser Pädagogen anstelle von Psychologen (Spinnern) überlassen.

Mit freundlichen Grüßen und  
 bleiben Sie gesund - ohne Pharmapillen

Bruno Rupkalwis  
**Aktivkreis Depression**  
 Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
 Telefon: 040 / 830 62 42  
 Internet: [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

PS: Diese Schreiben schicke ich als **"Strafanzeige gegen Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin,"** wegen unterlassener Hilfeleistung mit Todesfolge in rechnerisch

66.000 Fällen an die Staatsanwaltschaft Itzehoe, die ich hiermit um Eingangsbestätigung bitte. Einen Denkenden braucht man nur auf Tatsachen hinweisen. Das Schreiben ist Dokument, auch noch in 10 Jahren. Herr Bundespräsident Horst Köhler: "Auch Schweigen kann töten!"

### 6.6.3 Bestätigung an den Präsidenten des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte *Luzius Wildhaber*

Anmerkung: Mit Eingang am 16.12.2006 erhielt ich vom **EUROPEAN COURT of HUMAN RIGHTS** unter dem Aktenzeichen ECHR-LGer0.1Rmod | JM/EAS/csp und dem Betreff: **Ihr Schreiben vom 1. Dezember 2006** folgende Eingangsbestätigung:

Sehr geehrter Herr Rupkalwis, ich bestätige den Erhalt Ihres Schreibens vom 1. Dezember 2006 sowie der beigefügten Anlagen. Sollten Sie eine neue Beschwerde hinsichtlich des gegen Sie eingeleiteten Ermittlungsverfahrens einlegen wollen, bitte ich um weitere Mitteilung.  
Mit freundlichen Grüßen; Der Kanzler des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte; i.A. gez. J. Marcetus, Rechtsreferent

**Mein Kommentar:** *Man hat beim Europäischen Gerichtshof nicht erkannt, was wichtig ist. Ich bin unwichtig.*

---

#### **Aktivkreis Depression**

Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)



An den Präsidenten  
des Europäischen Gerichtshofs für Menschenrechte  
Herrn Luzius Wildhaber  
Europarat

F-67075 STRASBOURG CEDEX

#### **Volkkrankheit Depression in Verknüpfung mit Artikel 20 Abs. 4 des deutschen Grundgesetzes (Widerstandsrecht)**

Ihr Schreiben vom 11.12.2006  
zum Zeichen: ECHR-Lger0.1Rmod | JM/EAS/csp  
Anlage: Schreiben vom 14.12.06 an Dr. Johann Georg Schnitzer

Datum: 16. Dezember 2006, Sa

nachrichtlich: **Seine Heiligkeit Papst Benedikt XVI**, Vaticano, Roma / Italien

Sehr geehrter Herr Präsident Luzius Wildhaber,

herzlichen Dank für die Eingangsbestätigung durch den Europäischen Gerichtshof. Bitte haben Sie dafür Verständnis, daß ich mein Anliegen an Personen und nicht an Institutionen richte, denn nur Menschen können Verantwortung übernehmen. Mit Schreiben vom 14.12.06 an *Dr. Johann Georg Schnitzer* habe ich nachrichtlich den deutschen Bundespräsidenten *Horst Köhler* und andere über folgendes in Kenntnis gesetzt: "Wenn auch nur einer seiner menschlichen Pflicht nachkommt, bestätigt er die Mitwisserschaft der anderen." So ist es - es ist durch Sie geschehen! Der Rest ist eine Angelegenheit der Zeit.

Psychologie und deren Methoden sind der geistige Tod der Argumente. Wir leben in einer psychologisierten Gesellschaft. Man beachte nicht, was einer schreibt oder denkt, man stelle besser die Menschenrechte auf den Kopf. Das Ermittlungsverfahren gegen mich ist unwichtig, wichtig ist, warum es dazu gekommen ist. Das hat man beim Europäischen Gerichtshof nicht erkannt (erkennen wollen). Ich lege keine neue Beschwerde ein. Es hat alles keinen Sinn, und wegen Kleinigkeiten ziehe ich nicht vor den Kadi.

Das sinnlose Leiden und Sterben der depressivkranken Menschen wird andauern, bis Vernunft und Verantwortungsbewußtsein in den Köpfen der Mächtigen gewachsen ist. "Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!", das ist meine geistige Leistung - sie ist Wissenschaft. Dieses Schreiben lege ich nicht dem deutschen Bundespräsidenten vor, er ist unfähig, Verantwortung zu übernehmen.

Mein Werk *Depression - der stille Schrei* habe ich meinem Enkelkind gewidmet, es ist gerade ein Jahr alt. Mein Werk liegt der *WHO in Gent* und dem *Vatikan* seit Dezember 2004 vor. Man ist auch dort nicht dazu bereit, Verantwortung zu übernehmen.

Mit freundlichen Grüßen und  
Frohe Weihnachten

Bruno Rupkalwis (Unterschrift)

Fazit:

**Wer alles verspricht, verspricht nichts; Versprechungen sind Fallen für Dumme. Die Reife des Geistes zeigt sich in der Langsamkeit des Glaubens, aber Wissen ist Macht und Ohnmacht zugleich.**

## Einige Antworten (der Mächtigen) aus dem Hinterhalt zu den 10 Thesen



Seit Etablierung der Psycho-therapie haben sich in den Industriestaaten rechnerisch etwa 40 Millionen Menschen aus depressiver Verzweiflung das Leben genommen. Wer übernimmt dafür die Verantwortung, etwa Frau Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin? Die Menschen werden mit Mitteln und Methoden der Psychologie auf einen Irrweg geschickt. Moralisch schuldig ist, wer aktiv an der Verdummung der Depressiven teilgenommen hat. Politisch haftbar ist hingegen, wer (aus Angst um seine Karriere) in schuldvoller Passivität das Geschehene geduldet hat, mithin fast die gesamte deutsche Elite.

Gerhard Schröder, Bundeskanzler a.D., erinnerte in einer Rede (im Jahr 2002) an die Wannsee-Konferenz: *"Das heutige, europäische Deutschland hat aus diesen Verbrechen vor allem eins gelernt, dass es nicht müde werden darf zu wiederholen: Nie wieder!"*, so Schröder. Schröder ist heute Angestellter der russischen Regierung (GASprom) und küßt Putin die Füße.

Mir liegen etwa 150 Antwortschreiben vor, teils von Spitzenpolitikern eigenhändig unterschrieben. Sie beachten nicht, was man ihnen schreibt, sie gehen nicht auf die

Sache ein. Mein Freund Arthur Schopenhauer behauptete, daß nicht die Vernunft, sondern ein blinder Trieb das Wesentliche im Menschen sei. Ich habe ihm an dieser Stelle zu widersprechen. Es folgen einige "Auszüge mit Wappen", die ihn widerlegen:

Aus dem Vatikan, 19. Oktober 2001



Das Staatssekretariat bestätigt Ihnen gerne den Empfang Ihres vertrauensvollen Schreibens vom 13. Oktober des Jahres, das Sie an den Heiligen Vater gerichtet haben. Gleichzeitig teile ich Ihnen freundlich mit, daß Papst Johannes Paul II. für dieses Zeichen echter Mitsorge um das leibliche und seelische Wohlbefinden Ihrer Mitmenschen aufrichtig dankt. Ich versichere Ihnen, daß Ihre geäußerten Ausführungen zur Kenntnis genommen wurden.

Seine Heiligkeit schließt Ihre Anliegen und Hoffnungen in sein eigenes Beten ein und erbittet Ihnen Gottes treuen Schutz und die Freude des Heiligen Geistes.

Msr. P. López Quintana, Assessor

Von der WHO, 24. Juni 2002



Ihr Schreiben vom 9. Mai, adressiert an Generaldirektor Dr. Gro Harlem Brundtland, wurde zur Beantwortung an diese Abteilung für geistige Gesundheit der WHO, Regionalbüro Europa, weitergeleitet.... Unglücklicherweise ist, wie Sie sagen, das Wissen über Zusammenhänge von Vitaminen und Biosynthese von Neurotransmittern, z.B. Serotonin, noch immer zu wenig erforscht, es wird gewiß im Mittelpunkt zukünftiger tatsachenorientierter Forschung stehen. Ich unterstützte Ihre Anstrengungen in der Hoffnung für eine Entwicklung verstehender Ansätze, einschließlich auch der Ernährungsfaktoren, die im Mittelpunkt wachsenden Interesses und der Forschung zu Depressionen, depressionsabhängiger Morbidität und Mortalität, Belastungen und Leiden stehen. Ich habe soeben ihr Schreiben an den Regionalvorstand für Ernährung weiter geleitet, Dr. Alleen Robertson, für ihre weiteren Kommentare.

Wofgang Rutz, M.D., Ph.D., Regional Adviser, Mental Health programme

Von der Europäischen Union:



**Romano Prodi, Europäische Kommission, 02. September 2002:** Das Kabinett des Herrn Präsidenten Romano Prodi hat uns beauftragt, Ihr Schreiben vom 01.08.2002 zu beantworten. Wie Sie richtig feststellen, ist die Depression eine bedeutende Erkrankung, deren Prävention im Rahmen des öffentlichen Gesundheitswesens einen wichtigen Platz einnimmt. Derzeit ist das Arbeitsprogramm des neuen Programmes für Öffentliche Gesundheit 2003 in Redaktion. Psychische Erkrankungen und deren Verhütung werden voraussichtlich Themen des Arbeitsprogrammes sein. Die Ausschreibung für Projektvorschläge wird in diesem Herbst publiziert. Bitte, konsultieren Sie in diesem Zusammenhang regelmäßig die WEB-Seite: <http://europa.eu.int/cornrn/dgs/health/index.de.htm>

John F. RYAN, Referatsleiter

**Jacob Södermann, Der Europäische Bürgerbeauftragte, 15. Oktober 2002:** Ich beziehe mich auf Ihr Schreiben vom 2. Oktober 2002, in dem Sie sich darüber beschwerten, dass deutsche Stellen - wie der Petitionsausschuss des Deutschen Bundestags- Ihr Anliegen, zur Bekämpfung von Depressionen beizutragen, nicht ernst nähmen...."Der Bürgerbeauftragte trägt im Rahmen (...) der (...) Verträge dazu bei, Mißstände bei der Tätigkeit der Organe und Institutionen der Gemeinschaft (...) aufzudecken (...). Handlungen anderer Behörden oder Personen können nicht Gegenstand von Beschwerden beim Bürgerbeauftragten sein."... Ich bedauere deshalb, Ihnen mitteilen zu müssen, dass ich nicht befugt bin, mich mit Ihrer Beschwerde zu befassen. Ich stelle jedoch fest, dass Ihre Petition vor dem Petitionsausschuss des Bundestags anhängig ist, der sich mit ihr befassen wird.

Jacob SÖDERMANN

Aus dem Bundespräsidialamt, 19. Januar 2001



Der Herr Bundespräsident (Anm.:Johannes Rau) hat Ihren Brief vom 19. Dezember 2000,... Ihren Ausführungen zur gesunden Ernährung hat er mit Interesse zur Kenntnis genommen und mich gebeten, Ihnen zu danken. Wie Sie wissen, trägt der Herr Bundespräsident keine Regierungsverantwortung. Sein Beitrag zur Lösung von Problemen muß sich im Wesentlichen auf das gesprochene Wort beschränken. In seinen Reden und Interviews sowie in den Gesprächen, die er mit den Repräsentanten des öffentlichen Lebens führt, ist er stets darum bemüht, Verständnis für die Sorgen der Bürger zu wecken. Der Herr Bundespräsident dankt Ihnen deshalb für Ihre Hinweise, die in seine Überlegungen einfließen werden.

Antje Siebenmorgen

Aus dem Bundeskanzleramt, 30. Juli 2001



Der Bundeskanzler dankt Ihnen für Ihr Schreiben vom 1. Juli 2001, in dem Ihr großes gesundheitspolitisches Interesse zum Ausdruck kommt. Sie haben sicher Verständnis dafür, dass es dem Bundeskanzler wegen seiner vielfältigen Verpflichtungen nicht möglich ist, Ihnen persönlich zu antworten. Er hat mich beauftragt, zu Ihren Ausführungen Stellung zu nehmen. Täglich werden uns zum Teil sehr detailliert ausgearbeitete Vorschläge gesundheitspolitischen Inhalts unterbreitet. Weil der Bundesregierung der Dialog mit den Bürgerinnen und Bürgern äußerst wichtig ist, werden diese Vorschläge intensiv geprüft und fließen selbstverständlich in die politische Willensbildung ein.

Schuhknecht-Kantowski

Mit Schreiben (Rückschein) vom 01. Juli 2001 legte ich dem damaligen Bundeskanzler Gerhard Schröder meine 10 Thesen zur Depression vor. Das

vorstehende Antwortschreiben aus dem Bundeskanzleramt ist ein (ungekürztes) Drama, so beurteile ich es. Seitdem haben sich rechnerisch 66.000 Menschen allein in Deutschland aus depressiver Verzweiflung umgebracht: Schroders Leichenberg (Stand: Januar 2007), und die Glocken schweigen! Ein Dialog ist unmöglich.

**Sehr geehrter Herr Bundeskanzler,**

wenn mir jemand vor einem Jahr gesagt hätte: "Du wirst an den Bundeskanzler schreiben", hätte ich ihm geantwortet: "Du bist verrückt!"... Die Ursache der Depression kann nur von Medizinern und Ernährungswissenschaftlern (Hand in Hand) nachgewiesen werden. Wenn eine wissenschaftliche Studie aus dieser Sicht der Dinge vorliegt, wird die Behandlungsmethode der Depressiven auf ein erträgliches Maß reduziert und erspart der Gesellschaft Milliarden, - wichtiger, den Depressiven fürchterliche Qualen!

Ich fordere eine wissenschaftliche Studie (ohne Psychologie). Herr Bundeskanzler, ist meine Forderung sittenwidrig? Ich habe weit mehr als hundert Briefe an gesellschaftliche, politisch relevante Gruppen geschrieben. An meinen Schreiben scheint Lepra (Aussatz) zu kleben, keiner faßt sie an. Keiner bestätigt oder unterstützt mich, keiner widerlegt mich, ich habe in diesem Land Narrenfreiheit. Herr Bundeskanzler, Sie haben einen Eid abgelegt. Ich bitte Sie, sorgen Sie dafür, das meine 10 Thesen wissenschaftlich überprüft werden. Ich danke Ihnen.

**Bruno Rupkalwis**

#### **Anlage: 10 Thesen zur Depression von Bruno Rupkalwis, BHS a.D., Schenefeld, 29.03.2001**

1. Ausgelöst durch falsche oder einseitige Ernährung oder durch minderwertige Nahrungs-mittel, welche in ihren Grundsubstanzen verändert wurden, leiden Millionen Menschen in Deutschland unter Depressionen. Die sogenannte Volksseuche wird sich noch ausbreiten, wenn die Bevölkerung nicht ausreichend mit den Vitaminen des B-Komplexes versorgt wird.
2. Depressionen sind Symptome von Mangel-krankheiten. Der Körper erhält nicht genügend Substanzen (Vitamine, Mineralien, Spurenelemente) oder ist für deren Aufnahme durch eine körperliche Erkrankung (Schleimhaut, Magen, Darm) blockiert. Die Depression selbst ist keine Krankheit.
3. Der Depressive, wenn er im Geiste gesund ist, hat keine psychische (seelische) Krankheit. Das ist Unsinn. Depression zur psychischen Krankheit zu stempeln, ist Verdummung des Betroffenen.
4. Psychotherapie für depressive Menschen kommt Gehirnwäsche gleich. Der Depressive, solange er kritikfähig ist, glaubt anfangs nicht an diesen Unsinn. Der Glaube daran stellt sich erst nach einigen therapeutischen Sitzungen ein. Der Therapierte wird durch die Aufgabe seiner Kritikfähigkeit (Versenkung des Vertrauens) gegenüber dem Therapeuten abhängig.
5. Mediziner haben allgemein keine Ahnung von gesunder Ernährung. Depressive werden nicht nach Ernährung befragt und erhalten keine Hinweise auf fehlende Stoffe (Vitamine, Mineralien) in ihrem Körper. Zur Zeit machen einige Ärzte eine Zusatzqualifikation zum Ernährungsmediziner.
6. Depressionen als Symptome von Mangel-krankheiten verschwinden, wenn der Betroffene die entsprechenden Vitamine (z. B. Nicotinamid, Niacin) zu sich nimmt. Ein Gleichgewicht im Körper stellt sich bei entsprechender Nahrungsumstellung alsbald ein. Dieses muß Allgemeinwissen werden.
7. Vitamine sind segensreiche Nahrungsergän-zungsmittel, mit den neben Depressionen (als Symptom) viele andere Krankheiten geheilt, gelindert oder gebessert werden können. Den Medizinern fehlt die Kenntnis oder das Interesse darüber, sonst würden sie sie häufiger einsetzen.
8. An gesunder Ernährung der Bevölkerung und an der Verabreichung von Vitaminen und Mineralstoffen ist die Krankheitslobby nicht interessiert. An gesunden Menschen ist nichts zu verdienen. Volkswirtschaftlich betrachtet ist solche Einstellung ein Schaden.
9. In der Orthomolekularen Medizin werden Vitamine, Mineralien und Spurenelemente in höheren Dosen verabreicht. Der Erfolg bei der Behandlung von Depressionen wird heraus-gestellt. Die Hersteller mischen Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen andere Stoffe bei, um sie zu Medikamenten zu machen.
10. Psychologie ist Esoterik mit wissen-schaftlichem Anspruch. Solange nicht die Existenz einer einzigen Seele wissenschaftlich nachgewiesen wurde, behaupte ich dieses. Was nicht existiert, ist auch nicht behandelbar. Die Seele ist ein Phänomen der Religion und gehört alleine ihr. 1998 wurde ein Gesetz erlassen, welches die psychologischen Berufsbezeich-nungen unter Schutz stellt. Bald werden auch Astrologen und Hellseher diesen Anspruch erheben, die Verdummung der Bevölkerung findet auf diesen Gebieten schon statt.

Die Beweisführung meiner Thesen befindet sich in der Anlage. Da ich mich nur vier Monate mit diesem Thema befaßt habe, kann ich kein Wissenschaftler geworden sein. Mammon, Arroganz und Überheblichkeit dürfen in der Medizin keine Rolle spielen!

**Wer heilt hat recht!**

Fazit:

## Ein Unzufriedener ist kleinmütig, ein *Selbstzufriedener* ist dumm.

### Der Mensch ist eine Maschine

#### E-Mail:

Thema: **Der Mensch ist eine Maschine!**  
 Datum: 23.08.2006  
 Von: Bruno Rupkalwis  
 An: Dr.Schnitzer@t-online.de und Freunde

Kopie an: [spiegel-online@spiegel.de](mailto:spiegel-online@spiegel.de), [redaktion@focus.de](mailto:redaktion@focus.de),  
[presse@stern.de](mailto:presse@stern.de), [Info@bild.t-online.de](mailto:Info@bild.t-online.de), [redaktion@merkur.de](mailto:redaktion@merkur.de),  
[redaktion@sueddeutsche.de](mailto:redaktion@sueddeutsche.de), [chefred@taz.de](mailto:chefred@taz.de), [bunte@burda.com](mailto:bunte@burda.com),  
[diezeit@zeit.de](mailto:diezeit@zeit.de), [redaktion@shz.de](mailto:redaktion@shz.de), [redaktion@welt.de](mailto:redaktion@welt.de),  
[info@swr.de](mailto:info@swr.de), [info@journalmed.de](mailto:info@journalmed.de), [info@bistum-mainz.de](mailto:info@bistum-mainz.de),  
[gremien@ekd.de](mailto:gremien@ekd.de), [info@bundesvorstand.dgb.de](mailto:info@bundesvorstand.dgb.de), [info@attac.de](mailto:info@attac.de),  
[info@bdi-online.de](mailto:info@bdi-online.de), [info@perspektive-deutschland.de](mailto:info@perspektive-deutschland.de),  
[info@foodwatch.de](mailto:info@foodwatch.de), [info@buergerkonvent.de](mailto:info@buergerkonvent.de),  
[buergerservice@spdfraktion.de](mailto:buergerservice@spdfraktion.de), [redaktion@gruene.de](mailto:redaktion@gruene.de),  
[pressestelle@spd.de](mailto:pressestelle@spd.de), [info@cdu.de](mailto:info@cdu.de), [redaktion@linkspartei.de](mailto:redaktion@linkspartei.de),  
[pressestelle@fdp-bundestag.de](mailto:pressestelle@fdp-bundestag.de)

per Post: Frau Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel, Bundeskanzleramt,  
 Willy-Brandt-Str.1, 10557 Berlin

### Der Mensch ist eine Maschine!

Sehr geehrter Herr Dr. Schnitzer, liebe Freunde, hallo Tintenpisser,

ich habe mir Ihr Antwortschreiben vom 01. August 2006 nochmals aufmerksam durchgelesen. Ich stimme allen Ihren Punkten zu. Am besten gefiel mir: „Denn `Experten` wissen immer mehr von immer weniger, bis sie schließlich Alles von Nichts wissen. Dann sind sie `dumme Experten`, und mit solchen in der Medizin hatte ich mehr zu tun als mir recht war.“ Ihr Satz ist Weisheit, aber diese Stufe der menschlichen Entwicklung habe ich bisher nicht erreicht.

Konfuzius hat sein Leben eindeutig in kurzen Sätzen beschrieben, und seinen Lebensweg geht nach meinen Erkenntnissen jeder gescheite Mensch, deshalb wurde er (mit Laotse) zum Religionsstifter. Mit 60 Jahren konnte er aus den Äußerungen anderer Menschen ihr Wesen erkennen. Mit 70 Jahren endlich, war er soweit, daß seine Neigungen nicht mehr der Pflicht widersprachen. Konfuzius kommt völlig ohne Psychologie aus, und seine Lebensweisheit erreicht mit 70 Jahren die, die genau dem „kategorischen Imperativ“ entspricht. Ich denke, der große Immanuel Kant hat bei ihm abgeschrieben - Moral, die 2.500 Jahre alt ist. Die christlichen Kirchen ließen sich etwa um 1972 durch die *Pastoralpsychologie* unterwandern, ich halte diesen Zeitpunkt für den Beginn des „Untergangs des christlichen Abendlandes (Oswald Spengler)“. Der Rest ist auch hier eine Angelegenheit der Zeit, dennoch wünsche ich, daß es eine unerfüllte Prognose bleibt. Schau, schau: [www.psychotherapie.de](http://www.psychotherapie.de)

Sie stimmen mir zu: „Ohne Neurotransmitter ist Denken, Fühlen und Handeln nicht möglich!“ Es ist meine geistige Leistung. Ich habe den Satz so noch nirgendwo gelesen, aber die Zusammenhänge kann man mit ein bißchen kombinatorischer Begabung leicht aus wissenschaftlichen Büchern herauslesen. Die wichtigsten Neurotransmitter heißen Serotonin (Depressionen, Migräne), Dopamin (Parkinson), Noradrenalin (Herz und Blutfluß), Acetylcholin (Bewegung, Starre) und GABA (Merk-, Denkfähigkeit). Ärzte und Apotheker haben davon keine Ahnung - leider, das ließe sich nachweisen. Gestern lief im Fernsehen (FAKT) wieder eine Sendung über Arztpefusch, wie dämliche Ärzte massenweise Menschen in den vorzeitigen Tod ohne jegliche Ahnung befördern dürfen: „Wer seinem Arzt vertraut, koche besser seine Kartoffeln in Petroleum!“ Unwissende küssen den Medizinmännern und Psychopriestern die Füße, Wissende treten ihnen drauf. Die Weißkittelzunft wird immer gieriger und gieriger. Unsere Politiker sprechen nie darüber, wie man die Gesundheit der Bevölkerung verbessert, eher im Gegenteil, wie man noch mehr Geld in das System pumpen kann. Herr Dr. Schnitzer, Sie haben auf Ihren Internetseiten [www.doc-schnitzer.de](http://www.doc-schnitzer.de) völlig recht, wenn Sie von einem „kranken Gesundheitssystem“ sprechen. Wir haben aber ein „gesundes Krankheitssystem“ – verdrehte (psychologisierte) Welt. Trotzdem sei man (in der Zeit) auf ein gutes Ende bedacht, und Sie sind ein Meister, Ihre Quelle der Belehrung ist sicherlich noch nicht erschöpft. Ich werde weiterhin Ihre Kommentare mit Interesse lesen.

Neben den o.a. wichtigsten Neurotransmittern gibt es eine Anzahl weiterer, die die biologischen Abläufe im menschlichen Organismus (organische Kybernetik) steuern. Sie sind Antagonisten (Spieler und Gegenspieler) in einem Regelwerk mit festen Grenzen. Der menschliche Organismus ist gar nicht so kompliziert, wie er von den Medizinmännern dargestellt wird. Es war Norbert Wiener, der schon 1946 in seinem Werk „Kybernetik oder Regelung und Nachrichtenübertragung in Lebewesen und in der Maschine“, Gesichtspunkte für Probleme scheinbar heterogener Wissenschaften fand, z.B. für Technik, Medizin, Ökonomie, Soziologie und Psychologie. Deshalb ist „gesundes Futter“ fürs Gehirn (Ernährung, essentielle Nährstoffe; Pauling) die beste Medizin und Statistik die beste Psychologie, aber das wurde bisher vom „normalen“ Volke nicht durchschaut. „Die Anzahl der Dummen ist eine Konstante“, schreibt Carlo M. Cipollo, aber da bin ich mir nicht sicher. Sicher ist, daß die Zahl der Dummen stets unterschätzt wird – besonders bei Politikern, die meisten sind saudumm. Dafür könnte ich sogar den Beweis vor einem Gericht antreten.

Das für die Regelung wichtigste Prinzip ist die Rückkopplung (feed back), sie funktioniert mit absoluter Sicherheit auch im menschlichen Organismus. Die Teile eines organischen Regelkreises wirken so, daß eine Regelung ausgeführt wird, die die Stabilität (Gesundheit) des Systems (menschlicher Organismus) aufrechterhält. Die Überträgersubstanzen für die Nachrichten (Reize) sind die Neurotransmitter, wie es das Wort schon aussagt. Das beste Beispiel ist die Regulation des Blutzuckerspiegels, von dem die Medizinmänner mehr als keine Ahnung haben, das ich zur Erläuterung kurz heranziehe. Die Schilddrüse (Hormon Thyroxin) und die Bauchspeicheldrüse (Hormon Insulin, Glukagon) sind Gegenspieler, arbeitet der eine nicht ordnungsgemäß, funktioniert auch der andere bald nicht mehr. Versagt die Schilddrüse (z.B. Jodmangel, Operation), was vom Betroffenen selten bemerkt wird, wird die Bauchspeicheldrüse in Mitleidenschaft gezogen: Ein neuer Diabetiker - Melkkuh für die Krankheitsmafia - wurde (durch qualitative Mangelernährung) geschaffen! Die Gesunden zahlen immer und alles und überall - in die asozialistische Ausplünderung. Mit Solidarität hat unser „Gesundheitssystem“ so viel zu tun, wie Marx und Lenin in der Bank oder Sparkasse.

Diesen Umstand habe ich meiner Krankenversicherung mitgeteilt und angefragt, warum in den letzten 16 Jahren die Anzahl der Diabetiker von 3 auf fast 10 Millionen angestiegen ist. Ich bekam einen Anruf. Bei meiner Versicherung ist keiner dazu bereit, schriftlich zu antworten. An die Bundesärztekammer zu schreiben ist, als wenn in meiner Kreisstadt Pinnberg ein Besen umfällt oder man bei Ihnen am Bodensee einem Ochsen in die Hörner kneift. Dazu Kurt G. Blüchel: **Heilen verboten – töten erlaubt** (Seite 299): „30 Prozent aller Krankheitskosten sind ernährungsbedingt. Das sind jedes Jahr 100 Milliarden Euro. Doch das Ernährungsverhalten einer Gesellschaft zu ändern, dauert Generationen“, sagt Professor Klaus Pietrzik, Ernährungswissenschaftler an der Universität Bonn. Das, Herr Dr. Schnitzer, kann jeder auf Ihren Internetseiten nachlesen, und Sie kämpfen seit 40 Jahren. Welch ein Mensch sind Sie doch?

Eigentlich wollte ich Ihnen nur mitteilen, daß ich meinen „innerstaatlichen Rechtsweg“, auf den mich der Europäische Gerichtshof für Menschenrechte verwiesen hat, als 6. Kapitel in meine Seite [www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de) eingearbeitet habe. Es ist ein bißchen mehr geworden. Ich warte aber noch den Eingang des Rückscheins ab, mit dem ich den Heiligen Stuhl (Papst Benedikt XVI) über die Ursachen der Depressionen in Kenntnis gesetzt habe. Dann mit freundlichen Grüßen ins Internet. Für den Denkenden reicht es aus, wenn er auf Tatsachen hingewiesen wird. Ach ja: Papst Johannes-Paul II betete noch für mich, jedenfalls ließ er es mir aus dem Vatikan mitteilen. Ich freue mich auf den Papstbesuch, weil ich den Pfaffenspiegel (Otto von Corvin) gelesen habe. Er stand bis 1965 auf dem Index der katholischen Kirche. Welch ein Sünder bin ich doch?

Mit freundlichen Grüßen

Bruno Rupkalwis  
**Aktivkreis Depression**  
 Dahlienweg 17, 22869 Schenefeld  
 Telefon: 040 / 830 62 42  
 Internet: www.hirndefkte.de

PS: Meinen Glauben habe ich verloren, aber nur den an unsere Teurokratie. Angie (Merkel) ist wieder da – gut erholt, mit zupackenden Händen, die Melkmagd der Nation. Man erinnere sich: „Täglich gehen 1.000 sozialversicherungspflichtige Arbeitsplätze in Deutschland verloren.“ Oh Wunder! Ärzte und Psychologen sollen künftig selbst für Ihren Lebensunterhalt aufkommen - meine ich. Hätte ich gewußt, daß Günter Grass ein Hitlerjunge war, hätte ich ihn nicht um sein Wort gebeten. Vielleicht war er es, der meinen älteren Bruder vermöbelte, weil unser Vater meinen Bruder nicht zu den Hitlerjungen lies.

**(M | K) eine Meinung zu Frontal 21** (ZDF, 22.08.06): Wir haben in Deutschland doppelt so viele Ärzte, wie wir brauchen, sie schneiden, wie die Bekloppten und verschreiben Pillen, wie die Bescheuertten, und die „intelligenten“ Deutschen zahlen, zahlen, zahlen. Die Deutschen wurden krankgemacht - am Körper, im Geist und was am schlimmsten ist, auch an der Seele. In Holland bekommen die Ärzte eine fast doppelthohe Bezahlung, aber sie sind auch nur pro Kopf der Bevölkerung die Hälfte, und die Krankenkosten betragen auch nur die Hälfte. Holländische Apotheker füllen Pharmapillen einzeln in Schachteln ab, die von den Ärzten sparsam verschrieben werden. Es wurde tatsächlich im deutschen Fernsehen gezeigt. In Deutschland werden 100er-Packungen verabreicht, zum großen Teil für die Müllkippe. Apropos Kippe: *„Rauchen ist nicht so schädlich, wie das Einverleiben von Medikamenten. Raucher leben länger als Patienten, ist doch klar, denn sie sind noch nicht krank!“* In Japan schneiden die Apotheker die Pharmapillen einzeln von Filmstreifen ab, dort leben aber nur wenige Deutsche. Würden Blutdruck- oder Blutfettsenker den Blutdruck oder das Blutfett senken, brauchte man sie doch nicht in Massen immer und immer einzunehmen. Sind deutsche Patienten bescheuert?

Kostenersparnis im Gesundheitswesen bekommen unsere Politiker bei ihren Vorgesetzten, den Lobbyisten und Parteispendern, nimmer durchgesetzt. Meine Empfehlung: Man exportiere 80 % der deutschen Ärzte in den Kongo, dort werden sie zwar auch nicht gebraucht, aber wir wären sie los Das war keine Ironie - nur ein bißchen Grief.

Eine Kopie bekommt die Frau Dr. Merkel mit der Post. Sie freut sich sicherlich, weil sie schon so viele Briefe von mir bekommen hat. *„Sind Depressionen Symptome von Mangelkrankheiten (Industrieernährung) oder sind sie es nicht?“*, das ist die Frage, aus der alles andere hervorgeht. Eine Bundeskanzlerin muß diese Fragestellung nicht beantworten können, aber sie muß jemanden wissen, der es könnte. Sonst hat sie keine Führungsqualität: *„Frau Dr. Angela Merkel, Bundeskanzlerin, CDU, am besten, Sie ziehen Ihr Opernkleid an!“* Meine Fragestellung ist die erste intelligente des 21. Jahrhunderts, die bisher keiner beantworten konnte. So ist mein Land.

## **Fazit: Stillstand ist Rückschritt, Aufhören des Strebens geistiger Tod!**



**Konfuzius (Um 551 - 478 v. Chr.)** hat einen klaren Abriß seiner inneren Entwicklung gegeben: "Im Alter von 15 Jahren erwachte in mir das Interesse für die Wissenschaften. Mit 30 Jahren hatte sich mein Charakter im allgemeinen gefestigt. Mit 40 Jahren hatte ich Zweifel und innere Unsicherheit überwunden. Mit 50 Jahren hatte ich einen Einblick gewonnen in die ewigen Gesetze des Weltgeschehens. Mit 60 Jahren konnte ich aus den Äußerungen anderer Menschen ihr Wesen erkennen. Mit 70 Jahren endlich war ich soweit, daß meine Neigungen nicht mehr der Pflicht widersprachen."

