

# Erfolge bei Patienten mit Angina pectoris und Herzinfarkt



Meine Arbeit besteht seit einem Jahr vorwiegend in der Archivierung von Dr. Brukers Nachlass. Dazu gehören zahlreiche Manuskripte, Tonkassetten, Notizen, aber auch interessante Literatur von anderen Autoren. So fand ich einen Artikel von Heinrich Herget über den in den 50er Jahren in Baden-Baden praktizierenden Arzt Malten. Er ist interessant und bestätigt die Therapie von Dr. M. O. Bruker (und »neueste« Erkenntnisse). Wir stellen ihn hier in gekürzter Form vor.

»Macht's nach, aber macht's genau nach«, empfahl schon Samuel Hahnemann. Der Weg zur Gesundheit liegt in uns! Wir entscheiden täglich, ob wir ihn gehen wollen ... oder bequem weiterschuldern.

Ilse Gutjahr-Jung

**D**er Arzt Dr. H. Malten behandelte in seiner Kuranstalt und Praxis in Baden-Baden vorwiegend Kranke mit Angina pectoris und Herzinfarkt. Bis 1954 hatte er bereits über 5000 Kranke dieser Art betreut, die alle arzneilich vorbehandelt waren, so dass er über ein ungewöhnlich großes Erfahrungsgut verfügte und das Ergebnis seiner ganzheitlichen Behandlung mit den üblichen Maßnahmen vergleichen konnte.

In seinem Buch »Angina pectoris« (vergriffen) stellte er ein Musterbeispiel ganzheitlicher, lebensordnender und erfolgreicher Behandlung vor. Als Hauptgrundlagen nennt Malten:

1. *Besternährung* – wie der Kranzschlagader mit ihrer Klappengefäßmuskulatur und ihrem Neurovegetativum, wie des Gesamtkörpers – unter völliger Enthaltung von Tabak und Genussgiften, wie Alkohol und Suchtgiften.

Die übliche Ernährung bei Angina pectoris und Herzinfarkt (Fleisch, Fisch, Auszugsmehlgebäck, totgekochtes Obst als gezuckertes Kompott, als Tischgetränk Weiß- oder Rotwein)

entbehrt ganz besonders der Ganzheitsnahrungs-Wirkung, die auch durch Gabe von polyensäurereichen Speiseölen und herzwichtigen Vitaminen B<sub>1</sub> und E in Tabletten keineswegs hergestellt werden kann. *Die beste Nahrung für den Herzmuskel und die Schlagadern wie für das Nervengewebe ist pflanzliche Lebensfrischnahrung als schmackhafte Rohkost.* Der Getreideanteil besteht nur aus Vollkorn, also von Roggen, Weizen, Hafer, Reis hauptsächlich, nach Belieben auch von Hirse, Gerste, Mais. Das Vollkornweiß enthält das Eiweiß des Getreidekeims mit allen essentiellen Aminosäuren, die auch im Grünblatteiweiß der Rohsalate lückenlos enthalten sind. Diese Vollkornnahrungsmittel sind gleichzeitig gehaltreich an den besonders herzwichtigen Vitaminen B<sub>1</sub> und E. Für den bei Angina pectoris häufig bestehenden Bluthochdruck ist diese Nahrung die beste durch das pflanzliche Eiweiß (Huchard, Bienstock u. a.), ferner durch die Salatöle und das Öl im Getreidekeim mit dem Reichtum an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, ferner durch die aderverfettungsbekämpfende Wirkung des besonders in Äpfeln und Möhren hohen Gehalts an Pektinen (Glukuronsäureketten).

Malten bezeichnet die Wirkung von Tiereiweißnahrung wie Fleisch oder Ei auf die Herzkranzgefäße als allergieähnlich; nicht selten konnte er das Auftreten eines stenokardischen Anfalls durch tierereiweißfreie Kost beseitigen, während solche Anfälle sich sofort wieder einstellten, wenn beispielsweise nur eine kleine Menge Tierereiweiß, z. B. ein halbes Ei, gegessen wurde.

