

IM MAYR-AKTUELLEN

Nachricht für Mitglieder

Int. Ges. d. Mayr-Ärzte, Kochholzweg 153, 6072 Lans, AUSTRIA
Tel. +43 (0)664/922 82 94 · Fax: +43 (0)512/397125
E-Mail: office@fxmayr.com · homepage: www.fxmayr.com



INTERNATIONALE GESELLSCHAFT
DER MAYR-ÄRZTE

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

Nr. 3/10

alles fließt, und so entwickelt sich auch die Zusammensetzung unseres Vorstands in Form eines Fließgleichgewichts. Unsere lang gediente und überaus erfolgreiche Präsidentin Dr. Monika Baronin von Hahn hat sich entschlossen sich aus Gründen ihrer privaten Lebensplanung aus dem Vorstand unserer Gesellschaft zurück zu ziehen. Sie hat unsere Gesellschaft 7 Jahre lang mit viel Engagement und selbstlosem Arbeitseinsatz geleitet. Ihr ist es maßgeblich zu verdanken, dass in unsere Gesellschaft Recht und Ordnung eingekehrt sind und wir uns nun, weit entfernt von vereinspolitischen und rechtlichen Auseinandersetzungen, den wirklich wichtigen Aufgaben widmen können. Auf Grund ihrer herausragenden Verdienste für unsere Gesellschaft hat der Vorstand Frau Dr. Monika Baronin von Hahn zur Ehrenpräsidentin vorgeschlagen. Ich danke ihr im Namen des gesamten Vorstandes für Ihre stets kluge und sympathische Einwirkung auf die Geschichte unserer Gesellschaft.

Aus gesundheitlichen Gründen hat auch Dr. Norbert Schulz sein Amt als Kassier zurück gelegt, welches er seit sieben Jahren mit vollstem Einsatz und ohne Kompromisse ausgeübt hat. Zusammen mit unserer Präsidentin war er die Speerspitze im Kampf für eine saubere Buchführung und transparente Finanzgebarung. Mit seiner 32 jährigen Erfahrung als Mayrarzt war er quasi das erfahrene Urgestein in unserem Vorstand.

Nun wurden zwei neue Vorstandsmitglieder kooptiert, die von der nächsten Vollversammlung noch in ihrem Amt bestätigt werden müssen.

Mit Dr. Bodo Werner kommt kein Unbekannter in den wissenschaftlichen Beirat. Er leitet seit vielen Jahren Ausbildungskurse und war ärztlicher Leiter des Gesundheitszentrums St. Georg in Bad Hofgastein.

Wir konnten Frau Dr. Elke Benedetto-Reisch als Kassier gewinnen. Sie war viele Jahre lang persönliche Assistentin von Dr. Kojer und ist eine sehr erfahrene Mayrärztin. Ihre geographische Nähe zu unserem Sekretariat in Innsbruck erleichtert die buchhalterische Arbeit.

Ich möchte den Stil von Dr. Monika Baronin von Hahn beibehalten und ebenso die Anerkennung der Modernen Mayr Medizin in allen medizinischen Lagern vorantreiben. Priorität haben für mich die Vernetzung unserer Gesellschaft mit seriösen Vertretern der universitären und komplementären Medizin, die wissenschaftliche Untermauerung unseres Tuns und vor allem die Verbesserung unserer Serviceleistungen für unsere Mitglieder. Letzteres wird die neue Homepage unterstützen.

Unser Debut auf dem Kongress der GSAAM Anfang Juni in München war von zwei Erfahrungen geprägt. Unsere Vollversammlung war am 3. Juni, einem Feiertag mit herrlichem Wetter, von nur 7 Mitgliedern besucht worden. Der immerhin über 1000 Mitglieder starken GSAAM ging es mit knapp 40 Teilnehmern auch nicht viel besser. Dieser Negativrekord bewog uns dazu, nächstes Jahr die Vollversammlung im Rahmen des Kongressprogramms zu organisieren, sodass sich interessierte Mitglieder 1 Hotelnacht sparen können.

Unseren Vortragsblock besuchten dafür über 80 sehr interessierte Ärzte (ausschließlich Ärzte!). Wir konnten damit eine neue Ärzteschicht erreichen und auf die Mayr-Medizin aufmerksam machen. Deswegen ist ja die Medizinische Woche in Baden Baden nicht gestorben. Wir bieten dieses Jahr in Baden Baden einen D-Kurs an, der durch unsere Selbstorganisation pro Teilnehmer um € 104.- günstiger wird.

Zum Schluss möchte ich Sie noch auf unsere neue Ausbildungsordnung auf Seite 14 hinweisen, die es sicherlich vielen Kollegen leichter machen wird, unsere Kurse zu besuchen.

Ich hoffe, dass Sie, liebe Mitglieder, selbst ein großes Interesse an der Weiterentwicklung und Verbreitung der Modernen Mayr Medizin haben, lade Sie herzlich zu einer verstärkten Zusammenarbeit und offenen Kommunikation ein und wünsche Ihnen viele therapeutische Erfolge zum Wohle unserer Patienten!

Ihr
Alex Witasek



Dr. Alex Witasek

INHALT

Gesellschaft	2-3
GSAAM	4-7
10. Ärzte und Journ.-Symp.	7-13
D-Kurs Baden Baden	14
Kursneuerungen	14
Ausbildung/Fortbildung	15-16
Verlagsübernahme neues L.	17
Jobbörse	18-19
Martinas Kolumne	20
Qualitätsstandards	20

NÄCHSTE MITGLIEDERVERSAMMLUNG

der int. Gesellschaft der Mayr-Ärzte

am **Samstag, 14. Mai 2011** um **8.00 Uhr**

im Rahmen des GSAAM Kongresses in München, Kulturzentrum Gasteig

Neue Vorstandszusammensetzung:

Dr. Alex Witasek	Präsident und Kassierstellvertreter
Dr. Peter Strauven	Vizepräsident
Dr. Henning Sartor	wissenschaftlicher Leiter
Dr. Bodo Werner	wissenschaftlicher Beirat
Dr. Elke Benedetto-Reisch	Kassier
Dr. Joachim Dietz	Schriftführer
Dr. Patrizia Winkler-Payer	Schriftführer Stellvertreterin

Dr.med. Elke Benedetto-Reisch

Ärztin für Allgemein und Ganzheitsmedizin



Dr. med. Elke Benedetto-Reisch

Geb. 1958 in Innsbruck

Medizinstudium an der Leopold-Franzensuniversität Innsbruck
1976-1982 mit Auslandsstudien in USA und Australien

1983 wissenschaftl. Tätigkeit am Institut für experimentelle Pathologie Universität Innsbruck

1984-1987 Ausbildung zum Facharzt für Allgemeinmedizin Bezirkskrankenhaus St. Johann
1987-1992 Praxis für Allgemeinmedizin in St. Anton am Arlberg

Seit 1992 führe ich eine Privatpraxis in der Heimatstadt Kitzbühel mit Schwerpunkt ganzheitsmedizinische Diagnostik und Therapie, F.X. Mayr Medizin, Magen-Darmerkrankungen, Prävention, chron. Erkrankungen in vorwiegend naturheilkundlicher Therapieform, Homotoxicologie und Homöopathie, Akkupunktur, Mesotherapie, Ernährungsmedizin und orthomolekulare Medizin

Diplome:

Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr
Postgraduate Lehrgang für Ganzheits-

medizin der Donauuniversität Krems
Akkupunktur
Ernährungsmedizin
Mesoschmerztherapie und Mesoästhetik
Orthomolekulare Medizin
Arbeitsmedizin

Die Ausbildung zum F.X. Mayr Arzt absolvierte ich 1987 und erfreute mich des Privilegs mit Dr. Ernst Kojer nicht nur arbeiten zu dürfen sondern auch seine Freundschaft zu genießen. Verständnis und Liebe zur F.X. Mayr Medizin haben sich dadurch sehr gefestigt. Es ist mir der Ruf in den Vorstand daher eine besondere Freude und Ehre.

Dr. Elke Benedetto-Reisch
Franz-Reischstr. 11
A-6370 Kitzbühel
Benedetto-reisch@kitz.net



„Der Vorstand (leider fehlt auf diesem Bild Dr. Joachim Dietz).“

Dr. med. Bodo Werner Lebenslauf/ Fachliche Expertise



Dr. med. Bodo Werner

- Jahrgang 1952
- 1976 Med. Staatsexamen
- 1977 Dissertation A „Rehabilitation von Herzinfarktpatienten durch Sporttherapie“ (wiss. Arbeit von 1973-1977)
- 1985-1988 wiss. Untersuchungen mit Prof. Herrmann (Universität Homburg/Saar): Fettstoffwechsel, Omega-3 Fettsäuren, weitere kardio-vaskuläre Risikofaktoren
- 1991 Anerkennung F.X. Mayr-Arzt und über 10 Jahre enge Zusammenarbeit mit Dr. Kojer
- 1992-2002: Leitender Arzt des Gesundheitszentrums St. Georg Bad Hofgastein

- Seit 2003: Nostrifizierung (Staatsexamen, Facharzt, Doktorat) in Spanien niedergelassener Arzt in Spanien (Teneriffa) als Facharzt für Sportmedizin im Juli / August als Gastarzt im Gesundheitszentrum St. Georg Bad Hofgastein tätig

Tätigkeitsschwerpunkte in Spanien:

Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr Sportmedizin (Traumatologie, Orthopädie, Kardiologie/ Echokardiographie) Hämorrhologie
Naturheilkunde: Neuraltherapie, Chirotherapie, Akupunktur, Homöopathie
Orthomolekulare Therapie / Anti aging / Hormonersatztherapie

Vorträge:

- Rotary: Wien 1995 und Badgastein 1999 (Mayr-Kur) / 2009 (Mitochondrien, Nitrosativer Stress/Reflux, diastolische

Herzinsuffizienz)

- 1997 SWR III (Radio) Stuttgart / 1998 Zürich
- 2000 Klinik Sachsenhausen (Frankfurt) / BDI-Kongreß Teneriffa
- 2001 ORF-Sendung „Willkommen Österreich“ (alle Mayr-Kur)
- 2005 Baden-Baden „Medizinische Woche“ (Mucosale Alkalose und Krebs)

Buch-Autor:

1994 Haug-Verlag Heidelberg und 2001 Ueberreuter-Verlag Wien (Mayr-Kur)

Med. Fachgesellschaften:

- Internationale Gesellschaft der Mayr-Ärzte
- BDI (Berufsverband Deutscher Internisten in Wiesbaden)
- FEMEDE (span. Ges. für Sportmedizin in Pamplona)
- GBM (Gesellschaft für Biophysikalische Medizin in Stuttgart)



„Der Vorstand bei der Arbeit im September in Gröbming“

Dr. Alex Witasek

Die Unzulänglichkeit pauschaler Ernährungsempfehlungen

Ernährungsempfehlungen müssen unbedingt individuell angepasst werden. Je nachdem, wie effizient die Verdauungsdrüsen arbeiten, welche Nahrungsmittelintoleranzen vorherrschen, muss der Ernährungsplan adaptiert werden. Bei Reizdarm oder gar entzündlichen Darmerkrankungen muss auf Gluten ver-

zichtet werden. Atrophiker benötigen mehr Kochsalz. Verdauungsschwächlinge vertragen eventuell keine Rohkost. Und immerhin leiden ca. 1/3 unserer Bevölkerung an Laktose- und/oder Fruktoseintoleranz. Auch die empfohlene Trinkmenge muss an die individuelle Herzleistung angepasst werden. Das alte

Sprichwort „was gut ist für den Schmied zerreißt den Schneider“ hat mehr Gültigkeit denn je. Selbstverständlich hat die leider immer noch kaum erwähnte Bedeutung der Art und Weise der Nahrungsaufnahme Priorität Nr. 1!