**Schweigen ist eine passive Handlung!** Wenn ich bewußt zu einem Tatbestand schweige, der zum Tod eines anderen Menschen führt, begehe ich bewußt einen Mord. Es ist das "perfekte Verbrechen". Trifft das auf viele Menschen zu, ist es ein perfekter Massenmord. Ich habe Greise kennengelernt, die erst 30 Jahre alt waren - es waren Psychologen.

Vor 2000 Jahren klagte der Apostel Paulus: *"Wollen habe ich wohl, aber Vollbringen das Gute finde ich nicht!"* Wer kennt diesen Satz nicht? Und das ist es, was dem Urheber dieser Internetseite gelang! Es kommt nämlich darauf an, das als gut erkannte nicht nur zu wollen, sondern auch zu können. Der Rest ist eine Angelegenheit der Zeit.

Mit freundlichen Grüßen und  
bleibt gesund - ohne Pharmapillen

**Bruno Rupkalwis**, 07. August 2006

# Die Augen beizeiten öffnen

## Anhang A: Glossar

*Und der Geograph schlug sein Registrierbuch auf und spitzte seinen Bleistift. Zuerst notiert man die Erzählungen der Forscher mit Bleistift. Um sie mit Tinte aufzuschreiben, wartet man, bis der Forscher Beweise geliefert hat.*  
Aus "Der kleine Prinz" von Antoine de Saint-Exupéry

In diesem Kapitel sind alle Fachbegriffe alphabetisch aufgeführt, die im Zusammenhang mit Depressionen stehen. Jeder Begriff wird in wenigen Sätzen erklärt. Auf eine Seitenreferenz wurde verzichtet. Die *kursiv* aufgeführten Begriffe sind Querverweise innerhalb dieses Kapitels.

### Alkohol (Drogen)

Alkohol ist ein schlimmer Vitaminräuber. Der Genuß verbraucht viel *Pyridoxin*, das für die *Biosynthese* des *Serotonins* (Glückshormon) zwingend erforderlich ist. Alkohol greift an den *Synapsen* der Hirnzellen an. Dadurch wird der Rausch verursacht.

### Aminosäuren

Aminosäuren sind Stoffe, die primär die Peptide und Proteine (Eiweiße) bilden. Kurze (Aminosäure-) Ketten bezeichnet man als Peptide, lange als Proteine. Es gibt 20 Aminosäuren, davon sind 8 *essentiell*, d.h., wir müssen diese acht Aminosäuren mit der Nahrung aufnehmen. Bei Mangel an *Tryptophan* im Organismus, kann es zu einer Störung der Biosynthese des *Serotonins* kommen. Die Folge können Depressionen, Migräne und weitere Störungen im Kopf (Gehirn) sein.

### Antibabypille (Kontrazeption)

Die Antibabypille ist nachgewiesenermaßen *Pyridoxin*-Räuber. *Pyridoxin* ist für die *Biosynthese* des *Serotonins* zwingend erforderlich. Frauen, die die Pille einnehmen, sollten zusätzlich Vitamine des *B-Komplex* aufnehmen, sonst besteht die Gefahr für *Depressionen* und Verdauungsprobleme (Fettansatz). Hier ist die Ursache zu suchen, warum Frauen dreimal häufiger an Depressionen leiden als Männer.

### Avitaminose

Avitaminose ist die schwere Form des Vitaminmangels (leichte Form: *Hypovita-minose*), sie entsteht bei Fehl- oder Mangelernährung, bei Zerstörung der Darmflora (z.B. durch Medikamente, Antibiotika) oder bei Durchfällen. Avitaminose ist die Ursache von Mangelkrankheiten (z.B. Pellagra, Beriberi), zu deren erste Symptome die *Depressionen* gehören.

### B-Komplex

Die Vitamine des B-Komplex arbeiten z. T. im menschlichen Organismus zusammen. In der Nahrung findet man sie auch gemeinsam an, dennoch kann es zum Mangel (*Hypovita-minose*, *Avitaminose*) kommen. Diese Vitamingruppe wird auch als Nervenvitamine bezeichnet, weil sie unmittelbaren Einfluß auf das Nervensystem (ZNS) nimmt. Die B-Vitamine sind an vielen biosynthetischen Vorgängen beteiligt, so z.B. an der Blutbildung und der Zellteilung.

Der B-Komplex umfaßt: Thiamin, Riboflavin, Niacin (Nicotinamidsäure), Pantothersäure, *Pyridoxin*, Folsäure, Cobalamin sowie Biotin.

### Biosynthese

Als Biosynthese bezeichnet man den Aufbau von organischen Verbindungen durch lebende Zellen zu Aufrechterhaltung der physiologischen Funktionen des Gesamtorganismus (*Metabolismus*).

### Beriberi

Beriberi ist die klassische *Avitaminose* des Thiamins (Vitamin B1). Dabei kommt es auch zu Mangel an anderen B-Vitaminen. Die Beriberi tritt in den Industrieländern nur selten auf, jedoch sind ihre Symptome weiterhin vorhanden. Mit ihr gehen kardiovaskuläre (Herz und Blutgefäße betreffend) und neurologische (Nervensystem u. Muskulatur) Störungen einher. Ein Symptom der Beriberi ist die *Depression*.

### Decarboxylierung

Decarboxylierung ist der biochemische Vorgang (*Biosynthese*) mit Kohlendioxidabspaltung aus einer Carbonsäure (Kohlenstoffsäure), die in die nächst niedrigere C-Zahl übergeht. Biogene Amine (z.B. Serotonin) entstehen durch D. von *Aminosäuren*. *Tryptophan* ist für die Biosynthese des *Serotonins* Vorstufe. Bei Mangel an Serotonin (Glückshormon) in den *Synapsen* der Hirnzellen kommt es zu *Depressionen*.

### Dendriten

Als *Malnutrition* bezeichnet man Fehl- oder *Mangelernährung* (Hypo-, Avitaminose) und (qualitativen) Eiweißmangel. Eiweiße (Proteine) werden durch Verdauung (in Peptide und *Aminosäuren*) aufgespalten und mit dem Blut in die Organe transportiert. In den Zellen der Organe werden die Bestandteile wieder zu körpereigenen Eiweißen (Peptide, Proteine) synthetisiert.

### Migräne

Migräne scheint eine typische (chronische) Ernährungsstörung zu sein, weil sie schubweise auftritt. Ich habe sie in diese Erläuterungen aufgenommen, weil sie der *Depression* verwandt ist. Soviel ist gesichert: Migräne wird von vegetativen Symptomen begleitet, denn Übelkeit, Erbrechen, Licht- und Lärmscheu gehen einher. Das können Auswirkungen der *Neurotransmitterfunktionen* sein. Sie wird mit Entzündung in den Arterien der Hirnhaut erklärt. *Serotonin* hat Einfluß auf die Blutgefäße (Konstriktion, Dilatation), das ist gesichert. Medikamente, mit denen Migräne behandelt wird, haben *Serotonin*-ähnlichen Charakter. Hier besteht Forschungsbedarf und Aufklärung über gesunde Ernährung.

### Neuronen (Hirnzellen)

Neuronen sind Nervenzellen (Hirnzellen) mit allen Fortsätzen (*Dendriten*, Axone, *Synapsen*). In ihrer Gesamtheit bilden sie das ZNS (Gehirn, Rückenmark) und die Nervenbahnen. Die Verbindungsstellen der Neuronen untereinander sind die *Synapsen* mit Rezeptoren in der Nachbarzelle. Bei Mangel an *Serotonin* in den Synapsen kommt es zu *Depressionen*.

### Neurotransmitter (Überträgersubstanzen)

Neurotransmitter sind kleine, diffundierbare Moleküle, die in Vesikeln (Bläschen) des präsynaptischen Nervenendes (*Synapse*) gespeichert sind, durch ein Aktionspotential freigesetzt werden und in ZNS (Zentralnervensystem) sowie peripherem Nervensystem die Erregungsweiterleitung bewirken. Nach Bindung an spezifische Rezeptoren der postsynaptischen Membran kommt es infolge Permeabilitäts- (Durchlässigkeit) und Potentialänderung zu De- oder Hyperpolarisation. Inaktivierung: enzymatisch (Monoaminoxidase) oder durch Wiederaufnahme in das präsynaptische Nervenende. Einteilung nach chemischer Struktur in: Amine (Acetylcholin, Adrenalin, Noradrenalin, *Dopamin*, *Serotonin*, Histamin, *Aminosäuren* [Aspartat, Glutamat, Glycin, GABA (Buttersäure)], Nukleotid [ATP (Phosphat, beeinflusst Muskeln, Atmung)] u. Peptide. Serotoninwiederaufnahmehemmer, Monoaminoxidasehemmer werden als Antidepressiva eingesetzt. Sie verzögern den Abbau.

*Die Neurotransmitter steuern mentale Vorgänge (Hunger, Satttheit, Müdigkeit usw.) Melatonin geht aus dem Serotonin hervor und wird nur im Schlaf erzeugt. Mangel an Neurotransmitter erzeugt mit Sicherheit Depressionen und Migräne, das ist heute, nach 40 Jahren medizinischer Diskussion, gesichert. Die Biochemiker wußten es schon damals, es steht in alten Lexika aus den 1960er Jahren. Es herrschte bisher tödliches Schweigen!*

### Pellagra

Pellagra ist die klassische *Avitaminose* des Nicotinsäureamids (Vitamin B3). Bei ihr sind mehrere *Vitamine* des *B-Komplexes* aus dem Ruder gelaufen. Die Pellagra wird auch als 3D-Krankheit bezeichnet. Die drei "Ds" stehen für Dermatitis (Haut), Diarrhö (Durchfall) und Demenz. Zur Demenz ist keine Erläuterung nötig. In *alten* med. Büchern (Gesundheitsbrockhaus aus 1960er Jahre) sind noch die "psychischen Symptome" als Mangelerscheinung beschrieben, in neuen nicht mehr. Wird hier etwas ausgemerzt?

Man staune: "Symptome der P. treten an Haut, Magen, Darm und Nervensystem auf, wobei einzelne Komponenten verschiednen stark im Vordergrund stehen können. Charakteristisch ist bes. die Pellagradermatitis mit Bevorzugung der dem Licht ausgesetzten Körperpartien. Die Magen-Darm-Symptome gehen den Hautveränderungen voraus mit Durchfällen und Beschwerden im Sinn einer akuten Magenschleimhautentzündung, der Appetit bleibt jedoch erhalten. Entzündung der Mundschleimhaut, verbunden mit einer hochroten ödematösen, rissigen, schließlich auch geschwürig veränderten Zungenschleimhaut, und Zahnfleischentzündungen treten später hinzu. *Psychische Störungen sind Reizbarkeit, Schlafstörungen und Angstvorstellungen, später seelische Verstimmung, Depressionen bis zu schweren Verwirrheitszuständen mit Halluzinationen und Demenz. Unbehandelt führt P. zum Tode.*" Zitatende.

### Psychopriester

Psychopriester sind diejenigen Psychologen, die mit ihrem dummen Geschwätz (depressivkranke) Menschen auf einen Irrweg schicken und ihnen bösen Schaden zufügen. Da Psychotherapie meist Einzelbehandlung ist, gibt

Dendriten sind kurze, zellleibnah verzweigte Fortsätze einer Nervenzelle (Neuron). Ein *Neuron* hat viele Dendriten. Durch die Dendriten werden die (elektrischen) Reize (im Gehirn) geleitet. Die Reize enden in stempelförmigen Verdickungen, den *Synapsen*, die die Verbindungsstelle zur Nachbarzelle sind. Die Neurotransmitter (z.B. *Serotonin*) übertragen die Reize über den synaptischen Spalt an Rezeptoren. Durch diese (elektrischen) Spannungsgefälle wird das Denken überhaupt erst möglich.

### Depressionen

Depressionen sind Symptome von *Mangelkrankheiten*, sie entstehen aufgrund von *Serotoninmangel* in den *Synapsen der Neuronen (Hirnzellen)*. Durch diesen Mangel können die (elektrischen) Impulse nicht ordnungsgemäß von (Hirn-) Zelle zu Zelle übertragen werden. Wer übermäßig Alkohol konsumiert, sollte zum Ausgleich (Vorbeugung) Vitamine des B-Komplexes einnehmen.

### Drogen

Alle (harten) Drogen sind Vitaminkiller. Überdies greifen sie direkt an den *Synapsen* der Hirnzellen an und verursachen die mannigfaltigsten Wirkungen, von der Euphorie bis zur *Depression*. Sucht entsteht in den Synapsen! Cannabis (Hasch) ist nicht harmlos, es ist häufig Auslöser von Depressionen.

### Essentielle Stoffe

Als *essentielle Stoffe* werden die Substanzen bezeichnet, die der menschliche Organismus mit der Ernährung (Stoffwechsel, *Metabolismus*) aufnehmen muß. Diese Stoffe sind Elemente (Mineralien, Spurenelemente), *Vitamine*, *Aminosäuren* und eine essentielle Fettsäure (Linolensäure). Der Mensch benötigt zum Gesundbleiben täglich 24 Elemente, 13 Vitamine, 8 Aminosäuren und die Linolensäure. Das ist der heutige Stand. Fehlt auch nur ein einzelner Stoff (für einen Zeitraum), wird der Mensch krank. Die entstehenden Krankheiten heißen *Mangelerscheinungen* und ihre Symptome können an allen Organen auftreten. Mangelerscheinungen am Gehirn sind *Depressionen*, Migräne (Serotonin), Demenz (Nicotinamid-säure), Parkinson (*Tyrosin* u. *Pyridoxin*). Dieses Wissen ist bisher noch nicht tief genug ins Bewußtsein der Menschen eingedrungen.

### Hunger und Satttheit

Ein ausgeglichener *Serotoninspiegel* im menschlichen Organismus verhindert *Depressionen*. Serotonin hat weitere (mentale) Bedeutung: So steuert es das *Hunger- und Satttheitsgefühl* und sorgt dafür, daß sich unsere Blutgefäße (Hohlorgane) bei Bedarf ausdehnen oder zusammenziehen. Bei Mangelernährung, d.h., der Nahrung fehlen *essentielle Stoffe*, können Menschen fett (*Adipositas*) werden. Es klingt paradox, aber fette Menschen sind mangelernährt, denn die essentiellen Stoffe greifen in den Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel unmittelbar ein. Hier besteht Forschungs- und Aufklärungsbedarf.

### Hydroxylierung

Hydroxylierung ist der biochemische Vorgang (*Biosynthese*) zur Einführung einer oder mehrerer OH-Gruppen (Sauer-, Wasserstoff) in eine organische Verbindung. Dies geschieht enzymatisch (Coenzyme, *Vitamine*) durch Oxidoreduktasen (erste Hauptklasse Enzyme) in der Biotransformation (z.B. *Metabolismus* in der Leber; Entgiftungen). Das *Pyridoxin* ist das wichtigste gruppenübertragende Coenzym des *Aminosäuren-stoffwechsels*.

### Hypovitaminose

Hypovitaminosen sind durch Vitaminmangel entstandene Krankheitszustände leichter Art. Sie können an allen Organen auftreten. Sie sind meist durch Zufuhr des entsprechenden Vitamins völlig rückbildungsfähig. Eine Hypovitaminose äußert sich z.B. in allgem. Unwohlsein, Müdigkeit, Anfälligkeit gegen Infekten, Stimmungsschwankungen (Depressionen) usw..

### Kopfkrankheiten

Kopfkrankheiten, um es einfach auszudrücken, sind *Depressionen*, *Migräne* und Angst-zustände, aber auch Plagen wie Demenz (Alzheimer) und Parkinson und letztendlich Schizophrenie. Diese Krankheiten werden mit (chemischen) Medikamenten behandelt, die in ihrer Struktur Ähnlichkeiten mit den natürlichen (körpereigenen) Stoffen haben, die diese Krankheiten vermeiden. Depressivkranken Menschen fehlt *Serotonin*, Demenzkranken Nicotinsäureamid (*Pellagra*, die 3D-Krankheit; Dermatitis, Diarrhö und Demenz), Parkinson-kranken Dopamin. Mit *essentiellen Stoffen* kranke Menschen zu behandeln, zahlt sich nicht inbarer Münze aus. Die "Orthomolekulare Medizin" ist ein erster Ansatz.

### Mangelkrankheiten

Der Begriff *Mangelkrankheit* wird in medizinischen Büchern kaum erwähnt. Es ist, als ob man sie nicht wahrhaben will. Mangelkrankheiten entstehen aufgrund Mangels an *essentiellen Stoffen* (Vitamine, Mineralien, Aminosäuren). Es sind die heutigen Zivilisationskrankheiten (Werner Kollath). Als Grundkrankheiten gibt es Anämien (z.B. Cobalamin-, Folsäureanämie), *Beriberi*, *Pellagra*, Rachitis, Skorbut, Xerophthalmie und

es keine Zeugen, auf die ein Psycho-Geschädigter zurückgreifen könnte. *Psychologie ist keine Wissenschaft*, das haben Philosophen (Jaspers, Popper) vergeblich auszüräumen versucht. "**Wer nicht an Psychologie glaubt, kann auch nicht psychisch krank werden**", das wiederum ist einfachste Logik, von der die meisten Menschen leider keine Ahnung haben.

### Pyridoxin (Vitamin B6)

Pyridoxin (essentiell) ist ein wasserlösliches *Vitamin*, das mit der Nahrung aufgenommen werden muß. Als Pyridoxalphosphat (PALP) ist es wichtigstes Coenzym bei der *Decarboxylierung* des *Aminosäuren-stoffwechsels*. Die Aufnahme von Pyridoxin ist bei jungen Menschen (und *Alkohol-kranken*) oft unzureichend. Die *Antibabypille* ist ein Pyridoxinräuber. Ausreichende Versorgung des Organismus ist Voraussetzung für die *Biosynthese* des *Serotonins*. **Pyridoxin gehört für alle Bevölkerungsschichten zu den kritischen Nährstoffen**. Hier liegt ein Grund für die vielen "psychosomatischen" Krankheiten.

### Serotonin (5-HT; syn.: Glückshormon, Neurotransmitter)

Serotonin ist ein biogenes Amin, d.h., es entsteht biochemisch aus einer *Aminosäure*, dem *Tryptophan*. Zuerst erfolgt *Hydroxylierung* und anschl. *Decarboxylierung*. Pyridoxin ist als Coenzym beteiligt, es wirkt biochem. wie ein Katalysator und beschleunigt den Prozeß um Potenzen. Serotonin hat viele Wirkungen: Konstriktion (zusammenziehen) und Dilatation (erweitern) von Hohlorganen (z.B. Blutgefäße, Muskulatur, Lunge, Nieren, Herz, Magen-Darm-Trakt). Im Zentral-Nerven-System (ZNS) nimmt es Einfluß auf mentale Vorgänge, wie Stimmung, Schlaf-Wach-Rhythmus, Nahrungsaufnahme, Schmerz Wahrnehmung u. Körpertemperatur. Mangel an Serotonin in den *Synapsen* der Hirnzellen ist der krankhafte Faktor der *Depressionen*.

### Steinläus

Die Steinläus (*Petrophaga lorioti*, Pschyrembel) hat sich endogen zur Bekämpfung von psychosomatischen Krankheiten bewährt. Eine kleine Anzahl muß geschluckt werden. Im Bauch greift *Petrophaga l.* die kranke Psyche an und vermehrt sich wie ein Spaltpilz. Die Psyche ist Nährboden für dieses Nutztier. Entdecker des Phänomäns ist Charles Bukowski: "*Der Mensch kommt als Genie zur Welt und verläßt sie als Bekloppter*", wenn er nicht ausreichend Steinläuse im Bauch hat.

### Synapsen (Entstehungsort der Depressionen)

Synapsen sind die Umschaltstellen für Erregungsübertragungen von einem *Neuron* (Hirnzelle) auf ein anderes oder auf das Erfolgsorgan (z.B. Muskelzelle). Synapsen gehen neue Verbindungen ein oder verschwinden wieder (Hirnstoffwechsel und Hirntätigkeit).

Die Erregungsübertragung erfolgt biochemisch mit Hilfe von Überträgersubstanzen, den *Neurotransmittern*. Die Synapsen sind Wirkorte der meisten Psychopharmaka, die die Neurotransmitter mannigfaltig (in Hemmung oder Verstärkung) beeinflussen.

Drogen (Alkohol, Cannabis usw.) greifen an den Synapsen an. Rausch, Euphorie oder *Depression*, als mentale Vorgänge, laufen über die Synapsen.

**Das vorstehende Wissen ist etwa 40 Jahre alt, deshalb erhebe ich keinen Anspruch auf Urheberschaft. Genau so lange diskutiert die Medizin darüber, ob Depressionen an dieser Stelle entstehen. Es ist so! Die Medizin gibt es (nach und nach) als gesichert bekannt.**

### Tryptophan (Trp)

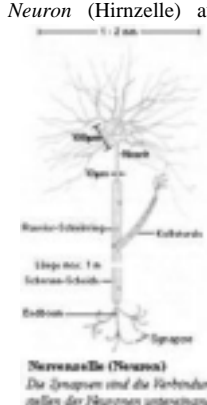
Tryptophan ist eine essentielle *Aminosäure*, d.h., sie muß mit der Nahrung aufgenommen werden. Sie ist Ausgangssubstanz für die *Biosynthese* von *Serotonin*, Melatonin und Nicotinsäure (Vitamin B3). *Pyridoxin* und Tryptophan erzeugen Serotonin, beides ist zwingend erforderlich, sonst bekommt der Mensch *Depressionen*. Chemisch hergestelltes Tryptophan wird als Antidepressivum und Schlafmittel (Melatonin-Ersatz) eingesetzt, was verständlich ist.

### Tyrosin

Tyrosin ist eine nicht-essentielle *Aminosäure*. Sie wurde deshalb hier aufgeführt, weil sie Ausgangssubstanz für "Dopamin (DOPA) und Noradrenalin" ist. Für die Biosynthese (Katalyse) dieser beiden *Neurotransmitter* ist wiederum *Pyridoxin* zwingend erforderlich. Mangel an Neurotransmittern dieser Art läßt *Kopfkrankheiten* entstehen.

### Vegetarismus

Bei Vegetariern, wenn sie sich zusätzlich eiweißarm ernähren, besteht immer die Gefahr für *Depressionen*. Die Länge des menschlichen Verdauungssystems (Magen-Darm-Trakt) liegt proportional zwischen dem eines Kaninchens (Pflanzenfresser) und dem eines Löwen (Fleischfresser).



wenige andere. Die Mangelkrankheiten treten in den Industrieländern kaum noch voll ausgeprägt auf, wenn aber, dann sind sie "todbringende Geister", denn ihre Symptome, die verschieden stark im Vordergrund stehen können, bilden wohl 80% aller medizinisch diagnostizierten Krankheiten.

#### **Metabolismus** (Stoffwechsel)

Der Stoffwechsel ist die Gesamtheit aller lebensnotwendigen chemischen Reaktionen im Organismus. Die Bestandteile der aufgenommenen Nahrungsmittel werden entweder resorbiert (Umbau in körpereigene Substanzen) oder zur Produktion von Energie für Lebensvorgänge abgebaut. Viele Reaktionen des Stoffwechsels verlaufen in Zyklen (z.B. Zitronensäure-, Harnstoffzyklus) und spielen sich auf verschiedenen Ebenen ab. Der ständig stattfindende Abbau- und Resynthesprozeß wird **Stoffumsatz** genannt.

Als *Maldigestion* bezeichnet man eine Störung der Verdauung im Magen oder Darmbereich infolge mangelnder Andauung (Bauchspeicheldrüse, Galle) oder Aufspaltung der Nahrung. *Essentielle Stoffe* können dadurch ihre Wirkung verlieren.

#### **Fortsetzung**

Darüber sollte man bei seiner Ernährung nachdenken.

#### **Vitamine**

Vitamine sind organische Verbindungen, die der Organismus für lebenswichtige Funktionen benötigt, die er aber nicht oder nicht ausreichend selbst biosynth. herstellen kann. Deshalb müssen sie regelmäßig mit der Nahrung zugeführt werden. Man unterscheidet wasserlösliche (B, C) und fettlösliche (die übrigen) Vitamine. Fehlt auch nur ein einziges Vitamin im Organismus (*Metabolismus*), wird der Mensch krank. Bei Mangel an *Pyridoxin*(B6) im Organismus können *Depressionen* (als Symptom) entstehen.

## Anhang B: Links zum Thema

Lesen macht nicht dumm! Wenn Sie sich mit einem (Buch-) Autor unterhalten, sprechen Sie meist mit einem intelligenten Menschen. Für die auf dieser Seite angebrachten Links weisen wir **ausdrücklich** darauf hin, daß wir keinerlei Einfluß auf Gestaltung und Inhalt haben - weil's die Gerichte so wollen. Aber wir haben eine eigene Meinung, die **wir** vertreten, und wer Menschen hilft, kann mit unserer Unterstützung rechnen.

Weitere (umfangreiche) Informationen des Autors: [members.aol.com/brpaktiv](http://members.aol.com/brpaktiv)

### Informationen von anderen Personen:

#### Peter Lehmann:

- **Psychopharmaka absetzen.** Erfolgreiches Absetzen von Neuroleptika, Antidepressiva, Lithium, Carbamazepin und Tranquilizern. Das weltweit erste Buch zum Thema "Erfolgreiches Absetzen" von Psychopharmaka mit Erfahrungsberichten Betroffener.

#### Hans-Heinrich Jörgensen - Heilpraktiker

Vizepräsident des Biochemischen Bundes Deutschland

- **Depressionen - die erfundene Diagnose** Seit der zufälligen Entdeckung antidepressiv wirkender Medikamente in den fünfziger Jahren nehmen Depressionen als diagnostizierte Krankheit immer mehr zu. Das wirft die Frage auf, ob die Krankheit gar nicht zunimmt, sondern nur vermehrt diagnostiziert wird - weil es gilt, Absatzmärkte zu schaffen. Oder aber erzeugt die Arznei gar die Krankheit, statt sie zu bekämpfen?
- **Psychotherapie und Wirklichkeit** Die Psychologie, die Lehre von den normalen seelischen Verhaltensweisen, hat sich zunehmend zur Hilfswissenschaft der Psychiatrie und der Psychotherapie entwickelt. Diese wiederum erklären immer mehr normale Verhaltensweisen zu pathologischen und schaffen sich damit ein Arbeitsfeld, das sich beängstigend und bedenklich ausweitet. Als Echo darauf zeigt sich eine zunehmende Tendenz zu Zweifeln und zur Kritik. Diese Kritik zu artikulieren, bringt einen in die gefährliche Nähe des Lynchmordes. Ich will es trotzdem versuchen:

#### Dr. Johann Georg Schnitzer

Vorkämpfer für gesunde Ernährung

- **Gesundheitspolitiker aller politischen Farben** haben in verdächtiger Einigkeit beschlossen, mit einer weiteren "Gesundheitsreform" noch mehr von Ihrem hart verdienten Einkommen aus Ihnen herauszupressen, um jenen Moloch zu füttern, der sich "Gesundheitswesen" nennt, aber von den Krankheiten der Bevölkerung lebt - je kränker desto besser. Und schon wird das übernächste Ziel anvisiert: Eine hohe "Kopfpauschale" für alle Bürger.

#### Dr. Thilo Bode

foodwatch - schlucken Sie nicht alles!

- **Blechen für die Konzerne?** Entwurf für Gentechnik-Gesetz gegen Verbraucherinteressen! Ob Gentechnik auf ihren Teller kommt oder nicht, sollen alle Bürgerinnen und Bürger selbst entscheiden dürfen, findet foodwatch. Deshalb ist die eindeutige Kennzeichnung so wichtig. Und wer Gentechnik in der Landwirtschaft einsetzen will, soll für sämtliche Folgen und deren Kosten gerade stehen. Deshalb ist die Regelung der Haftung nach dem Verursacherprinzip so wichtig. Doch was macht der aktuelle Gesetzesentwurf?

#### Wer heilt hat recht!

## Anhang C: Dokumentation auf CD-ROM

Liebe Freunde, Frauen und Männer!

**Lesen macht nicht dumm! Wenn Sie sich mit einem (Buch-) Autor unterhalten, sprechen Sie meist mit einem intelligenten Menschen. Wir weisen darauf hin, daß wir keinerlei Einfluß auf den Inhalt des 2. Teils der Dokumentation genommen haben. Wir haben eine eigene Meinung (1. Teil), die wir vertreten und verbreiten, und wer Menschen hilft, kann mit unserer Unterstützung rechnen.**



**Dokumentation auf CD-ROM** im PDF-Format, Dateigröße > 10MB.  
Die Dokumentation besteht aus zwei Teilen und hat einen Umfang von mehr als 600 Seiten.

### Depression -

Teil 1: Der stille Schrei  
Teil 2: Die grenzenlose Dummheit

Auf dieser CD-ROM finden Sie unsere vierjährige Arbeit (Recherche) zum Thema Volkskrankheit Depression, die keiner zum Thema machen will. Depressivkranke Menschen werden mit psychologischen Methoden auf einen Irrweg geschickt. „*Sind Depressionen Symptome von (qualitativer) Mangelernäh-rung oder sind sie es nicht?*“, das ist die Frage,

aus der alles andere hervorgeht. In Deutschland ist keiner bereit, die Fragestellung anzunehmen und zu beantworten. Deshalb geht das sinnlose Leiden und Sterben der Depressiven weiter. Jede vom *Aktivkreis Depression* ausgehändigte CD-ROM erhält eine laufende Numerierung mit einer Unterschrift. Die CD-ROM darf frei kopiert und verbreitet werden, jedoch nicht für kommerzielle Zwecke. Es ist ausdrücklich erwünscht. Wissen ist nicht nur Macht und Reichtum, Wissen ist auch Gesundheit und Lebensglück! Wir danken den Autoren für Ihre Beiträge, die wir im 2. Teil der Dokumentation als *Literaturverzeichnis* aufgenommen haben. Jeder Einzelne von ihnen trägt zur Aufklärung und Aufdeckung eines Übels bei, hat folglich sein Bestes gegeben, und zwölf kleine Schritte sind summiert ein Riesen(fort)schritt.

Die CD können Sie per E-Mail oder Postweg anfordern. Wir benötigen dafür Ihre Postadresse. Für Kopierkosten und Versand bitten wir um Erstattung der Unkosten in Höhe von 5,00 Euro. Den Betrag brauchen Sie erst zu überweisen, wenn Sie die CD erhalten haben. Dann geben wir Ihnen auch die Kontonummer bekannt.

### Wer heilt hat recht!

**Aktivkreis Depression**  
Bruno Rupkalwis, Sprecher  
Dahlieweg 17, 22869 Schenefeld

## Anhang D: Impressum und Verteiler

### Impressum

Herausgeber: **Aktivkreis Depression**  
 Bruno Rupkalwis (verantwortlich)  
 Dahlienweg 17, D-22869 Schenefeld  
 Tel.+Fax 040 - 830 62 42  
 e-mail: [BrunoRupkalwis@aol.com](mailto:BrunoRupkalwis@aol.com)  
 homepage: [members.aol.com/brpaktiv](http://members.aol.com/brpaktiv)  
[www.hirndefekte.de](http://www.hirndefekte.de)

*In Deutschland leiden 4 Millionen Menschen an Depressionen. 100.000 davon versuchen sich jährlich das Leben zu nehmen. 12.000 haben Erfolg! Keiner soll später behaupten, er habe nichts gewußt: "Auch Schweigen kann töten!"*

### Download als Pdf-Dateien:

Eine Zusammenstellung aller Seiten (1,6 MB, 96 Seiten): [Volkskrankheit Depression](#)

Beschwerde Menschenrechtsverletzung (1,7 MB, 119 Seiten): [Rupkalwis ./ DEUTSCHLAND](#)

**Meine Dokumentation (*Depression - der stille Schrei*) liegt seit 11. Dezember 2004 der WHO und dem Vatikan vor. Man ist dort nicht dazu bereit, den Eingang zu bestätigen. Meine Frage: "Wann haben Medizinmänner oder (Psycho-) Priester letztmals Verantwortung für Menschen übernommen?" Anständige Ärzte scheinen ausgestorben - wie Dinosaurier. Wer heilt hat recht!**

### Verteiler

Gedruckte Version dieser Internetseiten haben auf dem Postwege erhalten:

- **Horst Köhler**, Bundespräsident,
- **Wolfgang Thierse**, Bundestagspräsident,
- das Bundeskanzleramt,
  
- **Prof. Hans-Jürgen Papier**, Präsident beim Bundes-verfassungsgericht,
- **Stefan Aust**, Chefredakteur des Nachrichten-magazins DER SPIEGEL,
- **Kai Diekmann**, Chefredakteur u. Herausgeber BILD,
  
- **Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe**, Präsident der Bundesärztekammer,
- **Prof. Dr. Ulrich Hegerl**, Sprecher Kompetenznetz Depression,
- **Prof. Dr. Dr. Karl Kardinal Lehmann**, katholische Kirche,
- **Bischof Dr. Wolfgang Huber**, Präses des Rats der EKD,
- **Dr. Paul Spiegel** +, Präsident des Zentralrats der Juden in Deutschland.

