



# Wichtige Bausteine einer modernen Medizin

10 Fragen an...Erwin Lüddecke, Praktischer Arzt und Arzt für Naturheilverfahren aus München

Von Walter Ohler

*„Ich glaube nicht zu übertreiben, wenn ich Wasser als eines der wichtigsten Heilmittel bezeichne.“*

*Er ist ein erfahrener Arzt, der keinen Hehl daraus macht, wofür er in der Medizin steht. Natürlich sollte sie sein, ganzheitlich ausgerichtet, so einfach wie möglich. Damit spricht er die Herzenswünsche vieler Patienten an. Eine Medizin, die effektiv zur Heilung beitragen soll. Erwin Lüddecke weiß genau, wovon er redet. Ein Gespräch über Dinge in der heutigen Medizin, die viele von uns nicht wissen.*

**Walter Ohler (WO):** Sie sind ein erfahrener Arzt und setzen sich schon seit Jahren für eine ganzheitlich ausgerichtete Medizin ein - aber in neuen Gewändern? Wie zufrieden sind Sie mit dem Zustand der heutigen Medizin? Und wo sehen Sie einen hohen Bedarf an notwendigen Änderungen?

**Erwin Lüddecke (EL):** Unsere heutige universitäre gelehrte Medizin basiert auf einem eingeschränkten Bild der Realität. Damit kann sie in der Praxis auch nur einen Teil dessen abde-

cken, was notwendig ist. In Gebieten wie Hygiene, Notfallmedizin oder Chirurgie haben wir definitiv große Fortschritte gemacht und können somit viel Leid verhindern und Leben verlängern. Da wir den Menschen primär auf messbare Größen und Funktionen reduziert haben, können wir nur in somatischen Bereichen Erfolge verzeichnen. Allerdings, und das ist für jeden Mediziner eine schmerzhaft Erfahrung, gelingt uns bei den großen Geißeln der Menschheit, den chronischen Erkrankungen wie Rheuma, Krebs, Stoffwechsel- sowie

Herz-/Kreislauf -Erkrankungen maximal ein Management des Leidens und keine wirkliche Heilung.

Wenn man ehrlich ist, haben wir hier keine wirklichen Fortschritte erreicht, trotz oder vielleicht auch wegen unserer modernen Medizin. Es ist erstaunlich, dass wir einen Menschen zwar in den Tiefen des Gehirns operieren können und andere über Monate oder Jahre künstlich am Leben erhalten können, aber auf der anderen Seite immer noch nicht die Ätiologie, also Ursachen, der meisten Krankheiten kennen. Auch ist die Zunahme der psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Schlafstörungen, Burn-Out besorgniserregend. Man kann in der Praxis beobachten, dass viele Menschen zunehmend unzufrieden und unglücklich sind. Viele kommen deswegen in die Praxis, aber die Schulmedizin ist hier hilflos, kann auch wiederum nur Symptome lindern, aber nicht heilen. Die Zunahme der Medikamenten-verordnungen und die daraus resultierenden Wechsel- und Nebenwirkungen sind erschreckend. Die Hilflosigkeit angesichts häufiger Krankheiten wie Bluthochdruck, Allergien, Infektanfälligkeit, Rheuma oder Migräne bringen viele Kollegen zum Nachdenken und glücklicherweise auch oft zum Umdenken.

### WO: Wie viel Schulmedizin brauchen Sie in Ihrer Praxis?

EL: In Bezug auf die pharmakologische Behandlung - soviel wie nötig, aber so wenig wie möglich. Ich bin in der glücklichen Lage, aus dem Füllhorn verschiedener Medizinsysteme auf individuelle Medizin- und Therapiekombinationen, passend für die Bedürfnisse des jeweiligen Patienten, zurückgreifen zu können. Ein Kind mit einer akuten Scharlachkrankung bekommt bei mir auch ein Antibiotikum, gleichzeitig aber Probiotika zum Schutz der Darmflora. Und ich kläre ab, ob ein Vitalstoffmangel oder ein anderer Grund vorliegt, der das Immunsystem des Kindes geschwächt hat. Dies ist häufig gerade bei wiederkehrenden Infektionen, also einer Infektanfälligkeit, der Fall. Ein Patient mit Bluthochdruck behält seinen Betablocker oder Calciumantagonisten, aber ich kläre ab, warum er so unter Druck steht, versuche ihm Handwerkszeug zu vermitteln, um dem entgegenzuwirken und beginne paral-