Dr. med. Bettina Hees

Gemüse aus dem Meer – Ernährung der Zukunft?



Dr. med. Bettina Hees

Algen sind im Laufe des letzten Jahres verstärkt in den Fokus des wissenschaftlichen Interesses gerückt - als alternativer Energielieferant, als Nährstoffquelle für die stetig wachsende Weltbevölkerung, als Lösung für Umweltprobleme aber vor allem als wertvolles Lebensmittel mit präventiver und therapeutischer Wirkung.

Die asiatische, insbesondere die japanische Küche, setzt Algen traditionell seit tausenden von Jahren im täglichen Speiseplan ein. Eigentlich aus einer Not heraus - Japan besitzt nur wenige landwirtschaftliche Anbauflächen, wick man im Anbau von Gemüse - den Algen - auf das Meer aus. Japaner fallen schon lange durch das Erreichen eines hohen Lebensalters

und geringe Tumorerkrankungen auf, vor allem ernährungsassoziierter Tumoren wie Prostata-Ca, Mamma-Ca und Colon-Ca. Man führt dies auf die kalorienarme Ernährung mit Reis, Fisch, wenig Fleisch und vor allem Algen zurückführt. 10% der täglichen Nahrungszufuhr werden in Japan durch Algen gedeckt. Die Stadt Okinawa z.B. weist die geringste Tumor assoziierte Mortalitätsrate in Japan auf (www.seaweed.ie). Ihre Bewohner essen Laminaria, eine Braunalge, ungekocht.

Auch in Korea oder im Tschad, wo Braunalgen aus dem Meer eine regelmäßige Nahrungsgrundlage bilden, ist die Häufigkeit von HIV und AIDS Erkrankungen um den Faktor 1.000 geringer als in vergleichbaren Populationen (*Teas et al, 2004*).

28 von 44 vor Gran Canaria gesammelte Rot-, Grün- und Braunalgen wiesen Substanzen gegen eine Anzahl gramnegativer und gram-positiver Bakterien, Mycobakterien, Hefen und Pilze auf (*Gonzalez de Val, A.: Screening of antimicrobial activities in red, green and brown macroalgae from Gran Canaria. Int. Microbiol.4, 2001*).

gibt, nur ca. 20% sind entdeckt und beschrieben. Ca. 160 Algen-Arten werden in Arzneimitteln, Kosmetika und Lebensmitteln eingesetzt.

Algen nehmen die Nährstoffe aus dem Meer über ihren gesamten Pflanzenkörper (Thallus) auf. Der Nährstoffgehalt von 1 kg frischen Algen entspricht der Resorption von Nährstoffen aus rund 100.000 Litern Meerwasser.

Zwischen dem Meer, seinen Produkten und dem menschlichen Körper bestehen natürliche Harmonie und Verträglichkeit, die daher rührt, dass alles Leben aus dem Meer stammt. Der fast identische Mineralstoffgehalt unseres Bluteserums und der des Meerwassers weist noch heute auf diese gemeinsamen Ursprünge hin.

Algen sind das hochwertigste Lebensmittel überhaupt, nicht nur bezüglich ihrer **re-mineralisierenden** Wirkung sondern auch als üppig ausgestatteter **Basen-Lieferant**. Sie enthalten alle essentiellen Nährstoffe wie **Vitamine** (vor allem Vitamin A, C und E, Niacin, Folsäure, die B-Vitamine, besonders B12), **Mineralstoffe** (Ca, Mg, Na, K), **Spurenelemente** (Jod, Eisen, Zink, Mangan, Kupfer, Selen u.a.), **Aminosäuren, Proteine** und **mehrfach ungesättigte Fettsäuren** sowie **sekundäre Pflanzenstoffe** wie

Algen - wertvolle Nährstofflieferanten

Schätzungen gehen davon aus, dass es etwa 400.000 verschiedene Algenarten

Chlorophyll und Carotinoide, **Sterole** (cholesterinsenkendes Fucosterol, korrespondierend zu Sitosterol in Ölen, Salbei, Schwarzkümmel, Basilikum etc.) und **Polyphenole** wie Astaxanthin mit hohem antioxidativen Potential (Carotinoid, das für die Rotfärbung von Algen fressenden Krebsen verantwortlich ist).

Mit 8 bis 40% liegt der Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen über dem von Landpflanzen (*Ruperez, P.: Mineral content of edible marine seaweeds, Food Chemistry 2002, 79:23-26*). Kein anderes Naturprodukt ist so reich an wertvollen Inhaltsstoffen, die darüber hinaus eine **exzellente Bioverfügbarkeit** besitzen.

Algen als physiologische Jodquelle

Algen sind in der Ernährung eine wichtige physiologische Jodquelle. Je nach Algenart sind 1 bis 5g getrocknete Algen/d zur Jod-Supplementation geeignet (bezogen auf die tgl. empfohlene Zufuhr von 200 µg Jod). Der Jodgehalt reduziert sich um ca. 40%, wenn die getrockneten Algen in heißem Wasser eingeweicht werden (geeignet für sehr jodhaltige Algen). Dieses Wasser darf zum Kochen nicht mehr verwendet werden.

Jodhaltige Algen aus dem Meer dürfen bei Jodallergie, Hyperthyreose, Herzrhythmusstörungen, bei akuten Infekten nach Myokardinfarkt und Schwangerschaft nicht angewendet werden, auch nicht äußerlich. Hier könnte man aber auf nahezu jodfreie Mikroalgen wie Spirulina oder Chlorella ausweichen.

Algenart	Jodgehalt (mg/100g getrocknete Algen)
Nori (Rotalge)	5 – 8
Dulse (Rotalge)	8
Meersalat (Ulva, Grünalge)	25
Wakame (Braunalge)	10 – 20
Hijiki (Braunalge)	30 – 50
Arame (Braunalge)	60 – 80

Kombu (Braunalge)	100 – 500
-------------------	-----------

(Goldscheider, S., www.biothemen.de)

Algen in der Prophylaxe von Tumorerkrankungen

Algen haben Abwehrmechanismen (z.B. Phlorotannine, die Fressfeinde und Mikroben abhalten) und chemische Substanzen entwickelt, um im salzhaltigen Wasser überleben zu können. Diese strukturbildenden und zum Selbstschutz dienenden Zellbestandteile und Reservestoffe stehen im Mittelpunkt der marinen Pharmaforschung und Medizin, vor allem die sulfatierten Polysaccharide (in Rotalgen: Agar Agar und Carrageen, in Braunalgen Fucoideane und Laminarane).

Mehr als 700, überwiegend japanische und koreanische Publikationen, in denen Meeresalgen, Extrakte oder Komponenten aus Braunalgen eingesetzt wurden, weisen auf eine Tumor protektive Wirkung der Meeresalgen hin (*Mytar, B. et al: Fucoideans role in macrophage stimulation; Anticancer Res. 2004; Maruyama, H. et al: Anti-Tumor activity and immune response of fucoidean; In Vivo 2003; Koyanagi, S. et al: Fucoidean expresses antitumor properties; Biochem. Pharmacol. 2003; Zugmaier, G. et al: Fucoideans block angiogenesis and prevent tumor spread; Ann NY Acad. Sci 1999 etc.*).

Als wahrscheinlichster Mechanismus wird hierfür die **Stimulation des Immunsystems im Darm** vermutet, nachzuweisen durch eine erhöhte Phagozytose-Tätigkeit von Makrophagen nach Gabe von Fucoidean, einem wasserlöslichen sulfatierten Polysaccharid (1,3 D β-Glucan) mit einem Molekulargewicht von 20.000 D, enthalten in Braunalgen wie Fucus, Ascophyllum nod., Laminaria oder Wakame. Rezeptoren für Glukane konnten an Makrophagen nachgewiesen werden. Auch der Nachweis der Apoptose gelang (*Aisa, Y. et al: Fucoidean induces apoptosis of... American J Hematology 78, 2005; Yamasaki-Miyamoto, Y. et al: Fucoidean induces apoptosis through activation*

of caspase-8 on human breast cancer MCF-7 cells; J Agric Food Chem 57(18) 2009).

Unter Gabe von Wakame konnten japanische Forscher in Tierexperiment und Laborversuch am menschlichen Gewebe die Abtötung von Brustkrebszellen beobachten (*Funahashi, H. et al: Seaweed prevents breast cancer? Jpn J Cancer Res 92, 2001*).

Fucoideane wirken zudem **antiinflammatorisch**. Der **hohe Gehalt wasserlöslicher Ballaststoffe** der Braunalgen führt zu einer **positiven Beeinflussung der Darmflora und des Immunsystems**. **Antibiotische, antivirale** sowie **antiparasitäre Inhaltsstoffe** der Braunalgen (Phlorotannine) tragen zusätzlich zum Schutz vor allem ernährungsassoziierter Tumorerkrankungen bei (*Nagayama, K.: Bactericidal activity of phlorotannins from the brown alga Ecklonia kurome, Antimicrob. Chemother 50, 2002; Teas, J. The dietary intake of Laminaria, a brown seaweed, and breast cancer prevention. Nutr. Cancer 4: 217-222, 1983; Smyth 2003*).

Die in Braunalgen zu 15 bis 50% enthaltene Alginsäure **bindet Schadstoffe und Schwermetalle im Darm** und scheidet diese aus.