## **Gott will, daß die Menschen gesund sind! Die Kirchenfürsten wollen es nicht, sie verletzen die Gebote Gottes. Ratzinger, Lehmann, Meißner, Huber, Kock, Wartenberg-Potter, Maria Jepsen und wie sie alle heißen, sind Knechte des "goldenen Kalbs" (Kapitals). Welcher dieser Pfaffen wagt es, zu widersprechen?**

### **1. Einleitung (krankes Wissen)**

#### 1.1 [Periodensystem der Elemente](#)

#### 1.2 [Referenzbereiche der Blutanalyse](#)

Es gibt unendlich viele Krankheiten, vom Fußpilz, über Bauchdeckenfisteln bis zu Hirnabszessen. Keine Stelle des menschlichen Körpers, kein Organ, kein Knochen oder Muskel bleibt vor krankhafter Quälerei verschont. Doch was sind Krankheiten? Sie sind Alarmsignale, die den menschlichen Geist veranlassen sollen, etwas zu unternehmen. Meistens besteht dann das Unternehmen darin, daß ein Arzt aufgesucht und Pillen geschluckt werden.

Unsere Ärzte mißachten die Erkenntnisse aus mehr als vierzig Jahren Forschung in der Biochemie. Sie werden bewußt oder unbewußt nicht genügend auf diesem Gebiet ausgebildet. Jedenfalls hatten die von uns getesteten Ärzte keine Ahnung, und es war eine große Anzahl. Es ist nach wie vor so, daß durch die Selbstheilungskräfte des menschlichen Organismus die meisten Krankheiten von selbst wieder verschwinden und man sie nach kurzer Zeit vergessen hat. Nicht jede Erkrankung benötigt einen Arzt.

Heute ist der Gang zum Arzt zur Routine geworden, denn hauptsächlich wird er zum Krankschreiben gebraucht. Unsere Gesellschaft hat den Ärzten zuviel Spielraum eingeräumt, und es ist tatsächlich so, sie spielen mit unserem Leben. Das gesamte Krankensystem ist auf Gewinnmaximierung und Macht aufgebaut. Die Gewinne verschwinden in den Taschen der Mächtigen dieses Systems, die Allgemeinheit bezahlt dafür jeden Preis, und das System wird immer gieriger. Der einzelne Mensch hat keinerlei Einflußmöglichkeiten, ob er es für richtig hält oder nicht, daß 80jährige oder noch ältere Menschen nach Schlaganfall oder Herzinfarkt ins Leben zurückgeholt werden. Sie werden an Maschinen und Schläuche angeschlossen, koste es was es wolle. In Würde sterben, sterben im Kreise seiner Lieben, gehört heute der Vergangenheit an.

Der Sinn dieser Arbeit ist, neues Denken in einen verkrusteten Apparat zu bringen. Wir können heute mit Fug und Recht vom *medizinisch-industriellen Komplex* sprechen, der eine Eigendynamik entwickelt hat, die vielleicht nicht mehr aufzuhalten ist. Fast 300 Milliarden Euro jährlich verschlingt der Molloch allein in Deutschland. Da werden Kommissionen eingesetzt, die ausbaldowern, wie noch mehr Geld in das System gepumpt werden kann:

Schulmedizin - nein danke!

Die *Naturheilkunde* wird immer mehr an die Wand gedrückt. Deren Vertreter sind meistens Heilpraktiker, die oft besser ausgebildet sind als Schulmediziner. Unter Einsatz der natürlichen Umwelt entnommener und naturbelassener Heilmittel wird Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten durchgeführt. Sie führen auch Behandlungen mit psychischen Reizen, wie Licht, Luft, Wärme oder Kälte, Bewegung oder Ruhe durch und bieten spezielle Ernährungsformen, pflanzliche und natürliche Arzneistoffe an. Heilpraktiker behandeln oft mit Nahrungsergänzungstoffen (Vitamine usw.) und bewegen sich damit am Rande der Legalität. Nahrungsergänzungstoffe unterliegen dem Nahrungsmittelgesetz. Ein guter Heilpraktiker wird seinem Patienten niemals eine *psychosomatische Krankheit* einreden.

Die Behandlung und Vorbeugung von Krankheiten und Befindungsstörungen durch Pflanzen, Pflanzenteile und deren Zubereitungen nennt man *Phytotherapie*. Phytopharmaka bilden als Mehr- u. Vielstoffgemische eine wirksame Einheit und müssen die Anforderungen des Arzneimittelgesetzes hinsichtlich Qualität, Wirksamkeit und Unbedenklichkeit erfüllen; sie besitzen ein breites therapeutisches und pharmakologisches Wirkprofil, haben meist eine große therapeutische Breite und sind fast immer nebenwirkungärmer als synthetisch hergestellte Arzneimittel.

Gute Heilpraktiker gehen fast immer auf den *Nährstoffbedarf* des Menschen ein, beraten dabei über die Menge eines Nährstoffs, die zur Aufrechterhaltung aller Körperfunktionen benötigt wird. Sie ist individuell verschieden je nach Geschlecht, Alter, Wachstum, Gesundheitszustand, Grundumsatz, Wärmehaushalt, Schwangerschaft, genetische Disposition, Wechselwirkung zw. Nährstoffen, körperlicher Aktivität und Klima. Als grobe Orientierung für Hauptnährstoffe gilt (g/d): 0,9 Protein, 0,9 Fett u. 5 Kohlenhydrate pro kg Körpergewicht.

*Nährstoffe* sind hauptsächlich organische Verbindungen, die dem Aufbau und Erhalt körpereigener Substanz dienen.

1. Energieliefernde N. (Hauptnährstoffe) bestimmen den physiologischen Brennwert der Nahrungsmittel: Proteine, Fette und Kohlenhydrate.
2. Essentielle N. sind Vitamine, essentielle Aminosäuren, essentielle Fettsäuren, Mineralien, Spurenelemente und Wasser.
3. Dazu kommen sekundäre Pflanzenstoffe.

Der Wert eines Nahrungsmittels (*Nährwert*), einerseits als Baustoff für Bildung und Erneuerung von Körperzellen, andererseits als Betriebsstoff für den Stoffwechsel zur Erzeugung von Energie (physiologischer Brennwert) wird nach Joule (früher Kalorie) gemessen und bewertet. Von einem *Nährschaden* spricht man, wenn chronische Gedeihstörungen im Säuglings- u. Kleinkindesalter als Folge von Ernährungsfehlern, z. B. Mehl- oder Milchnährschäden, Eiweißmangeldystrophie, Protein-Energie-Mangelsyndrome, auftreten.

Den Stoffwechsel bezeichnet man als Metabolismus. *Antimetaboliten* sind Substanzen, die aufgrund struktureller Ähnlichkeit oder Fähigkeit zur Bindung einen Stoffwechselprozess blockieren oder beeinträchtigen.

Einteilung:

1. strukturähnlich A.: konkurrieren aufgrund chem. Ähnlichkeit mit dem Metaboliten ohne Übernahme der Funktion;
2. strukturverändernde A.: binden den Metaboliten, was dessen Funktion oder Resorption verhindert oder den Metaboliten chemisch modifiziert;
3. indirekt wirkende A.: beeinträchtigen die Funktion des Metaboliten z. B. über Bindung von Ionen.

*Verwendung* finden sie als Folsäure-, Aminosäure-, Purin- und Pyrimidinantagonisten in einigen Therapien (Zytostatika). Antagonisten sind Gegenspieler,

z.B. *Vitaminantagonisten* (Widersacher, Gegner, Antivitamine).

Die ursprünglich als *Heilmittel* gebrauchten Naturstoffe wurden mit dem Aufschwung der Pharmaindustrie (Chemie) durch synthetische Präparate verdrängt. Gegenwärtig verlagert sich aber die Arzneimittelproduktion wieder etwas zurück, von den reinen Syntheseprodukten auf Vitamine und Hormone. Die Pharmaindustrie scheut keine Mittel und Kosten für Reklamezwecke, erfindet Krankheiten und trichtert sie der Bevölkerung ein. Bestes Beispiel ist die Osteoporose, die keiner Hormonbehandlung bedarf. Knochenschäden können auftreten, wenn dem Organismus zur Knochenbildung *Vitamin D* fehlt. Dieses Vitamin steuert den Einbau des Knochenminerals Calcium.

Man teilt die Heilmittel heute nach ihren pharmakologischen Wirkungen und nach den Anwendungsgebieten wie folgt ein:

1. *Desinfektionsmittel und Chemotherapeutika* oder Mittel zur Prophylaxe und Therapie von Infektionskrankheiten;
2. *Pharmakotherapeutika* mit Wirkung auf das zentrale und periphere *Nervensystem*, auf das *Herz-* und *Gefäßsystem* sowie auf die *Verdauung* und *Diurese*.
3. *Biokatalysatoren*, Vitamine, Fermente, Hormone, Impfstoffe;

1. und 2. Sind mit *Risiken und Nebenwirkungen* behaftet. Es gibt in Deutschland keine Mortalitätsstatistik. Noch vor vierzig Jahren dienten Medikamente lediglich zur Anstoßung des Heilungsprozesses. Ärzte verschrieben sie äußerst sparsam. Die Zeiten haben sich geändert. Heute werden Pharmapillen in 100er-Packungen verschrieben, und die Patienten schlucken das Zeug im blinden Vertrauen auf den Arzt. In Amerika liegen statistische Zahlen vor, die verraten, daß die Mortalität durch Medikamente an vierter Stelle liegt - gleich hinter Diabetes mellitus.

Wir gehen von einem neuen Ansatz aus: 80% aller Krankheiten sind Mangelerscheinungen. Es gibt nur eine Handvoll Grundkrankheiten, die *Ernährungskrankheiten*, der Rest sind deren Symptome. **Überzeugen Sie sich selbst!**

## \*Aktivkreis Depression Bruno Rappkalis

### 1.1. Periodensystem der Elemente

Die (essentiellen) Elemente des menschlichen Lebens sind farblich dargestellt.

1s	2s	3s	4s	5s	6s	7s	8s	9s	10s	11s	12s	13s	14s	15s	16s	17s	18s																
1 H Wasser																	2 He Helium																
3 Li Lithium	4 Be Beryllium											5 B Bor	6 C Kohlenstoff	7 N Stickstoff	8 O Sauerstoff	9 F Fluor	10 Ne Neon																
11 Na Natrium	12 Mg Magnesium											13 Al Aluminium	14 Si Silizium	15 P Phosphor	16 S Schwefel	17 Cl Chlor	18 Ar Argon																
19 K Kalium	20 Ca Calcium	21 Sc Scandium	22 Ti Titan	23 V Vanadium	24 Cr Chrom	25 Mn Mangan	26 Fe Eisen	27 Co Cobalt	28 Ni Nickel	29 Cu Kupfer	30 Zn Zink	31 Ga Gallium	32 Ge Germanium	33 As Arsen	34 Se Selen	35 Br Brom	36 Kr Krypton																
37 Rb Rubidium	38 Sr Strontium	39 Y Yttrium	40 Zr Zirkon	41 Nb Niob	42 Mo Molybdän	43 Tc Technetium	44 Ru Ruthenium	45 Rh Rhenium	46 Pd Palladium	47 Ag Silber	48 Cd Cadmium	49 In Indium	50 Sn Zinn	51 Sb Antimon	52 Te Tellur	53 I Jod	54 Xe Xenon																
55 Cs Cäsium	56 Ba Baryum	57 La* Lanthan	58 Ce* Cer	59 Pr* Praseodym	60 Nd* Neodym	61 Pm* Promethium	62 Sm* Samarium	63 Eu* Europium	64 Gd* Gadolinium	65 Tb* Terbium	66 Dy* Dysprosium	67 Ho* Holmium	68 Er* Erbium	69 Tm* Thulium	70 Yb* Ytterbium	71 Lu* Lutetium	72 Hf* Hafnium	73 Ta* Tantalum	74 W* Wolfram	75 Re* Rhenium	76 Os* Osmium	77 Ir* Iridium	78 Pt* Platin	79 Au* Gold	80 Hg* Quecksilber	81 Tl* Thallium	82 Pb* Blei	83 Bi* Bismut	84 Po* Polonium	85 At* Astatin	86 Rn* Radon		
87 Fr* Francium	88 Ra* Radium	89 Ac** Actin	90 Th* Thorium	91 Pa* Protactinium	92 U* Uran	93 Np* Neptunium	94 Pu* Plutonium	95 Am* Americium	96 Cm* Curium	97 Bk* Berkelium	98 Cf* Californium	99 Es* Einsteinium	100 Fm* Fermium	101 Md* Mendelevium	102 No* Nobelium	103 Lr* Lawrencium																	

- 1. Wasserstoff (Hydrogenium), Grundlage allen Lebens  
■ 2. Basenbildende Elemente  
■ 4. Säurebildende Elemente  
■ 3. Übergangselemente  
■ mit bes. Eigenschaften  
■ 5. Edelgase, keine chem. Verbindungen  
♦ 6. Radioaktive Elemente (Lebensverwehler)

\* Lanthanoide (58-71, seltene Erdmetalle) ♦ Stoffe (bzw. Verbindungen) sind hochgiftig  
 \*\* Actinoide (90-103, alle radioaktiv) ♦ Verbindungen der Stoffe sind teilweise giftig

#### 1.1.1. Ein Wort zuvor

Von den 92 natürlich vorkommenden Elementen benötigt der Mensch nur ein Viertel. Auffällig ist, daß (mit Ausnahme der Elemente 34, 42 und 53) alle Elemente im unteren (einfacheren Atombereich) zu finden sind. *Molybdän* spielt beim Funktionieren einiger Enzyme eine Rolle, aber *Jod* ist unentbehrlicher Bestandteil für die Schilddrüse (Thyroxin). Fluor, Chlor und Jod gehören der Gruppe der Halogene an, sie bilden stechend riechende Gase und sind giftig. Fluor findet man in den Zähnen, und Chlor hat hauptsächlich Bedeutung in seinen Verbindungen, den Chloriden.

Die übrigen Elemente werden für den menschlichen Organismus (das menschliche Leben) nicht benötigt. Sie sind teilweise hochgiftig, wie z. B. alle Schwermetallverbindungen. Bis zu einem gewissen Grade ist der Organismus fähig, sie auszuscheiden. Werden Giftstoffe in den Zellen gespeichert, was leider häufig der Fall ist, weil der Organismus sie verwechselt, führen sie früher oder später zum ungesteuerten Zellwachstum - man nennt es Krebs. Beispiel: *Radioaktives Strontium* wird statt Calcium in den Organismus eingebaut.

Eine gesunde Ernährung (frei von Giftstoffen) ist des Menschen wertvollstes Gut. Sie ist weder mit Gold, Silber oder Platin aufzuwiegen, sonst würden die "reichen Säcke" nicht krank werden (vorzeitig abnibbeln). Der Mensch ist ein Sack - basta!, und die meisten sind "beklopte Säcke". Der Inhalt des Sacks sind Rohstoffe (Wasser, Kalk, Metalle), die fast nichts kosten. Wer mehr als 10 Euro dafür bezahlt, ist ein Verschwender. So können die "mächtigen Säcke" weltweit die Ohnmächtigen benutzen, versklaven und ausplündern.

Ein gesund ernährter Mensch, der mit den *essentiellen Stoffen* gut versorgt ist, neigt nicht zur Krankheitsanfälligkeit. Er wird für bestimmte Kreise zu einem nutzlosen Subjekt, weil sie von den Krankheiten leben. Wer keine (Gift-) Pillen schluckt, schädigt die Pharmaindustrie, und das ist schon fast strafbar. Die wirkliche Macht geht von den Medizinmännern aus, nicht von den Häuptlingen. Seit 10.000 Jahren plündern sie die Menschheit aus, und sie machten stets ein Geheimnis aus ihrem Wissen. Die Verdummung wird heute mit psychologischen Methoden (Propaganda, Arztserien, Werbung, Medien usw.) durchgeführt. Noch etwas: Psychologie ist keine Wissenschaft, sie ist ein Werkzeug, ein Mittel der Machtausübung, und wird zur Verdummung der Menschheit benutzt.

Mit dem heutigen Wissen der Biochemie steht die Menschheit an einer Umbruchschwelle. Ärzte, die von Biochemie keine Ahnung haben, sollen sich zum Teufel scheren. Wir (der Aktivkreis) haben etwa vierzig deutsche Ärzte und Apotheker getestet, sie hatten alle keine Ahnung von den (biochemischen) Vorgängen im menschlichen Organismus. Deshalb ist: **Heilen verboten - töten erlaubt!**

Der Wissenschaftsautor *Kurt G. Blüchel* lieferte nach jahrelanger Recherche ein schonungsloses Portrait des bundesdeutschen Medizinbetriebs, der in seinen kriminellen Strukturen nur noch mit dem organisierten Verbrechen vergleichbar ist.

Wir brauchen keine Gesundheitsreform, denn Gesundheit ist nicht reformierbar. Wir brauchen eine Krankheitsreform, die wenigstens die "erfundenen Krankheiten" vom Markt fegt, die die gigantischen Kosten (fast 300 Milliarden Euro) spürbar für alle senkt: **Gesundheit kann man nicht mit Geld kaufen - aber noch mehr Krankheiten!**

Der Ärztepräsident *Prof. Dr. Jörg-Dietrich Hoppe* heulte wie ein geprügelter Hund, weil immer mehr Bürger Patientenverfügungen erlassen. Sie entziehen ihren Leib der geldgierigen Weißkittelzunft, die zu verarmen droht.

Blieben Sie gesund - ohne Pharmapillen!

BRp, 06.11.2004

## 1.2. Referenzbereiche (der Blutanalyse)

Referenzbereiche sind Messwertbereiche für labormedizinische Parameter, die an einer gesunden Referenzpopulation ermittelt wurden. Dabei handelt es sich um Mittelwerte. Plus (+) und Minus (-) sind Standardabweichungen, bilden den tolerierbaren Bereich und entsprechen dem Wissensstand von 2001. Referenzwerte können sich ändern, variieren je nach Bestimmungsmethode und Alter. Wiederholtes Über- oder Unterschreiten der Grenzwerte deutet i. d. R. auf einen pathologischen (krankhaften) Befund hin.

Das Blut, unser flüssiges Organ, gibt Aufschlüsse über Mangelkrankheiten. Weitere Erläuterungen befinden sich am Schluß.

Referenzbereiche einige Parameter (Serum, Plasma, Vollblut)

- 1 Ammoniak 12 - 55 µmol/l
- 2 Bilirubin gesamt <17 µmol/l  
direkt <5,1µmol/l
- 3 Calcium 2,25 - 2,6 mmol/l
- 4 Chlorid 97 - 110 mmol/l
- 5 Eisen Mann 10 - 28 µmol/l  
Frau 6,6 - 26 µmol/l
- 6 Ferritin 15 - 200 µg/l
- 7 Glukose 3,6 - 5,6 mmol/l
- 8 Harnsäure 120 - 400 µmol/l
- 9 Harnstoff 1,7 - 8,3 mmol/l
- 10 Kalium 3,6 - 5,4 mmol/l
- 11 Kreatinin 50 - 110 µmol/l
- 12 Kupfer 11 - 24 µmol/l
- 13 Magnesium 0,73 - 1,03 mmol/l
- 14 Natrium 135 - 145 mmol/l
- 15 Phosphor, anorganisch 0,8 - 1,5 mmol/l

- 16 Proteine (gesamt) 62 - 80 g/l
  - 17 Präalbumin 0,2 - 0,4 g/l
  - 18 Albumine 35 - 52 g/l
  - 19 Globuline 22 - 36 g/l
  - 20 Alpha-1-Antitrypsin 0,9 - 2,0 g/l
  - 21 Alpha-1-Globulin 1,2 - 3,2 g/l
  - 22 Alpha-1-saures Glykoprotein 0,5 - 1,2 g/l
  - 23 Alpha-2-Globulin 3,1 - 8 g/l
  - 24 Alpha-2-Makroglobulin 1,3 - 3,0 g/l
  - 25 Beta-Globulin 5 - 9,6 g/l
  - 26 Gamma-Globulin 7,4 - 16 g/l

- 27 C3-Komplementfaktor 0,9 - 1,8 g/l
- 28 C4-Komplementfaktor 0,1 - 0,4 g/l
- 29 C-reaktives Protein < 5 mg/l
- 30 Caeruloplasmin & 0,2 - 0,6 g/l
- 31 Haptoglobin & 0,3 - 2,0 g/l
- 32 IgA 0,7 - 4,0 g/l
- 33 IgG 7 - 16 g/l
- 34 IgM 0,4 - 2,3 g/l
- 35 Transferrin 2,0 - 3,6 g/l

- 36 ALT 4 - 17 U/l
- 37 AST 4 - 22 U/l
- 38 Aldolase 0,8 - 7 U/l
- 39 Alphaamylase 30 - 155 U/l
- 40 Cholinesterase 1.900 - 8.000 U/l
- 41 Kreatinkinase <80 U/l
- 42 Glutamatdehydrogenase <4 U/l
- 43 Gamma-glutamyltransferase  
Männer 4 - 28 U/l  
Frauen 4 - 18 U/l
- 44 Alpha-Hydroxybutyrat  
-Dehydrogenase <150 U/l
- 45 Laktatdehydrogenase <195 U/l
- 46 LDH<sub>1</sub> <65 U/l
- 47 Lipase 20 - 160 U/l
- 48 alkal. Phosphatase 20 - 180 U/l
- 49 saure Phosphatase <12 U/l

- 50 Cholesterol <200 mg/dl
- 51 Gesamtlipide 450 - 1.000 mg/dl
- 52 Fettsäuren & 240 - 440 mg/dl
- 53 Triglyceride 40 - 150 mg/dl

### Kurzerläuterungen:

Diese Erläuterungen geben nur einen einfachen Überblick über die wichtigsten Funktionen. Bei richtig ernährten Menschen ist meistens alles in Ordnung.

- 1 Erhöhte Werte bei gestörter Harnstoffbiosynthese (Leber).
- 2 Abbauprodukte des Häms (Gallenfabstoff, Sauerstofftransport).
- 3, 5, 10, 12, 14, 15 Essentielle Stoffe (Mineralien, Spurenelemente).
- 4 Salze der Salzsäure; Bed. für Wasser- u. Säure-Basen-Haushalt.
- 6 Eisentransporteur, erh. Werte z.B. bei Anämien.
- 7 (Trauben-) Zucker; Blutzucker-Bestimmung.
- 8 Kristallisierte org. Säure, erh. Werte deuten auf Ablagerung; z.B. Gicht, Gelenkschmerzen.
- 9 Endprodukt des Proteinstoffwechsels.
- 11 Nierendiagnostik (Muskeln, Insulinwirkung).
- 16 Zusammen, z.B. Chromo-, Nukleo-, Phosph-, Glyko-, Metallo-, Lipo-, Hämoproteine.
- 17 Transportprotein für Thyroxin (Schilddrüse).
- 18 Transportprotein für wasserunlösliche Stoffe (Leber, Lymphe).
- 19, 21, 23, 24, 25, 26 Mehrere Gruppen (Alpha, Beta, Gamma) weisen auf Erkr. hin (Leber, Entzündungen, Thrombose usw.), Funktionen z.B. bei Lipiden, Hormone, Enzyme, Antikörper.
- 20 Verm. Werte bei Lunge-, Lebererkr., erh. Werte bei chr. Entzündungen.
- 22 Membranproteine, Hormone, Kollagen (Blutgruppensubstanzen).
- 27, 28 weisen auf bakterielle Infektionen hin.
- 29 Indikator für entzündliche Prozesse u. Gewebeschädigung.
- 30 An Kupfer gebunden; Immununtersuchungen, Genetik.
- 31 In der Leber geb. Protein, Erh. Bei Infektion, Nieren, Arthritis, Eisenmangel.
- 32, 33, 34 Immunglobuline mit Klassenbezeichnung (A, D, E, F, G, M) bilden die Antikörper im Blut und Gewebeflüssigkeiten. Mangel führt zu **Störungen der Immunität**.
- 35 In der Leber gebildetes Protein, das Eisen transportiert.
- 36 Abkürzung für **Alaninaminotransferase**; Aminosäure (Enzym), die L-Glutamat katalysiert; erhöhte Werte bei Lebererkrankung und Blutfett
- 37 Abkürzung für **Aspartataminotransferase**; Aspartat ist ein Salz der Asparaginsäure (Aminosäure, Stoffwechsel); es fungiert als Neurotransmitter (Botenstoff).
- 38 Enzym des Glykose- (Zucker-) und Fruchtstoffwechsels; erhöht bei Hepatitis, Leberzirrhose, Muskelerkrankung, Herzinfarkt, Prostatakrebs.
- 39 Enzyme die Bindungen von Stärke und Zucker spalten; Leber-, Nierenzellen; Diabetes mellitus.
- 40 Enzyme, die Cholinester spalten; Leberfunktionen, -erkrankungen.

- 41 Enzym mit Wirkungen auf Muskeln, Gehirn und Blut; spielt eine Rolle in der Enzymdiagnostik
- 42 GLDH Biochemische Vorgänge, reagiert mit Coenzymen im Leber Ammoniakstoffwechsel, ggf. Leberzellschäden
- 43 GGT od.  $\gamma$ -GT; (Transport-) Enzym für Peptide u. Proteine; erh. Werte bei Erkr. der Leber u. Gallenwege
- 44  $\alpha$ -HBDH; Bez. für Bestimmung der Isoenzyme LDH1 u. LDH2, Fettabbau; erh. Werte ggf. bei Herzinfarkt
- 45, 46 Abk. LDH, fünf Isoenzyme, die auf Erkrankungen ihrer Gebiete schließen lassen; Herz, Blut, Muskel, Leber; Tumor
- 47 Lipasen spalten Fette in Fettsäuren und Glycerole (Alkohole). Erhöhte Werte bei Diabetes m., Oberbauch- u. Nierenerkrankungen.
- 48, 49 Enzymdiagnostik, Gegenspieler zu den Kinasen (Phosphor), weisen auf vielf. Organerkrankungen hin (z.B. Prostata, Nieren, Leber, Milz)
- 50, 51, 52, 53 Lipide, Fette, Fettsäuren, Wachs, Sterole (Phosphor-, Glycolipide, verestert); krankhafte Speicherung in Organen möglich.

## 2. Ernährungskrankheiten und Symptome

### 2.1 [Ernährungskrankheiten](#)

### 2.2 [Symptome](#)

Die Erkenntnis, daß der Körper auf die Zufuhr zum Teil winziger Mengen lebensnotwendiger Ergänzungsstoffe angewiesen ist, ist nicht alt. Man kannte zwar eine Reihe seuchenartiger Krankheiten, die sich besonders häufig im Frühjahr oder auf langen Seereisen einstellten, doch gab man die Schuld der Winterkälte, dem verdorbenen Wasser, der schlechten Luft.

Am Ende des letzten Jahrhunderts begann man, planmäßig nach den Erregern von Skorbut, Rachitis, Pellagra und Beriberi zu suchen. Der holländische Arzt Eijkman beobachtete 1890 in Indonesien, daß Hühner, die mit geschältem Reis gefüttert wurden, dieselben Lähmungen und Krampferscheinungen zeigten wie beriberikranke Menschen. Gab man den kranken Hühnern Reiskleie zu fressen, verschwanden die Krankheitszeichen rasch. Offenbar gab es also auch ein Gegenmittel gegen Beriberi. Nur langsam setzte sich allerdings die Erkenntnis durch, daß der Körper ständig winzige Mengen des "Anti-Beriberi-Stoffes" mit der Nahrung aufnehmen muß, um gesund zu bleiben. 1926 gelang es, den Anti-Beriberi-Stoff, das *Vitamin B1 (Thiamin)*, aus Kleie rein herzustellen.

Etwa 15 verschiedene Stoffe bezeichnet man heute als Vitamine. Alle haben gemeinsam, daß sie vom menschlichen Körper nicht oder nur in unzureichender Menge hergestellt werden können, also mit der Nahrung bezogen werden müssen. In winzigen Mengen entfalten sie große Wirkungen und verhindern Mangelkrankheiten wie Skorbut, Pellagra, Rachitis und eben Beriberi.

**Die Symptome der Mangelkrankheiten sind in den Industrieländern vorhanden und können verschieden stark im Vordergrund stehen - das ist das Tückische. Unsere Ärzte haben meist keine Ahnung davon und verschreiben Pharmapillen, die logischerweise nur begrenzt oder nicht helfen.**

Mangelkrankheiten wurden im Zusammenhang mit der Vitaminforschung bekannt, als sich herausstellte, daß durch den Mangel ganz bestimmter Substanzen Erkrankungszustände auftreten, die allein durch die Zufuhr der fehlenden Stoffe (Vitamine, Mineralien) zu beheben sind. Voll ausgeprägte Mangelkrankheiten treten bei uns nicht mehr auf, aber Symptome der Mangelkrankheiten aufgrund schlechter oder falscher Ernährung. Unsere Ärzte erkennen das nicht, haben keine Ahnung von gesunder Ernährung (ihr Studium ist zu kurz) und sprechen von *psychosomatischen* Krankheiten. Ein fataler Irrtum!

## 2.1 Ernährungskrankheiten

**2.1.1. Ariboflavinose;** durch Mangel an Riboflavin\* ausgelöste Stoffwechselerkrankung, die besonders in trop. Ländern auftritt; *Symptome:* Anämie\*, Vaskularisierung der Cornea\*, Katarakt\*, Dermatitis; leichter Mangel mit Cheilitis\* vulgaris, Glossitis\* entsteht meist durch Resorptionsstörungen (chron. Gastroenteritis\*, Zöliakie\*, Antibiotika\*-therapie) od. Leberkrankheiten; während der Schwangerschaft Fehlbildungen des Feten (z. B. Gesichtspalten, Mißbildungen);

*Diagnose:* Bestimmung des Riboflavinegehalts der Erythrozyten, der Riboflavinausscheidung im Urin und der FAD-Aktivierbarkeit der Glutathionreduktase in den Erythrozyten, Tryptophanbelastungstest

*Therapie:* Ausreichende Vitamin-Zufuhr.

**2.1.2. Beriberi;** Thiamin\*-Mangelkrankheit insbesondere infolge Ernährung mit maschinell geschältem und poliertem Reis sowie Getreide (weißes Mehl); früher vorwiegend in Plantagen, Minen und Gefängnissen Südost- u. Ostasiens, in Europa gelegentlich im Winter bei Ernährung mit weißem Mehl.

*Symptome:* 1. Säuglingsberiberi bei brustgestillten Kindern von Müttern mit Thiaminmangel, führt zur akuten Herzinsuffizienz\* (häufig mit letalem Ausgang (Tod)); 2. chronische B., charakterisiert durch Ödeme\*, periphere Nervenlähmung\* und Herzinsuffizienz\*; 3. zerebrale B. (neurolog. Symptomatik, Depressionen\*, Wernicke-Enzephalopathie\*), häufig auch als Kompl. der chron. Alkoholkrankheit\*. Vgl. Avitaminosen\*, tropische.

*Therapie:* Ausreichende Vitamin-Zufuhr

**2.1.3 Mangelanämie;** Anämie\* infolge Mangels an für die Erythropoese (Blutbildung) notwendigen Substanzen;

*Ursachen:* Mangelernährung\*, Malabsorption\*, Maldigestion\*, Avitaminose\*, Hypovitaminose\*; z. B. als Eisen-, Protein-, Folsäure-, Pyridoxin-, Ascorbinsäure-, Cobalamin-Mangelanämien.

*Anämien* infolge Ernährungsstörungen

- verminderte od. ineffektive Erythropoese (Blutbildung)
- Eisenmangelanämie, Transferrinmangel (Eisentransport, -wertung)
- Anämie bei Eiweißmangel (Eiweißmangelanämie)
- Vitamin-B<sub>12</sub>-Mangel (perniziöse Anämie; schlimm, bösartig)
- Folsäuremangel
- Kupfermangel
- Ascorbinsäure-Mangel (Vitamin C)
- Störungen des Erythrozytenstoffwechsels
- Porphyrie [Störungen der Hämoglobinbildung (Blutfarbstoff, Eisen)]
- Defekte der Glykolyse (Stoffwechsel im Zytoplasma)
- Glukose- (Traubenzucker)-Mangel (-Defekte)
- Hämoglobinsynthesestörungen

A., **perniziöse;** auch Morbus Biermer, Vitamin-B<sub>12</sub>-Mangelanämie, megaloblastäre\* Anämie als häufigste Folge eines Mangels an Cobalamin\* (Serumkonzentration <150 pg/ml). Verursacht durch Cobalamin-Resorption\* infolge verminderter oder fehlender Sekretion von Intrinsic\*-Faktor durch Magenschleimhaut-Atrophie\*, auch beim Syndrom der blinden Schlinge (Krummdarm), selten bei chron. Pankreatitis, Malabsorptionssyndrom sowie medikamentös bedingt, evtl. auch durch unzureichende Zufuhr bei reinen Vegetariern. Bei vielen Betroffenen (ca. 90 %) sind im Serum verschiedene Autoantikörper gegen Parietalzellen der Magenschleimhaut u. häufig auch gegen den Intrinsic-Faktor\* nachweisbar. Die p. A. tritt meist nach dem 45. Lebensjahr auf.

Meist langsame Entwicklung der Anämie mit entsprechend schleicher Symptomatik, u. U. Hepatosplenomegalie; als häufiges Frühsyndrom Glossitis\*, zusätzl. meist gastrointestinale Beschwerden (Appetitlosigkeit, intermittierende Durchfälle, Obstipation\*, diffuse Bauchschmerzen) und neurologische Symptome; häufig Gewichtsverlust, selten Fieber.