lel mit einer naturheilkundlichen Therapie. So kann ich nach einer Übergangszeit oft die schulmedizinische Medikation reduzieren oder absetzen. Auch bei Patienten, die mit Psychopharmaka oder Schmerzmitteln behandelt werden, ist dies eine kluge und erfolgreiche Strategie. Krebspatienten, die unter Strahlen- oder Chemotherapie stehen, profitieren von einer Ergänzung mit naturheilkundlichen Mitteln wie hochdosierten Vitamin C, Selen oder Heilkräutern. Viele Patienten konsultieren mich gerade deshalb, weil Sie keine wirkliche Besserung durch die schulmedizinische Behandlung oder Nebenwirkungen beobachtet haben und nach Alternativen suchen. Als Arzt kann ich sehr gut abwägen, welche Therapie individuell am besten ist.

### WO: Sie sind auch Arzt für Naturheilverfahren. Wie sieht bei Ihnen die natürliche Medizin im Schwerpunkt aus?

EL: Ich habe mich über viele Jahre in den Bereichen der chinesischen, ayurvedischen und naturheilkundlichen Medizin weitergebildet. Dies spiegelt sich zunächst in der erweiterten Diagnostik wieder. Die schulmedizinischen Bereiche wie Röntgen- oder Blutuntersuchungen werden ergänzt durch Verfahren wie Dunkelfeldmikroskopie, Bioresonanz oder kinesiologische Testungen. Hierüber kann ich Belastungen z.B. mit Schwermetallen, chronische Entzündungen oder einen Mangel an Vitaminen oder Spurenelementen erkennen, die sonst unbeachtet bleiben.

Therapeutisch nutze ich intensiv die Akupunktur, die sich gerade im Bereich der Schmerzbehandlung bewährt hat und kombiniere sie mit der Manuellen Therapie (Beseitigung von z.B. Wirbelblockaden) oder der Neuraltherapie nach Hunecke.

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Ozon-Sauerstoff-Therapie, eine Form der Eigenblutbehandlung, mit sehr guten Erfolgen bei Allergien, rheumatischen Erkrankungen, chronischen Entzündungen und Energiemangel. Sie wird bei mir meist durch Infusionen mit homöopathischen Mitteln und hochdosierten Vitaminen kombiniert, um die Organfunktionen anzuregen und Defizite auszugleichen.

Eine weitere Säule sind Entgiftungskuren und die Entsäuerung bzw. Entschlackung. Viele Menschen sind heute ernährungs- und umweltbedingt mit einem Cocktail aus Fremdstoffen und Giften belastet. Diese blockieren die unterschiedlichen Organsysteme und verhindern oft eine Gesundung.

Einen besonderen Augenmerk richte ich auch auf eine gesunde Ernährung, einen gesunden Darm und die Stärkung mit Heilkräutern. Ergänzend leite ich Patienten oder solche, die es nicht mehr sein wollen, in Entspannungs- bzw. Mentaltechniken oder Meditation an. Die geistige Kraft, über die jeder Mensch verfügt, wird zunehmend nicht genutzt, obwohl es bewiesen ist, dass z.B. durch regelmäßige Meditation viele Krankheiten geheilt werden



Energetisierung von Wasser im Rahmen einer Heilmeditation

können und die Menschen zufriedener werden – eine Voraussetzung für tiefgreifende Gesundheit.

**WO: Sie haben sich vor Jahren dem gemeinnützigen Münchener Wasserforschungs-Verein Quellen des Lebens e.V. angeschlossen. Hat Wasser für Sie auch einen Stellenwert in der modernen Medizin?**

EL: Ich glaube nicht zu übertreiben, wenn ich Wasser als eines der wichtigsten Heilmittel bezeichne. Eine ausreichende Wasserversorgung ist eine der Hauptvoraussetzungen, damit körperliche Prozesse sich wieder normalisieren können. Entsprechend ist ein Wassermangel oft die – sehr simple – Ursache für Krankheiten oder Funktionsstörungen. Wassermangel führt zu Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen bis hin zu psychischen Veränderungen. Ohne Nahrung überleben wir noch Wochen oder Monate, ohne Wasser nur einige Tage. Fast jeder Patient mit Rheuma oder Migräne erlebt eine schnelle Besserung, indem er alleine seinen Wasserhaushalt ausgleicht. Jede Zelle besteht zum Großteil aus Wasser, jede der unzähligen chemischen Prozesse in der Zelle braucht H<sub>2</sub>O. Leider wird das Wasser in der Medizin nur beiläufig eingesetzt, zum Beispiel als Infusion oder mit dem Hinweis „trinken Sie etwas mehr“. Ein ungeheures Potential wird nicht genutzt, aber es ist auch zu erkennen, dass Wasser in seiner Bedeutung und mit seinen Möglichkeiten mehr und mehr auch in der Wissenschaft und Medizin an Bedeutung gewinnt. Es gibt kein Leben ohne Wasser und auch keine Medizin, die auf Wasser verzichten kann.