Algen – Ernährung der Zukunft!

Algen für die Zubereitung beim Kochen werden in unseren Breiten getrocknet angeboten, da frische Algen sehr schnell verderben. Die Inhaltsstoffe sind durch schonende Trocknung erhalten geblieben. Getrocknete Algen werden kurz in Wasser eingelegt, erhalten dadurch ihre ursprüngliche Farbe zurück und können in der Küche eingesetzt werden, z.B. Wakame als Salat, Meeresbohnen als Gemüse, Nori für Sushi oder Kombu zum Einwickeln von gedünstem Fisch. Die getrockneten Algen können auch als fertige ausbalancierte Algenmischung verschiedener Speisealgen über Salate, in Suppen, Fischgerichte, zu Gemüse, selbst zu Fleisch serviert werden. Sie haben einen angenehmen Geschmack. Mit Meeressalz kombiniert eine gesunde Delikatesse.

Für die Tumorphylaxe und zum Entschlacken sollten Algen zusätzlich als Nahrungsergänzung und Algen-Packung eingesetzt werden. Hier ist die Kombination verschiedener Algen mit unterschiedlichen Wirkschwerpunkten zu beachten. Algen, die stark entgiften wie z.B. Ascophyllum (die in Europa wissenschaftlich

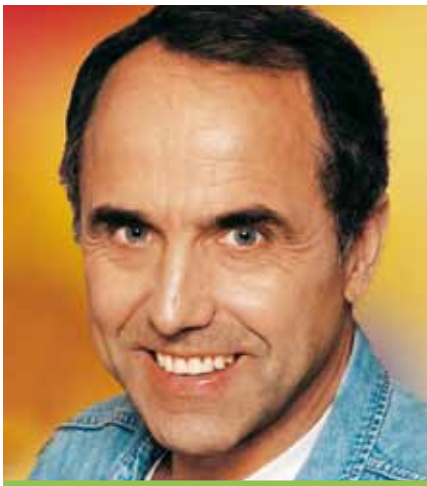
am umfangreichsten untersuchte Algenart), können Kur mäßig als Nahrungsergänzung für 3 Monate eingesetzt werden. Meeresmineralien besitzen die ideale Zusammensetzung, Dosierung und Bioverfügbarkeit, um den durch die Entschlackung erhöhten Verbrauch und Verlust an Mineralien auszugleichen. Sie sollten

auch bei Haarverlust verabreicht werden.

Zur Prophylaxe empfiehlt es sich, 1 bis 2mal im Jahr zu entschlacken. Selbst ein Entschlackungs-Gesundheits-Wochenende kann bei vielen Patienten bereits den entscheidenden Kick für die regelmäßige Entgiftung geben.

Jürgen Schilling

Das Phänomen Schmauen



Jürgen Schilling

Schmauen ist eine von Jürgen Schilling kreierte Wortschöpfung aus Schmecken und Kauen.

Es beschreibt eine Esstechnik bei der nach Aufnahme von fester wie flüssiger Nahrung nicht nur gekaut und geschluckt wird. Stattdessen drückt die Zunge, in Erwidern auf den natürlichen Instinkt, die Nahrung hin- und herzubewegen und aus ihr allen Geschmack herauszuziehen, sie mit einer saugend-massierenden Bewegung intensiv gegen den Gaumen und baut so Unterdruck im Mund auf. Damit wird der Speichelfluss drastisch verstärkt. So speicheln Säuglinge die Milch ein. Wenn die Nahrungsmittelportion im Mund mit reichlich Speichel umflossen und durch kraftvolles Kneten, Kauen, Drücken, Ausschmecken, Auspressen, Aussaugen enzymatisch aufgeschlossen ist, gleiten die gereiften Anteile genussvoll über den

Gaumen. Schmauen heißt also nicht mühsames, zeitaufwendiges, langsames Kauen. Wenn man mit dieser virtuellen Schmauen-Technik neuronal vernetzt ist, Schlund- und Zungenreflexe und der ureigene Geschmackssinn neu ausgebildet sind, kann man auch schnell essen, nebenbei essen, ja sogar schlingen – es ist dann ein „Filigranes Schlingen“ und trotzdem wird die Nahrung optimal verdaut und assimiliert. Das Richtige geschieht unbewusst richtig, auch im größten Stress. Schmauen ist Geschwindigkeit und doch Entschleunigung pur. Beim Schmauen erkennt der Körper schädliche und dick machende Zusatzstoffe und gewinnt sein natürliches Sättigungsgefühl zurück.

Jürgen Schilling selbst kurierte seine chronischen, therapieresistenten Magen- und Darmbeschwerden schon vor 21 Jahren in einem Selbstversuch mit der genussreichen Esstechnik des Schmauens und reduzierte nebenbei noch sein Körpergewicht von 105 Kilo dauerhaft auf 72 Kilo (ohne auf etwas zu verzichten). Bis zum heutigen Tag hat Schilling seine Idealfigur und Gesundheit behalten. Einen Jo-Jo-Effekt gibt es beim Schmauen nicht.

Eine ganz besondere Empfehlung für die gesundheitsbringende Kraft des Schmauens und Jürgen Schillings Buch „Kau Dich gesund!“ kommt von Medizinalrat **Dr. med. Erich Rauch**, Ehrenvorsitzender der **Internationalen Gesellschaft**

der F.X. Mayr-Ärzte und persönlicher Schüler F. X. Mayr's. In einem Geleitwort zu „Kau Dich gesund!“ schreibt Dr. med. Erich Rauch gleichsam einem Vermächtnis: „In Verbindung zum Forscherarzt Dr. F. X. Mayr ist Jürgen Schilling noch eine Intensivierung gelungen mit seiner „Entschlüsselung“ jedes Bissens, dem erhöhten Lustgewinn und seinem Fest für die Sinne: dem Schmauen. Der große Vorteil der Schilling'schen Methode ist, dass man sie daheim – ohne großen Aufwand – selbst durchführen kann. Das Buch „Kau Dich gesund“ von Jürgen Schilling ist ein echter Treffer für unsere Wohlstandsgesellschaft.“

Schon drei wissenschaftliche Studien belegen den **Schlank- und Genusseffekt** des Schmauens. Mit dem Ergebnis: Schmauen bewirkt einen neuen Sättigungsreflex, vor allem auch emotionale Sättigung; Bessere Verdauung und Assimilation; Niedrigere Blutfettwerte; Serotonin und Dopamin werden deutlich höher freigesetzt; Senkung des Blutzuckerspiegels; Reduzierung der Insulinausschüttung mit allen positiven Folgeeffekten.

Der international anerkannte Immunologe und Stoffwechselforscher Priv.-Doz. Dr. med. habil. Wilfried P. Bieger hat in diesem Zusammenhang in einer aktuellen Schmauen-Insulin-Studie nachgewiesen: „Selbst Kuchen macht schlank, wenn man ihn schmaut. Durch genussvolles Schmauen erreicht man im Gegensatz zum normalen Kauen, dass

selbst eine kohlenhydratreiche Mahlzeit zu keinem oder nur minimalem Blutzuckeranstieg führt und die übliche hohe Insulinausschüttung ausbleibt.

Die mittelalterliche Verzichtära quälender Diäten kann dadurch verlassen werden, um in barocker Lebensfreude das eigene Wunschgewicht zu erschmauen.

Jürgen Schillings Kau-Jogging mit dem

Ziel des Schmauens wird in med.-wissenschaftlichen Fachkreisen als „ernährungsphysiologisch bahnbrechende Entdeckung“ angesehen.

STIFTUNG WARENTEST hat das Schmauen schon zweimal als „Esskultur pur“ und „Genussvolle Schlankheitsformel“ empfohlen.

Jürgen Schilling gibt in München Schmauen-Intensiv-Seminare und

Schmauen-Fortbildungsseminare für F. X. Mayr-Ärzte. Infos: www.schmauen.de
E-Mail: kautor@juergen-schilling.de

„Kau Dich gesund!“ von Jürgen Schilling
Das Buch zur neuen Schlank- und Genuss-technik des Schmauens
Haug Verlag, Euro 12,95, ISBN 978-3830422051

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

Gröbming von 27.6. – 10.7.2010

Mayr-Medizin heute

Neues aus der Regenerationsmedizin mit den Schwerpunkten: Ernährungsphysiologie und Schmauen, Metabolisches Syndrom, Diabetes mellitus, Mitochondrienmedizin, orthomolekulare Medizin, Infusionstherapie, Labordiagnostik, Darmflora und Immunsystem

Dr. Erich Conradi

TENSEGRITY

ist ein architektonisches Prinzip, das in der ganzen Natur gilt, um beste Funktion mit geringster Masse zu erreichen.

Funktionen von Tensegrity

- Selbststabilisierung der statischen und elastischen Elemente im Gleichgewicht
- Mechanische Konstruktionsprinzipien entsprechen biologischen Systemen
- Feste Stäbe (Druck)
- Elastische Verbindungen (Zug)
- Verteilung im Modell
- Fließgleichgewicht
- Hohe Stabilität bei Kräfteinwirkungen

Tensegrity

- Spannungskräfte und Kompressionskräfte zusammen genutzt, machen höhere Lastverteilung möglich, als durch traditionelle Strukturanalyse angenommen.
- Zusammenarbeit = Synergie
- Beispiel: LWS -Gewichtheber

Tensegrity-Osteopathie

- Die Form beherrscht die Funktion.
- Die Form wird beherrscht von bewegten Strukturen.
- Die Struktur ist für die Form verantwortlich.
- Die somatische Dysfunktion beeinflusst die Bewegung des ganzen Körpers, auch auf zellulärer Ebene.

flusst die Bewegung des ganzen Körpers, auch auf zellulärer Ebene.

Tensegrity in der Human-Biologie

- 206 Knochen sind die Strukturteile.
- Sie werden im Gleichgewicht gehalten von Muskeln, Sehnen und Faszien.
- Stabilisierung durch Tensegrity:
- Zellen, Proteine und andere Moleküle.
- Spannungszunahme an einem Punkt wirkt sich auf alle Strukturteile aus.

Dr. Ingo Wachernig

Fasten, Therapie oder Mode?

Dr. Ingo Wachernig versuchte den Kollegen wieder mehr Mut zum Verordnen von Fasten zu machen und zeigte in seinem Referat die positiven Seiten des Fastens auch für die heutige Zeit auf. Neben

den guten Wirkungen kamen die geistlichen Aspekte, aber auch die Gefahren beim Fasten zur Sprache.