*Therapie:* Substitution von Cobalamin; evtl. lebenslange Erhaltungstherapie, wenn die Ursache der Resorptionsstörung nicht beseitigt werden kann; die alleinige Zufuhr von Folsäure ist kontraindiziert. Ausreichende Vitamin- und Mineralienzufuhr

**2.1.4. Pellagra** (Rauhe Haut, Falle, in Zusammensetzungen: Gicht); durch Mangel an Nicotinsäureamid (Niacin\*) und meist multiplen Vitamin-B-Mangel entstehende Erkrankung bei Malnutrition\* (einseitiger Maisernährung, Weißmehl, Malabsorption\*);

*Symptome* sind (3-mal D): **Dermatitis\*** mit Hyperpigmentierung\* im Bereich sonnenexponierter Haut; **Diarrhö\***; evtl. Polyneuropathie\* u. **Demenz\***; neurologische Störungen: Angst, Depressionen.

*Therapie:* Ausreichende Vitaminzufuhr, Nicotinamid, Nicotinsäure. Vgl. Avitaminosen\*, tropische.

P., *hereditäre* s. Hartnup-Krankheit\*.

**2.1.5. Rachitis;** gestörte Mineralisation der Grundsubstanz (Matrix) des wachsenden Knochens infolge unzureichenden Calcium- bzw. Phosphatangebots; nach der therapeutischen bzw. prophylaktischen Wirkung der Calciferole\* (syn. Vitamin D) unterscheidet man zwei Formen:

**I. Vitamin-D-Mangel-R.** (Englische Krankheit, Glisson-Krankheit): im Kleinkindesalter, selten bei älteren Kindern (als R. tarda) auftretende, durch Mangel an Calciferolen bedingte Störung des Calcium- u. Phosphatstoffwechsels mit typischen Skelettveränderungen infolge ungenügender Verkalkung des Knochens (Form der sekundären Ossifikationsstörungen\*, entspricht der Osteomalazie\* im Erwachsenenalter); angeb. R. als Sonderform bei mütterlicher Osteomalazie\*;

*Ursache:* unzureichende photochemische Umwandlung von Calci-ferolvorstufen in der Haut zu Colecalciferol durch mangelnde UV-Bestrahlung (Anaktinose) oder unzureichende Zufuhr bzw. Resorption; ohne ausreichende Calciferolsubstitution kommt es v. a. in den Wintermonaten zu einem Calciferolmangel. Verminderung der Calciumresorption aus dem Darm, der Rückresorption von Phosphat in den Nierentubuli und des Calciumaustauschs zwischen Skelett u. Blut; inf. Hypokalzämie sek. Hyperparathyroidismus\* mit verstärkter Calciummobilisation aus den Knochen und gesteigerter renaler Phosphatausscheidung. *Symptome:* *Manifestation* meist im 2.-3. Lebensmonat mit Unruhe, Schreckhaftigkeit, Schwitzen (bes. am Kopf), Hinterkopfglatze, im 3-4. Monat Muskelhypotonie, schlaffe Bauchdecken (sog. Froschbauch), Obstipation, evtl. Zeichen einer Tetanie und Krämpfe sowie als Erstmanifestation der im Vordergrund stehenden (schmerzhaften) Skelettveränderungen meist abnorme Weichheit des Schädelknochens (sog. Kraniotabes\*), später durch Abflachung des Hinterkopfs u. Epiphytenbildung im Bereich der Stirn- u. Scheitelbeine sog. Caput quadratum sowie Auftreibungen der metaphysären Wachstumszonen und becherförmige Erweiterungen der distalen Enden der Röhrenknochen durch Störungen des Knorpelabbaus u. Anlagerung von nicht verkalktem Osteoid, an den Rippen als tast- und später sichtbarer sog. rachitischer Rosenkranz infolge von Auftreibungen an der Knorpel-Knochen-Grenze, an den inneren Fußknöcheln als sog. Doppelknöchel (Marfan-Zeichen) u. als sog. Perlschnurfinger; am übrigen Skelett Knochenverformungen (u. a. Beckendeformierung, Kyphose, sog. Glockenthorax mit Harrison-Furche durch Einziehungen des Zwerchfellansatzes, Pectus carinatum, Beinverkrümmungen); verzögerter (Milch-)Zahndurchbruch mit Schmelzdefekten;

*Diagn.:* (röntg.) Osteopenie, verspätete Ausreifung u. Verkalkung der Knochenkerne, verbreiterte u. unregelmäßige Epiphysenlinien, becherförmige Metaphysenendzonen, subperiostale Aufhellungen mit doppelter Konturierung, bandförmige Looser"-Umbauzonen im meta- u. epiphysären Bereich; (labordiagn.) alkal. Phosphatase erhöht, Serumcalcium im unteren Referenzbereich, im Spätstadium erniedrigt, Serumphosphat anfangs normal od. erhöht, später erniedrigt; im Spätstadium Hyperaminoacidurie, Hyperammonurie.

*Therapie:* orale (bei Resorptionsstörungen parenterale) Zufuhr von Colecalciferol\* und Mineralien unter Kontrolle der Laborbefunde; *Kompl.:* rachitogene

Tetanie\*

*Vorbeugung:* durch systematische Calciferolprophylaxe kann eine Vitamin-D-Mangel-Rachitis verhindert werden. Den physiol. Erfordernissen entspricht am ehesten eine längere Gabe von tägl. 400 - 1000 I. E. ab der 2. Lebenswoche; bei unkontrollierten Calciferolgaben evtl. Intoxikation (Nephrokalzinose);

**2. Vitamin-D-resistente R.**, spricht auf Calciferolzufuhr in therap. Dosen nicht an und kann verschiedene Ursachen haben: chron. Phosphatdiabetes oder hyperphosphatämische renale R. Phosphatstörungen, Pseudomangelrachitis\*, Rachitis renalis\*, Hypophosphatasie.

*R. renalis* (Nierenstörung); Form der Vitamin-D-resistenten Rachitis\*, entsteht durch Störung der Reabsorption von Phosphat bzw. Calcium im proximalen Tubulus, durch renale tubuläre Azidose\* unterschiedlicher Ursache und bei chron. Niereninsuffizienz; häufig liegen kombinierte Störungen vor (z. B. bei Cystinose); *Therapie:* Neben hohen Calciferoldosen Ausgleich einer evtl. bestehenden Azidose durch Alkalizufuhr.

**2.1.6. Skorbut** (auch Scharbock); eine der am längsten bekannten Avitaminosen\*; *Ursache:* Mangel an Ascorbinsäure\*; Frühsymptome sind verminderte Leistungsfähigkeit, Müdigkeit, Reizbarkeit, Gelenk- und Gliederschmerzen, Infektanfälligkeit, hypochrome mikrozytäre Anämie. Infolge der gestörten Bindegewebesynthese kommt es zur Brüchigkeit der Blutgefäße mit allg. Blutungen, Ausfallen der Zähne und Gingivitis sowie verzögerter Wundheilung; bei Säuglingen und Kleinkindern außerdem Störungen des Knochenwachstums (Möller\*-Barlow-Krankheit).

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt die tägl. Zufuhr von 60 mg Vitamin C. Das reicht gerade aus, um vollaussgeprägten Skorbut zu verhindern. Die Mangelsymptome des Skorbutus können verschiedenstark im Vordergrund stehen.

**2.1.7. Xerophthalmie** (Auge); durch Vitamin-A-Mangel verursachte Augenveränderungen; *Ursache:* Störung der Regeneration von Rhodopsin und Untergang von Photorezeptoren, Epithelstörungen an Bindehaut und Hornhaut; *Vorkommen:* v. a. bei Kindern bis zum 6. Lebensjahr. mit Protein-Energie-Mangelsyndromen, in allen Altersstufen bei Resorptionsstörungen (z. B. Zöliakie, zystische Fibrose, alkohol. Leberzirrhose);

*Symptome:* Nyktalopie, verdickte und trockene Bindehaut, Bitot-Flecke, später oberflächliche Epithelläsionen, Hornhautgeschwüre, unter Umständen mit Einschmelzung bei fast reaktionslosem Auge (Keratomalazie).

*Therapie:* Vitamin-A-Zufuhr, auch lokal als Augensalbe. Vgl. Avitaminosen\*, tropische.

## 2.2 Symptome der Ernährungskrankheiten

**2.2.1. Alkoholkrankheit;** sog. Alkoholismus oder Abhängigkeit von Alkohol mit somat., psych. oder sozialen Folgeschäden. In Deutschland sind 2,5-3 Mill. Menschen alkoholkrank. Folgen sind z.B. Fettleber, Alkoholhepatitis, Leberzirrhose, Pankreatitis, Speiseröhrenerkrankung, Gastritis, Herz- und Kreislaufprobleme, Kleinhirnrindentrophie, Wernicke-Enzephalopathie\*, Krampfanfälle; soziale Folgen; Alkohol ist Vitaminräuber.

**2.2.2. Anämie;** sogenannte Blutarmut; Verminderung von Erythrozytenzahl, Hämoglobinkonzentration u./od. Hämatokrit unter die altersentsprechenden u. geschlechtsspezif. Referenzwerte\*; da sich diese drei Parameter nicht immer gleichsinnig verändern, empfiehlt sich bei Verdacht auf eine A. deren gleichzeitige Bestimmung. Infolge der verminderten Sauerstofftransportkapazität des Bluts auch Störungen sauerstoffabhängiger Stoffwechsel- u. Organfunktionen. Bei akuter Entwicklung (z.B. Blutverlust) Sympt. des Schocks; bei chron. Entw. oft langsamer Verlauf mit Leistungsabfall, Müdigkeit, Atemnot, Tachykardie (Herzrhythmusstörung), großer Pulsamplitude u. funktionellen (hörbaren) Herzgeräuschen, selten Angina pectoris u. Zeichen einer Herzinsuffizienz.

**2.2.3. Antibiotika;** i. e. S. Bez. für best. Stoffwechselprodukte von Schimmelpilzen, Streptomyzeten od. Bakt., i. w. S. auch für deren (semi-)synthetische Derivate mit bakteriostatischer (z. B. Tetracycline, Chloramphenicol, Makrolid-Antibiotika) od. bakterizider (z. B. Penicilline, Cephalosporine, Aminoglykosid-Antibiotika, Polymyxine) Wirkung; *Verwendung* bei bakt. Infektionskrankheiten in eindeutigen Fällen. Fieber allein ist keine Indikation für eine Antibiotikagabe! Die lokale Anwendung von A. ist bei den meisten Infektionen nicht indiziert!

**2.2.4. Antikörper;** zu den Gammaglobulinen gehörende heterogene Gruppe von Glykoproteinen (Immunglobuline\*), die als mögliche Antwort des Immunsystems\* nach Kontakt des Organismus mit Antigenen von B\*-Lymphozyten u. Plasmazellen\* gebildet u. in Körperflüssigkeiten sezerniert werden u. mit dem entspr. Antigen spezif. (selektiv) reagieren (Antigen\*~Antikörper-Reaktion). Antikörper besitzen zwei (bivalente Ak, z. B. IgG) bis zehn (sog. multivalente Ak, z. B. IgM) Antigenbindungsstellen; monovalente Ak kommen natürlicherweise nicht vor.

*Funktion:* Als Träger der humoralen Immunität\* v. a. Bindung von fremden (pathogenen Mikroorganismen) und körpereigenen Antigenen (z. B. Tumorzellen) mit Neutralisation z. B. von Toxinen u. Viren, Agglutination\* od. Lyse korpuskulärer Antigene durch Aktivierung von Komplement od. Stimulation der Phagozytose\* durch Opsonisierung der Antigene sowie Freisetzung biologisch wirksamer Mediatoren\* aus aktivierten Mastzellen\* (durch zytophile Ak). Antikörper können (häufig sekundär) auch nachteilige Auswirkungen auf den Organismus haben und spielen z. B. in der Pathogenese der Allergie, bei Immunkomplexkrankheiten\*, Autoimmunkrankheiten\*, Abstoßungsreaktionen, eine Rolle. Vgl. Autoantikörper.

**2.2.5. Antioxidanzien;** leicht oxidierbare Stoffe, die durch ihr niedriges Redoxpotential andere Stoffe (z. B. in Lebensmitteln) vor unerwünschter Oxidation\* schützen; natürl. Antioxidanzien sind z. B. Tocopherole\*, Ascorbinsäure\*, zu den synthet. A. zählt z.B. Schwefeldioxid. Da A. infolge ihrer antioxidativen Wirkung die Entstehung von Freien Radikalen\* verhindern können, wird ihnen eine präventive Funktion hinsichtlich bestimmter Erkrankungen zugeschrieben. Verwendung auch als Konservierungsstoffe für Lebensmittel u. Kosmetika.

**2.2.6. Atrophie;** Rückbildung eines Organs oder Gewebes, krankhaft als einfache A. mit Verkleinerung der Zellen oder mit Abnahme der Zellzahl; Einteilung: 1. physiologisch (z. B. Alter-satrophie), Involution (z. B. des Thymus in der Pubertät); 2. pathologisch; a) generalisierte, metabolisch bedingt bei Unterernährung od. endokrin bedingt; b) lokalisierte, z. B. infolge lokaler Durchblutungsstörungen.

**2.2.7. Autoantikörper;** gegen körpereigene Antigene versch. zellulärer Strukturen (z. B. Oberflächenantigene, Rezeptoren, Nukleinsäuren, Proteine, Glykoproteine) gerichtete Antikörper\* (Immunglobuline) mit physiol. u. pathol. Bedeutung.

**2.2.8. Avitaminose** (Vita-; Leben); schwere Form des Vitaminmangels (leichte Formen: Hypovitaminosen\*): 1. ungenügende Zufuhr bei Malnutrition\*; 2. Zerstörung der Darmflora (z. B. durch Antibiotika); 3. Störung der Resorption (starke Durchfälle, Darmresektion, Schleimhautatrophie mit Fehlen von Intrinsic\*-Faktor). Vgl. Vitamine.

*A.n. tropische;* aufgrund schlechter Ernährungslage in den trop. u. subtrop. Entwicklungsländern häufig vorkommende Mangelerscheinungen vorwiegend bei Kindern; wichtigste t. A.: Ariboflavinose\*, Beriberi\*, Pellagra<sup>4\*</sup> u. Xerophthalmie\*. Rachitis\* ist trotz der starken Sonnenstrahlung in den Tropen und Subtropen sehr viel häufiger als in Ländern mit gemäßigttem Klima (bessere Lebensbedingungen); Skorbut\* ist in den Tropen ausgesprochen selten.

**2.2.9. Cheilitis,** Lippenentzündung, manchmal hartnäckige Ver-änderungen an der Unterlippe, meist als Folge einer chron. Cheilitis actinica. Es gibt viele verschiedene Formen, z.B. *Cheilitis vulgaris*; sog. aufgesprungene Lippen; entzündl. Schwellung, Desquamation u. Rhagaden der Lippen; Ursache häufig Riboflavin\*-mangel.

**2.2.10. Coenzyme;** niedermolekulare, bei Enzymreaktionen am Transfer von Elektronen, Protonen oder Molekülgruppen beteiligte Substanzen, die sich strukturell meist von Vitaminen ableiten; Coenzym und Enzymprotein bilden das enzymatisch aktive (Holo-)Enzym. Coenzyme nehmen in erforderlichen Mengen an der Reaktion teil. Im Gegensatz zu Enzymen\*, die für ein einziges Substrat spezifisch sind, wirken Coenzyme mit vielen Enzymen unterschiedlicher Substratspezifität zusammen.

**2.2.11. Coenzym A** (Abk. CoA); Wirkungsform des Vitamins Pantothensäure\*; *biochem. Funktion:* Übertragung von Acylgruppen; organischen Säuren (z. B. bei der Betaoxidation) sind in Acyl-CoA infolge der energiereichen Thioesterbindung aktiviert. Acetyl-CoA besitzt eine Schlüsselstellung im Metabolismus\*, es verbindet Citratzyklus, Glykolyse und Fettstoffwechsel. Vgl. Coenzyme\*

**2.2.12. Coenzym Q** (syn Ubichinon); Sammelbezeichnung; Bedeutung in der Atmungskette und bei Protonen und Elektronen.

**2.2.13. Cornea;** Hornhaut des Auges; durchsichtiger Abschnitt der Augapfelhülle, der am Limbus corneae in die weiße Augenhaut (Sklera) übergeht.

**2.2.14. Degeneration;** sogenannte Entartung zellulärer Strukturen oder Funktionen infolge Schädigung der Zelle: 1. wässrige D.; 2. fettige D. (Fettansammlung); 3. Proteinablagerung; 4. extrazellulärer Stoffaustausch; 5. Nervenschädigungen

**2.2.15. Demenz;** Bez. für i. d. R. über Monate bis Jahre chronisch (zunehmend) verlaufende, degenerative Veränderungen des Gehirns mit Verlust von früher erworbenen kognitiven Fähigkeiten; *Symptome:* zunehmende kognitive Störungen, die insbes. Gedächtnis, Denken, Urteilsfähigkeit, Intelligenz u. Orientierung betreffen und häufig mit Beeinträchtigungen im sozialen u. beruflichen Umfeld bzw. Veränderungen in der Persönlichkeitsstruktur einhergehen; u. U. psychotische Symptome (z. B. Halluzinationen od. Wahnideen), eine quantitative Bewusstseinsstörung liegt i. d. R. nicht vor; Alzheimer-Krankheit; Parkinson-Syndrom, Multiple-Sklerose, Creutzfeldt-Jakob-Krankheit, u. a. Depression, geistige Behinderung.

**2.2.16. Demineralisation** (De-; lat. minerales Grubenez) f. (engl.) demineralization; Verarmung des Körpers an Mineralien; z. B. Phosphat- u. Calciumverlust bei Rachitis od. Karies, Kochsalzverlust bei Pylorusstenose, Erbrechen; ferner bei mineralienarmer Ernährung.

**2.2.17. Dermatitis;** Bez. für eine primär die Dermis erfassende, entzündliche Hautreaktion auf chem., physikal., mikrobielle od. parasitäre Noxen sowie i.R. anderer Hauterkrankungen (z. B. atopisches Ekzem, Psoriasis).

**2.2.18. Diarrhö;** das Durchfließen; Durchfall; mehr als drei dünnflüssige Stühle pro Tag mit mehr als 200 g Gewicht pro Tag; *Formen:* 1. osmotische D.: unzureichende Resorption osmorisch wirksamer Substanzen im Darm; 2. sekretorische D.: gesteigerte Ionensekretion u. mangelnde Ionenresorption; 3. entzündliche D.: Austritt von Proteinen u. Blut; 4. D. bei gestörter Organbewegung;

**2.2.19. Eisenmangelanämie** (Anämie\*); häufigste Anämie\*, bei der die Biosynthese von Häm\* infolge Eisenmangels verzögert ist; Folge: niedriger Gehalt an Hämoglobin\*, der aufgrund der zusätzl. gestörten Erythropoese zur Bildung mikrozytärer Erythrozyten führt; Urs.: 1. akuter od. chron. Blutverlust; a) physiol. (Menstruation); b) pathol., am häufigsten gastrointestinale Blutungen (z. B. bei Ulcus, Gastritis, bei Therapie mit Medikamenten; Zahnfleisch- u. Nasenbluten; 2. ungenügende Nahrungseisenzufuhr (bei vegetarischer Ernährung); 3. erhöhter Eisenbedarf (im Wachstum, bei Schwangerschaft u. Stillen); 4. Eisenresorptionsstörung (bei Magenerkrankung, Malabsorption, Diarrhö, nach Magen-Op); 5. Eisenverteilung und -Transport.

Ein Eisendefizit manifestiert sich krankhaft i. d. R. erst nach Verbrauch des als Hämosiderin u. Ferritin gespeicherten Eisens (ca 20 % des Gesamteisens); daher sind viele Patienten an Eisenmangel angepaßt und ohne wesentliche Beschwerden.

*Symptome:* Anämie (Müdigkeit, Blässe); Kopfschmerz, Appetitlosigkeit, Diarrhö, Obstipation sowie trockene u. spröde Haut, brüchige Haare u. Nägel, Nasenschleim-, Mundwinkelrisse, Zungenbrennen, Glossitis mit Papillenatrophie, Schluckbeschwerden, Gastritis u. leichte Hautbeschwerden;

*Therapie:* 1. Ursache des Eisenmangels ausschalten; 2. Ausgleich des Eisendefizits, möglichst oral (2-wertige Eisenverbindungen);

**2.2.20. Enzyme** (syn. Biokatalysatoren); Makromoleküle, meist Proteine, z. T. auch Ribonukleinsäuren (Ribozyme), die chem. Reaktionen in biologischen Systemen katalysieren; durch die Beschleunigung chemischer Reaktionen mind. um das 10<sup>6</sup>-fache und die Verminderung der freien Aktivierungsenergie ermöglichen sie den Ablauf chemischer Reaktionen bei Körpertemperatur. Prinzipiell können Enzyme die Reaktion in beide Richtungen katalysieren. Da bei den einzelnen in Stoffwechselprozessen aufeinander folgenden Reaktionen das Produkt entfernt wird, verschiebt sich das Gleichgewicht, so dass die Reaktionen in einer Richtung ablaufen.

**2.2.21. Epithelgewebe;** geschlossener Zellverband, der innere oder äußere Körperoberflächen bedeckt mit Funktionen: Schutz, Stoffaustausch, Reizaufnahme.

*Einteilung:* 1. Plattenepithel: a) einschichtig, z. B. Peritoneum; b) mehrschichtig, unverhornt, z. B. Mundhöhle, Vagina; verhornt, z. B. Epidermis; 2. kubisches Epithel z. B. Pigmentepithel der Retina, 3. hochprismatisches (Säulen-)Epithel: a) einschichtig, z. B. Magen, Gallenblase, Darmkanal, Eileiter u. Uterus (Sekretionsphase) mit Flimmerbesatz; 4. Mehrreihiges Epithel, z. B. Respirationstrakt (mit Flimmerbesatz u. Becherzellen); 5. Übergangsepithel: Form des mehrschichtigen Epithels; Auskleidung von Hohlorganen mit veränderl. Ausdehnung: Nierenbecken, Harnblase, Anfangsteil der Harnröhre; Deckzellen (harnsichere Zellen) oft mehrkernig, mit oberflächl. Zytoplasmaverdichtung.

**2.2.22. Folsäuremangelanämie** (Anämie\*); makrozytäre (große, megaloblastäre) hyperchrome Anämie mit Leukopenie u. Thrombopenie bei Folsäuremangel (Serumkonzentration unter 11,3 nmol/l bzw. 0,5 µg/dl). *Ursache:* 1. unzureichende Zufuhr, z. B. bei allgemeiner Unterernährung, Alkoholkrankheit, Ernährungsfehlern; 2. gestörte Resorption, z. B. bei Zöliakie und Sprue, Magen-Op.; auch medikamentös bedingt (z. B. durch Antibabypille); 3. gesteigerter Bedarf, z.B. in der Schwangerschaft, bei Schilddrüsenüberfunktion, u. U. auch bei hämolytischer Anämie (Blut); 4. B>Hemmung der Folsäurebiosynthese, z.B. durch Folsäureantagonisten, Alkohol.

*Symptome:* Blutveränderungen ähnlich denen bei perniziöser Anämie\*.

*Diagnostisch:* Abgrenzung durch Bestimmung der Serumkonzentration von Cobalamin\*, Verlauf der F. ohne neurol.-psychiatr. Symptome?

*Beseitigung* der Ursache, folsäurehaltige Nahrungsmittel, orale Zufuhr von Folsäure.

**2.2.23. Freie Radikale** (Radikale\*); sehr reaktionsfreudige Verbindungen mit einem ungepaarten Elektron, die vielfältige irreversible Reaktionen auslösen; F. R. entstehen durch Zufuhr von Energie, z. B. durch ionisierende Strahlung, oder bei Elektronenübertragung. Vgl. Antioxidanzien\*.

**2.2.24. Gastritis;** Entzündung der Magenschleimhaut; Einteilung nach verschiedenen Kriterien. Von einer chronischen Gastritis sollte nur gesprochen werden, wenn die Diagnose durch histologische Untersuchung der Magenschleimhaut gesichert ist.

**2.2.25. Glossitis;** Zungenentzündung; entzündl. Veränderung der Zungenschleimhaut. häufig in Verbindung mit Stomatitis bei Infektionskrankheiten, häufig auch in Verbindung mit Mangelkrankheiten (Pellagra, perniz. Anämie).

**2.2.26. Hartnup-Krankheit;** seltene, autosomal-rezessiv erbl. Stoffwechselstörung mit Defekt der intestinalen u. tubulären Resorption von neutralen Aminosäuren; benannt nach der erstbeschriebenen Familie; meist klinisch. inapparent, u. U. pellagraähnliche Lichtdermatose infolge Tryptophanmangels (Verminderung der Nicotinamidsynthese), selten zerebellare Symptome;

*Therapie* ggf. Nicotinamid (Vitamin B<sub>3</sub>).

**2.2.27. Herzinsuffizienz;** (Insuffizienz\*) synonym dafür Myokardinsuffizienz, Herzmuskelschwäche; unzureichende Funktion des Herzens, bei der das Herz nicht mehr imstande ist, eine den Anforderungen entspr. Förderleistung zu erbringen. Ursachen nach Herzinfarkt, Kardiomyopathie, erworbene Herzfehler, Hypertonie, Herzrhythmusstörungen, koronare Herzkrankheit, Myokarditis. Der sog. "Plötzliche Herztod" ist häufig auf Thiamin\*-Mangel zurückzuführen.

**2.2.28. Hormone;** organische Verbindungen, die als interzelluläre Signalstoffe oft in endokrinen (inneren) Organen produziert werden, mit dem Blut in freier oder gebundener Form zu ihren Erfolgsorganen gelangen und in extrem geringer Konzstanz (bis 10<sup>-15</sup> mol/gr Gewebe) den Stoffwechsel\* charakteristisch beeinflussen. Die spezifischen Wirkungen von Hormonen vermitteln Hormonrezeptoren (Signalempfänger). Regelkreise (z.B. Blutzuckerspiegel) kontrollieren die komplexen Wechselwirkungen zwischen Hormone, hormonabhängigen Metaboliten und Nervensystem. Es gibt viele versch. Arten von Hormonen: Steroid-, Peptid- und Proteohormone; von Amino- und Fettsäuren abgeleitete; Beispiele: Insulin, Glucagon, Thyroxin, ADH, Calcitonin, Histamin, Acetylcholin. Ein gesund ernährter Mensch braucht keine Hormone schlucken, die erzeugt der gesunde Organismus selbst, bis ins hohe Alter.

**2.2.29. Hornhautgeschwüre,** siehe Cornea\*

**2.2.30. Hyperparathyroidismus;** Überfunktion der Neben-schilddrüsen mit vermehrter Bildung von Parathormon

**2.2.31. Hyperpigmentierung;** lokalisiert oder generalisiert auftretende, verstärkte Färbung der Haut durch vermehrte Bildung oder Ablagerung von Pigment als Nävus, Ephelides, Chloasma, Lentigo u. a. Hauterkrankungen sowie bei Stoffwechselstörungen\* (z. B. Porphyrie\*) u. Medikamenteneinnahme.

**2.2.32. Hypervitaminosen;** Erkrankungen durch Überdosierung von Vitaminen (meist in synthetischer Form); kommen v. a. bei den fettlöslichen Vitaminen (A, D, E, K) vor, da diese im Ggs. zu den wasserlöslichen Vitaminen gespeichert werden. Die Vitaminpräparate (Beipackzettel) geben Auskunft über die Mengen.

**2.2.33. Hypogammaglobulinämie;** im Kindesalters; postnatal verzögert einsetzende Synthese von Immunglobulinen der Klasse IgG bei i. d. R. altersentsprechend niedrigen Serumkonzentrationen von IgM u. IgA; *Vorkommen:* insbes. bei Frühgeborenen; nach Antigenstimulation erfolgt eine adäquate Bildung spezif. Antikörper, die Zahl der B-Lymphozyten ist normal, die zellvermittelte Immunität nicht gestört. Eine Normalisierung der IgG-

Serumkonzentration erfolgt meist innerh. der ersten drei Lebensjahre.

**2.2.34. Hypokaliämie;** häufige Form einer Elektrolytstörung mit Erniedrigung des Kaliums unter 3,5 mval/l, meist in Kombination mit Störung im Säure-Basenhaushalt: 1. verminderte Zufuhr von Kalium, z. B. bei Infusionstherapie mit kaliumfreien Flüssigkeiten; 2. erhöhte Ausscheidung, chron. Niereninsuffizienz (sehr häufig), Erbrechen, Durchfall; Darm; Fisteln, 3. Verteilungsstörungen ohne Verminderung des Gesamtkörperkaliums, z. B. bei Alkalose od. Insulintherapie.

*Symptome* die bei Hypokaliämie auftreten: Apathie, Adynamie, Parese u. Hypotonie der Muskulatur, Wulstbildung bei Beklopfen der Muskulatur, Bewusstseinsstörungen bis zum Koma; Depressionen, Appetitlosigkeit, Obstipation, Darmstörungen; kardiovaskuläre Sympt.: Tachykardie, Extrasystolen, EKG-Veränderungen, Ödeme.

**2.2.35. Hypokalzämie** (Calcämie); erniedrigte Calciumkonzentration im Blutserum (<2,0 mmol/l bzw. 8,0 mg/dl); *Ursache:* Calciferolmangel, Rachitis, Malabsorption, chron. Niereninsuffizienz, akute Pankreatitis u. a.; *Symptome:* gesteigerte neuromuskuläre Erregbarkeit; s. Tetanie.

**2.2.36. Hypomagnesiämie;** Erniedrigung der Magnesiumkonzentration im Blut; vgl. Magnesiummangelsyndrom\*.

**2.2.37. Hyponatriämie;** Verminderung der Natriumkonzentration im Blut auf Werte unter 135 mmol/l (135 mval/l); meist als Zeichen eines Wasserüberschusses im Organismus, auch eines Mangels an Gesamtnatrium.; *Symptome:* Apathie, Kopfschmerz, Durst, Appetitlosigkeit, Erbrechen, ggf. Blutumlauf gestört (Tachykardie); *Therapie:* schrittweiser Natriumersatz (Kreislauf beobachten).

**2.2.38. Hypophosphatämie;** herabgesetzter Phosphatgehalt im Serum unter 0,57 mmol/l (1,7 mval/l, 3 mg/dl) bei ungenügender Nierentätigkeit; Überfunktion der Nebenschilddrüsen. Zusätzlich kann Vitamin-D-Rachitis\* vorkommen.

**2.2.39. Hyposiderinämie;** Eisen; Verminderung des Serumeisens bei Eisenmangel mit und ohne Anämie; Tumor- und Infektanämie (Eisenbindungskapazität).

**2.2.40. Hypovitaminosen;** durch Vitaminmangel entstandene Krankheitszustände leichter Art (schwere Form: Avitaminose\*); meist durch Zufuhr des fehlenden Vitamins völlig reversibel; vgl. Vitamine\*.

**2.2.41. Insuffizienz;** Schwäche, ungenügende Leistung eines Organs oder Organsystems, z.B. Herz-, Leber-, Niereninsuffizienz

**2.2.42. Intrinsic-Faktor** (innerlich); neuraminsäurehaltiges Glykoprotein, das in den Belegzellen der Magenschleimhaut gebildet wird; bildet mit Cobalamin\* (sog. Extrinsic-Faktor) einen gegen Pepsin resistenten Komplex u. ermöglicht so dessen Resorption im Krummdarm (Dünndarm); Fehlen bei Atrophie\* der Magenschleimhaut oder nach totaler Magenresektion (Operation) führt zu perniziöser Anämie\*.

**2.2.43. Jodblockade** (Iod-) der Schilddrüse; Verminderung der Jodspeicherungsfunktion der Schilddrüse infolge (auch ungewollter) Aufnahme von jodhaltigen Verbindungen (Medikamente, Röntgenkontrastmittel); hohe Joddosen führen zur Herabsetzung der Sch.-Drüsendurchblutung sowie zur Hemmung der Jodaufnahme, somit der Hormonsynthese (Thyroxin T<sub>3</sub>, T<sub>4</sub>. Rascher Abfall des T<sub>4</sub>-Spiegels ist möglich. Die Schilddrüsenhormone sind an der Steuerung des Zuckerspiegel (Glukose) beteiligt. *Vorsicht:* Nach Schilddrüsen-Op droht Diabetes mellitus.

**2.2.44. Kanzerogene** (*kanzerogen*; krebserzeugend); Substanzen oder Faktoren, die beim Menschen oder im Tierversuch die Erkrankungsfälle von (Krebs-) Tumoren erhöhen, die Latenzzeit der Kanzerogenese verkürzen oder das Tumorspektrum in einem Gewebe verändern (erweitern) können. Sie wirken direkt oder indirekt (reaktionsfähige Metaboliten\* im Stoffwechsel, Entstehung von Radikalen, Sauerstoffmetaboliten) durch Bindung an ein DNA-Basenpaar (mutagen) und können lokal am Einwirkungsort wirksam werden.

*Einteilung* nach Substanzart: 1. chemische Stoffe: organische Verbindungen; aromatische und chlorierte Kohlenwasserstoffe, aromatische Amine, Nitrosamine, Insektizide, Zytostatika, Substanzen von Metallen (Salze z. B. Arsen, Beryllium, Chrom, Cadmium, Nickel), Asbest (s. Asbestose) od. Quarz (s. Silikose); 2. natürliche Substanzen: z. B. Pilzgifte, Viren; 3. physikalische K.: z. B. ionisierende od. ultraviolette Strahlen (s. Strahlenkrebs, UV-Schäden).

**2.2.45. Katarakt;** sog. grauer Star; Bezeichnung für jede Trübung der Augenlinse unabhängig von deren Ursache; verschiedene Einteilung nach Ätiol., Morphologie bzw. Alter beim Auftreten; häufig Vitamin-A-Mangel.

Einschmelzungsvorgänge an der Hornhaut der Augen unterernährter Kinder durch Vitamin-A-Mangel; vgl. Xerophthalmie\*.