Ich habe mich dem Wasserforschungs-Verein Quellen des Lebens e.V. angeschlossen, um mein Wissen und meine Praxiserfahrungen einbringen zu können. Das ist mir eine Herzensangelegenheit. Und letztlich bin ich an dem Wissen meiner Mitstreiter\*innen im Verein, die aus unterschiedlichen Fach-Disziplinen kommen, interessiert. Deren Erkenntnisse werden meine Arbeiten bereichern.

**WO: Also, kann Wasser, gesundes Wasser, lebendiges Quellwasser heilende Effekte erzielen?**

EL: In dieser Reihenfolge zunehmend definitiv ja. Was bedeutet Heilung? Auf körperlicher

Ebene die Regulierung gestörter Funktionen auf Zell-, Organ- oder Gewebeebene. Wasser kann durch seine Fähigkeit, Giftstoffe und andere Belastungen zu binden, diese aus dem Körper entfernen. Wasser kann dem Körper Mineralien und Spurenelemente zuführen und damit einen Mangel ausgleichen. Wasser kann das Milieu so verändern, dass Stoffwechselprozesse und chemische Vorgänge wie Elektrolyse optimiert werden. Es gibt in der Natur und auch im Labor keinen Stoff, der dies alles auch nur annähernd kann. Es gibt Ärzte wie einst Dr. Batmanghelidj, die in Ermangelung anderer Möglichkeiten Kranke nur mit Wasserkuren behandeln und damit große Erfolge erzielen. Bei Bluthochdruck hat Dr. Batmanghelidj aufgezeigt, dass durch die Aktivierung des sogenannten Renin-Angiotensin-Systems bei Wassermangel eine Verschlechterung eintritt, bei genügend reinem Wasser eine Entspannung der kleinen Blutgefäße und ein Absinken des Blutdrucks.

**WO: Was ist für Sie gesundes Wasser? Welche Qualitäten müsste Wasser haben, um sich gesund nennen zu dürfen?**

EL: Zunächst einmal sollte es ohne Belastungen sein. Also ohne chemische Beimengungen, ohne Zusatz von Fremdstoffen, Bakterien, Nitraten etc. Eigentlich eine Selbstverständlichkeit, aber Millionen von Menschen haben auch heute keinen Zugang zu sauberen Trinkwasser, welches diese Qualität auch nur annähernd besitzt. Fügen sie Wasser hochkonzentrierten Zucker oder Farbstoffe hinzu, ist es auch nicht mehr gesund zu nennen – wie die meisten Softdrinks, die heutzutage konsumiert werden. Weiterhin sollte gesundes Wasser einen ausgewogenen Mineralgehalt und eine ausreichende Pufferkapazität haben. Natrium, Kalium, Calcium und Magnesium sollten in den Mengen vorhanden sein, dass sie im Körper optimal wirken können. Hydrogencarbonat sollte ausreichend vorhanden sein, dass Säuren im Körper neutralisiert werden. Die Wässer aus den traditionellen Heilquellen sind meist basisch ausgerichtet, können also die Säurelast im Körper, die sich durch falsche Ernährung und chronische Entzündungen angesammelt haben, reduzieren. Elektromagnetische Informationen sind ein weiteres Qualitätsmerkmal von gesundem Wasser. Das Redoxpotential bestimmt, wie viel freie Elektronen

das Wasser zur Verfügung stellt und wie hoch damit die Fähigkeit ist, freie Radikale zu binden. Dies ist sehr wichtig für unsere Zellgesundheit und das Immunsystem. Wir wissen heute, dass Wasser ein extrem sensibler Träger von verschiedenen Informationen ist. Deshalb sollte gesundes Wasser auch gesunde Informationen enthalten. All diese Bedingungen erfüllt vor allem Wasser aus tiefen, unbelasteten Quellen. Auf dem Weg durch die tiefen Gesteinsschichten wurde das Wasser über lange Zeit gefiltert und mit den notwendigen Mineralien angereichert.