Die 5 F

(nach Dr. Erich Rauch)

- Freiwilligkeit
- Fröhlichkeit
- Freiheit

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

- Festigkeit
- Frömmigkeit

HIPPOKRATES

„Sei mäßig in allem, atme reine Luft, treibe täglich Hautpflege und Körperübung, halte den Kopf kalt, die Füße

warm, und heile ein kleines Weh eher durch Fasten als durch Arznei.“

FASTEN

Ist weder ein Fundament des Glaubens noch ein Allheilmittel für geistliche Probleme.

Ein Fasten jedoch, das mit reinem Herzen und aufrichtigen Motiven praktiziert wird, kann zu einem Schlüssel werden, der Türen öffnet, wo andere Schlüssel versagt haben.

Arthur Wallis

(engl. Bibellehrer u. Autor 1922-1988)

Dr. Lechner

Bewährte Indikationen der Mikronährstofftherapie:

Zitat: Prof. Biesalski, DGE :

„Mikronährstoffe besitzen für die Prävention und Therapie verschiedener Erkrankungen ein beachtliches Potential, das bisher von der Wissenschaft nur teilweise erkannt wurde“

Warum sind Mikronährstoffe heute so wichtig?

70% der Deutschen sind mit Spurenelementen und Vitaminen unterversorgt Ursachen:

- deutlich geringere Nahrungsmenge wie in den Jahrtausenden unserer Entwicklungsgeschichte
- Verarmung der Nahrung an Mikronährstoffen

Seit 1970 ist das Brustkrebsrisiko um 300 % gestiegen. Warum?

Ovulationshemmer hemmen das Enzym Folatdekonjugase. Dadurch wird die Aufnahme und Verstoffwechslung der aufgenommenen Folsäure behindert.

Vitamine A, C, E, Carotinoide und Folsäure reduzieren bei jungen Raucherinnen das Brustkrebsrisiko.

Brustkrebsrisiko wird gesenkt mit Folsäure kombiniert mit B-Vitaminen.

Die Pille erhöht den Kupferspiegel im Blut auf das Doppelte. Extrem hohe Kupferspiegel können klinische Nebenwirkungen auslösen. Die toxische Wirkung entsteht dadurch, dass Kupferionen an

Thiolgruppen von Proteinen binden und Lipide der Zellmembran peroxidieren, was zur Bildung von freien Radikalen führt, welche die DNA und Zellmembranen schädigen.

ADS/ADHS

Magnesiummangel verstärkt das ADS Syndrom

B-Vitamine senken die Kryptopyrol Ausscheidung im Urin

B-Vitamine verbessern die Konzentration Omega 3 verbessert die Studienleistung Ritalin kann unter orthomolekularer Therapie bei 20-30% der Kinder abgesetzt werden

Literatur bei Dr. Lechner zu bekommen

Dr. Henning Sartor

Mayr-Basis-Physiologie/-Logik

Zitat aus Ludwig Stadelmann, Dr. Franz Xaver Mayr, Ein Forscherleben, Seite 5:

Franz Xaver musste schon früh im elterlichen Bauernbetrieb fleißig mitarbeiten. Er musste Vieh hüten ...

Darüber hinaus hatte er des Öfteren Vieh für die Fleischhauerei einzukaufen. Dabei wurde er darauf hingewiesen, dass beim Schlachtvieh nicht der große Bauch entscheidend ist, der ja doch nur ein Gaskotbauch ist, sondern der Zustand der Haut, bzw. des Unterhautgewebes, das man am besten durch einen Griff in die Weichen beurteilen kann. ...

Auch fiel dem jungen Franzl ... auf, dass der Kot der Rinder im Stall fast flüssig und übel riechend war, während die Ausscheidungen der freilebenden Tiere auf der Alm fester und nicht widerlich riechend waren. ... Er beschäftigte sich gerne mit den Ausscheidungen der Kühe und rührte mit einem Stock darin herum. Mit diesen Erkenntnissen ging Mayr in das Medizinstudium.

Zusammenfassung der heutigen Erkenntnisse:

Hauptthema der Regenerationsmedizin: „silent inflammation“

Je weniger Entzündung desto besser!

Mayr'sche Ernährungsweise bewirkt Reduktion der Gärung, Fäulnis und Entzündung im Darm. Damit werden alle Funktionen der Zelle und der Mitochondrien verbessert und stabilisiert. **Schonung** Zuckerkonsum vermehrt Entzündung und Übersäuerung im Körper.

„Glucose could, therefore, be viewed as an inflammatory mediator“

Dandona P, Aljada A, Dhindsa S, Garg R. , Clin Cornerstone 2003: S13-S20

Glucose hat die chemische Eigenschaft sich an Eiweiße anzulagern; zunächst in einem schnellen, reversiblen Prozess, (Schiff'sche Base), der nach einiger Zeit in

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

einen irreversiblen Prozess mündet (Ama-dori-Umlagerung). Die entstehenden gly-kierten und dann durch evtl. vorhandene freie Radikale oxidierten Proteine lagern sich als funktionsuntüchtiger Müll im Ge-webe ab und muss dort mühsam wieder abgebaut werden. Die Funktionsstörun-gen spüren Diabetiker insbes. in den Ner-

ven, Augen und Gefäßen. Ohne Darmsanierung keine dauerhafte Sta-bilisierung der Gesundheit. **Säuberung** Die Wirksamkeit ausgewählter Probi-otika-Stämme in der Prophylaxe und Therapie von chronisch entzündlichen, infektiösen und allergischen Erkrankun-gen ist durch prospektive, kontrollierte

Studien belegt. Bischoff, Stephan C.; Michael P. Manns, Deutsches Ärzteblatt 102, Ausgabe 11 vom 18.03.2005, Seite A-752 / B-630 / C-588 Ohne ausreichende Versorgung mit Mi-kronährstoffen keine dauerhafte Stabi-lisierung der Gesundheit. **Substitution**

Dr. Henning Sartor Salvestrole in der Mayr-Medizin

Was sind Salvestrole?

(salve kommt von salvere, lat. retten, strolist von Resveratrol abgeleitet, dem ersten Salvestrol) = pflanzliche Verbindungen, welche Tumorzellen selektiv beseitigen = natürliche Prodrugs

Englische Wissenschaftler haben einen wichtigen tumorselektiven Mechanismus entdeckt, mit dem bestimmte in unserer Nahrung enthaltene Phytonutri-enten Krebszellen beseitigen. Burk et. al., OM & Ernährung 2009, Nr. 129, S. F2-F9

Schätzungsweise entstehen im Körper täglich 1000 Krebszellen. Zumeist wer-den sie schnell und effizient abgebaut und führen nicht zur Tumorbildung. Eine einzige Körperzelle hat nach mindes-tens vier einzelnen Mutationen in verschie-denen Genen, die von entscheidender Be-deutung für die Kontrolle der Zellteilung

und des Zelltodes sind, die Möglichkeit, sich unkontrolliert zu vermehren.

Wichtige Ursachen für (oxidative) DNA-Veränderungen:

- chemische Stoffe
- UV-Strahlen
- Mikroben (Viren)

Die Begrenzung von DNA-Schäden gelingt durch:

- Vermeidung von krebserregenden und oxidierenden Substanzen
- Förderung des körpereigenen Enzym-systems
- Antioxidantien = Radikalfänger

Maßnahmen der Zelle:

1. Reparatur aufgetretener DNA-Mutati-onen
2. Apoptose (Befehl zur Selbstzerstörung)
3. Immunsystem (Natürliche Killerzellen)

CAVE: Bei jedem 3. Menschen funktio-niert das nicht.

Oxidativer Stress kann nur vermindert werden, wenn alle 3 Barrieren stehen:

1. Körpereigene nichtenzymatische und enzymatische Abwehr
2. Antioxidantien
3. Salvestrole

Funktionsablauf des Schutzes durch Salvestrole:

ROS => mind. 4 Mutationen => Krebs-zelle => CYP 1B1-Expression => Meta-bolit => Reaktion des Metaboliten mit Salvestrolen => Apoptose => Zelltod

Inzwischen sind über fünfzig Phytonutrien-ten (Bioflavonoide, Carboxylsäuren, Stilbene, Stilbenoide, Antocyane...) in Gemüsen, Ge-würzkräutern und Obst identifiziert, denen gemeinsam ist, dass sie nach Aktivierung durch CYP1B1 in Krebszellen die Apoptose induzieren. Viele traditionelle Heilkräuter ha-ben einen hohen Gehalt an Salvestrolen.

Elfriede Sommerfeld Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Bei folgenden Symptomen sollte man an Nahrungsmittelunverträglichkeiten denken:

- Gastrointestinale Beschwerden (z.B. Reizdarm)
- Hauterkrankungen
- Atemwegserkrankungen
- ADS-Syndrom
- Bluthochdruck

- Chronisches Müdigkeitssyndrom
- Depressionen
- Gelenkbeschwerden
- Infektanfälligkeit
- Migräne
- Übergewicht

Nahrungsmittelunverträglichkeiten kön-nen sich äußern in Form von

Laktoseintolleranz, Fruktosemalabsorpti-on, Histaminintolleranz, Pseudoallergie, Allergie vom Sofort-, verzögerten- und zellulär vermittelten Typ, Glutensensitive Enteropathie, Dysbiose-Syndrom. Der aktuelle Stand der diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten wurde besprochen.

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

Dr. Andrea Thiem

Vitamine, Aminosäuren

Glutamin

Antioxidans

wichtigste Energiequelle in den Zellen

↓ Verlangen nach Alkohol bei Alkoholkern

↓ RR

bei Gastritis, Magenulcera

physischer Stress OP, Verletzung ↑ Bedarf

Glutaminsäure

dominierender exzitatorischer Neurotransmitter im ZNS (schnelle synaptische Übertragung, Regulation der Sekretion der Hypophysenhormone, Botenstoff für Motorik)

↑ Hirnleistung + Konzentrationsvermögen

Cave!!! nicht bei neurodegenerativen Erkrankungen und Affektstörungen

Glycin

inhibitorischer Neurotransmitter, dämpft

hyperaktive Nervenaktivität, ↓ Ca-Spiegel

Reduktion von Spasmen (MS, ALS)

↓ Herzrhythmusstörungen

↑ Harnsäureausscheidung

Immunstimulation, Entgiftung

Beruhigt bei Angstzuständen

Glutathion

aus Glycin, Cystein, Glutaminsäure

im Zytosol aller Zellen

Entgiftung von Sauerstoffradikalen

SH-Gruppe (aktives Zentrum)

GSH - reduzierte, antioxidative Form -

wichtigstes Antioxidans

GSSH – oxidierte Form

Glutathionmangel bei

Alkohol ↓ GSH → ↑ Lipidperoxidation

Paracetamol - GSH-Verbrauch

Captopril

Psychopharmaka???