**2.2.47. Krämpfe;** unwillkürliche Muskelkontraktionen, nach Ausdehnung und Ablauf werden unterschieden: 1. klonische K.: rasch aufeinanderfolgende, kurzdauernde, rhythmische Zuckungen antagonistischer Muskeln; 2. tonische K.: Kontraktionen von starker Intensität u. langer Dauer, z. B. bei Tetanie u. Tetanus; 3. tonischklonische K.: als generalisierte Krämpfe; 4. lokalisierte K. einzelner Muskeln od. Muskelgruppen, z. B. epileptischer Anfall, Trismus, Tic; Hals-, Nacken- u. Schultermuskelkrämpfe, Wadenkrampf; 5. Beschäftigungskrämpfe (z.B. Schreibkrampf) entstehen als Folge einer übermäßigen Beanspruchung der Muskulatur.

**2.2.48. Magnesiummangelsyndrom;** infolge Magnesiummangels auftretende Symptome: Tetanie, Tremor, Muskelzuckungen, unwillkürliche Bewegungen, seltener Krämpfe u. Bewußtseinstörende Zustände; z.B. bei schwerem Erbrechen, Durchfällen, chron. Alkoholkrankheit, fast ausschl. Milchernährung (Milch ist sehr magnesiumarm). Das Parathormon (Nebenschilddrüse, Knochenabbau) beeinflusst Magnesium in gleicher Weise wie Calcium. Magnesium und Calcium sind Antagonisten (Gegenspieler, gesteuert von Vitamin D).

**2.2.49. Malabsorption;** (Mal-, schlecht, schädlich); Verdauungs-Insuffizienz\*; Störung der Resorption vom Darm in die Blut- u. Lymphbahn z.B. infolge Kohlenhydratmalabsorption, Hartnup-Krankheit, Methioninmalabsorption, Dünndarmerkrankungen: Darminfektionen, Parasitosen, Zöliakle, Sprue.

*Symptome:* Gewichtsabnahme, Massenstühle, Muskelschwäche, Haut- u. Schleimhautveränderungen, Anämie, Dünndarm-Op, Durchblutungsstörungen, Tumore.

**2.2.50. Maldigestion;** Störung der Verdauung im Magen infolge mangelnder Andauung oder Aufspaltung der Nahrung durch Pankreasenzyme (Bauchspeicheldrüse) oder Galle.

**2.2.51. Malnutrition** (Mal-, schlecht, schädlich); Sammelbegriff für eine Fehl- od. Mangelernährung; unterschieden werden quant. (Dystrophie, Marasmus) u. qual. M. (Eiweißmangeldystrophie, Milchnährschaden, Hypo- u. Avitaminose) sowie chronisch-dyspeptische Formen durch Verdauungsinsuffizienz z. B. bei zystischer Fibrose und. Verschiedenen Formen der Malabsorption\*; vgl. Protein-Energie-Mangelsyndrome.

**2.2.52. Megaloblasten;** abnorme Vorstufen der Megalozyten\*. entwickeln sich vom noch hämoglobinfreien Promegaloblasten über M. unterschiedlicher Reifegrade bis zum kernlosen Megalozyten. Die M. sind große Zellen mit unregelmäßig geformten Kernen, enthalten oft Chromatinabsprengungen und reichlich Zytoplasma. Mit zunehmender Entwicklung wird eine Reifungsdissoziation zwischen Kern und Zytoplasma immer deutlicher; trotz weitgehender Hämoglobinisierung des Plasmas besitzen die M. noch jugendliche Kerne mit lockerer Chromatinstruktur. Die sog. megaloblastäre Erythropoese ist meist

Folge eines Mangels an Cobalamin\* oder Folsäure\*; Vorkommen bei allen megaloblastären Anämien.

**2.2.53. Megalozyten;** besondere Erythrozytenform; sind größer als normale Erythrozyten und haben eine leicht ovale Form, sind hämoglobinreich. Vorkommen bei Cobalamin\*- u. Folsäure\*-Mangel. Nach Substitutionsbehandlung werden sie durch normale Erythrozyten ersetzt.

**2.2.54. Metabolit;** im Stoffwechsel durch Enzymreaktionen entstandene oder veränderte Verbindung.

**2.2.55. Möller-Barlow-Krankheit** (Julius O. M., Chir., Königsberg, 1819-1887; Sir Thomas B., Päd., London, 1845-1945); infantiler Skorbut; schwere Avitaminose\* (Ascorbinsäuremangel) der Säuglinge und Kleinkinder; Urs.: einseitige Ernährung (Kuhmilch, kein frisches Obst u. Gemüse); Symptome: anfangs Mattigkeit, Appetitmangel, Gewichtsverlust, Kopfschmerzen, später starke Berührungsempfindlichkeit (sog. Hampelmannphänomen), Neigung zu Blutungen an Zahnfleisch, Haut und Muskulatur; typische Skelettveränderungen mit Auftreibung der Knorpel-Knochen-Grenze der Rippen (skorbütische Stufenbrust), Epiphysenlösung u. subperiostalen Blutungen; blutungsbedingte hypochrome, z. T. auch megaloblastäre Anämie; Diagn.: erhöhte Tyrosinkonzentration in Blut u. Urin; erniedrigte Ascorbinsäurekonzentration im Blut; Ther.: Ascorbinsäure; siehe Skorbut\*.

**2.2.56. Myelose, funikuläre;** syn. funikuläre Spinalerkrankung. Rückenmarkschädigung bei Mangel an Cobalamin durch unsystemische Entmarkung markhaltiger Nervenfasern v. a. im Bereich der Seiten- u. Hinterstränge infolge Störung der Myelinsynthese; kann zu irreversiblen neurologischen Ausfällen führen; Urs.: meist gestörte Resorption, evtl. ungenügende Zufuhr oder erhöhter Verbrauch von Cobalamin\*.

*Ursachen:* Unabhängig von hämat. Veränderungen u. Allgemeinsymptomen (s. Anämie, pemiziöse) können Sensibilitätsstörungen\* (insbes. Störungen der Propriozeption\*), Parästhesien, Ataxie, Abschwächung von Reflexen, motor. Lähmungen, Pyramidenbahnzeichen\*, Polyneuropathie\* u. evtl. psychische Symptome auftreten. Verminderte Cobalaminkonzentration im Blut, daher Substitution von Cobalamin.

**2.2.57. Myelomalazie;** sog. Rückenmarkerweichung; Nekrose\* des Rückenmarks infolge Ischämie; bei Thrombose od. Embolie spinaler Gefäße.

**2.2.58. Nervenlähmung,** traumatische periphere: Schädigung eines peripheren Nervs; Lähmung ist der Oberbegriff für die Minderung oder den Ausfall der Funktionen eines Körperteils: Bewegungseinschränkungen, Sensibilitätsstörungen.

Die Vitamine des B-Komplexes bezeichnet man auch als *Nerven-vitamine*.

**2.2.59. Neurotransmitter** (Überträgersubstanzen); Kleine, diffundierbare Moleküle, die in Vesikeln des präsynaptischen Nervenendes (Synapse) gespeichert sind, durch ein Aktionspotential freigesetzt werden und in ZNS (Zentralnervensystem) sowie peripherem Nervensystem die Erregungsweiterleitung bewirken. Nach Bindung an spezifische Rezeptoren der postsynaptischen Membran kommt es infolge Permeabilitäts- (Durchlässigkeit) und Potentialänderung zu De- oder Hyperpolarisation. Inaktivierung: enzymatisch (Monoaminoxidase) oder durch Wiederaufnahme in das präsynaptische Nervenende. *Einteilung* nach chemischer Struktur in: Amine (Acetylcholin, Adrenalin, Noradrenalin, Dopamin, Serotonin, Histamin, Aminosäuren [Aspartat, Glutamat, Glycin, GABA (Buttersäure)], Nukleotid [ATP (Phosphat, beeinflusst Muskeln, Atmung)] u. Peptide. *Serotoninwiederaufnahme-Hemmer, Mononinoxidasehemmer werden als Antidepressiva eingesetzt. Sie verzögern den Abbau.*

**Die Neurotransmitter steuern mentale Vorgänge (Hunger, Sättigkeit, Müdigkeit usw.) Melatonin geht aus dem Serotonin hervor und wird nur im Schlaf erzeugt. Mangel an Neurotransmitter erzeugt mit Sicherheit Depressionen und Migräne, das ist heute, nach 40 Jahren medizinischer Diskussion gesichert. Die Biochemiker wußten es schon damals, es steht in alten Lexika aus den 60er Jahren. Es herrschte tödliches Schweigen!**

**2.2.60. Nitrate;** Salze der Salpetersäure (HNO<sub>3</sub>); natürliches Vorkommen in extremen Trockengebieten (Chilesalpeter), im Boden, Regen- u. Trinkwasser sowie in pflanzlichen Nahrungsmitteln (z. B. Wurzel- u. Blattgemüse); Bestandteil stickstoffhaltiger Düngemittel. Bei zu langer Aufbewahrung der Lebensmittel an der Luft können sich Nitrate in Nitrite und im Magen-DarmTrakt zusammen mit Aminen in stark krebserzeugende Nitrosamine\* umwandeln. *N., organische;* Ester der Salpetersäure, z. B. Nitroglycerol, Isosorbiddinitrat, Isosorbidmononitrat und verwandte Verbindungen. *Wirkungen* auf glatte Muskulatur, Erweiterung der venösen Kapazitätsgefäße (stärker als Erweiterung arterieller Widerstandsgefäße) mit nachfolgender Senkung von Vor- und Nachlast des Herzens; die Entlastung des Herzens vermindert den Sauerstoffbedarf. *Nitratvergiftung:* Durch nitrationenhaltiges und bakteriologisch durch Umwandlung von Nitrat in toxisch wirkendes Nitrit verursachte Methämoglobinämie (im Blut). Mögliche Nitratquellen sind Trinkwasser mit einem Nitratgehalt >35-70 mg/dl oder Nahrungsmittel (bakteriologische Umwandlung des Nitrats).

**2.2.61. Nitrosamine;** Stickstoff-Nitrosoverbindungen von Aminen; allgemeine Formel R-NH-NO; Nitrosamine entstehen im Sauren bei Anwesenheit von Nitrit und Aminen (z. B. in eiweißreichen Nahrungsmitteln). Sie sind starke Gifte und potente Tumorverursacher (Krebs); Vorkommen v. a. in gepökeltem bzw. geräuchertem Fleisch, Käse, Wurst und Tabakrauch; Bildung auch durch Bakterien und Trichomonaden (tier. Einzeller).

**2.2.62. Nyktalopie;** Nachtblindheit; eingeschränkte Sehfähigkeit in der Dämmerung und im Dunkeln; teilweiser oder völliger Ausfall des Stäbchensehens; z. B. Retinopathia; auch bei Degeneration der Netzhaut, Mangel an Vitamin A, ausgedehnten Narben in der Netzhautperipherie.

**2.2.63. Obstipation** (stopfen); Stuhlverstopfung; Sammelbegriff für heterogene Störungen, die durch erniedrigte Stuhlfrequenz (<3/Woche) und notwendiges starkes Pressen bei der Defäkation gekennzeichnet sind.

*Symptome:* Häufig sog. verlangsamter Kolontransit, bes. bei Frauen; Auftreten auch bei Diabetes mellitus, Hypothyreose, Schwangerschaft oder medikamentös bedingt (Neuroleptika, Antidepressiva, Calciumantagonisten, Opiate, Diuretika, Calciumpräparate);

**2.2.64. Ödem;** Geschwulst, Schwellung, Hydrops, Wassersucht; schmerzlose, nicht gerötete Schwellungen infolge Ansammlung wässriger Flüssigkeit in den Gewebespalten, z. B. der Haut und der Schleimhäute. Ödeme finden sich an fast allen Körperstellen. Beispiele: Stauungsödem (Herz, Beine, Knochen, Lunge, Thrombose), Nieren- und Leberödeme; Entzündungen; Hungerödeme (Vitaminmangel).

> **2.2.65. Ossifikation;** syn. Osteogenese; Bildung von Knochengewebe\*. Die normale O. beginnt beim Feten als *desmale O.*, perichondrale O. mit Bildung von Knochengewebe um die Knorpelstäbe der künftigen Röhrenknochen herum. Beim Erwachsenen wird die Erneuerung dieser Knochenmanschette (z. B. nach Frakturen) als *periostale O.* bezeichnet. Schließlich folgt während der Fetogenese die *enchondrale O.*, die bis zum Abschluss des Längenwachstums stattfindet u. von der Grenze zw. Epiphyse u. der gefäßreichen Metaphyse ausgeht. Die lebenslange Knochenerneuerung wird als *endostale O.* bezeichnet. *Pathol. O.* ist Verknöcherung anderer Gewebearten (Knorpel, Bindegewebe, Muskulatur), z. B. bei Myositis\* ossificans, Paraosteoarthropathie\*.

**2.2.66. Osteomalazie;** erhöhte Weichheit u. Verbiegungstendenz der Knochen durch mangelhaften Einbau von Mineralstoffen in die normal od. überschießend gebildete Knochenmatrix (Osteoid) als sek. Ossifikationsstörung; häufigste Ursache Rachitis\*, Malabsorption\*, Calciferol\*-Stoffwechselstörung, primäre Phosphatstörungen\*; *Symptome:* diffuse Skelettbeschwerden bis hin zu schmerzbedingter Unbeweglichkeit; Hypokalzämie, evtl. Hypophosphatämie, Anstieg von alkalischer Phosphatase u. Parathormon; *Therapie:* je nach Grunderkrankung orale Calcium- od. Phosphatzufuhr, Calciferole bzw. Calciferolmetabolite; bei Malabsorption Calciferole parenteral.

**2.2.67. Osteopathie, alimentäre;** sog. Hungerosteopathie; durch Mangelernährung (insbes. Protein-, Calcium-, Calciferolmangel) auftretende Brüchigkeit des Skeletts mit mangelhaftem Knochenanbau bei normalem Längenwachstum. *Symptome:* Knochenschmerzen u. erhöhte Knochenbrüchigkeit i. S. einer Osteoporose\* od. Osteoporomalazie\* mit Muskelschwäche.

**2.2.68. Osteoporose;** Erkrankung des Skelettsystems mit Verlust bzw. Verminderung von Knochensubstanz u. -struktur u. erhöhter Frakturanfälligkeit;

Ätiol.: primäre O.: bisher weitgehend ungeklärt, als Teilfaktoren bei der postmenopausalen u. senilen O. sind Östrogenmangel u. Immobilisation bekannt; sek. O.: Grunderkrankungen: s. Tab. Sympt.: 1. präklin. O.: keine Frakturen od. Wirbelverformungen; signifikante Verminderung der Knochenmasse gegenüber alters- u. geschlechtsentsprechender Norm; 2. manifeste O.: mindestens eine Wirbelfraktur bei inadäquatem od. fehlendem Trauma u. evtl. extravertebrale Frakturen; in ausgeprägten Fällen Rumpfkürzung, Rundrücken, quere Hautfalten in der Flankenregion; chron. Schmerzsyndrom bes. im Rumpfbereich; Diagn.: (radiol.) Verminderung der Knochenmasse in der Osteodensitometrie"; Grund- u. Deckplatteneinbrüche der Wirbelkörper, Keilwirbel, Fischwirbel; (labordiagn.) Calcium, Phosphor, alkalische Phosphatase im Referenzbereich; (histol.) evtl. Beckenkammbiopsie; Ther.: physikalische Ther., Analgetika, optimale Calciumzufuhr, Calciferole u. Calciferolmetabolite (Alfacalcidol\*, Calcitriol\*), Bisphosphonate"; Stimulation der Osteoblasten mit Fluoriden, Hemmung der Osteoklasten mit Calcitonin\*;  
*Proph.:* körperl. Aktivität (Gymnastik), calciumreiche Ernährung, evtl. Östrogen-Gestagen-Substitution in der Postmenopause.

**2.2.69. Pankreatitis;** primär nichtinfektiöse Entzündung des Pankreas (Bauchspeicheldrüse); gehäuftes Auftreten bei Gallenwegserkrankungen, Papillenstenose u. Alkoholkrankheit; außerdem bei meist stumpfem Bauchtrauma, abdominalen Op., ERCP, i. R. von Hyperlipoproteinämien, Hyperparathyroidismus, Ulkuserkrankung mit Penetration, Virusinfekten (z. B. Mumps, Hepatitis, AIDS), medikamentös (Diuretika, Glukokortikoide, Antibiotika u. a.), sog. Transplantationspankreatitis (ischämisch postop. u. bei Abstoßung des Organs), hereditär (autosomal-dominanter Erbgang, Genlocus 7q35) durch Mutation des Gens zur Inaktivierung des Trypsinogens; 15 % idiopathisch.

**2.2.70. Polyneuropathie;** Erkrankung peripherer Nerven aus nichttraumatischer Ursache.; Symptome: distal betonte, strumpfförmige sensible Reiz- bzw. Ausfallerscheinungen, z. B. als Parästhesien oder (ziehende) Schmerzen bzw. Hypästhesie u. Pallesthesie; Beginn meist an der unteren, im weiteren Verlauf schlaffe Lähmung, Muskelatrophie und Störungen des vegetativen Nervensystems (Herz-Kreislauf-System, Blase, Mastdarm, Sexualfunktion, Haut). Typisch ist ein symmetrisches Verteilungsmuster der Symptome; asymmetrischer Befall; bei Diabetes mellitus u. Vaskulitis; Porphyrie\* u. a.; Stoffwechselstörungen, Urämie; bei Malabsorption u. Malnutrition (Beriberi, Pellagra, Zöliakie u. a.): Bleivergiftung, Thalliumvergiftung, durch Alkohol u. Medikamente, Kollagenosen, rheumatoide Arthritis;

*Therapie:* Behandlung der Grundkrankheit bzw. Ausschaltung von Noxen, Physiotherapie, Nahrungsergänzung.

**2.2.71. Porphyrie;** (Purpur); angeborene oder erworbene Störung der Biosynthese von Häm (Porphyrin) mit Überproduktion, Akkumulation od. vermehrter Exkretion von Porphyrinen\* od. deren Vorstufen;

**2.2.72. Porphyrine;** Verbindungen (cyclische Tetrapyrrole) mit dem Gerüst Porphin und versch. substituierten Seitenketten; Metalloporphyrine (z. B. Häm, Hämin, Cobalamin\*) enthalten komplex gebundene Metallionen (Eisen\*, Magnesium\*, Cobalt\*) sind oft farbig u. prosthetische Gruppe vieler Chromoproteine (z.B. Hämoglobin, Myoglobin, Chlorophyll). Die Biosynthese erfolgt v. a. im Knochenmark in Leber und Mitochondrien: CoA u. Glycin reagieren unter Decarboxylierung zu Deltaamrnlävulinsäure. Diese Reaktion ein Schlüsselenzym, das durch Häm u. Hämin allosterisch gehemmt (negative Rückkopplung) wird. Zwei Moleküle (ALS) kondensieren unter Wasserabspaltung zu Porphobilinogen. Der Tetrapyrrolring entsteht aus vier Molekülen PBG unter Abspaltung von vier Molekülen NH<sub>3</sub> (Porphobilinogen-Desaminase). Durch Decarboxylierung entsteht Koproporphyrinogen III, aus dem durch erneute Decarboxylierung u. Dehydrierung Protoporphyrinogen gebildet wird. Weitere Oxidation und Einbau von Fe<sup>2+</sup> (Ferrochelatase) führen zu Häm. Der Abbau der P. zu Gallenfarbstoffen erfolgt v. a. in Leber, Knochenmark u. Milz. Störungen des Porphyrinstoffwechsels führen zur Porphyrie\*.

**2.2.73. Phosphatstörungen;** Stoffwechselanomalien, die aufgrund von Störung der Nierenfunktion (Enzymdefekte?) entweder bei vermehrter Phosphatausscheidung zu einer erniedrigten Phosphatkonzentration im Blut oder bei verminderter Phosphatclearance (Nierenleistung) zu erhöhten Phosphatwerten im Blut führen; die Symptomatik entspricht dem sogenannten Pseudohyperparathyroidismus (Phosphatdiabetes, Störung im Blut) bzw. dem Pseudohypoparathyroidismus (Nieren, Schilddrüse).

*Symptome:* chron. Phosphatdiabetes (Vitamin-D-resistente Rachitis, Regulationsstörung im Calciferolstoffwechsel (Vitamin D). Die Hyperphosphatämie bewirkt eine ersetzende Ausschüttung von Parathormon (Nebenschilddrüse gestört) mit der Folge einer Knochenentkalkung und Erhöhung der alkalischen Serumphosphatase unter dem krankhaften Bild einer Rachitis\* (Nieren, Knochen). Ausfall von Calcium- oder Magnesium-Phosphaten als milchartige Trübung im Harn. *Mögliche Folgen:* Rachitis und Osteomalazie, Vergrößerung von Körperteilen, krankh. Zellvermehrung (Blut), osteolyt. (Knochen-) Metastasen.

**2.2.74. Radikal** (radix Wurzel); (chem.) Bezeichnung für Atome, Moleküle u. Ionen mit ungepaartem Elektron; früher auch Bez. für stabile Atomgruppen mit spezif. Struktur innerhalb eines Moleküls (Substituent, heute vorwiegend als Rest bezeichnet). Die Stabilität von Radikalen ist abhängig von Gegebenheiten. Die kurzzeitige Existenz stark reaktionsfähiger freier Radikale\* ist nachgewiesen (Reaktionsprodukte).

**2.2.75. Resorption;** (Aufsaugung); 1. Aufnahme von Stoffen (z. B. Nahrungsmittel, Medikamente) über die Haut oder Schleimhaut (Magen-Darm-Trakt, Atmungsorgane) oder aus Geweben (injizierte Arzneimittel) in die Blut- oder Lymphbahn; 2. aktiver und passiver Vorgang zur Rückgewinnung (Reabsorption) von Wasser und anorganischen und organischen Substanzen aus dem Primärharn der Nierentubuli in die peritubulären Kapillaren. *R., parapatiale;* Aufnahme von Stoffen aus dem Darminhalt direkt in die Blutbahn unter Umgehung der Leber.

**2.2.76. Rhodopsin;** sog. Sehpurpur; Photorezeptorprotein in den Stäbchen der Netzhaut; lichtempfindliches integrales Membranprotein, das aus dem Protein Opsin u. der Vorstufe Alltrans-Retinol (s. Vitamin A) besteht. Der veränderte Ladungszustand löst an der Synapse der Photorezeptorzelle ein Signal aus, das zum ZNS weitergeleitet wird.

**2.2.77. Stoffwechsel;** syn. Metabolismus; Gesamtheit aller lebensnotwendigen Reaktionen im Organismus; Bestandteile der aufgenommenen Nahrungsmittel werden entweder zur Assimilation oder zur Dissimilation verwendet. Viele Reaktionen des St. verlaufen in Zyklen (z. B. Harnstoffzyklus) und werden auf verschiedenen Ebenen reguliert. Der ständig in lebenden Organismen stattfindende Abbau- u. Resyntheseprozess wird Stoffumsatz genannt.

*St., anomalien;* auch Stoffwechselstörungen; krankhafte Abweichungen der Stoffwechselvorgänge, die häufig durch Enzym-mangel verursacht sind; sie können sich in jedem manifestieren. Die Krankheiten sind pathogenetisch gekennzeichnet durch: 1. Erhöhung von Stoffwechselzwischenprodukten (z. B. Alkaptonurie, Porphyrie); 2. Speicherung von Stoffwechselprodukten (Theasurismosen); 3. Produktion von ungewöhnlichen Metaboliten (z. B. Dicarbonsäuren bei Fettsäureoxidationsstörungen, Phenylbrenztraubensäure bei Phenylketonurie); 4. Defekte des Transports von Substanzen (z. B. Hartnup\*-Krankheit).

**2.2.78. Tetanie** (Spannung, Krampf); anfallartige Störung der Motorik u. Sensibilität als Zeichen einer neuromuskulären Übererregbarkeit; pathogenetische Einteilung nach der Gesamtcalciumkonzentration im Blut in normo- und hypokalzämische T.; Formen: 1. Manifeste mit schmerzhaften tonischen Krämpfen der Muskulatur, evtl. *Pfötchenstellung* der Hand, Karpopedalspasmen od. Equinovarusstellung der Füße, Kontraktion der mimischen Muskulatur (sog. Tetaniegesicht mit gespitzten Lippen), idiomuskulärer Kontraktion, Parästhesien insbes. im Bereich der Arme, evtl. Sensibilitätsstörungen (v. a. Anästhesie u. Hypopathie); 2. latente 1. mit uncharakterist. psych. Störungen, Antriebsstörung\* (Minderung), evtl. Parästhesien u. Sensibilitätsstörungen; 3. chronische T.: zusätzl. zu den Sympt. der manifesten T. Katarakt, Migräne, Konjunktivitis u. Lichtscheu, Candidosen der Haut, Onychomykosen, evtl. intrakranielle Verkalkungen;

*Diagn.:* Blutanalyse; von Calcium, Magnesium, Kalium, Phosphat u. Chlorid im Serum, evtl. der Calcium- u. Phosphatausscheidung im Urin.

*T., rachitogene;* mit der Rachitis\* auftretende hypokalzämische Tetanie im Kindesalter, bes. in der spontanen Heilungsphase im Frühjahr (sog. Heilungskrise). Durch die Frühjahrssonne od. auch durch kleine Dosen von Calciferolen\* wird offenbar die Calciumaufnahme des wachsenden Skeletts stärker als die Calciumresorption im Darm stimuliert, wodurch es zu einer Hypokalzämie kommt.

**2.2.79. Thrombose;** vollständiger od. teilweiser Verschluss von Arterien u. Venen sowie der Herzhöhlen durch intravasale Blutgerinnung mit Bildung von Blutkoageln aus Thrombozytenaggregaten u. Fibrin.

*Symptome:* drei wesentliche Faktoren 1. Gefäßwandschaden (durch Entz., Arteriosklerose, Trauma); 2. herabgesetzte Blutströmungsgeschwindigkeit (Stase u. verminderte Zirkulation z. B. bei Varizen, Operation, Herzinsuffizienz); 3. veränderte Blutzusammensetzung (Hyperkoagulabilität, verstärkte Thrombozytenaggregation) meist im Bereich der unteren Extremitäten; Th. der Armvenen. *Formen:* 1. arterielle Th.: >akuter Arterienverschluss bei vorbestehender Arteriosklerose meist im Bereich der unteren Extremitäten;

*Sympt.:* subakut einsetzende Schmerzen u. häufig inkomplettes Ischämiesyndrom; 2. venöse Th.: Thromboseentstehung im oberflächl. (Thrombophlebitis) bzw. tiefen (Phlebothrombose) Venensystem; gehäuftes Vork. bei Protein-C-u. Protein-S-Mangel, APC-Resistenz, Antithrombin-III-Mangel, bei Frauen >40. Lj., bestehender Varikose, Adipositas, hormonellen Veränderungen (Kontrazeptiva, Schwangerschaft, Cushing-Syndrom), Diabetes mellitus, Vena-cava-inferior-Syndrom, Polytrauma u. längeren Op. sowie als paraneoplastisches Syndrom; Allgemeinsymptome wie Fieber, BKS-Anstieg, Leukozytose, Tachykardie; lokale Sympt.: bei Thrombophlebitis im Bereich des verhärtet tastbaren Venenstrangs Entzündungszeichen, kein Odem der Extremität; bei Phlebothrombose, Überwärmung, Schwellung (Umfangsdifferenz >1,5 cm), Verfärbung des herabhängenden Beins, oberflächliche Kollateralvenen (sog. Warnvenen), u. U. spontane Schmerzen im Bereich des Venenverlaufs, bei Husten zunehmend;

**Thrombophlebitis** akute Thrombose\* oberflächliche Venen mit entzündlichen Reaktion der Gefäßwand, häufig im Bereich variköser Veränderungen.

**2.2.80. Thrombozyten;** Blutplättchen; von Megakaryozyten im Knochenmark gebildete kernlose, scheibenförmige, korpuskuläre Blutbestandteile mit einem Durchmesser von 2 - 3,5µm und einer Dicke von 0,5 - 0,75µm; werden von einer Zellmembran umschlossen, die vom endoplasmatischen Retikulum der Megakaryozyten abstammt.

**2.2.81. Wernicke-Enzephalopathie;** auch Wernicke-Korsakow-Syndrom, diffuse Erkrankung im Erwachsenenalter; Thiaminmangel durch verminderte Zufuhr oder Malabsorption\* bei Alkoholkrankheit\*, Magenkarzinom, nach Magenresektion; so punktförmige Blutungen u. Wucherung der Gefäßwandzellen ohne entzündliche Infiltrationen; kleiner Magen, Augenmuskeln.

*Symptome* sind Augenbewegungsstörungen, fehlende Reflexe, Bewusstseins- u. vegetative Störungen, Durchblutungsstörungen. Behandlung: Gabe von Vitaminen (Thiamin).

**2.2.82. Zinkmangeldermatitis;** nässende Entzündung der Haut infolge ungenügender Zufuhr (Fehlernährung) oder verminderter Resorption (Darm-Op, Darmstörungen) von Zink. *Symptome:* Krustenbildung in Gesicht und Genitalien, Analbereich, Blasenbildung an Fingern und Zehen.

**2.2.83. Zöliakie;** gluteninduzierte bzw. glutensensitive Enteropathie (Erkr. der Dünndarmschleimhaut) im Säuglings- u. Kindesalter; das entspr. Krankheitsbild des Erwachsenen heißt "einheimische Sprue". Das in vielen Getreidearten vorkommende Kleberprotein Gluten mit seiner pathogenet. bedeutsamen glutamin- u. prolinreichen Gliadinfraktion führt aufgrund einer Immunreaktion (Antikörperbildung) zu schweren Veränderungen der Dünndarmschleimhaut. Der Mangel an schleimhautgebundenen Verdauungsenzymen und die Reduktion der Dünndarmoberfläche führt zum Verlust der Funktion des Dünndarms für die meisten Nährstoffe, einschließlich Mineralien und Vitamine. Bei langjährigem Verlauf besteht erhöhtes Karzinomrisiko; gehäuftes Auftreten mit Diabetes mellitus.

### 3. Lebenswichtige (essentielle) Stoffe

#### 3.1. Elemente

#### 3.2 [Vitamine](#)

#### 3.3 [Aminosäuren](#)

Die lebenswichtigen Elemente, die der Mensch für eine gesunde Existenz benötigt, werden als **Mineralstoffe und Spurenelemente** bezeichnet. Diese Stoffe sind im Gegensatz zu Vitaminen, die aus zum Teil recht komplexen Molekülen bestehen, einfache Stoffe, die in Form von Salzen (Säuren, Basen) der anorganischen Chemie angehören und täglich über die Nahrung aufgenommen werden müssen. Sie erfüllen lebenswichtige Aufgaben. So sind sie beispielsweise das Baumaterial von Knochen und Zähnen, steuern Wasserhaushalt und Stoffwechsel und sind für die Funktionen von Nerven und Muskeln unentbehrlich.

Im Gegensatz zu Proteinen, Kohlenhydraten oder Fetten werden die Mineralstoffe im Organismus weder produziert noch verbraucht. Da sie jedoch kontinuierlich ausgeschieden werden, müssen sie ersetzt werden. Ebenso vielfältig wie die Funktionen von Mineralstoffen sind, ebenso zahlreich sind demgemäß die Erkrankungen, die infolge eines Mangels dieser lebenswichtigen Substanzen auftreten können.

**3.1.1. Mineralstoffe** sind für den Körper unerläßliche Stoffe (Salze, Säuren, Basen), die ebenso wie die Vitamine einer täglichen Zufuhr bedürfen. Man unterteilt die Mineralstoffe in *Makromineralien* und *Mikromineralien*. Aus den Bezeichnungen (makro: [gr.] "lang, groß", mikro: [gr.] "klein, fein, gering") geht bereits hervor, daß Makroelemente jene Mineralstoffe sind, bei denen ein höherer *Tagesbedarf* (über 100 mg) gegeben ist. Die übrigen Mineralien werden als Mikronährstoffe oder *Spurenelemente* bezeichnet.

Zu den **Mineralstoffen** (auch in Verbindungen) gehören: *Wasserstoff* ( $^1\text{H}$ , Wasser), *Kohlenstoff* ( $^{12}\text{C}$ ), *Stickstoff* ( $^{14}\text{N}$ ), *Sauerstoff* ( $^{16}\text{O}$ ), *Natrium* ( $^{11}\text{Na}$ ), *Magnesium* ( $^{24}\text{Mg}$ ), *Phosphor* ( $^{31}\text{P}$ ), *Schwefel* ( $^{32}\text{S}$ ), *Chlor* ( $^{35}\text{Cl}$ , Chlorid), *Kalium* ( $^{39}\text{K}$ ), *Calcium* ( $^{40}\text{Ca}$ ). Die gasförmigen Elemente werden nur in ihren Verbindungen aufgenommen. Die hochgestellten Zahlen sind die Ordnungszahlen im Periodensystem der Elemente.