**WO: Sie setzen bei Ihrer Arbeit auf traditionelle Medizinsysteme, nicht nur aus unseren Breiten. Spezialisiert haben Sie sich ja, wie Sie bereits erwähnten, u.a. auf eine uralte Medizin, die aus einer anderen Kultur stammt: Ayurveda. Setzen die ayurvedischen Ärzte auch auf natürliche Medizin?**

EL: Die traditionellen Ayurveda-Ärzte hatten nichts anderes als die Natur zur Verfügung. Ayurveda ist das Wissen von einem langen und gesunden Leben. Die Wissenschaftler im Ayurveda haben genauestens die Natur beobachtet und erkannt, dass sich das Kleine im Großen widerspiegelt und umgekehrt. So wie es verschiedene Wetterlagen gibt, so gibt es auch unterschiedliche Gemütszustände beim Menschen. Ist der Mensch aufgeregt, wütend und nervös, dann ist er „schädlich“ für seine Umgebung. Genauso wie ein Sturm, ein Gewitter „schädlich“ für die zarten Pflanzen auf dem Feld ist. Ein traditioneller Ayurveda-Arzt sucht sich seine Heilpflanzen im Wald selber, verarbeitet sie im vollen Bewusstsein, dass seine Medizin auch durch seine Gefühle und Gedanken beeinflusst wird. So werden Pflanzen zu Heilpflanzen, können gestörte Funktionen ausgleichen und Energiemangel beheben. Im Ayurveda wurde und wird dem Geist, den geistigen Kräften, viel Bedeutung beigemessen. Gedanken beeinflussen unsere Emotionen, unsere Emotionen beeinflussen den physischen Körper. Genauso wie wir uns krank „gedacht“ haben, können wir uns gesund denken. Das ist die natürlichste Medizin, die es gibt.

**WO: Spielt Wasser in der ayurvedischen Medizin eine Rolle? Wenn ja, welche Wasseranwendungen gehören dazu?**

EL: Im Ayurveda wird das Wasser in vielfältiger Form zur Heilung verwendet. Im Westen bekannt sind z.B. die Trinkkuren mit warmen Limetten- oder Zitronenwasser. Auf diese Art wird dem Körper wärmende Energie zugeführt, und er wird gleichzeitig von Schlackenstoffen befreit. Besonders faszinierend ist die Vorstellung im Ayurveda, dass Wasser Informationen speichern kann. Häufig wird in Heilungsritualen Wasser durch Mantrien (Heilgesänge) informiert bzw. energetisiert und dann den kranken Menschen verabreicht. Das Wasser soll die positiven Informationen der Mantrien zu jeder Zelle bringen und gestörte Funktionen ausgleichen. Im Ayurveda beruht fast jede Krankheit auf einem Energiemangel. Wasser wird als extrem guter Energieträger verstanden. Dies geschieht auch in der Landwirtschaft, indem z.B. durch Mantrien energetisiertes Wasser auf den Feldern zur Bewässerung genutzt wird und so die Pflanze gestärkt wird.

**WO: Zurück zur traditionellen Medizin hierzulande. Der ehrwürdige Kneipp steht hier für eine wirksame Medizin, die dem Patienten helfen kann, gesund zu bleiben und wieder zu werden. Von der Schulmedizin erhält sie aber aus meiner Sicht nicht wirklich die Anerkennung, die sie verdient. Beispielsweise werden Trinkkuren mit gesundem Wasser eher müde belächelt. Warum hat sich gesundes Wasser in der heutigen Medizin keinen Stammplatz sichern können?**