Ciclosporin

Cephalosporin

Kontrazeptiva

Cisplatin

Aflatoxine

Umweltschadstoffe - Quecksilber, Tetrachloräthylen, Zigarettenrauch, Dieselabgase

Fastenkur!!!!

Dr. Burkhard Schütz

Metabolisches Syndrom

Metabolic Screen – Das diagnostische Konzept

- Liegt ein Metabolisches Syndrom vor?
- Liegen Folgeerkrankungen von Leber, Galle, Pankreas, Gelenken oder Nieren vor?
- Beurteilung des individuellen Risikos für Diabetes Typ 2, Herzinfarkt oder Schlaganfall.
- Abklärung ursächlicher Faktoren: Hypothyreose, Firmicuten-Bacteroidetes-Ratio, Serotoninstoffwechsel, Nitrosativer Stress, Nahrungsmittelnverträglichkeiten

Übergewicht durch Nahrungsmittelnverträglichkeiten

- Bei Adipositas findet man systemische Entzündungsaktivitäten.

- Fettzellen bilden Botenstoffe (TNF-alpha, Interleukin-6), die in der Leber die Produktion von Entzündungsproteinen anregen.
- Nahrungsmittelnverträglichkeiten können diese Entzündungsreaktionen verstärken. Die Bestimmung von Nahrungsmitteln, die daran beteiligt sein können, kann bei entsprechender Ernährungsumstellung das Entzündungsgeschehen positiv beeinflussen.

Nitrosativer Stress und dessen Folgen

- Das Energiedefizit verursacht ein ständiges Hungergefühl und zwingt Betroffene zu essen (häufige Folge Übergewicht)
- Energieträger aus Kohlenhydraten können nicht verwertet werden. Sie blockieren zusätzlich die Energieer-

zeugung (Pyruvatdehydrogenase-Defizit in den Mitochondrien), so dass durch Aufnahme von Kohlenhydraten das Energiedefizit nicht korrigiert, sondern verstärkt wird.

- Eiweiße und Fettsäuren können energetisch besser verwertet werden, da sie über Acetylcoenzym A in den Zitronensäurezyklus eingeschleust werden können.

Darmflora und Adipositas

- Darmbakterien können Übergewicht begünstigen
 - Dickere Menschen haben eine andere Bakterienzusammensetzung im Darm
- Ruth E. Ley, Peter J. Turnbaugh, Samuel Klein & Jeffrey I. Gordon, Nature 444, 1022-1023 (21 December 2006)

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

Heinrich Bergmüller

Effizienter trainieren, gesünder gesunden

Was einst dem Leistungssport vorbehalten war, bewegt heute alle: Mit Training nach dem Bergmüller Prinzip profitieren heute Laien, Freizeitsportler und sportliche Wiedereinsteiger jeder Alterskategorie von den Erkenntnissen aus dem Spitzensport. Zu viel Training, falsches Training: die Folge ist dann oft gar kein Training – diesen Zyklus kennen viele, deren Geist willig ist. Was bleibt ist der Frust, häufig gepaart mit Beschwerden und Erschöpfungsgefühlen. Heini Bergmüller baut auf den Grundsatz der Messbarkeit von Fitness. „Nur

wer seine „inneren Werte“ kennt, kann gezielt trainieren und so seine Gesundheit und damit Lebensqualität positiv beeinflussen. Speziell wenn sich erste altersbedingte Wehwechen bemerkbar machen, bekommen die Begriffe Leistungsfähigkeit und Mobilität eine andere, tiefere Bedeutung“. Bergmüller motiviert hier ganz konkret, die individuellen Möglichkeiten zu einem gesunden Leben zu nutzen. „Natürlich ist es besser, früher zu beginnen – aber für Bewegung ist es nie zu spät“. Unter dem Motto, effizienter trainieren –

gesünder gesunden‘ sprach Bergmüller am 7.7.2010 über professionelle Ansätze für eine seriöse Bewegungskultur.

Bergmüller leitet ein Zentrum für Diagnostik und Trainingssteuerung in Wien und betreut dort internationale Spitzensportler, Freizeitsportler, Reha-Patienten und alle, die sich gern gesund bewegen.

Bergmüllers Fitness & Gesundheit

Perfektastr. 89, 1230 Wien
+43 (0) 1 / 865 870 111
amb@enorminform.at
www.enorminform.at

Patrik Auth

Mineralstoffe und Spurenelemente

- Mineralstoffe und Spurenelemente sind neben Vitaminen, Aminosäuren und Fettsäuren essentiell wichtige Therapeutika der Orthomolekularmedizin.
- Im Gegensatz zur Schulmedizin werden Mineralstoffe und Spurenelemente in der Orthomolekularmedizin nicht nur im Serum und Urin, sondern auch, sogar überwiegend, im Vollblut bestimmt.
- Der große Wert der Vollblutmineralanalyse zeigt sich vor allem bei Elementen, welche zu erheblichen Teilen intrazellulär vorkommen. Zu diesen Elementen zählen z.B. Kalium, Magnesium und Zink.
- Kommt es zu einem Mangel an diesen Elementen bleibt der Serumspiegel relativ lange Zeit stabil, da es zu einem Ausgleich der Serumwerte aus dem intrazellulären Depot heraus kommt. Erst wenn ein bereits erheblicher Mangel dieser Elemente vorliegt und der Patient bereits deutliche und relativ spezifische Symptome zeigt, sinkt dann auch der Serumspiegel.
- Die Vollblutmineralanalyse zeigt hin-

gegen bereits im Stadium eines latenten Mangels, in dem der Patient in aller Regel nur unspezifische Beschwerden angibt, einen Mangel zuverlässig an!

- Zu einer sinnvollen Interpretation der Vollblutmineralanalyse ist gleichzeitige Anfertigung eines roten Blutbildes (insbesondere Hk) notwendig, da die Elemente in unterschiedlichen Mengenverhältnissen im ICR und ECR anzutreffen sind. Wir bezeichnen die so auf einen Hk von 42% bezogenen Elemente als „Hämatokritkorrigiert“.
- Als Beispiel können das zu über 90% intrazellulär vorkommende Kalium und das zu über 90% extrazellulär vorkommende Natrium dienen.
- Bei einem Patienten mit einer Hämokonzentration sind vermehrt Zellen im Blut, was zwangsläufig zu einer Zunahme des ICR und Abnahme des ECR führt. Kalium wird dann vermehrt gemessen werden, Natrium hingegen vermindert.
- Umgekehrt verhält es sich bei einem Patienten mit einer Anämie, hier wird das Natrium vermehrt, das Kalium hingegen vermindert sein.

Mineralstoffe und Säure-Basen-Haushalt

- Über die Werte von Kalium im Serum und im Vollblut kann der extrazelluläre Kaliumanteil ermittelt werden, welcher ein Hinweis auf eine Störung des Säure – Basen – Haushaltes sein kann.
- Bei folgender Berechnung: $100 / (VB\text{-Kalium [mg/l]} / 39) * \text{Serumkalium [mmol/l]} = \%K_{\text{ECR}}$ liegen physiologisch 8,2 – 9,2% des Kalium im Extrazellulärraum.
- Höhere Werte können auf eine latente Azidose hindeuten, bei welcher H+-Ionen in den Intrazellulärraum der Erythrozyten (Ausnutzung des Hb-Puffers) verschoben werden und dafür im Ausgleich Kalium in den ECR abgegeben wird. Außerdem hemmt eine Azidose den Na⁺/H⁺-Antiporter, was den Natriumeinstrom vermindert und dadurch die Na⁺-K⁺-ATPase hemmt, was wiederum dazu führt, dass Kalium nicht zurück in den ICR gelangen kann.

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

Mag. Anita Frauwallner

Wirksamkeit von Multispezies-Probiotika

Speziell bei der Antibiotika-Assoziierte Diarrhoe (AAD) sowie bei der Reduzierung von mucosaassoziierten Störungen des Immunsystems (Atopisches Ekzem, Allergie, Asthma) können durch den Einsatz qualitativ hochwertiger Probiotika signifikante Resultate erzielt werden.

Insgesamt muss man heute sagen, dass Ergebnisse eines Bakterienstammes nicht auf „die Probiotika“ im allgemeinen übertragbar sind, sondern für jedes Präparat evidenzbasiert nachgewiesen werden müssen. Soeben hat Gastroenterology¹ zum Thema PROBIOTIKA eine Sonderausgabe editiert, worin die interessantesten Wirkmechanismen in aussagekräftigen Grafiken dargestellt werden, u.a. die Infektabwehr, die Stimulation der sIgA-Sekretion, metabolische Effekte sowie antiinflammatorische Wirkungen durch Downregulation der IL6-Kaskade.

Antibiotika-Assoziierte Diarrhoe (AAD): Die Bedeutung der AAD als kostenintensive Begleiterscheinung moderner Therapien wird immer häufiger: so tritt eine Antibiotika-Assoziierte Diarrhoe laut einschlägiger Literatur in 25 – 50% der Fälle während und nach einer Antibiotika-Therapie auf. Rapide im Zunehmen (25%) ist die Inzidenz der Clostridium-Difficile-Assoziierten Diarrhoe (CDAD) welche immer wieder zu Colektomien führt. Die häufigsten Ursachen dafür sind die durch die Antibiotikatherapie verursachte Reduktion der Darmflora sowie die damit verbundene gestörte Immunabwehr.

Zur Prävention und Therapie der AAD und der CDAD werden heute Probiotika eingesetzt². Monostrain-Probiotika erzielen nur durch Daueranwendung eine längerfristige Wirkung³. Hingegen wurde für das Multispezies-Probiotikum „OmniBiotic®10® AAD“ gezeigt⁴, dass die synergistischen Wirkmechanismen der

verwendeten Bakterienstämme innerhalb kürzester Zeit eine signifikante Verringerung der Diarrhoehäufigkeit aufweisen. Gleichzeitig wurde durch einen Sputum-Provokationstest der Transfer immunologischer Effekte belegt.

Bei der Auswahl der geeigneten Bakterienstämme waren die entscheidenden Kriterien:

1. die Fähigkeit, das Wachstum pathogener Keime, insbesondere Clostridium diff. zu verhindern
2. die Sicherheit, dass Resistenzen nicht transferiert werden können
3. die hohe Vermehrungsfähigkeit der eingesetzten Bakterien im Darm der Probanden.