**3.1.2. Spurenelemente** sind Mineralstoffe, die in kleinerer Menge (*Tagesbedarf unter 100 mg*) für den Körper notwendig sind. Man nennt sie auch Mikromineralien. Während bei den Makromineralien dem Körper täglich größere Mengen über die Nahrungsaufnahme zugeführt werden müssen, genügen bei den Mikromineralien bereits Spuren davon deshalb die Bezeichnung 'Spurenelemente'. Zu den **Spurenelementen** gehören: *Fluor* ( $^{19}\text{F}$ ), *Silicium* ( $^{28}\text{Si}$ ), *Vanadium* ( $^{51}\text{V}$ ), *Chrom* ( $^{52}\text{Cr}$ ), *Mangan* ( $^{55}\text{Mn}$ ), *Eisen* ( $^{56}\text{Fe}$ ), *Cobalt* ( $^{59}\text{Co}$ ), *Nickel* ( $^{58}\text{Ni}$ ), *Kupfer* ( $^{63}\text{Cu}$ ), *Zink* ( $^{65}\text{Zn}$ ), *Selen* ( $^{78}\text{Se}$ ), *Molybdän* ( $^{98}\text{Mo}$ ), *Jod* ( $^{127}\text{I}$ ). Die hochgestellten Zahlen sind die Ordnungszahlen im Periodensystem der Elemente.

**3.1.3. Bedeutung.** Wie die Vitamine einzigartige chemische Einheiten sind, die in bestimmten Situationen der Schlüssel zu besonderen biologischen Abläufen sind, so gilt dies auch für Mineralstoffe und Spurenelemente. Kein Mineralstoff kann durch einen anderen ersetzt werden und kein Spurenelement kann durch ein anderes ersetzt werden. Von vielen Spurenelementen weiß man, daß sie wirken, weil sie eine wesentliche Rolle in der Enzymstruktur spielen. Enzyme sind die 'Katalysatoren' der biologischen Vorgänge im Körper. Ohne sie würden viele wichtige Reaktionen sehr langsam oder erst gar nicht ablaufen. Die Elemente werden auch für den Transport wichtiger Nährstoffe im Körper sowie für die Bildung von Blut, Gewebe und Knochen gebraucht. Von einigen Spurenelementen ist bekannt, daß sie für die Bildung der DNA wichtig sind. Die DNA speichert die gesamte Erbinformation und ist in jeder Zelle enthalten. Da unser Organismus Mineralstoffe und Spurenelemente nicht selber produzieren kann, sie jedoch ständig ausgeschieden werden, müssen sie permanent ersetzt werden. Der *Tagesbedarf* für die einzelnen Mineralstoffe und Spurenelemente ist je nach Lebenssituation (Schwangerschaft, Stillen, Krankheit, Sport, körperl. Arbeit, Alkoholgenuß usw.) verschieden hoch. Die DGE (Deutsche Gesellschaft für Ernährung) gibt Richtwerte vor. Anzumerken ist, daß die DGE nicht unabhängig ist. Ihre Dokumentationen und Informationen besorg *dimdi*, eine Einrichtung des medizinisch-industriellen Komplexes in Köln. Hier haben wir darauf verzichtet, nicht übereinstimmende Werte aus verschiedenen Veröffentlichungen aufeinander abzustimmen; wir haben sie so gelassen, wie wir sie vorgefunden haben. Es gibt zu viele Studien, die sich widersprechen (von sogen. Mietmäulern). Insgesamt kann jedoch festgestellt werden, daß die in unterschiedlichen Ländern (und dadurch bedingt Ernährungsgewohnheiten) durchgeführten Forschungen keine gravierenden Diskrepanzen aufweisen, sondern in ihren Forschungsergebnissen im Wesentlichen übereinstimmen oder zur Übereinstimmung gebracht wurden.

**3.1.4. Ursachen für Mineralstoffmangel.** Um die Lesbarkeit zu erleichtern sind im Nachfolgenden unter der Bezeichnung "Mineralstoffe" stets *Mineralstoffe und Spurenelemente* gemeint. Diese Vereinfachung ist insofern akzeptabel, als gleich Spurenelemente ebenfalls Mineralstoffe sind (die der Körper in geringerer Menge benötigt).

Ein Mangel an Mineralstoffen ist meist auf eine *verminderte Aufnahme durch die Nahrung* zurückzuführen. Daneben ist es auch wichtig zu erwähnen, daß durch das Raffinieren von an sich mineralstoffreichen Lebensmitteln viele *Spurenelemente* verlorengehen. Beispielsweise enthält Zucker nach dem Raffinieren nur mehr einen kleinen Bruchteil der Mineralstoffe, welche im Rohzucker noch enthalten waren. Ähnliches gilt für Weizen, Reis und alle übrigen Getreide nach dem Mahlen. Die wertvollsten Stoffe wandern als Kleie ins Tierfutter.

Eine verminderte Aufnahme durch das *Trinkwasser* kann ebenfalls zu einem Mineralstoffmangel führen, da einige Spurenelemente zu einem großen Teil über das Wasser aufgenommen werden, sodaß es bei einem mineralstoffarmen Wasser ebenfalls zu Mangelerscheinungen kommen kann (z.B. bei Jod).

Neben einer verminderten Zufuhr kann auch ein *erhöhter Bedarf* die Ursache für Mineralstoffmangel sein. Ein solcher liegt beispielsweise für Frauen vor in Zeiten der Schwangerschaft, weil schwangere Frauen und stillende Mütter eine größere Menge an Mineralstoffen benötigen. Um wieviel sich der Tagesbedarf bei Schwangeren und stillenden Müttern erhöht hängt vom jeweiligen Mineralstoff/Spurenelement ab und ist auch aus *Tabellen* ersichtlich. Eine *verminderte Aufnahme im Darm* kann einen Mineralstoffmangel verursachen, wenn es bei chronischen Darmerkrankungen zu Absorptionsstörungen kommt.

**3.1.5. Mögliche Maßnahmen um einen Mineralstoffmangel zu verhindern.** Folgende Ratschläge können Ihnen dabei helfen einen Mineralstoffmangel erfolgreich zu vermeiden: *Essen sie vorwiegend Lebensmittel, die reich an Mineralstoffen sind.* Versuchen sie vermehrt Lebensmittel zu essen, die nicht raffiniert sind. Vollkorn und Zucker enthalten z.B. ein Vielfaches an Spurenelementen, wenn sie nicht industriell (raffiniert) behandelt wurden.

Beim *Kochen* oder bei *starkem Erhitzen* gehen einige Vitalstoffe verloren, durch *Pellen* oder *Schälen* werden noch mehr entfernt. Kartoffeln zum Beispiel verlieren durch Schälen 3/4 ihres Fluorgehaltes. Besonders hoch sind die Verluste bei Gemüse, das in Wasser gekocht wird, welches dann noch *weggegossen* wird. Vermeiden sie also (allzulanges) Kochen von Gemüse und essen sie, wenn möglich, die Schale vom Gemüse mit.

Die Aufnahme eines Spurenelementes beeinflußt auch die Aufnahme von anderen und wird wiederum davon beeinflußt. Eisenmedikamente können beispielsweise die Aufnahme von Kupfer negativ beeinflussen. Weiter treten Kobalt und Eisen im Darm einen Wettstreit um die Aufnahme an. Auch die sonst sehr gesunden Ballaststoffe verringern eine Aufnahme von Mineralstoffen. *Sie sollten deshalb bei einer ballaststoffreichen Kost auch für die ausreichende Aufnahme von Spurenelementen sorgen.* Erwähnenswert ist auch, daß die Aufnahme von Zink und Eisen besonders durch *Tee* und in geringem Maß auch durch *Kaffee* verhindert wird. Kaffee verursacht zusätzlich eine vermehrte Ausscheidung von Mineralstoffen durch den Harn, da er harntreibend wirkt. Bei regelmäßigem Kaffeegenuß erhöht sich dadurch auch der tägliche Bedarf an Mineralstoffen und Spurenelementen.

**3.1.6. Mineralstoff-Überdosierung.** Grundsätzlich ist bei manchen Mineralstoffen eine Überdosierung möglich, jedoch tritt diese in der Regel nur dann auf, wenn hochdosierte *Mineralstoff-Präparate* in übertriebener Menge eingenommen werden und der *Mineralstoffhaushalt* ins Ungleichgewicht gerät. Zu solchen Ungleichgewichten kann es auch kommen, wenn jahrelang an *einseitigen Ernährungsgewohnheiten* festgehalten wird. Die große Mehrzahl der Menschen, die *sich gesund ernähren*, werden keine Mineralstoffe oder Spurenelemente in Überdosis aufnehmen, aber es kann dennoch zu *Mangelerscheinungen* kommen. *Erstens*, wenn jemand eine ungesunde, *unausgewogene Kost* mit nur wenigen unterschiedlichen Nahrungsmitteln zu sich nimmt, die reich an einem oder zwei bestimmten Spurenelementen sind. *Zweitens* kann durch menschliche *Fehler bei der Verarbeitung* ein Lebensmittel mit einer zu hohen Menge an einem

Spurenelement verdorben sein. Leider gibt es zu häufig Lebensmittelskandale. Jedes verdorbene (verseuchte) Lebensmittel beinhaltet ein gesundheitliches Risiko für den Verbraucher.

Bei normalem Essen kommt es, soweit bekannt ist, zu keiner Überdosierung der nützlichen Mineralstoffe und Spurenelemente, aber verstärkte Forschungen weisen darauf hin, daß selbst normale Kost toxische (giftige) Stoffe enthalten kann. Es ist selbstverständlich sinnvoll Nahrung zu sich zu nehmen, die 'natürlich' belassen und so wenig wie möglich bearbeitet worden ist, aber noch wichtiger ist eine ausgewogene Kost mit verschiedenen Lebensmitteln. Ein Ernährungsproblem bilden die künstlichen Zusatzstoffe, die den Gaumen betrügen. Minderwertige Nahrungsmittel werden oft mit Aromastoffen und Geschmacksverstärkern manipuliert. Beachten Sie beim Einkauf die Zutatenliste und ziehen Sie natürlich belassene Nahrungsmittel vor.

**3.1.7. Wasserstoff;** chem. Element, Symbol H (Hydrogenium), OZ 1, rel. Atommasse 1,0081, 1-wertig, das leichteste Element; als Molekül ( $H_2$ ) das leichteste Gas, in der Luft zu  $5 \times 10^{-5}$  Vol.% enthalten; farb-, geruch- und geschmacklos, verbrennt (oxidiert) an der Luft zu Wasser; Wasserstoff gemischt mit Sauerstoff ist Knallgas. Beim Abbaustoffwechsel von Nährstoffen (v. a. Monosaccharide, Neutralfette, Aminosäuren) entstehen bei Enzymreaktionen (z. B. Glykolyse) Reduktionsäquivalente, die durch Enzyme (Dehydrogenasen, Oxidasen; Coenzyme) übertragen und in der sogenannten Atmungskette unter ATP-Gewinn (Enzyme) zu Wasser oxidiert werden.

**Wasser:** Hydrogeniumoxid ( $H_2O$ ); **Vorkommen:** Dreiviertel der Erdoberfläche (Meere), in der Atmosphäre bis zu 4 Vol.% (als Wasserdampf), im menschlichen Körper zu ca. 40-70 % (altersabhängig); chemisch rein nur als destilliertes Wasser, erstarrt bei  $0^\circ C$  (u. 101 kPa bzw. 760 mmHg) zu Eis und siedet bei  $100^\circ C$ , größte Dichte bei  $+4^\circ C$ ; MG 18,02. Regenwasser, ähnlich dem destillierten Wasser, enthält Staubteilchen und die Luftgase in gelöster Form; Flusswasser enthält 0,01 bis 0,2 % „feste“ Stoffe (Calcium- u. Magnesiumsalze) in gelöster Form; Quellwasser enthält ebenfalls gelöste Salze, bei höheren Konzentration. spricht man von Mineralwässern; Meerwasser: enthält bis zu 3,5 % Salze (hauptsächl. Kochsalz).

Trinkwasser ist durch Filtern und andere Reinigungsprozesse (Enteisenung) gereinigtes und (weitgehend) entkeimtes Grund-(Quell-) oder Flusswasser. Die Härte des Wassers wird durch gelöste Salze bedingt; vorübergehende Härte durch Carbonate u. Bicarbonate kann durch Kochen beseitigt werden. Die bleibende Härte ist überwiegend durch Sulfate (Gipshärte) bedingt, die auch beim Kochen in Lösung bleiben.

**Wasserbedarf:** Wassermenge, die täglich zur Erhaltung der Elektrolytkonzentrationen in den einzelnen Zellen des Körpers aufgenommen werden muss; ergibt sich aus Wasserverlust durch Schweiß, Harn und Kot.

**Wasseraufnahme:** Unter normalen Bedingungen setzt sich die aufgenommene Flüssigkeitsmenge (gesamt ca. 2000 ml/d) aus dem Wassergehalt der flüssigen (1000 ml/d) und festen Nahrungsmittel (700 ml/d) sowie dem im Stoffwechsel gebildeten sogenannten Oxidationswasser (300 ml/d) zusammen. Der Wasserbedarf reguliert durch das Durstgefühl die Wasseraufnahme; dieses wird durch den Wassergehalt der Zellen, das Plasmavolumen u. a. hervorgerufen. Das Gesamtwasser beträgt beim Erwachsenen ca. 55-60% des Körpergewichts und ist damit Hauptbestandteil. Etwa 63% des Gesamtwassers befindet sich in den Zellen, der Rest außerhalb. Der Wasserverlust kann in Extremfällen (z.B. schw. körperliche Arbeit) bis auf das 20-25fache ansteigen (Schweißsekretion).

**3.1.8. Kohlenstoff;** Symbol C (Carboneum), OZ 6, rel. Atommasse 12,011; 4-wertiges, reaktionsträges chem. Element; Grundbaustein aller organischen Verbindungen und der belebten Materie; natürliches Vorkommen als Ruß, Graphit und Diamant. Die Menge an Kohlenstoff als fossile Biomasse wird auf  $5 \times 10^{12}$  t geschätzt.

**3.1.9. Stickstoff;** Symbol N (Nitrogenium), OZ 7, rel. Atommasse 14,007, -3- sowie 1- bis 5-wertiges chemisches Element; farb-, geruch- u. geschmackloses, reaktionsträges, in der Luft zu 78,1 Vol.% vorkommendes Gas; reagiert mit Wasserstoff (bei  $500^\circ C$  und 20 MPa in Gegenwart von Katalysatoren) zu Ammoniak (Aminosäuren\*). Die Differenz von Stickstoffaufnahme (Proteine) und Stickstoffausscheidung (v. a. Harnstoff) wird als *Stickstoffbilanz* bezeichnet; eine positive St.-Bilanz bezeichnet einen Nettogewinn (z. B. Wachstumsphase), eine negative St.-Bilanz einen Nettoverlust (z.B. Fasten) des Körpers an Stickstoff.

**3.1.10. Sauerstoff;** chem. Element, Symbol O (Oxygenium), OZ 8, rel. Atommasse 15,999; 2-wertiges, zur Gruppe der Chalkogene gehörendes, farb-, geruch- u. geschmackloses, zu 20,93 Vol.% in der Luft enthaltenes Gas, das für die meisten (für alle höheren) Lebewesen lebensnotwendig ist. Sauerstoff kann sich mit allen Elementen mit Ausnahme der Edelgase verbinden (Oxid, Oxidation). Die Sauerstoffmenge pro Zeiteinheit, die vom Organismus verstoffwechselt bzw. chemisch (u. physikalisch) gebunden wird, nennt man *Sauerstoffaufnahme*. Starker Anstieg der S.-Aufnahme bei körperlicher Arbeit, Fieber u. a.. Die metabolische Leistungsfähigkeit bei Normalwerten für Männer des 3. Lebensjahrzehnts ca. 3 l/min, bei Frauen ca. 2 l/min; Leistungssportler können Werte bis 7 l/min erreichen.

**3.1.11. Fluor** (lat. fließen, ausströmen); chem. -1-wertiges Element aus der Gruppe der Halogene, Symbol F, OZ 9, rel. Atommasse 18,998; schwach gelbgrünes Gas, stärkstes chem. Oxidationsmittel, reaktionsfähigstes aller Elemente; Anwendung von Fluorsalzen zur Kariesprophylaxe.

**3.1.12. Natrium;** chemisches Element, Symbol Na, OZ 11, rel. Atommasse 22,990, mit Sauerstoff u. Wasser heftig reagierendes, an der Luft unbeständiges Alkalimetall; wichtigstes Kation des Extrazellulärraums; **Funktion:** v. a. Träger der osmotischen Eigenschaft; der Hydratationszustand kann v. a. durch die Plasmakonzentration des  $Na^+$  abgebildet werden: z.B. hypertone Dehydratation (Wassermangel, hohes Plasma- $Na^+$ ), hypotone Hyperhydratation (Wasserüberschuss, niedriges Plasma- $Na^+$ ). Das durch aktiven Transport laufend unterhaltene Konzentrationsgefälle zwischen extrazellulärer (ca. 142 mmol/l) und intrazellulärer  $Na^+$ -Konzentration (ca. 20 mmol/l) ist für die Funktionsfähigkeit bzw. Erregbarkeit der Zellen wichtig (Membranpotential). **Gesamt-Na:** 58 mmol/kg Körpergewicht, fast aussch. im Extrazellulärraum (50 %) und im Knochen (50 %).

Das Verhältnis von im Harn ausgeschiedenem Natrium zum Kalium zur Beurteilung des Austauschs von  $Na^+$  u.  $K^+$  nennt man Natrium/Kalium-Quotient. Bei krankhaften Verhältnis: z.B. Ödembildung, Durchfälle, Niernversagen.

**3.1.13. Magnesium;** chem. Element, Symbol Mg, OZ 12, rel. Atommasse 24,305; 2-wertiges Erdalkalimetall; **Funktion:** physiologischer Calciumantagonist und Aktivator von allen Reaktionen, an denen ATP (Phosphatenzym) beteiligt ist. Die Resorption von  $Mg^{++}$  wird durch Thyroxin (Schilddrüsenhormon) gefördert. Eine Mg-Intoxikation (Vergiftung) kann durch Blockierung der Erregungsüberleitung im ZNS zur sog. Magnesiumnarkose führen. **Verwendung** bei Hypomagnesiämie (Magnesiummangelsyndrom\*), beim akuten Herzinfarkt, bei bestimmten Herzrhythmusstörungen u. a..

**3.1.14. Silicium** (lat. sjlex Kiesel, Feuerstein); chem. Element, Symbol Si, OZ 14, rel. Atommasse 28,086; zur Kohlenstoffgruppe gehörendes 2- u. 4-wertiges Halbmetall; nach dem Sauerstoff das meist verbreitete Element; Vorkommen in Sand, Quarz, Bergkristall; Halbleiter; wichtige Verbindung: Kieselsäure; Spurenelement (im Organismus v. a. in Lipoiden gebunden); Si-Mangel führt zu Wachstumsstörungen und Hauterkrankungen [chronische Ekzeme, Pruritus (Hautjucken mit Kratzen) u. a.].

**3.1.15. Phosphor;** chem. Element, Symbol P, OZ 15, rel. Atommasse 30,97; zur Stickstoffgruppe gehörendes, -3-, 3- und 5-wertiges, in mehreren Modifikationen vorkommendes Nichtmetall; bildet die physiologisch wichtigen Derivate der Ortho- und Pyrophosphorsäure (Nukleinsäuren, Phosphorsäureester).

**3.1.16. Schwefel,** chem. Element; Symbol S (Sulfur) OZ 16, rel. Atommasse 32,06; zur Gruppe der Chalkogene gehörendes -1-, 2-, 4- u. 6-wertiges Nichtmetall; Bestandteil einiger Aminosäuren\*; Anwendung z.B. in der Düngemittel- und Textilindustrie sowie bei der Herstellung von Farbstoffen und Arzneimitteln.

**3.1.17. Chlor;** Chlorum; Symbol Cl; -1-, 1-, 3- bis 7-wertiges Element, OZ 17, rel. Atommasse 35,453; stechend riechendes gelbgrünes, wasserlösliches Gas zur Gruppe der Halogene gehörig. Chlor ist sehr giftig; Anwendung für Desinfektionsmittel.

Biologisch wichtig sind die *Chloride*; Salze der Salzsäure; physiologisch z. B. NaCl (Kochsalz, hauptsächlich außerhalb der Zellen); Blutplasma enthält 100-107 mmol/l Chloridionen; von großer Bedeutung u. a. für den Wasser- und Säure-Basen-Haushalt, den Elektrolythaushalt und die Salzsäurebildung im

Magen.

**3.1.18. Kalium;** chem. Element, Symbol K, OZ 19, rel. Atommasse 39,10; an der Luft unbeständiges, mit Sauerstoff und Wasser heftig reagierendes Alkalimetall (Schmelzpunkt 63,5°C), das (in Verbindungen) in den meisten Mineralien enthalten ist; wichtigstes Isotop K-40; wichtigstes Kation des Intrazellulärraums, dort insbes. in Mitochondrien und Ribosomen; Erythrozyten enthalten besonders viel K<sup>+</sup>. *Funktion:* Aufrechterhaltung des zellulären Ruhepotentials (Membranpotential) und Beteiligung an den elektr. Vorgängen in erregbaren Geweben (Nerven- u. Muskelgewebe); Kaliummangel führt zu Störungen der Erregungsleitung und der Muskelkontraktion. K<sup>+</sup> ist außerdem für die Aufrechterhaltung des osmotischen Drucks in der Zelle verantwortlich, am Eiweißaufbau und bei der Kohlenhydratverwertung beteiligt.

**3.1.19. Calcium ( Kalk);** Kalzium; chem. Element, Symbol Ca, OZ 20, rel. Atommasse 40,08; mit Sauerstoff und Wasser heftig reagierendes, an der Luft unbeständiges, weiches, silberweiß- glänzendes, 2-wertiges Erdalkalimetall (spezif. Gewicht 1,54); im menschlichen Organismus v. a. im Knochengewebe (als Hydroxylapatit) deponiert. Der Calciumbestand (ca. 1,5 % des Körpergewichts) wird durch das Zusammenwirken von Parathormon, Calcitriol und Calcitonin normalerweise in engen Grenzen konstant gehalten. Im Serum liegt C. zu ca. 55 % in ionisierter Form als Ca<sup>2+</sup>(funkt. wichtig) und zu ca. 40 % an Proteine sowie zu ca. 5 % an organischen Säuren gebunden vor; *Azidose* führt zu Zunahme des ionisierten Calcium im Blut, *Alkalose* zu Abnahme und evtl. zu Tetanie\*. Azidose und Alkalose sind Störung im Säure-Basen-Haushalt des Organismus.

*Funktion:* Calcium ist u. a. für die Blutgerinnung und normale Erregbarkeit von Nerven- u. Muskelgewebe sowie für die Muskelkontraktion (elektromechan. Koppelung) von Bedeutung. Teilweise antagonistisch (Gegenspieler) zu Calcium verhalten sich Kalium-, Magnesium- und Phosphationen. Bei der Osteoporose\* werden Calciumsalze in Kombination mit anderen Substanzen eingesetzt.

*Calcitonin:* syn. Thyreocalcitonin; Abk. CT; auch Kalzitinin; Polypeptidhormon, das in den Zellen (C-Zellen) der Schilddrüse gebildet wird; Ausschüttung proportional zur Calciumkonzentration des Blutplasmas; Wirkung: schnelle und kurz dauernde Senkung der Calcium- u. Phosphatkonzentration (antagonistische Wirkung zu Parathormon); analgetischer Effekt; während des Wachstums hemmt CT v. a. die Osteoklastenaktivität, im Erwachsenenalter fördert es den Ca<sup>2+</sup>-Einbau ins Osteoid (Knochen) und wirkt v. a. auf Nieren und Darm (erhöhte Ausscheidung von Calcium-, Phosphat- u. Natriumionen). *Verwendung* bei Knochendeformationen, Reflexstörungen, Hyperkalzämiesyndrom, Osteoporose.

*Calcitriol;* Hormon des Calcium- u. Phosphatstoffwechsels mit steroidähnlicher Wirkung; Biosynthese aus Cholecalciferol (s. Calciferole\*) durch Hydroxylierung in der Leber und Niere zusammen mit Parathormon\* und *Calcitonin* reguliert Calcitriol die Calciumresorption durch Bildung eines Ca<sup>2+</sup>-bindenden Proteins im Darm (-Stoffwechsel); extrarenale (Niere) Synthese von Calcitriol bei granulomatösen Erkrankungen (Organe u. a.); Verwendung z.B. bei Erkrankungen mit Hypokalzämie, renale (Nieren-) Osteopathie, Schilddrüse und Osteoporose.

*Calciumantagonisten;* syn. Calcium-Kanalblocker; Substanzen, die den Einstrom von Calcium in die Zellen (u. damit die elektromechan. Koppelung) hemmen; *Wirkung:* Verminderung des Tonus (Anspannung) der Gefäßmuskulatur, der Kontraktilität des Herzmuskels und des Sauerstoffverbrauchs.

**3.1.20. Vanadium** (nach Vanadis, Beiname der altnord. Göttin Freya); chem. Element, Symbol V, OZ 23, rel. Atommasse 50,94; zur Vanadiumgruppe gehörendes Metall; *essentiell*es Spurenelement; *Vorkommen* als Beimengung in Eisen-, Kupfer- und Titanerzen sowie in Erdöl; *Verwendung* in der Stahlindustrie, in Katalysatoren; Vanadiumverbindungen (bes. Vanadiumpentoxid) sind starke Reizgifte.

**3.1.21. Chrom;** chem. Element, Symbol Cr, OZ 24, rel. Atommasse 52,0; zur Chromgruppe gehörendes 2-, 3-, 4- u. 6-wertiges Metall; *essentiell*es Spurenelement. Biozyklische Anreicherung in Fischen (bis 200fache Konz.) und in der Nahrungskette (Pflanze-Tier-Mensch) und Konzentration. beim Menschen in Gehirn und Lunge; Verwendung in der Metallurgie als Korrosionsschutz, Grundstoff zur Herstellung von Farben; Beimetall in der Zahnmedizin auf Nickel- u. Cobaltbasis.

**3.1.22. Mangan;** chem. Element, Symbol Mn, OZ 25, rel. Atom-masse 54,94; zur Mangangruppe gehörendes, 1- bis 7-wertiges, silbergraues, hartes und sprödes Schwermetall (rel. Dichte 7,21 g/cm<sup>3</sup>); Mn(II) ist *essentiell*es Spurenelement (30-40 mg im menschl. Körper, im Blutserum 5-20 µg/dl), Tagesbedarf ca. 2-5 mg; Mangan steigert die Wirkung von Thiamin\*, ist Cofaktor einiger Enzyme und aktiviert die Biosynthese von Sacchariden und Glykoproteinen; Anreicherung v. a. über Meeresfrüchte; Nahrungskette (Algen, Schalentiere, Seefisch), aber auch über Pflanzen. *Manganmangel* kann zu Sterilität und Knochenfehlbildung führen. Durch langjährige Manganbelastung (Arbeiten im Bereich Elektroschweißen, Eisenindustrie, Farben- u. Batterieherstellung) kann es zu Schwindel, Apathie, Parkinson-Syndrom, akute Psychosen kommen.

**3.1.23. Eisen;** chem. Element, Symbol Fe (Ferrum), OZ 26, rel. Atommasse 55,85; in Verbindungen 2-wertiges (Ferroverbindungen, Reduktionsmittel) und 3-wertiges (Ferroverbindungen, Oxidationsmittel), als Fe<sup>2+</sup> im Magen-Darm-Trakt resorbierbares Metall der Eisengruppe; *essentiell*es Spurenelement, kommt im Organismus in Enzymen, im Hämoglobin und Myoglobin (Blut), im Monozyten-Makrophagen-System insbesondere von Leber, Milz u. Knochenmark als Ferritin und Hämosiderin vor. Der Eisengesamtbestand beträgt beim Erwachsenen ca. 4000-5000 mg; im Hämoglobin sind davon ca. 2500 mg (67 %), in den Eisendepots (Reserveeisen) ca. 1000 mg (27 %), im Myoglobin ca. 130 mg (3,5 %), im sogenannten labilen Eisenpool (Serumeisen) ca. 80 mg (2,2 %) und in eisenhaltigen Enzymen ca. 8 mg (0,2 %) enthalten. Im Serum werden Fe und seine Verbindungen an Transferrin gebunden transportiert.

**3.1.24. Cobalt;** Kobalt; chem. Symbol Co, OZ 27, rel. Atommasse 58,93; zur Eisengruppe gehörendes 2- u. 3-, seltener 1- u. 4-wertiges Element (Schwermetall); *essentiell*es Spurenelement. Bestimmung der Vitamin-B<sub>12</sub>-Resorption unter Verwendung von Co-58-Vitamin B<sub>12</sub> (bei Co-58, Vorsicht radioaktiv!)

**3.1.25. Nickel;** chem. Symbol Ni, OZ 28, rel. Atommasse 58,70; zur Eisengruppe gehörendes, silberweißes, stark glänzendes Schwermetall; wird hauptsächlich verarbeitet in Legierungen, zur Oberflächenveredelung, ferner auch in der Batterien- und Akkumulatorenindustrie; gelangt durch Metallhütten, Feuerungs- u. Verbrennungsanlagen in die Umwelt. Nickel und seine Verbindungen und Salze können zu akuten Vergiftungen und chronischen Schäden führen. Durch Hautkontakt, Hautresorption und Inhalation kann es zu allergischen und entzündlichen Reaktionen, Geschwüren an Haut, Schleimhäuten kommen; vermehrt beobachtet werden allergische Hautreaktionen durch nickelhaltigen Schmuck. Nickel wird als *Spurenelement* benötigt (Enzyme, Hormone, Blutgerinnung)

**3.1.26. Kupfer;** chem. Element, Symbol Cu (Cuprum), OZ 29, rel. Atommasse 63,55, spezif. Gewicht 8,9; zur Kupfergruppe gehörendes, rotgoldfarbiges, 1- u. 2-wertiges Halbedelmetall von großer Dehnbarkeit und mit guter Leitfähigkeit; *essentiell*es Spurenelement. *Vorkommen* bei Wirbellosen (sauerstofftransportierende Substanz); beim Menschen als Bestandteil von Caeruloplasm (Protein), in Erythrozyten (Blut, Kupfergehalt ca. 0,2 %). Kupfer ist als *Spurenelement* für die Erythropoese (Blutbildung) wichtig; täglicher Bedarf etwa 2 mg.

**3.1.27. Zink;** chem. Element, Symbol Zn, OZ 30, rel. Atommasse 65,38; zur Zinkgruppe gehörendes 2-wertiges Metall, *essentiell*es Spurenelement; Tagesbedarf ca. 15 mg; Bestandteil vieler Enzyme (z. B. Insulin, Carboanhydrase); *Verwendung* als Rostschutz, in der Zahnmedizin usw.. Systematische Anwendung von Zinksulfat bei (krankhaftem) Zinkmangelzustand. Bei Überdosierung Metallgeschmack, Kopfschmerz, Erbrechen.

**3.1.28. Selen;** Symbol Se, OZ 34, relative Atommasse 78,96; -2-, 2-, 4- u. 6-wertiges, zur Gruppe der Chalkogene gehörendes chem. Element; *Vorkommen* in zwei metastabilen, nichtmetallischen Formen und als graues Metall (spezif. Gewicht 4,80); *essentiell*es Spurenelement, das in Nahrungsmitteln (Fisch, Fleisch, Innereien, Nüssen, Sesam) und Getreideprodukten enthalten ist.

*Biochemische Funktion:* Bestandteil von Glutamin (Aminosäure, antioxidative und (Krebs-) vorbeugende Wirkung). *Bedarf* (Erwachsene) 20-100 µg/d; bei (alimentär bedingtem) Mangel Erkrankungen der Leber, Muskeln, Gehirn, Blut möglich. *Erste Anzeichen:* Nagelveränderungen (weiße Flecken), dünne und blasse Haare, entzündliche Muskeln.

Vergiftungen mit der Nahrungsaufnahme sind nicht bekannt; bei Inhalation von Selenstaub Reizung der Atemwege, knoblauchartiger Atemgeruch,

Leberzirrhose, Haarausfall, Herzinsuffizienz.

**3.1.29. Molybdän;** chem. Element, Symbol Mo, OZ 42, rel. Atommasse 95,94; zur Chromgruppe gehörendes silberweißes, hartes und sprödes Metall (Dichte 10,2 g/cm<sup>3</sup>, Schmelzpunkt 2620° C); Als *essentiell*es Spurenelement Bestandteil der Xanthinoxidase und anderer Molybdoenzyme; tägl. Bedarf ca. 0,1-0,3 mg; Mangelsymptome oder Folgen einer Vergiftung sind nicht bekannt bzw. ungeklärt.

**3.1.30. Iod;** ältere Nomenklatur Jod; chem. Element, Symbol I (ältere Nomenklatur J), OZ 53, rel. Atommasse 126,90; -1-, 1-, 3-, 5- u. 7-wertiges Halogen, in reinem Zustand grauschwarz glänzende Kristalle; 24 Isotope; *essentiell*es Spurenelement; *Verwendung:* das radioaktive Isotop I-123 (HWZ 13 Std.) in Verbindung mit versch. Trägersubstanzen zur Radioiodtherapie und nur noch in Ausnahmefällen bei bestimmten Fragestellungen zur Diagnostik (Schilddrüse, Nebennierenrinde); Iod-125 (HWZ 60 Tage) in der Reagenzglas-Diagnostik. Radioaktive Isotope des Iod sind nicht unbedenklich; Vorsicht!