EL: Zu einfach, zu unspektakulär und zu wenig Gewinnspanne. Klingt provozierend, entspricht aber leider der Realität. In der Wissenschaft werden komplizierte Konzepte bevorzugt, obwohl vieles einfacher ist, als gedacht. Wissenschaftliches Arbeiten bedeutet eigentlich, genau zu beobachten und Beziehungen zwischen Ursache und Wirkung herzustellen. Was haben wir aus dem „sauren Regen“ und seiner Wirkung auf die Wälder gelernt? Warum nimmt der „Ungezieferbefall“ der Bäume nach Perioden langer Trockenheit zu? Gibt es einen Zusammenhang zwischen den in der Landwirtschaft genutzten Spritzgiften, dem Insektensterben und den zunehmenden Allergien der Menschen? Unbequeme Fragen, deren Antworten wir aber ohne viel Forschung beantworten könnten. Unser Medizinsystem geht von bestimmten Glaubenssätzen, von einem bestimmten mecha-

nistischen Modell aus. Und hier spielt Wasser keine große Rolle und wird einfach nicht genügend erforscht. Wasser hat mehrere Eigenschaften, die unsere Physik und Chemie nicht erklären können, also sollte dies doch Gegenstand der Forschung werden.

**WO: Neue Erkenntnisse auch von Kolleginnen und Kollegen aus Ihrem Verein geben anscheinend Hoffnung, dass sich dieser Zustand ändern könnte. Sind Sie auch dieser Meinung?**

EL: Der Verein „Quellen des Lebens“ ist eine Arbeitsgemeinschaft, mit dem Ziel, Wissen über gesundes und lebendiges Wasser zu fördern. Hier erforschen Mediziner, Apotheker, Psychologen, Heilpraktiker, Wissenschaftler und Interessierte das Elixier „Wasser“ aus verschiedenen Perspektiven. Sie sammeln die bisherigen Erkenntnisse im Bereich der Wasserforschung und streben danach, das Verständnis über die Wirkungen von Wasser zu vertiefen. Es finden regelmäßig Vorträge und Symposien statt und die Mitglieder tragen ihre Erkenntnisse wissenschaftlich fundiert zusammen. Eine aktuelle Studie befasst sich mit den gesundheitlichen Wirkungen einer Trinkkur mit artesischen Wasser, eine Beobachtungsstudie zu Jod-haltigem Wasser ist geplant.

Diese Arbeiten lassen aufhorchen und zeigen, wie aktuell das Bedürfnis ist, Wasser in all seinen Facetten zu verstehen. Das Wasser erfährt damit die Wertschätzung, die ihm zukommt und ich hoffe, dass die Erkenntnisse und Forschungen dazu führen, dass Wasser in vielfältiger Weise Zugang zu unserer Medizin und damit zu unseren Patienten bekommt. Ich gehe davon aus, dass im Wasser ein enormes Potential schlummert, welches wir noch ungenutzt lassen. Erfreulich ist auch, dass die moderne Forschung nun die Brücke zum Verständnis für die Wirkungen des Wassers schlägt. Daher kann ich die Hoffnung ganz klar bejahen.

**WO: Ihren finalen Sätzen kann ich nur zustimmen. Ich wünsche Ihnen für Ihre wertvolle Arbeit in der Praxis und im Verein Quellen des Lebens viel Glück. Ihr Wissen und Ihre Erfahrung in der Welt der Medizin sollten eine wegweisende Funktion erfüllen. Das Glück wird sich dann auch zeigen. Vielen Dank für das spannende Interview.**



Erwin Lüddecke einm Wassertest in seiner Praxis

## Zur Person: Erwin Lüddecke

Praktischer Arzt - Arzt für Naturheilverfahren; Schwerpunkte: Detox- und Vitalkuren, Schmerztherapie, Ayurveda und TCM; Gesundheitspraxen in Ampfing und München-Schwabing

Schon frühe Spezialisierung auf ganzheitliche Diagnostik und Therapie, Medizinstudium in Heidelberg und Essen, Assistenzarztzeiten in der Anästhesie, Kinderheilkunde und Allgemeinmedizin, Auslandsaufenthalte in Sri Lanka, China und Afrika zum Studium der traditionellen Medizin, Ausbildungen in Akupunktur, Ayurveda, Energiemedizin, Craniosacraltherapie, Phytotherapie und Bioresonanz, niedergelassen in eigener Praxis seit 1999.

Er ist aktives Mitglied im Münchener Wasserforschungs-Verein Quellen des Lebens e.V..

## Kontaktadressen:

Schwabinggesundheit  
 Arztpraxis für ganzheitliche Medizin  
 Herzogstrasse 28 - 80803 München  
 Tel: 089 / 12252707  
 info@gesundinschwabing.de  
 www.gesundinschwabing.de



Verein Quellen des Lebens:  
 www.quellen-des-lebens.com  
 info@quellen-des-lebens.com