Der Nachweis für die Stabilisierung der Darmflora trotz Antibiotikagabe wurde durch Molekularanalyse mittels DGGE (Denaturing Gradient Gel Analysis) erbracht:

Der SI (=Similarity Index) stieg am Ende des Beobachtungszeitraums signifikant gegenüber der Placebogruppe an (vgl. Abb. 2, rot markierte Werte). In der Diarrhoe-Gruppe war der SI signifikant niedriger (sowohl in der Verum- als auch in der Placebogruppe). Das zeigt deutlich die Korrelation zwischen gestörter Darmflora und dem Entstehen einer Diarrhoe.

PILOTSTUDIE: Reduktion der Antibiotika-Assoziierten Diarrhoe nach chirurgischen Eingriffen: Prim. F.C. Lang (KH Neunkirchen, Chirurgie) zeigte die positiven Effekte der generellen Anwendung eines Multispezies-Probiotikums auf einer chirurgischen Abteilung. Routinemässig wurde an seiner Abteilung seit März 2007 parallel zu jeder Antibiotikatherapie „OmniBiotic 10 AAD“ eingesetzt. Während eines sechsmonatigen open trials (November 2008 bis Mai 2009) wurde dieses spezifisch zur Prävention und Therapie der

Antibiotika-Assoziierten Diarrhoe entwickelte Multispezies-Probiotikum bei insgesamt 199 Patienten angewendet⁵. Es gab dabei keinerlei Einschränkungen bezüglich der Auswahl des benötigten Antibiotikums (mittlere Therapiedauer lag bei 9,05 resp. 10,08 Tagen) oder des Patientenalters (median 68 Jahre).

Im Beobachtungszeitraum kam es nur in einem einzigen Fall zu einer Diarrhoe (das entspricht einer Häufigkeit von 0,5%). Es gab keine unerwünschten Nebenwirkungen, ein Absetzen des Probiotikums war nie notwendig, es traten keinerlei Unverträglichkeiten auf.

Bei zwei Patienten wurde auf die Gabe des Probiotikums vergessen, beide entwickelten eine Diarrhoe, in einem Fall handelte es sich um eine pseudomembranöse Colitis mit Nachweis von Clostridium difficile.

Aufgrund der enormen Kosteneinsparung für nicht verwendete Antibiotika (- laut Meta-Analysen wären bei einer medianen Häufigkeit von 25% an AAD 50 Patienten betroffen gewesen⁶) sowie der gestiegenen Lebensqualität der Patienten wird die routinemässige Gabe des Multispezies-Präparates bei allen künftigen Antibiotikatherapien beibehalten.

Krankheits-spezifische Multispezies-Präparate der 3. Generation enthalten unterschiedliche probiotische Stämme verschiedener Arten und Gattungen. Sie zeigen eine durch Synergismen verbesserte Überlebens-Chance der Bakterien bei der Magenpassage sowie eine schnellere Schleimhautbesiedlung, und sind – wie durch große Meta-Studien belegt - den einfachen Monostrain-Produkten überlegen⁷. Das Multispezies-Konzept der Probiotika wurde von den Leitkeimstämmen⁸ der einzelnen Abschnitte des GI-Traktes abgeleitet: rund um diese bauen sich die Strukturen einer dauerhaften und gesunden Flora auf.

10. ÄRZTE- UND JOURNALISTEN-SYMPOSIUM

Neben der AAD5 ist ein weiteres wichtiges Anwendungsgebiet hochdosierter Probiotika der positive Einfluss dieser Symbionten auf allergische Reaktionen wie Asthma, Allergie oder atopischem Ekzem. Ein Beispiel dafür ist die randomisierte, doppelblinde, placebokontrollierte PANDA-Studie⁹ (**Probiotics AND Allergy**), durch die eine signifikante Reduktion von Allergien und atopischem Ekzem bei Risikokindern durch den Einsatz eines dreistämmigen Multispezies-Präparates nachgewiesen werden konnte. Auch die bisher abgeschlossenen und publizierten Daten des 2-Jahres

Follow-up zeigen gleichbleibend guten Erfolg.

Ausgehend von Pionieren wie dem Gynäkologen Döderlein oder dem Medizin-Nobelpreisträger Metschnikow hält seit der Markteinführung des ersten Multispezies-Probiotikums im Jahre 1996 die Evidence Based Medicine ihren Einzug in der Probiotika-Forschung¹⁰.

- 1 Gastroenterology 2009; 136/6 Special issue Mai 2009
- 2 McFarland LV, Am J Gastroenterol 2006; 812-822
- 3 Goossens DA et al, Aliment Pharmacol Ther 2006; 255-263
- 4 Koning K et al, Am J Gastroenterology 2008;

3152-3158

5 Lang C et al, Erfolgreicher Probiotikaeinsatz in Chirurgie, in print

6 McFarland LV, J Ped Gastroenterol Nutr 1998; 292-307

7 Timmermann HM et al, In: Bischoff: Probiotika, June 2009;151-157

8 Sartor RB, Gastroenterology 2004; 1620-1633

9 Niers L et al, Allergy 2009:Epub ahead of print April 2009

10 Probiotics, World Gastroenterol Org, Practice Guideline 2008; 1-22

Mag. Anita Frauwallner

Institut Allergosan

Tel.: +43 (0)316 405 305

Schmiedlstr. 8A

email: frauwallner@allergosan.at

8042 Graz

Assoc. Prof. Dr. Dr. med. Claus Muss

Epigenetik-Metagenetik-Nutrigenomics

Oder können wir durch Essen unsere Stoffwechselfgene beeinflussen?

In der Molekulargenetik wird nun besonders die Aktivierung und Deaktivierung von Genabschnitten untersucht. Offenbar sind Umwelteinflüsse daran beteiligt, den Mechanismus der Aktivierung bzw. Deaktivierung zu steuern. Dies geschieht durch Schaltermoleküle, Eiweiße und andere Signalstoffe, die der Zelle bestimmen, ob und wann Gene ein- oder ausgeschaltet werden. Diese epigenetischen Veränderungen steuern die Krebsentstehung.

Die enge Verknüpfung der Sirtuinfunktion mit dem zellulären Metabolismus spielt eine zentrale Rolle bei der epigenetischen Regulierung der Lebensdauer. Durch Kalorienrestriktion wird auf zellulärem Niveau der NAD/NADH Gradient beeinflusst, der im Sinne einer Koenzymregulierung den Aktivitätsgrad der

Sirtuine beeinflusst.

Die Sirtuine werden immer wieder im Zusammenhang mit Alterungsprozessen diskutiert.

Durch Kalorienrestriktion wechselt das Coenzym NAD (Nicotinsäureamid-Adenin-Dinucleotid) seine Funktion – aus einem Verdauungsenzym NADPH (Nicotinsäureamid-Adenosin-Dinucleotid-Phosphat) wird ein Coenzym der DNA-Reparatur! Dazu docken das nicht reduzierte NAD mit dem so genannten Sir2 (Silent information Regulator/Genesilencing) an der DNA an und bewirken dort eine Veränderung des genetischen Codes (DNA-Reparatur). Die Kalorienrestriktion geht zudem mit einer Verringerung der Mitosegeschwindigkeit und mit einer verstärkten Reparatur der DNA

einher. Weiterhin lässt sich z. B. durch eine 12- bis 14-stündige Nahrungskarenz eine verstärkte Apoptose von prä-malignen Präkursorzellen erreichen.

Ernährungsmedizinisch kann also unter gewissen Umständen gefolgert werden, dass eine ausgewogene Kalorienrestriktion epigenetisch als günstig betrachtet werden kann. Weiterhin wäre die Ernährungsempfehlung in Richtung Lebensmittel mit besonderem Methylierungspotential bei erhöhten DNA Mutationen zu bevorzugen.

Zum Beispiel, Blattgemüse, Erbsen und Bohnen, Sonnenblumenkerne sind gute Quellen für Folsäure, genauso wie Frühstückscerealien mit zugesetzter Folsäure. Cholin beziehen wir aus Eiern, Salat, Erdnüssen.

D-KURS BADEN BADEN

PROGRAMM

Ort: Dorint Maison Messmer, Werderstrasse 1

Samstag, 30.10.2010:

9.00 bis 13:00 Uhr

Referent: **Dr. Peter Strauven**

- Immunologie in der Mayr-Medizin: Beispiel Steroidhormon D (Vitamin D): wichtiger Begleitparameter in der MMM
- Die Chronobiologie und ihre Auswirkungen auf die MMM
- Die Arztpraxis und die Mayr-Medizin: erfolgreich neue Patienten gewinnen; Konzeptvorschläge

14:30 bis 17:30

Referent: **Dr. Bodo Werner**

- Klassische Mayr-Medizin: Auffrischung der Grundlagen
- Refresher: manuelle Bauchbehandlung
- Grundlagen und Neues über den Säure-Basen-Haushalt

Sonntag, 31.10.2010:

9.00 bis 12:30

Referent: **Dr. Bodo Werner**

- Arteriosklerose-Stadien und Einfluß von Vitamin B12 und Vitamin K
- Herzkreislaufsystem aus der Sicht Mayrs, Diastolische Herzinsuffizienz/Schlafstörungen

KURSNEUERUNGEN

Neue Ausbildungsordnung für angehende Mayrärzte:

Wir beobachten schon seit einiger Zeit einen Rückgang der Kursteilnehmer. Intensive Ursachenforschung hat ergeben, dass es für viele Kollegen einfach zu aufwendig ist, ihre Praxis drei Mal für 2 Wochen zu schließen. Die Zeiten für uns Ärzte wurden nicht leichter und so haben wir uns entschlossen, den Aufbau der Kurse an die neuen hektischen Zeiten anzupassen. Nach wie vor ist es unbedingt notwendig, dass jeder Kursteilnehmer wenigstens einmal eine mindestens zweiwöchige Therapie nach F.X.Mayr am eigenen Leib selbst erlebt. Daher dauert der A-Kurs wie bisher 2 Wochen.

Die weiteren Kurse werden auf je 1 Woche gekürzt. Dafür wird es insgesamt 4 Kurse statt wie bisher 3 geben. Die bisher als D-Kurs bezeichneten Refresher-Kurse werden künftig nicht mehr D-Kurs sondern „Mayr aktuell Kurse“ heißen. Sie werden auch für Ärzte geöffnet, die keine Mayrärzte sind. Damit können interessierte Kollegen in unsere medizinische Methodik hinein schnuppern, um sich darüber eine Meinung bilden zu können, ob sie die Ausbildung zum Mayrarzt beginnen wollen.