## 3.2. Vitamine

**Vitamine** werden von Pflanzen in geringen Mengen produziert und sind für den normalen Ablauf des Stoffwechsels im menschlichen und tierischen Organismus unentbehrlich. Ihr Fehlen führt zu *Mangelkrankheiten*, den *Avitaminosen*. Für den menschlichen Organismus sind die Vitamine A, B<sub>12</sub>, C und D besonders wichtig. Das *Vitamin A<sub>1</sub>* ist ein ungesättigter primärer Alkohol C<sub>20</sub>H<sub>30</sub>O, der zur Gruppe der Diterpene gehört. Einen besonders großen Gehalt an Vitamin A<sub>1</sub> haben Lebertran, Eigelb und Milch. Mangel in der Ernährung zeigt sich durch Gewichtsabnahme sowie Degenerationserscheinungen der Schleimhäute, vor allem der Horn- und Bindehaut der Augen. Vitamin A<sub>1</sub> spielt auch beim Aufbau des Sehpurpurs in der Netzhaut eine große Rolle; Mangel führt zur Nachtblindheit. Mohrrüben und Tomaten enthalten das  $\beta$ -Karotin oder Provitamin A, aus dem im menschlichen Organismus durch enzymatische Spaltung zwei Moleküle Vitamin A<sub>1</sub> gebildet werden. Dem *Vitamin-B-Komplex* werden zahlreiche Vitamine zugerechnet, die den unterschiedlichsten Substanzklassen angehören. Das Vitamin B<sub>1</sub>, das *Thiamin*, ist ein wichtiger Wachstumsstoff für viele Mikroorganismen, heilt die Polyneuritis und stärkt das Nervensystem. Außerdem fungiert es als Thiaminpyrophosphat als prosthetische Gruppe des bei der alkoholischen Gärung unentbehrlichen Enzyms Kokarboxylase. Das Vitamin B<sub>2</sub>, das *Riboflavin*, ist ein gelber Flavinfarbstoff, der reichlich in Leber, Milch, Hefe und Eiern vorkommt. Das *Vitamin B<sub>6</sub>* ist ein Gemisch von drei Verbindungen, die alle Pyridinderivate darstellen von Pyridoxin, Pyridoxamin und Pyridoxal. *Vitamin B<sub>12</sub>* wird therapeutisch zur Behandlung von perniziöser Anämie herangezogen; dabei genügen Tagesdosen von 3 bis 6 Mikrogramm. Das Vitamin gewinnt man vorwiegend aus Gärprozessen. *Vitamin B<sub>12</sub>* heilt die Blutarmut und fördert die Bildung von Erythrozyten im Knochenmark. *Vitamin C*, die L-Ascorbinsäure, findet sich besonders in frischen Früchten. Mangel an Vitamin C führt zu dem Krankheitsbild des Skorbut, das sich durch Haut- und Zahnfleischbluten sowie Mattigkeit zu erkennen gibt. Es kann synthetisch durch Wasserabspaltung aus der 2-Keto-L-Gulonsäure gewonnen werden.

*Vitamin E* wird bei allgemeinem Verfall des Organismus und bei Blutarmut verwendet. Die Vitamine der *K-Gruppe* verursachen die Blutgerinnung. Vitamin K<sub>3</sub> ist ein synthetisches Produkt, aus dem man eine Anzahl wertvoller Präparate herstellt, die die natürlichen Vitamine K<sub>1</sub> und K<sub>2</sub> ersetzen.

*Vitamin D<sub>2</sub>*, dem ein Steroidgerüst zugrunde liegt, wird zur Bekämpfung der Rachitis verwendet. Bei Vitamin-D<sub>2</sub>-Mangel ist der Mineralstoffwechsel gestört, und in den Knochen wird Kalk nur in ungenügenden Mengen abgelagert. Das *Vitamin D<sub>3</sub>*, das sich synthetisch aus 7-Dehydro-cholesterin, dem Provitamin D<sub>3</sub>, durch UV-Bestrahlung gewinnen läßt, übertrifft die biologische Aktivität des Vitamins D<sub>2</sub>. Die Glieder der Vitamin-D-Reihe unterscheiden sich nur in der Struktur der Seitenkette.

### A. fettlösliche Vitamine:

Vitamin A\* *Retinol*; Calciferol\*; Tocopherol\*; Vitamin K\* *Phyllochinon*

### B. wasserlösliche Vitamine:

Ascorbinsäure\*; Thiamin\*; Riboflavin\*; Nicotinsäure (Niacin)\* Pyridoxin\*; Pantothenensäure\*; Biotin\*; Folsäure\*; Cobalamin\*

**3.2.1. Vitamin A (Retinol)**; Sammelbezeichnung für natürliche und synthetische Verbindungen mit Retinoid-Struktur; aus biologischer, pharmakologischer und ernährungsphysiologischer. Sicht nur Substanzen mit voller Vitamin-A-Aktivität, d. h. Retinol (Vitamin A<sub>1</sub>), Retinal u. Retinsäure; *fettlösliches Vitamin*, das auch als Provitamin (Carotinoide, z.B. Alpha-, Beta-, Gamma-carotin) aufgenommen wird;

*Biochemische Funktion*: Insbesondere beteiligt am Sehvorgang (Alltrans-Retinal bildet zusammen mit dem Protein Opsin das Sehpigment Rhodopsin), an Wachstum, Entwicklung und Differenzierung von Epithelgewebe, Reproduktion (Spermatogenese, Entwicklung der Plazenta, Fetalentwicklung) sowie Testosteronproduktion; Retinylphosphat besitzt Coenzymfunktion bei der Übertragung von Monosacchariden zur Bildung von Glykoproteinen. Retinsäure unterdrückt in Zellkulturen die Überausprägung von Genen (z. B. in bösartigen Zellen).

*Vorkommen* in Nahrungsmitteln: als Retinol in tierischen Produkten (z. B. Fischleberöl, Leber, Eier, Milch und Milchprodukte), als Vitamin A<sub>2</sub> in Salzwasserfischen sowie als Carotinoide in Gemüse und Obst;

*Bedarf* für Erwachsene: 0,8 mg (Frau) - 1,0 mg (Mann) Retinoläquivalente (Abk. RE)/Tag; 1 mg RE entspricht 1 mg (oder 3300 I.E.) Retinol, 6 mg alltrans-13-Carotin od. 12 mg Provitamin-A-Carotinoide;

*Mangelscheinungen*: Vitamin-A-Mangel ist weltweit der häufigste Vitaminmangelzustand; in Industriestaaten eher selten; Risikogruppen sind Frühgeborene, junge Frauen u. Männer >65 Jahre. Folgen langer Mangel- u. Fehlernährung, Maldigestion od. Malabsorption (Sprue\*), totaler parenteraler Ernährung, Pankreaserkrankung oder Alkoholkrankheit sind Störung der Dunkeladaptation bis Nachtblindheit als Frühsymptom, Wachstumsstörungen, Differenzierung epithelialer Gewebe (Keratomalazie), Xerophthalmie, Talgdrüsenverhornung, Schleimhautatrophie, Störungen der Knochenbildung, der Fortpflanzung und Fehlbildungen beim Fetus.

*Hypervitaminose*: bei lang dauernder Einnahme von >30 mg/Tag Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerz, trockene Haut und Schleimhäute, später auch Schwellungen der Knochenhaut, Blutungen, Haarausfall, Reizbarkeit, Spontanfrakturen;

**3.2.2. Calciferole (syn. Vitamin D)**; antirachitisches Vitamin; Bezeichnung für *fettlösliche* steroidähnliche Wirkstoffe zur Regulation des Calcium- u. Phosphathaushalts; die wichtigsten Calciferole sind Ergocalciferol (Vitamin D<sub>2</sub>) u. Cholecalciferol (Vitamin D<sub>3</sub>), die bei UV-Bestrahlung in der Haut aus Ergosterol (Provitamin D<sub>2</sub>) bzw. tierisch 7-Dehydrocholesterol (Provitamin D<sub>3</sub>) synthetisiert werden. In Leber und Niere entsteht das biol. aktive Calcitriol\*.

*Vorkommen* in Nahrungsmitteln v. a. tierischer Herkunft (z. B. Fischleberöl und Fisch, geringe Mengen in Fleisch, Eigelb, Milch u. Milchprodukten) und Avocado;

*Bedarf* für Erwachsene: 5 µg/d; für Gesunde genügt bei ausreichender Sonnenexposition die Eigensynthese. Die Zufuhr durch Lebensmittel ist unter kritischen Bedingungen (Klima, Lebensweise, Pigmentgehalt der Haut) wichtig.

*Mangelscheinungen* können bei unreifen Frühgeborenen, länger als 6 Monate ausschließlich gestillten Kindern, die keine Ca<sup>2+</sup>-haltige Beikost erhalten, und streng vegetarisch ernährten Kindern vorkommen und zu schweren Mineralisationsstörungen des Skelettsystems (Rachitis\*) mit irreversibler Deformierung der weichen Knochen führen. Bei Erwachsenen kann es infolge ungenügender UV-Exposition oder alimentärer Zufuhr, Malabsorption, Maldigestion, Leberzirrhose oder Niereninsuffizienz zu Osteomalazie\* kommen. Zur Vorbeugung wird für reif geborene Säuglinge die tägl. Gabe von 500 I. E. (12,5 µg) Cholecalciferol (evtl. in Kombination mit Fluorid als Kariesprophylaxe) empfohlen.

*Hypervitaminose*: selten bei tägl. Zufuhr von >25 µg mit Appetitlosigkeit, Übelkeit, erhöhtes Harnvolumen, Entkalkung der Knochen und erhöhter Ca<sup>2+</sup>-Konzentration im Plasma (Blut); im Extremfall Calciumablagerungen in der inneren Schicht (Arterien, Venen) von Gefäßen, in Herz, Lungen u. Nierentubuli (Röhren).

**3.2.3. Tocopherole (syn. Vitamin E)**; acht natürliche *fettlösliche* Vitamine ( $\alpha$ -,  $\beta$ -,  $\gamma$ -,  $\delta$ -Tocopherol bzw. -Tocotrienol), die aus Chromanring und Isoprenoidseitenkette bestehen; thermostabil und leicht oxidierbar; biologisch am wichtigsten ist RRR- $\alpha$ -Tocopherol;

*Biochemische Funktion*: Tocopherole sind Antioxidanzien\* und haben Einfluß auf Proteinsynthese und neuromuskuläres System.

*Vorkommen* in pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln (Öle, Nüsse, Getreidekeimlinge, Gemüse, Milch, Butter);

*Bedarf* für Erwachsene: 12 mg RRR-x-Tocopheroläquivalent/Tag; 1 mg RRR- $\alpha$ -Tocopheroläquivalent  $\equiv$  1 mg (od. 1,49 I.E.) RRR- $\alpha$ -Tocopherol; die Bedarfsdeckung ist bei durchschnittlicher Ernährung gewährleistet.

*Mangelscheinungen*: alimentär selten; Risikogruppen sind Säuglinge u. Kleinkinder, die mehrere Monate mit Kuhmilchmischungen ernährt werden. Durch krankhafte Veränderungen der Verdauungs- und Absorptionsprozesse oder totale parenterale Ernährung kann es zu Störungen im Bereich der Reproduktion, Muskulatur, des Nervensystems, des Gehirns, des kardiovaskulären Systems, der Erythrozyten und Leber kommen.

*Hypervitaminosen*: nicht bekannt.

**3.2.4. Vitamin K n:** Bezeichnung für fettlösliche Vitamine mit 2-Methyl-1,4-naphthochinon-Grundgerüst: Vitamin K<sub>1</sub> (Phyllochinon) besitzt in Position 3 eine Phetyl-, Vitamin K<sub>2</sub> (Farnochinon) eine Farnesylseitenkette. Pflanzen produzieren Vitamin K<sub>1</sub> und K<sub>2</sub> v. a. in grünen Blättern, Bakterien bilden Vitamin K<sub>2</sub>, Synthetisches 2-Methyl-1,4-naphthochinon (Vitamin K<sub>3</sub>) ohne Seitenkette wirkt wie natürliches Vitamin K; die Seitenkette wird vom menschlichen Organismus vervollständigt.

*Biochemische Funktion:* 1. Beteiligung an der Aktivierung verschiedener Blutgerinnungsfaktoren (Prothrombin\*, Faktor VII, IX u. X) in der Leber (Wirkung als Coenzym bei der  $\gamma$ -Carboxylierung von Glutamylresten in Proteinen, die dann Ca<sup>2+</sup> komplexieren können); Antagonisierung (Gegenspieler) der Wirkung von Cumarinderivaten\*; 2. evtl. Wirkungen in der Atmungskette.

*Vorkommen* besonders in Gemüse, weniger in Obst, Getreide, Milch u. Fleisch.

*Bedarf* für Erwachsene: Mann ca. 80  $\mu$ g/d, Frau ca. 65  $\mu$ g/d; für Säuglinge wird eine Vitamin-K-Prophylaxe empfohlen; als Antidot (Gegengift) von Cumarinderivaten (bei Blutungskomplikationen) einmalig 5-10 mg (Wirkung mit einer Latenz von 2-3 Tagen, daher ggf. Kombination mit Heparin\*).

*Mangelscheinungen:* alimentär selten; verlängerte Blutgerinnungszeit, Blutungen in Gewebe und Organen sowie Hämorrhagie bei geschädigter Darmflora (z. B. durch Antibiotika, Sulfonamide), Malabsorption, chron. Lebererkrankung und Anwesenheit von Vitamin-K-Antagonisten; bei Säuglingen Hirnblutungen.

*Hypervitaminose:* sehr selten; evtl. Überempfindlichkeitsreaktion.

*Vitamin-K-Antagonisten* (Gegner): s. Cumarinderivate\*.

*Vitamin-K-Test;* Leberfunktionsprüfung bei Verlängerung der Thromboplastinzeit\*; *Prinzip:* Ausbleiben eines Anstiegs von Prothrombin\* im Serum nach parenteraler Verabreichung von Vitamin K als Hinweis auf eine Leberparenchymschädigung bzw. bei Anstieg Hinweis auf eine Vitamin-K-Resorptionsstörung.

**3.2.5. Ascorbinsäure (syn. Vitamin C);** wasserlösliches, leicht oxidierbares Vitamin, das L-Threohex-2-enon-1,4-lacton und dessen Derivate mit gleicher biologischer Wirkung umfaßt. *Biochem. Funktion:* Radikalfänger; dient als Redoxcofaktor bei Hydroxylierungen (z. B. in der Kollagen-, Carnitin-, Tyrosin-, Katecholamin- u. Steroidbiosynthese), ist am mikrosomalen Elektronentransport beteiligt, fördert die Eisenresorption, hemmt die **Nitrosaminbildung** (Krebsreger) und stärkt das Immunsystem. Nitrosamine sind nachweislich Krebsreger, daher dient Ascorbinsäure der Vorbeugung von Krebs.

*Vorkommen:* hauptsächlich in pflanzl. (u. tier.) Lebensmitteln:

*Bedarf* für Erwachsene: ca. 75 mg/d; die Empfehlungen der DGE sind m.E. zu niedrig angesetzt.

*Mangelscheinungen:* Bei Fehl- oder Mangelernährung (z. B. bei Alleinstehenden u. Älteren, bei Extremdiät od. Alkoholkrankheit), erhöhtem Bedarf (z. B. infolge Schwangerschaft, Dialyse, Nicotinkonsum) und Malabsorption kann es zu Skorbut kommen; *Hypervitaminose:* Nach lang dauernder Einnahme hoher Dosen (>1 g/d) Harnsteinbildung in den ableitenden Harnwegen möglich.

**3.2.6. Thiamin (Vitamin B1);** *wasserlösliches* Vitamin, das aus einem Pyrimidinring besteht, der über eine Methylengruppe mit einem Thiazolring verbunden ist. Biologisch aktiv als Coenzym ist Thiamindiphosphat (Abk. TPP). Thiamintriphosphat spielt im Nervensystem eine (noch unbekannt?) Rolle. *Biochemische Funktion:* TPP reagiert mit den Substraten zu einem aktiven Aldehyd und nimmt Elektronen in sein Ringsystem auf, z. B. bei oxidativer Decarboxylierung von Alpha-ketosäuren und der Reaktion der Transketolase.

*Vorkommen* in fast allen tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln, besonders in Vollkorngetreide, Hefe, Hülsenfrüchten, Kartoffeln, Sonnenblumenkernen, Schweinefleisch, Innereien und Fisch;

*Bedarf* für Erwachsene: Männer 1,3 mg/d, Frauen 1,1 mg/d. *Mangelscheinungen:* **Thiamin zählt für alle Altersgruppen zu den kritischen Nährstoffen;** Gewichtsverlust, Appetitlosigkeit, Herabsetzung der Magensaftproduktion, Herz-Kreislauf-Versagen, Muskelschwäche, Muskellähmungen, Wadenkrämpfe, psychische Veränderungen (Müdigkeit, Depressionen, Angstzustände, Reizbarkeit) durch Mangel- u. Fehlernährung (z. B. Alkoholranke), Malabsorption bzw. erhöhten Bedarf (z. B. Schwangerschaft, Stillen, chron. Blutdialyse); Beriberi\*, Wernicke\*-Enzephalopathie.

*Hypervitaminose:* alimentär nicht bekannt; bei langdauernder oraler Therapie selten Magenbeschwerden, Kopfschmerz, Schweißausbrüche, Tachykardie, Hautreaktionen mit Juckreiz.

*Thiaminasenkrankheit:* Auftreten eines Bacillus (thiamino-lyticus Matsukawa et Misawa) im Darm, welches das Enzym Thiaminase bildet und Thiamin vor dessen Resorption aufspaltet und unwirksam macht. Zeichen eines Thiaminmangels, der sich bis zu einer Avitaminose (s. Beriberi\*) steigern kann.

**3.2.7. Riboflavin (syn. Vitamin B<sub>2</sub>);** Laktoflavin; *wasserlösliches* gelbes Vitamin. *Biochemische Funktion:* Als Flavinmononukleotid (Abk. FMN) u. Flavinadeninonukleotid (Abk. FAD) Coenzym der Flavinenzyme, die als Oxidoreduktasen z. B. in Atmungskette und Zitronensäurezyklus Reduktionsäquivalente übertragen.

*Vorkommen* tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln, besonders in Milch und Milchprodukten, Hefe, Fleisch, Ei, Gemüse, Vollkorngetreide u. Fisch.

*Bedarf* für Erwachsene: 1,5-2 mg/d.

*Mangelscheinungen* können sein: Wachstumsstörung, entzündliche Veränderung der Schleimhäute, seborrhoische Dermatitis, Mundwinkelrisse, in schweren Fällen Anämie oder Ariboflavinose\*. Mangelnde Versorgung mit Riboflavin kann v. a. bei alten Menschen (karge Ernährung) und. jungen Frauen (erhöhter Bedarf bei Schwangerschaft und Antibaby-Pille) vorkommen.

*Hypervitaminosen:* Auch bei hoher Dosis unbekannt.

**3.2.8. Niacin (V.-B-Komplex);** Sammelbezeichnung. für Derivate der Pyridin-3-carbonsäure mit Antipellagra-Wirkung; Gruppe *wasserlöslicher* Vitamine, zu denen Nicotinsäure, Nicotinsäureamid und Pyridinnukleotid-Coenzyme zählen. *Biochemische Funktion:* Niacin ist an zahlreichen biologischen Redoxprozessen beteiligt, die in oxidierter Form als Elektronenakzeptoren fungieren. (Pyridinnukleotid-Coenzyme).

*Vorkommen* in pflanzlichen und tierischen Nahrungsmitteln, bes. in Vollkorngetreideprodukten und Fisch.

*Bedarf* für Erwachsene: Männer 18 mg, Frauen 15 mg Niacinäquivalent/Tag; 1 mg Niacinäquivalent  $\equiv$  60 mg Tryptophan\*; da Nicotinsäure und -amid aus Tryptophan biosynthetisiert werden, hängt der Bedarf auch von der Tryptophanzufuhr ab.

*Mangelscheinungen:* Bei Mangel- oder Fehlernährung (z.B. einseitiger Verzehr tryptophanarmer Maisprodukte, Alkoholkrankheit), Malabsorption (z. B. Hartnup-Krankheit), erhöhtem Bedarf (z. B. Schwangerschaft, Stillzeit) kann es zu Pellagra\* (3D; Dermatitis, Diarrhö, Demenz) und Depressionen kommen.

*Hypervitaminosen:* Weder alimentär noch bei therapeutisch hoher Dosierung bekannt. *Chem. Nicotinsäureamid;* s. Niacin.

*Nicotinsäure;* syn. Pyridin-3-carbonsäure; Vorstufe der Pyridinnukleotid-Coenzyme; rasche Resorption, Ausscheidung über Nieren; Wirkung: 1. Gefäßerweiterung, Steigerung der Hautdurchblutung; 2. Lipidsenkung (Blutfette) durch Hemmung der Lipolyse und Verminderung der VLDL- u. LDL-Synthese (Cholesterol- u. Triglyceridsenkung).

*Verwendung:* bei N.-Mangel (Pellagra\*); als Lipidsenker\*; zur lokalen Hyperämisierung bei rheumatischen u. a. Schmerzen.

*Beachte:* Nach Dauertherapie mit überhohen Dosen kann Verschlechterung der Glukosetoleranz (Zuckerspiegel) und Flush (anfallweise Hautrötung mit Hitzegefühl) auftreten.

**3.2.9. Pyridoxin (syn. Vitamin B<sub>6</sub>);** Sammelbezeichnung. für die *wasserlöslichen* Wirkstoffe Pyridoxol, Pyridoxal, Pyridoxamin und deren 5-Phosphorsäureester, die bei Lichteinwirkung und im alkalischen Milieu schnell zerfallen und im Organismus leicht ineinander umgewandelt werden. *Biochemische Funktion:* Als Pyridoxalphosphat (Abk. PALP) wichtigstes gruppenübertragendes Coenzym bei den Transaminierungs-, Decarboxylierungs- und Eliminierungsreaktionen des Aminosäurestoffwechsels und bei der Synthese der Deltaaminolävulinsäure; PALP und Aminosäure bilden dabei eine Schiff-Base.

*Vorkommen* in tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln, besonders reichlich in Hefe, Leber, Fleisch, Vollkorngetreide, Hülsenfrüchten, Gemüse.

*Bedarf* für Erwachsene: 1,6-1,8 mg/d; abhängig vom Proteinumsatz.

*Mangelscheinungen:* Die Aufnahme von P. ist bei 19- bis 35-Jährigen und Alkoholkranken oft unzureichend. Isolierter Pyridoxinmangel ist alimentär selten; durch Mangel- oder Fehlernährung, gesteigerten Bedarf (z. B. Schwangerschaft, Stillen) und chronischer Einnahme von z. B. hormonalen Kontrazeptiva (Antibaby-Pille), Antibiotika, kann es zu Dermatitis im Nasen- und Augenbereich, Entzündungen im Mund und an den Lippen, Schlaflosigkeit, nervöser Störung, Reizbarkeit, Depressionen, Eisen-Anämie und Krämpfen im Säuglingsalter kommen. Nachweis von Pyridoxinmangel im Tryptophan-Belastungstest. Pyridoxin gehört zu den kritischen Nährstoffen.

*Hypervitaminosen:* Alimentär unbekannt.

**3.2.10. Pantothersäure (V.-B-Komplex);** *wasserlösliches*, hitzelabiles Vitamin; besteht aus 2,4-Dihydroxy-3,3-dimethylbutyrat, das über eine Amidbindung mit  $\beta$ -Alanin verknüpft ist; nur D(+)-Pantothersäure ist biologisch aktiv. *Biochemische Funktion:* Bestandteil von Coenzym A und Acyl-Carrier-Protein (Fettsäuresynthetase).

*Vorkommen* in pflanzlichen und tierischen Nahrungsmitteln; besonders in Hefe, Eigelb, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten;

*Bedarf* für Erwachsene: Schätzwert 6 mg/d.

*Mangelscheinungen:* alimentär selten; bei parenteraler Ernährung, chron. Hämodialyse (Blut) und Alkoholkrankheit können Abgeschlagenheit, Müdigkeit, Schwäche, Schlafstörung, Dermatitis und Sensibilitätsstörungen der Extremitäten (Burning-feet-Syndrom) auftreten.

*Hypervitaminose:* Weder alimentär noch bei therap. hohen Dosen bekannt.

**3.2.11. Biotin (V.-B-Komplex);** 2'-Keto-3,4-imidazol-2-tetrahydrothiophen-n-valeriansäure; *wasserlösliches* Vitamin; cyclisches Harnstoffderivat mit einem Thiophanring und drei asymmetrischen C-Atomen; nur D-(+)-Biotin ist biologisch aktiv. Biosynthese durch die Darmflora.

*Vorkommen* in Nahrungsmitteln häufig nur in geringer Konzentration; Biotin ist Coenzym und Carboxycarrier der Carboxylasen, an die es amidartig über einen  $\epsilon$ -Lysinrest gebunden ist. Bei der Katalyse entsteht unter ATP- und Hydrogencarbonatverbrauch N-Carboxybiotin. Bei Glukoneogenese (Pyruvatcarboxylase), Fettsäurebiosynthese (Acetyl-CoA-Carboxylase) und Betaoxidation ungeradzahlgiger Fettsäuren (Propionyl-CoA-Carboxylase) werden COO<sup>-</sup>-Gruppen übertragen.

*Bedarf* infolge mikrobieller Biosynthese nicht abschätzbar; bis 200  $\mu$ g/d werden je zur Hälfte über Urin u. Kot ausgeschieden.

*Mangelscheinungen:* Bei extremer Ernährung, z.B. häufigem Verzehr roher Eier (infolge des im Eiklar enthaltenen Avidins, das Biotin bindet), Alkoholkrankheit und parenteraler Ernährung (gestörte Darmflora) kann die Bedarfsdeckung gefährdet sein. *Folgen:* Dermatitis, Haarausfall, Appetitlosigkeit, Übelkeit und Depressionen.

*Hypervitaminose:* Weder alimentär noch bei therap. Anwendung hoher Dosierungen bekannt.

**3.2.12. Folsäure (Vitamin-B-Komplex)** syn. Pteroylglutamin-säure; Sammelbezeichnung für Verbindungen, die aus Pteridinring, p-Aminobenzoessäure und einem oder mehreren Glutaminsäureresten bestehen; hitze- u. lichtempfindliches, *wasserlösliches* Vitamin; Wuchsstoff für Bakterien. *Biochemische Funktion:* Als biologisch aktive Form ist Tetrahydrofolsäure (Abk. FH<sub>4</sub>) Coenzym bei der Übertragung von C<sub>1</sub>-Gruppen (Methyl, Formyl, Formiat) und der Nucleinsäuresynthese (Purin, Thymin). Folsäure wird v. a. mit der Nahrung aufgenommen (Blattgemüse, Leber, Hefe, Milch) und im Dünndarm bakteriell synthetisiert.

*Bedarf* für Erwachsene: ca. 150  $\mu$ g freie F./Tag (Pteroylmonoglutamat) bzw. Folatäquivalente, die mit 300  $\mu$ g Nahrungsfolat erreicht werden können (Folatäquivalent= Monoglutamat + 0,2 x Polyglutamat).

*Mangelscheinungen:* Folsäure zählt allgemein zu den kritischen Nährstoffen fast aller Bevölkerungsgruppen. Zu den Risikigruppen zählen besonders. veganisch Ernährte, Kinder in der Pubertät, Schwangere, Stillende u. Alkoholranke. Mangel- und Fehlernährung, erhöhter Bedarf und Medikamente (z. B. Antikonvulsiva, hormonale Kontrazeptiva (Antibaby-Pille), Chemotherapeutika und Zytostatika) können megaloblastäre Anämie, Leuko- oder Thrombopenie Schleimhautveränderung in Mundhöhle und Magen-Darm-Trakt, Durchfall, neurologische Veränderung, Depressionen, Resorptions-, Wachstums- und Fortpflanzungsstörung sowie Fehlbildung beim Fetus (Spina bifida) und Frühgeburt auslösen. Mangel an Cobalamin\* führt sekundär zu Folsäuremangel. Ca. 2 Monate vor Konzeption bei geplanter Schwangerschaft und mind. 2 Monate nach Konzeption sollte mit 400  $\mu$ g F./Tag substituiert werden.

*Hypervitaminose:* Alimentär nicht bekannt.

*Folsäureantagonisten;* Analoga und Antimetaboliten der Folsäure: Sulfonamide hemmen die bakt. Biosynthese der Dihydrofolsäure; Diaminobenzylpyridine hemmen die Dihydrofolatreduktase.

Folsäure zählt für alle zu den kritischen Nährstoffen. Nur ein sehr kleiner Prozentsatz der Bevölkerung ist richtig versorgt.

**3.2.13 Cobalamin (syn. Vitamin B<sub>12</sub>);** Sammelbezeichnung für *wasserlösliche* Corrinoiden, deren Pyrrotringsystem Cobalt als Zentralatom enthält; der sechste Ligand des Cobaltatoms kann eine 5'-Desoxyadenosyl-, Cyano-, Methyl- od. Hydroxylgruppe sein. *Biochemische Funktion:* Methycobalamin ist Coenzym bei der Methylierung von Homocystein zu Methionin (u. a. wichtig für die Biosynthese der Folsäure\*). 5'-Desoxyadenosyl-C. ist Coenzym bei der intramolekularen Umlagerung von Methylmalonyl-CoA zu Succinyl-CoA (beim Abbau ungeradzahlgiger Fettsäuren und von Methionin, Valin und Isoleucin).

*Vorkommen* in Nahrungsmitteln: C. wird ausschließlich von Bakterien synthetisiert und kommt daher insbesondere in tierischen Lebensmitteln (Leber, Niere, Muskelfleisch, Fisch, Eier, Milch u. Milchprodukte) vor; in geringen Mengen auch in vergorenen pflanzlichen Produkten (z. B. Sauerkraut, Bier) sowie in Wurzeln von Pflanzen, die C. aus Bodenbakterien aufnehmen.

*Bedarf* für Erwachsene: 3,0  $\mu$ g/d; während Schwangerschaft und Stillzeit wird einem 0,5  $\mu$ g/d höhere Zufuhr empfohlen.

*Mangelscheinungen:* Selten; nach 5-10-jähriger cobalaminfreier Ernährung bei sich streng vegetarisch Ernährenden und Alkoholkranken; bei Mangel- und Fehlernährung, Resorptionsstörungen (z. B. Intrinsic-Faktor\*-Mangel) oder C.-Transportstörung kann es zu perniziöser Anämie\* mit Leuko- und Thrombopenie sowie zur Degeneration der Hinter- und Seitenstränge des Rückenmarks (funikuläre Myelose\*) oder zu geschwürartigen Veränderungen der Schleimhaut des Verdauungstrakts kommen.

*Hypervitaminose* weder alimentär noch bei therap. Anwendung hoher Dosierungen bekannt.

### 3.3. Aminosäuren, Peptidbindung, Eiweiße

**3.3.1. Einleitung.** Neben den Kohlenhydraten und Fetten sind die Eiweißstoffe die Hauptbestandteile der menschlichen und tierischen Nahrung. Sie geben bei ihrer Oxydation nicht nur eine Energie von 4,1 cal (neue Bezeichnung ist Joule) je Gramm, sondern sind zugleich Bestandteile von Hormonen und Enzymen. Als *Eiweißstoffe* bezeichnet man hochmolekulare kolloide Naturprodukte, die sich aus einer großen Anzahl von  $\alpha$ -Aminosäuren als Grundbausteinen zusammensetzen.

Die  $\alpha$ -Aminosäuren leiten sich von den Karbonsäuren ab, indem ein H-Atom am  $\alpha$ -Kohlenstoffatom durch eine Aminogruppe  $-NH_2$  substituiert wird. Die einfachste Säure ist das Glyzin, das wie alle  $\alpha$ -Aminosäuren in Betainstruktur vorliegt; dadurch wird der relativ hohe Schmelzpunkt der Aminosäuren bedingt. Außer Glyzin haben alle  $\alpha$ -Aminosäuren ein asymmetrisches C-Atom und sind daher optisch aktiv; alle natürlichen Aminosäuren gehören der L-Reihe an. Die optisch aktiven  $\alpha$ -Aminosäuren können als Gemisch der D- und L-Form entweder durch Umsetzung von Halogensäuren mit Ammoniak oder nach der Streckerischen Synthese aus Aldehyden durch Addition von Blausäure in Gegenwart von Ammoniak erhalten werden. Eine Trennung in D- und L-Form erfolgt durch Kristallisation mit einer optisch aktiven Base.

Das charakteristische Merkmal der Eiweiße oder Peptide ist die Laktam- oder Säureamidgruppierung  $-CO-NH-$  an der Verknüpfungsstelle zweier Aminosäuren. Eine derartige Verknüpfung wird auch als Peptidbindung bezeichnet. Synthetisch kann eine Peptidverbindung dadurch geknüpft werden, daß das Hydrochlorid eines Aminosäurechlorids mit einem Aminosäureester zur Reaktion gebracht wird. Durch verschiedene Polypeptidsynthesen ist der Chemiker in der Lage, einzelne einfache Eiweiße zu synthetisieren. Das Hormon *Insulin*, das den Zuckerhaushalt reguliert und die spezifische Therapie der Zuckerkrankheit ermöglicht, ist das chemisch am besten untersuchte Protein. Es wird in den *Langerhanschen Zellen* der Bauchspeicheldrüse erzeugt. Das Insulin hat ein Molekulargewicht von rund 5700 und enthält 51 Aminosäuren, die sich auf zwei Polypeptidketten verteilen, die durch Disulfidbrücken zusammengehalten werden. Die Disulfidbrücken entstehen durch Oxydation des Zysteins zu Zystin, die beide ein reversibles Redoxsystem bilden.

Synthetisch wurde **Insulin erstmals 1963** von Zahn, Meinhofer und Schnabel hergestellt. Synthetisches Insulin ist keine Erfindung der Genforschung.