4 Kurse pro Jahr ermöglichen einen insgesamt kürzeren Ausbildungszeitrahmen, da ja immer zwischen den Kursen

geübt werden kann, um Erfahrung zu sammeln.

Die Reihenfolge A-, B-, C-, D-Kurs ist einzuhalten. Lediglich der B- und C-Kurs können getauscht werden.

Wir hoffen, damit die Ausbildung zum Mayrarzt attraktiver und familienfreundlicher gemacht und an die Gegebenheiten des verschärften beruflichen Wettbewerbs angepasst zu haben.

Die Kurstermine entnehmen Sie bitte unserem Kursprogramm in diesem Mayr Aktuell oder auf unserer Homepage www.fxmayr.com.

AUSBILDUNG / FORTBILDUNG

Das waren die Kurse 2010:

Anmeldeformular 2010

schicken oder faxen Sie an:

Sekretariat der Gesellschaft der Mayr-Ärzte, A-6072 Lans, Kochholzweg 153, FAX 0043-(0)512-38666-434

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Ausbildungskurs in Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr an:
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

<input type="radio"/>	Kurs 1001	B-Kurs	14.03. - 26.03.2010 , artepuri hotel meerSinn, Binz-Rügen Leitung: Dr. Alex Witasek
<input type="radio"/>	Kurs 1002*	A-Kurs	25.04. - 09.05.2010 , Haus der Gesundheit, Reifnitz Leitung: Dr. Norbert Schulz
<input type="radio"/>	Kurs 1003	C-Kurs	30.05. - 11.06.2010 , GZ St. Georg, Bad Hofgastein Leitung: Dr. Bodo Werner
<input type="radio"/>	Kurs 1004	D-Kurs	30.10. – 31.10.2010 , Baden-Baden, Dorint Maison Messmer, Werderstrasse 1 Leitung: Dr. Peter Strauven Anmeldungen an die int. Gesellschaft der Mayr-Ärzte, Kochholzweg 153, A-6072 Lans, Tel.: 0043-664-9228294, Fax: 0043-512-397125, office@fxmayr.com
<input type="radio"/>	Kurs 1005	B-Kurs	07.11. – 19.11.2010 , artepuri hotel meerSinn, Binz-Rügen Leitung: Dr. Alex Witasek
<input type="radio"/>	Kurs 1006	A-Kurs	14.11. – 26.11.2010 , Haus der Gesundheit, Reifnitz Leitung: Dr. Norbert Schulz

AUSGEBÜCHT

Bitte beachten Sie, dass alle Kurse eine begrenzte Teilnehmerzahl haben.

Als fix gilt Ihre Anmeldung erst, wenn Sie den Kursbeitrag auf u.g. Konto überwiesen haben. Es wird Ihnen zur Überweisung eine Rechnung zugesandt. Anmeldungen ohne Einzahlung werden bei Überbuchung eines Kurses nicht mehr berücksichtigt. Kosten: A, B und C: € 1.000,00 zuz. MwSt, D-Kurs: € 170,00 zuz. MwSt.

Die Kurse sind ausnahmslos in der Reihenfolge A, B und C zu besuchen.

Nachname:		Vorname:	
Straße:		PLZ, Ort:	
Tel.:		Fax:	

Die Anmeldebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden.

Datum:

Unterschrift:

AUSBILDUNG / FORTBILDUNG

Anmeldeformular 2011

schicken oder faxen Sie an:

Sekretariat der Gesellschaft der Mayr-Ärzte, A-6072 Lans, Kochholzweg 153, FAX 0043-(0)512-38666-434

Hiermit melde ich mich verbindlich zu folgendem Ausbildungskurs in Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr an:
(Zutreffendes bitte ankreuzen)

<input type="radio"/>	Kurs 1101	B-Kurs	27.03. – 01.04.2011 , artepuri hotel meerSinn, Binz-Rügen; Leitung: Dr. Alex Witasek
<input type="radio"/>	Kurs 1102	C-Kurs	22.05. – 28.05.2011 , GZ St. Georg, Bad Hofgastein; Leitung: Dr. Bodo Werner
<input type="radio"/>	Kurs 1103	D-Kurs	02.10. – 08.10.2011 , Ort: „am Wörthersee“; Leitung: Dr. Patricia Winkler-Payer
<input type="radio"/>	Kurs 1104	A-Kurs	20.11. – 02.12.2011 , Haus der Gesundheit, Reifnitz; Leitung: Dr. Norbert Schulz

Mayr Aktuell Refresherkurse:

<input type="radio"/>	06. – 08.05.2011 , Bad Hofgastein, Dr. Bodo Werner
<input type="radio"/>	12. – 15.05.2011 , GSAAM München
<input type="radio"/>	Anfang Juli 2011 , Gröbminger Symposium, Dr. Henning Sartor
<input type="radio"/>	29. – 30.10.2011 , Baden Baden

Weitere Fortbildung mit Zertifizierungs-Erhaltung:

<input type="radio"/>	„Mayr Aktuell Kurs“ Teneriffa	28.2. – 10.3.2011 , Hotel Garoe Leitung: Dr. Bodo Werner Euro 550,00 (inklusive 5% kanarische Mwst.) sind bei Anreise bar beim Kursleiter zu entrichten. Anmeldungen aussch. an Dr. Werner: drbodowerner@terra.es
-----------------------	--------------------------------------	---

Bitte beachten Sie, dass alle Kurse eine begrenzte Teilnehmerzahl haben.

Als fix gilt Ihre Anmeldung erst, wenn Sie den Kursbeitrag auf u.g. Konto überwiesen haben. Es wird Ihnen zur Überweisung eine Rechnung zugesandt. Anmeldungen ohne Einzahlung werden bei Überbuchung eines Kurses nicht mehr berücksichtigt. Kosten: A-Kurs Euro 1.250,- zzgl. Mwst., B-, C- und D-Kurs Euro 690,- zzgl. Mwst.

„Die Ausbildung muss mit dem A-Kurs beginnen und dem D-Kurs enden. B-Kurs und C-Kurs können dazwischen beliebig gewählt werden“.

Die Kurse sind ausnahmslos in der Reihenfolge A, B und C zu besuchen.

Nachname:		Vorname:	
Straße:		PLZ, Ort:	
Tel.:		Fax:	

Die Anmeldebedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und bin damit einverstanden.

Datum:

Unterschrift:

VERLAGSÜBERNAHME NEUES LEBEN



Die Herausgabe der Bücher von Dr. Franz Xaver Mayr zur Verbreitung seiner Lehre und seines Lebenswerkes war über 50 Jahre ein großes Anliegen des Verlegers Dr. Ludwig Stadelmann. Der 1946 gegründete „Verlag Neues Leben“, inzwischen rund zehn Jahre von Dr. Rudolf Ingrisch, Thüringerberg, geführt, wurde kürzlich von Mag. Carmen Krisai-Chizzola übernommen. Mag. Carmen Krisai-Chizzola ist die Großnichte der Ehefrau von Dr. Franz Xaver Mayr, und plant Wiederaufgaben von originalen Mayr-Büchern sowie eine weitere Aufarbeitung des Nachlasses wie z.B. Briefe und medizinische Photos.

Beim diesjährigen Ärzte-Symposium in Gröbming (F.X. Mayr's Geburtsort) im Gesundheitshotel Spanberger, präsentierte Carmen Krisai-Chizzola sämtliche originalen Bücher, die Dr. F.X. Mayr geschrieben hatte. Als erstes Werk erschien 1912 „Die Darmträgheit“, als zweites 1920 „Schönheit und Verdauung“. Diese Originalschriften, einige ursprünglich be-

bildert, haben keineswegs an Aktualität verloren, mehrere Neuauflagen dieser Werke bezeugen dies. Zur besseren Verständlichkeit eines größeren Leserkreises schrieb er 1949 „Die Verhängnisvollste Frage, wann ist unser Verdauungsapparat in Ordnung“ und überarbeitete für Neuauflagen im Verlag Neues Leben seine Bücher nicht nur für Ärzte sondern auch für interessierte Laien.

Durch die neuesten wissenschaftlichen Forschungen in der modernen Mayr-Medizin werden sukzessive die damaligen Erkenntnisse von Dr. F.X. Mayr bewiesen, so schrieb bereits 1960 Dr. Karl Schmiedecker, einer der ersten Mayr-Schüler zum 85 Geburtstag seines Lehrers: „Wohl hat Mayr manches mehr erahnt als gewußt und die Wissenschaft wird da und dort exakte Erklärungen finden, doch die Betrachtung des Menschen als Ganzes, als Funktionseinheit in Abhängigkeit vom Wurzelsystem Verdauung bleibt eine der größten Leistungen auf dem Gebiet der Medizin und ein Wegweiser

in die Zukunft“. Dr. Ernst Kojer ehrte 1975 seinen Lehrer zum 100. Geburtstag mit folgenden Worten: „Sein im edelsten Sinne ärztliches Denken und Wirken wird uns stets Maßstab und kaum erreichbares Vorbild bleiben“. Voraussichtlich kann jetzt die zweite und dritte Generation der jetzt ausgebildeten Mayr-Ärzte genau so von der Lektüre der Originalliteratur profitieren, insbesondere etwas von der Persönlichkeit des Arztes und Forschers Dr. F.X. Mayr herauslesen und möglicherweise sogar seinen Umgang mit den Patienten besser nachvollziehen.

Derzeit sind folgende Bücher vom Verlag erhältlich:

- F.X. Mayr: „Schönheit und Verdauung“, 8. Aufl. 2005
- F.X. Mayr: „Fundamente zur Diagnostik der Verdauungskrankheiten“, erschienen im Turm Verlag, 3. Aufl. 1998,
- F.X. Mayr, unter Mitwirkung seiner Schüler: „Gesundung nach Dr. F.X. Mayr“, 4. Aufl. 1982
- K. Schmiedecker: „Zeichen der Gesundheit“, 6. Aufl. 2003
- L. Stadelmann: „Dr. F.X. Mayr – Ein Forscherleben“ 1993
- Sowie einige humoristische Broschüren von L. Stadelmann, u.a. „Warum bin ich krank“, „Drei Wege zur Schönheit“, „Verjüngung von Innen“.