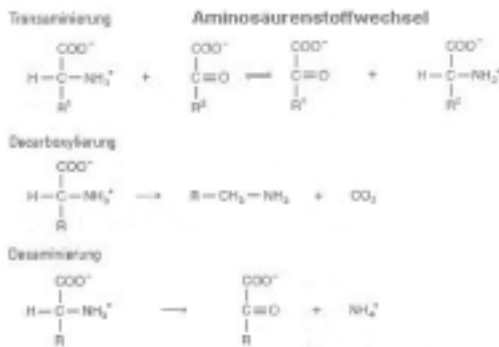
Es gibt 20 verschiedene Aminosäuren, aus denen sich sämtliche Proteine im menschlichen Organismus bilden. Zwölf davon kann der Organismus selbst bilden, sie heißen nichtessentielle Aminosäuren, weil sie durch die körpereigene Biosynthese ersetzbar sind. Die restlichen acht essentiellen (unentbehrlichen) Aminosäuren kann der Körper nicht selbst synthetisieren, sie müssen mit der Nahrung zugeführt werden.

**3.3.2. Minimalbedarf** (g/d) an für den Menschen essentiellen Aminosäuren; die empfohlene Tageszufuhr beträgt das Doppelte.

- *Isoleucin* 0,7g; *Leucin* 1,1g; *Lysin* 0,8g; *Methionin* 1,1g; *Phenylalanin* 1,1g; *Threonin* 0,5g; *Tryptophan* 0,25g; *Valin* 0,8g.
- *Histidin*, *Arginin*, *Tyrosin* (essentiell für Säuglinge, abhängig von der Phenylalanin-Zufuhr).

**3.3.3. Aminosäurestoffwechsel;** zusammenfassende Bezeichnung für Reaktionen des katabolen (abbauend) und anabolen (aufbauend) Umbaus von Aminosäuren. Die wichtigsten **Formen:** 1. Transaminierung (katalysierter Austausch); 2. Decarboxylierung; Biosynthese biogener Amine; 3. oxidative Desaminierung.

**3.3.4. Essentielle Aminosäuren** müssen dem Organismus täglich mit der Nahrung zugeführt werden. Anders als bei *Hormonen* und *Enzymen* ist der menschliche Organismus nicht in der Lage, sie selbst herzustellen. Aminosäuren sind die Grundlage für die Biosynthese der Eiweißverbindungen (Proteine, Peptide).



**3.3.4.1. Isoleucin;** Abk. Ile, I; L- $\alpha$ -Amino- $\beta$ -methylpentansäure; proteinogene, *essentielle*, aliphat. und neutrale Aminosäure; gluko- u. ketoplastisch; *Anwendung* zur parenteralen Ernährung.

**3.3.4.2. Leucin;** Abk. Leu, L;  $\alpha$ -Aminoisocaprinsäure, L-2-Amino-4-methylpentansäure; *essentielle*, proteinogene, neutrale Aminosäure. Vorkommen der D-Form in Peptidantibiotika; *Anwendung* als Lebertherapeutikum.

**3.3.4.3. Lysin;** Abk. Lys, K; basische *essentielle* Aminosäure; Vorkommen in den meisten tierischen (Myosin, Kollagen, Histone), weniger in pflanzlichen Proteinen; Decarboxylierung ergibt Cadaverin (Eiweißfäulnis, Leichengift); Abbau in der Leber über Pipecolinsäure zu Acetoacetyl-CoA bzw. Acetyl-CoA.

**3.3.4.4. Methionin;** Abk. Met, M;  $\alpha$ -Amino- $\gamma$ -methyl-mercaptobuttersäure; *essentielle* schwefelhaltige proteinogene Aminosäure, aus der durch Reaktion mit ATP (Phosphatverbindung) der Methylgruppendonor Adenosylmethionin entsteht; *Tagesbedarf:* 1-2 g; mit bakteriostatischer Wirkung; *Verwendung* bei Harnwegentzündung und chron. Nierenminderleistung. *Bei Resorptionsstörungen im Darm:* Geistige Behinderung, Krämpfe, stinkende Durchfälle, weiße Haare.

**3.3.4.5. Phenylalanin;** Abk. Phe, F; L- $\alpha$ -Amino- $\beta$ -phenyl-propionsäure; *essentielle*, proteinogene, aromatische Aminosäure; Abbau über Tyrosin\* u. Fumarsäure zu Acetessigsäure.

**3.3.4.6. Threonin;** Abk. Thr, T; L-threo- $\alpha$ -Amino- $\beta$ -hydroxybuttersäure, (2S, 3R)-2-Aminohydroxybutansäure; *essentielle* proteinogene Aminosäure mit zwei asymmetrischen C-Atomen; Abbau zu CoA-aktiver Propionsäure oder zu Glycin und Acetaldehyd.

**3.3.4.7. Tryptophan;** Abk. Trp, W; *essentielle*, proteinogene, aromatische Aminosäure; Ausgangssubstanz für die Biosynthese von Serotonin\*, Melatonin\*, Nicotinsäure\*; Abbau durch Kynureninase (abhängig von Pyridoxalphosphat, Vitamin B6); bakterieller Abbau (Darinflora) zu *Tryptamin*, Skatol u. Indol (Eiweißfäulnis); Resorptionsstörung bei Hartnup-Krankheit. *Verwendung* zur Aminosäuresubstitution, als *Antidepressivum* und Schlafmittel;

*Tryptamin;* biogenes Amin, das durch Decarboxylierung aus Tryptophan entsteht; stimuliert die Kontraktion (Blutdurchfluß) der glatten Gefäß- und Uterusmuskulatur. Tryptamin ist auch bakteriellesches Abbauprodukt und kann zu Serotonin\* hydroxyliert werden.

**3.3.4.8. Valin,** Abk. Val, V; *essentielle* Aminosäure; Vorkommen in fast allen Proteinen; Abbau über CoA-aktivierte *Methylmalonsäure* zu Succinyl-CoA.

*Methylmalonsäure* in aktiver Form ein CoA. Zwischenprodukt beim Abbau von Methionin\*, Isoleucin\*, Valin\* und ungeradzahligter Fettsäuren. Erhöhe Konzentration bei Blutanämien; abhängig von Cobalamin\*

### 3.3.5. nichtessentielle Aminosäuren

*Histidin, Arginin und Tyrosin* sind essentiell für Säuglinge, abhängig von der Phenylalanin-Zufuhr.

**3.3.5.1. Histidin;** Abk. His, H; Imidazolylalanin, 2-Amino-3-(4-imidazolyl)propansäure; proteinogene, z. T. essentielle Aminosäure. *Vorkommen* besonders reichlich in Hämoglobin; als 3-Methylhistidin in Aktin u. Myosin (Muskelproteine, Kontraktion); Decarboxylierung ergibt *Histamin*.

*Histamin;* durch Histidindecaboxylase aus Histidin gebildetes biogenes Amin; Gewebeshormon, Neurotransmitter\*; *Vorkommen* in den Mastzellen (Blut), in geringer Menge in Thrombo- und Leukozyten; in Neuronen des hinteren Hypothalamus; *Freisetzung* durch endogene u. exogene Histaminliberatoren, z. B. IgE (Immunreaktion), Verbrennung und Entzündung. Abbau in Niere und Gehirn, Magen und Darm, durch Darmbakterien).

*Wirkungen* über Rezeptoren: Kontraktion glatter Musulatur in Darm, Uterus, Bronchien, großen Gefäßen, Dilatation kleiner Gefäße, Hautrötung Quaddelbildung), Adrenalinausschüttung, Schmerzen Juckreiz durch Wirkung auf sensible Nervenenden.

**3.3.5.2. Arginin;** Abk. Arg, R;  $\alpha$ -Amino- $\delta$ -guanidinovaleriansäure, 2-Amino-5-guanidinopentansäure; stark basische, proteinogene und glukogene Aminosäure; Zwischenprodukt im Harnstoffzyklus; Ausgangsstoff der Biosynthese von Stickstoffmonoxid (NO); beteiligt an Biosynthese: Antioxidanzie, Muskelentspannung, Neurotransmitter.

**3.3.5.3. Tyrosin;** Abk. Tyr, Y; aromatische., ketogene und proteinogene Aminosäure; entsteht durch Hydroxylierung von Phenylalanin\* und ist Vorstufe der Biosynthese von Dopamin\*, Adrenalin\*, Thyroxin\* und der Melanine\*. Abbau durch Tyrosintransaminase zu 4-Hydroxyphenylbrenztraubensäure und über Homogentisinsäure zu Maleylacetoacetat; Abbau i. R. der Eiweißfäulnis zu Kresol und Phenol; Anwendung bei Schilddrüsenerkrankungen.

Die Hormone (*Adrenalin, Dopamin, Thyroxin, Melatonin*) haben Einfluß auf mentale Vorgänge im Hirnstoffwechsel (Demenz, Parkinson, *Depressionen* usw.).

**3.3.5.4. Glycin;** Abk. Gly, G; Aminoessigsäure; einfachste und ein-zige nicht optisch aktive proteinogene Aminosäure; süßer Geschmack. Vorkommen z. B. in Hippursäure, Glutathion- und Glykocholsäuren. Glycin fungiert als hemmender Neurotransmitter\* in Rückenmark und Hirnstamm (Kontrolle der Motorik) u. als Koppelung für Rezeptoren.

**3.3.5.5. Alanin;** Abk. Ala, A;  $\alpha$ -Aminopropionsäure, 2-Aminopro-pansäure; proteinogene Aminosäure. Bildet Enzyme, die als Katalysatoren wirken. Erhöhte Werte bei Leberproblemen.

**3.3.5.6. Serin;** Abk. Ser, S; L- $\alpha$ -Amino- $\beta$ -hydroxypropionsäure; proteinogene und glukogene Aminosäure; Serin wird u. a. zur Biosynthese von Sphingosin, Colamin, Cholin und der Kephaline (Zwischenprodukte, z.B. Cholinmangel führt zur Fettleber) benötigt; Abbau zu Pyruvat (Salz) oder Umbau zu Glycin.

**3.3.5.7. Asparaginsäure;** Abk. Asp, D;  $\alpha$ -Aminobernsteinsäure, 2-Aminobutandisäure; saure proteinogene Aminosäure; Aminogruppendonor bei Transaminierung wichtig im Harnstoffzyklus und zur Biosynthese der Purin- und Pyrimi-dinbasen).

**3.3.5.8. Asparagin;** Abk. Asn od. Asp(NH<sub>2</sub>), N; 2-Aminobernsteinsäure-4-amid; proteinogene Aminosäure, Semiamid der Asparaginsäure; freies Asparagin kommt z. B. im Spargel vor.

**3.3.5.9. Glutaminsäure;** Abk. Glu, E;  $\alpha$ -Aminoglutarsäure, 2-Aminopentandisäure; proteinogene Aminosäure, die biosynthetisch durch Transaminierung aus Alphaketoglutarsäure entsteht; Synthese v. a. in Leber, Niere, Gehirn und Lunge; Abbau im Citratzyklus nach Transaminierung zu Alphaketoglutarsäure oder Decarboxylierung zu 4-Aminobuttersäure, die weiter zu Bernsteinsäure umgesetzt wird. *Bedeutung:* Vorstufe der Biosynthesen von GABA, Ornithin, Prolin, Hydroxyprolin; Baustein der Folsäure; Neurotransmitter; als Natriummonoglutamat Geschmacksverstärker in der Lebensmittelindustrie (China-Restaurant-Syndrom).

**3.3.5.10. Glutamin;** Abk. Gin od. Glu(NH<sub>2</sub>), Q; 2-Aminoglutarsäure-5-amid; proteinogene Aminosäure, Amid der Glutaminsäure; zentraler Metabolit im Stickstoffmetabolismus der Pflanzen und Tiere; Aminogruppendonor bei vielen biochemischen Reaktionen (z. B. Transaminierung, Purin-, Tryptophan-, Glukosaminsynthese); die Glutaminsynthetase katalysiert die Amidbildung aus Glutaminsäure und NH<sub>4</sub><sup>+</sup> unter ATP-Verbrauch (Enzym) und dient damit v. a. in der Muskulatur der Ammoniakentgiftung.

**3.3.5.11. Cystein;** Abk. Cys, C; - $\alpha$  Amino- $\beta$ -mercaptopropionsäure, 2-Amino-3-mercaptopropansäure; proteinogene Aminosäure; zentrale Verbindung im Schwefelstoffwechsel; für Disulfidbindung in Proteinen verantwortlich; Oxidation zu *Cystin*. therap. **Anw.:** als Bestandteil von Infusionslösungen, zur Proph. von Strahlenschäden; s. Aminosäuren.

*Cystin;* durch Oxidation der SH-Gruppe von Cystein entstandenes Disulfid; Vorkommen in vielen Proteinen, besonders in Keratinen.

**3.3.5.12. Prolin;** Abk. Pro, P; Pyrrolidin-2-carbonsäure; einzige proteinogene Aminosäure mit sekundärer Aminogruppe; glukoplastisch; als nicht helixbildende Aminosäure besondere Bedeutung bei der Ausbildung der Tertiärstruktur der Peptide; Biosynthese aus Glutaminsäure\* oder aus exogenem zugeführtem Ornithin; Vorkommen. besonders in Kollagen\* (zus. mit Hydroxyprolin).

## 4. Merkmale des Lebens (Biochemie)

### 4.1 [Stoffwechsel, Proteine](#)

### 4.2 [Reizbarkeit](#)

#### Stammt der Mensch vom Affen ab?

**Das Leben** ist die höchste Bewegungs- und Existenzform der Materie, die wir kennen. Sein Wesen ist durch rein naturwissenschaftliches Herangehen zugänglich, ohne daß es dazu Hilfsannahmen metaphysischer Art, wie etwa der einer besonderen "Lebenskraft (Psyche, Seele)", bedarf. Die Träger des Lebens, die lebenden Organismen, stellen ein System von Struktur und Funktion dar, das auch in seiner primitivsten Ausprägung geologische Zeiträume benötigt hat, um durch "Erfinden und Ausprobieren" das heutige Entwicklungsniveau zu erreichen. Der Mensch ist gar nicht so kompliziert, wie er von der Medizin dargestellt wird. Er ist ein biologisches, kein medizinisches Wesen, und schon gar kein psychologisches.



**Hat er eine Psyche?**  
Wenn ja, braucht er einen  
**Affenpsychologen!**

Im Vergleich mit der unbelebten Natur fallen eine Reihe von Eigenschaften auf, die allen lebenden Organismen, auch dem Menschen, gemeinsam sind. Diese Eigenschaften kennzeichnen das für das Leben Wesentliche, sie sind trotz der sonstigen Variationsfreudigkeit der lebenden Systeme konstant beibehalten worden. Bis jetzt gibt es noch keine allgemein anerkannte Definition vom Wesen des Lebens. Sofern die Versuche dazu nicht in banalen oder aber zu einseitigen Formulierungen auslaufen, erschöpfen sie sich regelmäßig in der Aufzählung eben dieser für alle Lebewesen verbindlichen Eigenschaften, die im Ernährungsbereich kurz skizziert werden sollen. Der Mensch ist das Lebewesen mit der größten Hirnleistung, wobei Denken und Fühlen eine Einheit sind, das Bewußtsein bilden. Das Bewußtsein wird fälschlich als Psyche bezeichnet

**Das charakteristische Baumaterial** der Lebewesen wird von Nukleinsäuren, *Proteinen (Eiweiße)*, Lipiden (Fettstoffe) und Polysacchariden (hochmolekulare Kohlenhydrate) gestellt. Die Nukleinsäuren enthalten, in molekularer Form verschlüsselt, die genetische Information, den Struktur- und Funktionsplan des lebenden Organismus. Nach einem von den Nukleinsäuren gelieferten Programm werden u.a. spezifische Enzyme synthetisiert, die als katalytisch wirkende Eiweiße auf chemischem Wege den Struktur- und Funktionsplan verwirklichen. Auf diese Weise werden die angeführten Baumaterialien zusammen mit einer Vielzahl weiterer organischer und anorganischer Verbindungen zu einer strukturellen und funktionellen Einheit, zur Zelle, vereinigt. Die Zelle gilt als kleinste lebensfähige Einheit.

**Die Dynamik der Zelle** zeigt sich im *Stoffwechsel*. Durch Enzyme werden die dabei ablaufenden chemischen Umsetzungen katalysiert, reguliert und gesteuert. Die Zellsubstanz wird fortwährend auf- und abgebaut und befindet sich in einem ständigen Fließgleichgewicht. Die beim Abbau entstehenden niedermolekularen Spaltprodukte und weitere organische und anorganische Verbindungen werden laufend mit dem umgebenden Milieu ausgetauscht. In der Regel nimmt die Zelle mehr aus der Umgebung auf, als sie wieder abgibt - ein Prozeß, der das Wachstum zur Folge hat. Im allgemeinen ist der Energiegehalt der Stoffe, die von der Zelle ausgeschieden werden, geringer als der der zuvor aufgenommenen. In Form eines Energiewechsels wird die mit der Nahrung aufgenommene Energie zur Synthese zelleigener Stoffe verwendet oder als Wärme, seltener in anderen Energieformen, wieder an die Umgebung abgegeben.

Gegenüber mechanischen, chemischen, elektromagnetischen und anderen Erscheinungen im Umweltfeld oder im Körperinnern weisen die Organismen *Reizbarkeit* auf. In vielen Fällen lösen Änderungen innerer oder äußerer Zustände ganze Reaktionsketten aus, deren Endergebnis durch *Rückkopplung* wiederum von dem reizaufnehmenden System erfaßt wird und so lange eine Antwort auslöst, bis im Sinne einer Regulation ein vom Organismus vorgegebener Sollwert erreicht ist. *Norbert Wiener*, Kybernetiker, beschrieb 1946 als erster die Regulation in seinem Werk "*Kybernetik oder Regelung der Nachrichtenübertragung in Lebewesen und in der Maschine*." Das Prinzip ist überall gleich. *Wieners angewandte Kybernetik* durchdringt die Einzelwissenschaften mit Methoden und Begriffen, z.B. von Naturwissenschaften (Biologie > Medizin), Technik, Ökonomie und Soziologie. Psychologie (Geschwätz) läßt sich nicht regulieren.

## 4.1 Stoffwechsel

### Gesundes Futter für die "Seele"!

**Die Gesamtheit** der im lebenden Organismus ablaufenden chemischen Reaktionen wird unter dem Begriff Stoffwechsel erfaßt. Aufbauende oder anabolische und abbauende, katabolische, Prozesse wechseln einander ständig ab, binden Energie oder geben Energie ab. Zu den Nukleotiden gehörende Überträgerstoffe spielen in diesem, die Stoffwechselreaktionen begleitenden Energiestoffwechsel eine wichtige Vermittlerrolle. Da die Zelle in ständigem stofflich-energetischem Austausch mit ihrer Umwelt steht, gilt sie als thermodynamisch offenes System.



Gesundes Futter:

Wenn süßer Wein, Fruchtsaft oder Zuckerwasser im Freien stehen bleiben, beginnen sie zu gären. Sie bekommen "Geist" aber keine Psyche (Seele).

**Der Auf- und Abbau** der vielfältigen am Stoffwechsel der Zelle beteiligten Substanzen zeichnet sich durch eine hohe Ökonomie aus. Nach einer Art "Baukastenprinzip" entstehen auch die kompliziertesten Verbindungen aus einfacheren Grundbausteinen, deren Umsetzung untereinander sich im Rahmen des Zwischenstoffwechsels auf relativ wenigen Reaktionswegen vollzieht. Diese stellen gleichsam die Hauptstraßen dar, die zwischen den Ausgangs- und Endprodukten befahren werden. Von größter Bedeutung für den Stoffwechsel sind die Enzyme, die katalytisch die Umsetzung der Reaktionspartner, der Substrate, beschleunigen. Diese Reaktionen sind im Prinzip immer auch reversibel und würden schließlich nach genügend langer Zeit zur Ausbildung eines statischen Gleichgewichts führen. Tatsächlich aber wird im lebenden Organismus durch ständigen Zu- und Abfluß der Reaktionspartner ein solcher Zustand kaum jemals erreicht, es kommt vielmehr zur Bildung von dynamischen oder Fließgleichgewichten, die neben einer Vielzahl weiterer Mechanismen eine Selbst- oder Autoregulation des Stoffwechselgeschehens möglich machen.

#### 4.1.1 Proteine

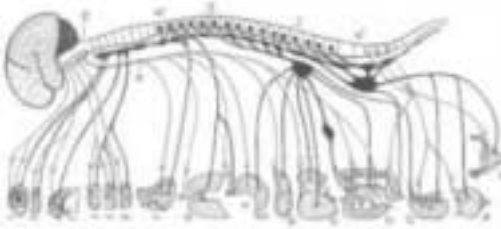
**Die Proteine** oder Eiweiße bilden den meist überwiegenden Anteil der organisch-chemischen Verbindungen eines lebenden Organismus. Sie sind als Enzyme für die Katalyse und, zusammen mit Eiweißhormonen, für die Regelung und Steuerung von Stoffwechselprozessen von entscheidender Bedeutung. Weitere wichtige Funktionen haben die Proteine beim Transport chemischer Verbindungen. Als Antikörper und Gifte dienen sie der chemischen Abwehr. Andere Proteine sind als Gerüstsubstanzen maßgeblich an der Strukturbildung des Organismus beteiligt. Besondere Arten von Organismen. Auch als Reservestoffe spielen Proteine eine Rolle, beispielsweise im Eiklar des Vogeleies oder im Speichergewebe der Hülsenfrüchte (gesunde Ernährung). Die große Bedeutung der Eiweiße für Struktur und Funktion des lebenden Organismus ist relativ früh erkannt worden; dieser Bedeutung wegen erhielten sie die Bezeichnung Proteine [protos griech., erster, frühester].

Proteine sind Makromoleküle, die durch Verknüpfung von *Aminosäuren* entstehen. Die Aminosäuren tragen eine Karboxylgruppe  $-COOH$ , an deren benachbartem ( $\alpha$ -) Kohlenstoffatom sich eine Aminogruppe  $-NH_2$  befindet. Da aber in den Proteinen, ganz gleich welcher Herkunft, nur etwa 20 verschiedene Aminosäuren zu finden sind, kommen auch nur 20 verschiedene Reste in Frage. Lediglich einer der Eiweißbausteine, das Prolin, weicht von dieser allgemeinen Struktur ab.

## 4.2 Reizbarkeit

Unter dem **Begriff Reizbarkeit** ist die Fähigkeit eines Organismus zu verstehen, durch bestimmte äußere oder innere Einflüsse Informationen über die Situation in der Umwelt oder im Körperinneren zu gewinnen und darauf aktiv zu reagieren. Derartige Einflüsse, auf die der Organismus mit Reaktionen antwortet, werden als Reiz bezeichnet. Der Reiz hat immer nur eine Auslöserfunktion, d.h. die Energie für die Reizantwort wird nicht vom Reiz selbst, sondern von der gereizten Zelle geliefert.

Ein Reiz kann u. a. mechanischer, optischer, chemischer, osmotischer, thermischer, elektrischer oder akustischer Natur sein. Fast immer aber reagieren die einzelnen Zellen nur auf eine ihnen adäquate Reizart. So sind die Riechzellen der Nasenschleimhaut nur durch Geruchsreize, nicht aber durch Licht ansprechbar. Ob eine Zelle auf einen Reiz reagiert, hängt außerdem von der Reizquantität, d. h. der Stärke und Dauer des Reizes, von der Anstiegssteilheit, also der Geschwindigkeit, mit der der Reiz einsetzt, und mitunter auch von zeitlichen Intensitätsveränderungen ab.



Die Abbildung zeigt das Tier Mensch: es kriecht auf seinen Organen mit dem Kopf an die Wand: "Relativ zum Wissen ist die Gesellschaft heute dümmer als im Mittelalter!"

**Die Reize lösen oft ganze Reaktionsketten aus**, die mit der Reizaufnahme durch eine spezialisierte Sinneszelle, einen Rezeptor, beginnt. Aufgrund der Lebensweise, die im typischen Fall durch aktives Aufsuchen der Nahrung, freie Ortsbewegung und - damit verbunden - ständige Veränderung ihrer Umwelt gekennzeichnet ist, spielt beim Menschen die Reizbarkeit eine besondere Rolle. Die Rezeptoren der Vielzeller sind häufig zu Sinnesorganen zusammengeschlossen, die je nach Entwicklungsstand ein mehr oder weniger umfassendes Abbild von der Umwelt vermitteln. Zunächst muß der Reiz im Rezeptor in eine dem Organismus "verständliche" Form, in die Erregung, umgewandelt werden, die daraufhin durch das auf Reizbarkeit spezialisierte Nervensystem fortgeleitet und verarbeitet wird. Zumeist endet die durch den Reiz ausgelöste Reaktionskette an einem Erfolgsorgan, z.B. einem Muskel oder einer Drüse oder im Gehirn selbst. Diese Prozesse lassen sich auf elektrochemische Vorgänge an der Zellmembran zurückführen. Unter Verbrauch von chemischer Energie in Form von ATP (Adenosintriphosphat, "Energiebezahlung") vermögen besondere Ionenpumpenmechanismen der Zellmembran in das Zellinnere Kaliumionen und nach außen

Natriumionen zu transportieren. Die daraus entstehende asymmetrische Ionenverteilung bewirkt außen eine positive und innen eine negative Ladung (sog. *Hirnströme*; Potentiale). Ein solches elektrisches Potential kann bei fast allen lebenden Zellen nachgewiesen werden und wird bei erregbaren Strukturen als Ruhepotential bezeichnet. Die Verringerung des Ruhepotentials, die Depolarisation, führt in den langen Fortsätzen der Nervenzellen, den Nervenfasern, Neuriten oder Axonen, von einem bestimmten Schwellenwert an zur Bildung eines Aktionspotentials. Es entsteht durch kurzzeitiges Öffnen der Membranschranke, so daß Natrium- und Kaliumionen entsprechend dem elektrischen und dem Konzentrationsgefälle plötzlich ungehindert die Membran durchsetzen können. Das führt zum Zusammenbruch des ursprünglichen Potentials und sogar zur Umpolarisierung - ein Prozeß, der der Erregung gleichzusetzen ist.

**Das milliardenfache Übertragen** der Hirnpotentiale (an den Synapsen) von einem Neuron (Hirnzelle) auf das nächste im Gehirn erzeugt das Denken und Fühlen. Die Synapsen, die Überträgerknöpfchen im Gehirn, gehören dem Nanobereich an und sind nur mit Elektronenmikroskopen sichtbar zu machen. Der Einsatz von Kernspin- und Computertomographen (CT) bei Depressiven (Migräne, Angstzustände) ist Geldverschwendung. Die Synapsen enthalten Vesikel (kleine Bläschen), in denen die *Transmittersubstanzen* gespeichert werden. Überträgersubstanzen wie *Serotonin*, Dopamin, Noradrenalin, Acetylcholin, BABA u.a., die während einer Erregung freigesetzt, zur Erregung der angrenzenden Zelle führen.

Auf jeder Stufe des Austausches erfolgen Rückmeldungen zu den Assoziationsfeldern der Großhirnrinde, und erst die Integration aller dieser Meldungen durch das Assoziationsystem ermöglicht so komplexe Vorgänge wie bedingte Reaktionen, Lernen, Erkennen, Lenken der Aufmerksamkeit und letztlich auch das Denken.

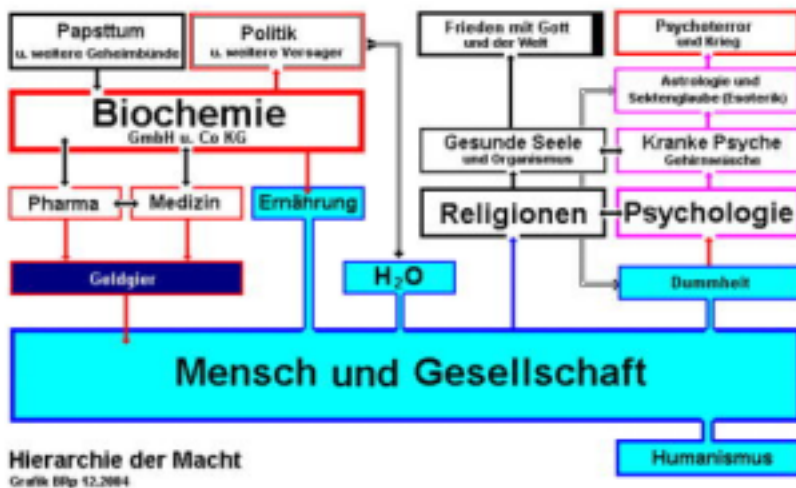
Den Assoziationsfeldern im vorderen Großhirnteil, dem Stirnhirn, werden besonders hohe, spezifisch menschliche Qualitäten, wie Persönlichkeitsempfinden, Wille, Denken, Gesinnung, Kontrolle und Regulation des Gefühls- und Trieblebens, zugeschrieben.

Darüber hinaus lassen sich experimentell durch Reizung bestimmter Regionen des limbischen Systems und des Hypothalamus Emotionen, wie Depressionen, Angst, Wut, sexuelle Lustgefühle, Appetit und Durst, erzeugen, die einerseits von den Assoziationsfeldern dem Großhirns, also willkürlich zu beeinflussen sind und andererseits deutliche Auswirkungen auf das vegetative System haben. Limbisches System und Hypothalamus stellen auf diese Weise Verbindungen zwischen Bewußtseinsvorgängen und dem vegetativen Nervensystem her. Daraus erklärt sich u. a. die Beschleunigung des Herzrhythmus nach Eintreffen einer unangenehmen Nachricht. Beim Bewußtwerden des Inhalts der Nachricht durch Assoziationsleistungen des Großhirns entsteht in den erwähnten tieferen Bezirken beispielsweise das Gefühl der Angst, das seinerseits über hypothalamische Kerngebiete eine Herzbeschleunigung bewirkt.

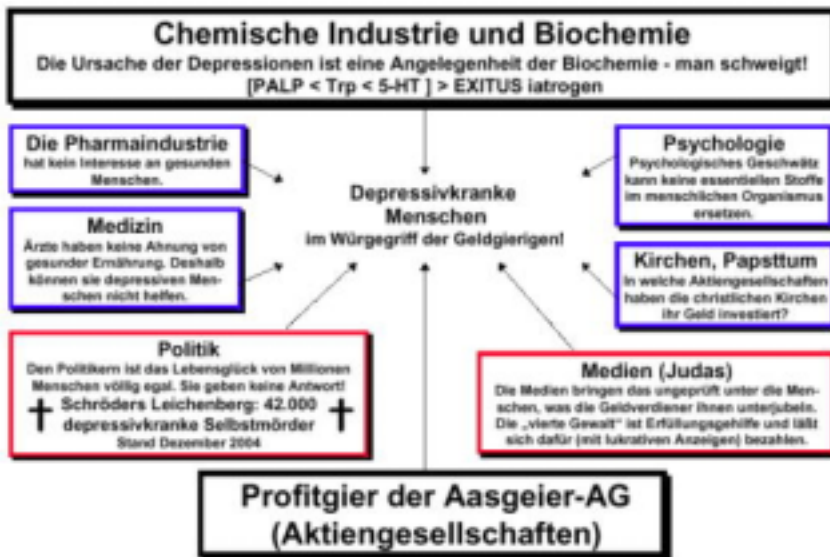
**Die Nebennieren** sind auf dem oberen Ende jeder Niere kappenförmig aufsitzende kleine Drüsen, die aus zwei wesentlich verschiedenen Teilen bestehen, der Rinde und dem Mark. Die Hormone der Marksubstanz, dem Adrenalin und das Noradrenalin, die schon in winzigsten Mengen wirksam und auch synthetisch herstellbar sind, steigern den Blutdruck und regeln durch Verengung und Erweiterung der Gefäße in den Bauchorganen, der Haut und der Muskulatur die Verteilung des Blutes im Körper. Sie beschleunigen die Herztätigkeit und wirken blutstillend. Die Hormone der Rindensubstanz, die *Kortikosteroide*, haben tiefgreifenden Einfluß auf die Zusammensetzung des Blutes und auf den Stoffwechsel. Sie sind damit für die Anpassung des Organismus an die wechselnden Umwelteinflüsse in hohem Maße verantwortlich; ihr Ausfall kann tödlich wirken.

In der Biochemie fungieren Vitamine, Hormone oder Enzyme als Katalysatoren des Stoffwechsels, die für Lebensvorgänge unumgänglich sind. Ohne *Neurotransmitter* (Neurohormone) ist Denken und Fühlen und dadurch bedingt, Handeln nicht möglich. Depressionen sind der "Hungerschrei" des Gehirns nach Nährstoffen.

## 5. Der Mensch in der Gesellschaft



Die Depressiven befinden sich in einem geschlossenen Kreis, aus dem es kein Entrinnen gibt. Die Ursache ist Geldgier!



Seit Etablierung der Psychotherapie, und die begann Ende der 60er Jahre im 20. Jahrhundert, haben sich etwa 40 Millionen Menschen aus depressiver Verzweiflung umgebracht. Keiner sagte ihnen, daß in ihrem Gehirnstoffwechsel Serotonin fehlte. Es ist der Stoff, aus dem die Gefühle entstehen. Die Psychologen quälten Homosexuelle, trieben mit „operativer Psychologie“ Menschen in der DDR in den Tod, und sie plündern noch heute die Krankenkassen mit einer *psychischen Krankheit* aus, die es überhaupt nicht gibt, nämlich der „multiplen Persönlichkeit“.

Psychologen sind die Schlimmsten der Schlimmen, und sie sind die Dümmden der Dummen: Psychologen, in die Psychohölle mit euch - ihr seid zum Kotzen!

Bruno Rupkalwis