Information und Bestellung bei
Mag. Carmen Krisai - Chizzola
Linzerstr. 18, 5280 BRAUNAU
Tel. +43 (0)664 2840963
Fax+43 (0)7722 6311119
ckc@manhartseder.at

JOB BÖRSE

Als einziges anerkanntes Mayr-Zentrum in Spanien nutzen wir seit über 10 Jahren die optimale Verbindung aus den klimatischen Bedingungen in Teneriffa und der F. X. Mayr-Medizin.

Für jeweils 6 bis 8 Monate pro Jahr suchen wir langfristig einen

Mayr-Arzt/-Ärztin

zur Verstärkung unseres Teams.

Wir erwarten:

- Diplom bzw. begonnene Ausbildung in Diagnostik/Therapie nach Dr. F. X. Mayr

- Facharztstitel oder nachweisbar fundierte allgemeinmedizinische Kenntnisse
- Ausbildung und Erfahrung in mindestens einem Naturheilverfahren
- Deutschsprachigkeit und mindestens eine weitere Fremdsprache
- Teamgeist und Einsatzbereitschaft

Wir bieten:

- Kollegiales Arbeiten in einem eingespielten deutsch-spanischen Team
- Optimale Arbeitsbedingungen in unserem Mayr-Zentrum direkt am Atlantik
- Leistungsgerechte Bezahlung
- Hilfe bei der Eingliederung auf den Kanarischen Inseln

Ihre Bewerbung (unter Garantie voller Vertraulichkeit) für einen Eintritt im 4. Quartal 2010 senden Sie bitte an:

Océano Vitality Hotel & Medical Spa,
z. Hd. Hr. K. Matthias Rolle, Leitender Arzt,
C. Océano Pacifico, 1, E-38240 Punta del Hidalgo, tel. 0034-922-156000,
laura.gonzalez@oceano-tenerife.com



Parkhotel Igls

Gesundheit im Zentrum



Wir suchen kompetente und herzliche Mitarbeiter

Im Parkhotel Igls steht die Gesundheit im Zentrum. Wir bieten **Prävention und Regeneration** auf Basis der Modernen Mayr-Medizin, ergänzt durch genussvolle **Ernährung** und einem ausgewogenen **Bewegungskonzept**. Als Pionier der Modernen Mayr-Medizin versteht sich das Parkhotel Igls als medizinisches Kompetenzzentrum, welches Schul- und Komplementärmedizin vereint.

Der Gründer und Chefarzt unserer privaten Krankenanstalt hat aus Altersgründen seinen Rücktritt bekannt gegeben. Deshalb suchen wir einen

Ärztlichen Leiter (m/w)

- Sie sind Arzt für Allgemeinmedizin oder Facharzt für innere Medizin,
- sind ausgebildeter F.X. Mayr-Arzt und haben mehrjährige Berufserfahrung, idealerweise in leitender Position,
- sind an wissenschaftlichen Studien und an der Weiterentwicklung der Modernen Mayr-Medizin interessiert,
- sind ein gewandter Redner, auch vor großem Publikum
- und verfügen über eine hohe soziale Kompetenz,

dann würden wir uns freuen, wenn Sie sich bei uns bewerben. Es erwartet Sie eine verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit in einem aufgestellten Team.

Bewerbungen bitte schriftlich und mit Foto an:

Gesundheitszentrum Parkhotel Igls
z. H. Werner Chizzali, Iglersstrasse 51, 6080 Igls/Innsbruck
werner.chizzali@parkhotel-igls.at

Ihre neue verantwortungsvolle Position in einem anspruchsvollen Projekt mit hervorragenden individuellen Perspektiven...

Das Falkenstein Grand Kempinski ist ein Erlebnis für Genießer und Erholungssuchende. Unsere exklusive Hotelanlage besteht aus acht Villen im englischen Landhausstil, die sich in einem über sechs Hektar großen Park befinden. Die 106 Zimmereinheiten, welche sich auf 60 Hotelzimmer, 21 Suiten und 25 Langzeit-Appartements aufteilen, sind durch zeitlose Eleganz bestimmt. Edle Stoffe, elegantes Design und modernste Technik sind in allen Zimmern vorhanden. Kulinarische Köstlichkeiten offerieren wir unseren Gästen in unserem Gourmetrestaurant „Siesmayer“ und der dazugehörigen Skyline-Terrasse sowie im Bistro

Raffael's, einer Kombination aus Bistro, Bar und Lounge. Darüber hinaus verfügt unser Hotel über neun multifunktionale Tagungsräume. Der Wellness-Bereich im Zentralgebäude, der von den übrigen Villen durch einen unterirdischen Gang bequem zu erreichen ist, verspricht Entspannung pur. Das ASCARA Spa im gegenüberliegenden historischen Gutshof bietet seinen schönheits- und gesundheitsbewussten Gästen zahlreiche professionelle Anwendungen und Angebote.

Erbaut 1888 bis 1894 für den Bankier Wilhelm Carl von Rothschild, seit 1949

die „Wiege der Bundesrepublik“ genannt, wird die Villa Rothschild auch im 21. Jahrhundert ein beliebter Treffpunkt sein. Mit 22 Zimmern, drei Veranstaltungsräumen, einer Bar und mit einem Michelin-Stern ausgezeichneten Gourmetrestaurant ein faszinierender Ort im Taunus. Eingebettet in einen zehn Hektar großen Park verspricht das Hotel strategische Ruhe, wenige Minuten von der Mainmetropole und Deutschlands größtem Flughafen entfernt – mit atemberaubender Aussicht auf die Mainebene. Erwarten Sie viel – seien Sie gespannt auf eines der exklusivsten Boutique Hotels.

Zum 01.04.2011 suchen wir für den Aufbau eines exklusiven stationären F.X. Mayr Zentrums eine/n engagierte/n F.X.-Mayr Ärztin/Arzt

Profil

Sie verfügen über eine mindestens fünfjährige Berufserfahrung als F.X. Mayr-Arzt und sind in der Lage, in einem Luxusambiente der Fünfsterne-Premium-Hotelrie F.X.-Mayr Kuren erfolgreich zu positionieren. Sie sind als Arzt anerkannt und verfügen über ein erstklassiges Renommee. Eine präventionsmedizinische Zusatzausbildung runden Ihr Profil ab, ist aber nicht zwingend Voraussetzung.

Als Persönlichkeit überzeugen Sie durch selbständiges, unternehmerisches Denken, Organisationstalent und einen dynamischen Auftritt. Sie haben Freude daran, etwas Neues aufzubauen und hierbei Ihre langjährigen fachlichen Kenntnisse und Ihre eigene Persönlichkeit einzubringen sowie die medizinischen und konzeptionellen Rahmenbedingungen zur kurativen Versorgung eines anspruchsvollen Gästeklientels zu gestalten. Eine solide Herangehens-

weise bei der Schaffung Ihres eigenen Arbeitsumfeldes ist Ihnen eigen und die berufliche Weiterentwicklung war Ihnen stets wichtig.

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung. Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gern auch vorab telefonisch unter 06174/90-1450 zur Verfügung.

Debusweg 6-18, 61462 Königstein - Falkenstein/Ts, Deutschland, c/o Herr Stefan Murfeld

Telefon: +49 (0)6174 90 14 50

Telefax: +49 (0)6174 90 10 12

E-Mail: s.murfeld@asklepios.com

Internet: www.kempinski.com/falkenstein oder www.kempinski.com/villarothschild

- **Ansprechpartner:** Herr Stefan Murfeld
- **Position/Abteilung:** Büro des Gesellschafters, Koordination F.X. Mayr Zentrum Falkenstein

MARTINAS KOLUMNE



Liebe Mitglieder!

Ich möchte Sie daran erinnern, die Teilnahmebestätigungen des GSAAM-Kongresses und des Gröbminger Symposiums an das Sekretariat zu schicken – nur dann können wir die Teilnahme als D-Kurs-Fortbildung bestätigen!

Weiters darf ich Sie auf unsere neue Fax-Nummer aufmerksam machen:
+43(0)512/397125

Auf Bitte von kleinen zertifizierten Zentren, die nur einen Mayrarzt beschäftigen, haben wir die Qualitätsstandards etwas modifiziert. Bitte entnehmen Sie die geänderten Qualitätsstandards für unsere zertifizierten Zentren für Moderne Mayr-Medizin aus dem nachfolgenden Text.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Herbst und verbleibe mit besten Grüßen!

Ihre Martina Pickl

QUALITÄTSSTANDARDS FÜR „ZENTREN FÜR MODERNE MAYR-MEDIZIN“

ÄRZTE:

Der Chefarzt bzw. ärztliche Leiter muss ein diplomierter, zertifizierter Arzt für Moderne Mayr-Medizin sein.

Bei Abwesenheit des Chefarztes bzw. ärztlichen Leiters muss ein anderer zertifizierter Arzt mit Qualitätssiegel für Moderne Mayr-Medizin verfügbar sein.

Die nachgeordneten Ärzte müssen mindestens einen Mayr-Kurs absolviert haben und innerhalb von drei Jahren ab Eintrittsdatum einen weiteren Mayr-Kurs besuchen.

In einem zertifizierten Mayr-Zentrum ist an zwei Tagen pro Woche erlaubt, dass der Mayr-Arzt lediglich telefonische Erreichbarkeit gewährleistet. Die ärztliche Notfallversorgung und die Kommunikation des Mayr-Arztes mit dem Notarzt müssen jederzeit gewährleistet sein.

THERAPIE:

Pro Gast sind mindestens 3 Bauchbehandlungen pro Woche durchzuführen. Diese dürfen nur von einem Arzt durchgeführt werden, der mindestens einen Ausbildungskurs in Diagnostik und Therapie nach F.X. Mayr absolviert hat. Alle therapeutischen Maßnahmen müssen in der Patienten-Kartei dokumentiert werden.

KÜCHE:

Es dürfen keine Diäten und Getränke angeboten werden, die im Widerspruch zur Mayr-Therapie stehen.

Der Küchenchef muss dahingehend geschult sein.

Der Chefarzt ist für die Diätetik der Küche verantwortlich.

INFORMATION:

Es muss eine ausführliche Patienteninformation in Wort und Schrift über die Prinzipien, die Durchführung, die Ausleitung der Mayr-Therapie sowie über das gesunde Leben im Sinne Mayrs im Alltag geboten werden.

ÜBERPRÜFUNG DER KRITERIEN

Alle zertifizierten Mayr-Häuser erklären sich einverstanden, ihren Betrieb in regelmäßigen Abständen auf die Einhaltung der Zertifizierungsrichtlinien von einem, durch den Vorstand der Int. Gesellschaft der Mayr-Ärzte angekündigten Prüfer, überprüfen zu lassen.