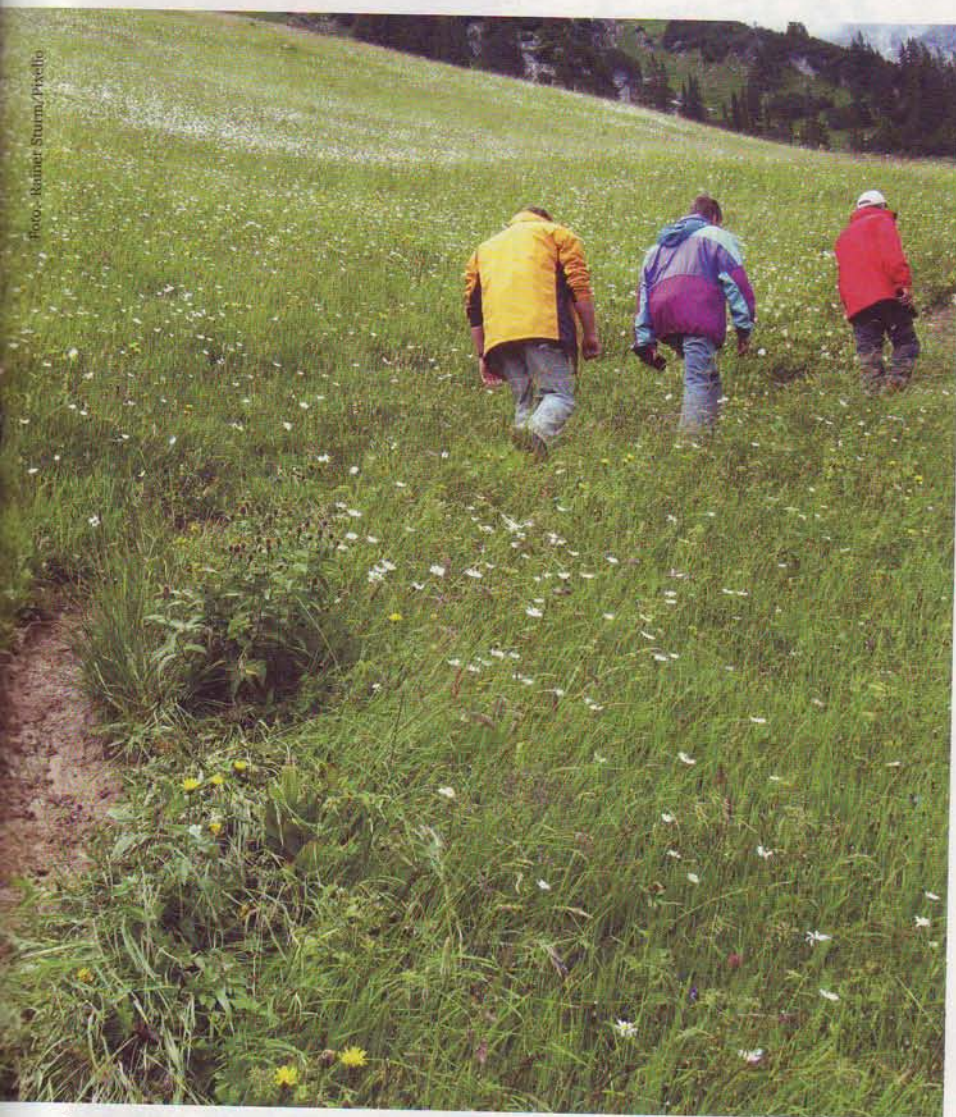
*Als idealste Heilkost bei Angina pectoris erwies sich bei Malten ausschließliche Rohkost, da seine Erfahrungen zeigten, dass damit die besten Heilerfolge erreicht wurden*

2. *Schlagaderymnastik durch schroffe Warm-Kaltreize* in Form von Wechselbrausen, Wechselunterschenkelbädern, kaltem Leibwickel, Wechsel-Herzdurchwärmung durch Gummwärmflasche oder Heizkissen (oder Heublumensack, I. G.-J.) im Wechsel mit kalter Waschung der linken Brustkorbseite, Lichtbehandlung durch Besonnung oder bei Sonnenmangel durch Bogenlampe, Ultra-Vitalux-, Ultra-Violett-Lampe mit Infrarotstrahler; nach Eintritt einer Anwärmung als Begleiterscheinung der Strahlenaufnahme ebenfalls körperteilweise Kaltwasser-Abfrischung.

Ganzheitsbehandlung erfordert bei der thermischen Behandlung der Angina pectoris die Anwendung von Hitze und Kälte im Wechsel. Solche Anwendungen straffen bzw. erweitern die Blutgefäße, verkleinern den Kreislaufwiderstand, beschleunigen die Zell- und Stoffwechselvorgänge.

Das in der Wärme ansteigende Armbad nach Hauffe ist besonders wirkungsvoll für den Beengungsfall, für die Dauerbehandlung zur übenden Blutgefäßgymnastik ist das in der Wärme bis zur erträglichen Hitze ansteigende Unterschenkelbad bis zu den Knien jedoch viel wirkungsstärker. Nach Durchwärmung der Unterschenkel bis zur Wärmesättigungsempfindung folgt Kaltwasserabfrischung der Unterschenkel und des Unterkörpers.

3. *Schlagaderymnastik durch übendes, kurmäßiges ansteigendes Gehen* mit seiner gegenüber der Sitzlebensweise großen Sauerstoffzufuhr, womit u. a.



Bewegung: Nur Schwerstfälle wurden nach Maltens Erfahrung auf ebene Wege beschränkt, für alle anderen erwiesen sich mäßige Steigungen als wirksam. Gebirgswege wurden ausdrücklich verordnet.

der herzungünstigen Blähsucht der Boden entzogen wird (Gastrokardialer Symptomenkomplex Römheld, Kolo-kardialer Symptomenkomplex Baumgärtel).

Gehübungen erfolgen bei Ganzheitsbehandlung von Beginn der Behandlung an; bei Anstrengungsangina zunächst auf kurzen Wegen von zwanzig Minuten, zuerst eben, dann mit kleinen Steigerungen. Die Mehrzahl von Maltens Patienten erreichte rasch tägliche Wanderungen von 8–12 km, viele das Doppelte und mehr. Nur Schwerstfälle wurden nach Maltens Erfahrung auf ebene Wege beschränkt, für alle anderen erwiesen sich mäßige Steigungen als wirksam. Gebirgswege wurden ausdrücklich verordnet.

Eine Höchstleistung erreichte ein Patient, der wegen Angina pectoris bei Bewegung (!) vor der Ruhestandsver-

setzung stand, nach zweijähriger Dauerbehandlung, wo er an einem Tag 70 km mit 1000 m Höhenunterschied zurücklegte.

Malten hat in den vielen Jahren seiner Erfahrungen keinen einzigen Patienten auf den täglichen Wanderungen von durchschnittlich 8–12 km verloren, kein einziger musste etwa wegen Beschwerden unterwegs aufgelesen und nach Hause gefahren werden!

Durch die hohe Zahl der von Malten in seiner Kuranstalt mit weit überdurchschnittlichem Erfolg behandelten Fälle von Angina pectoris ist ein Beispiel gegeben, wie durch Ganzheitsbehandlung die bis jetzt allorts ansteigende Sterblichkeit an Angina pectoris gesenkt werden könnte.



Foto: Portt

Der SPIEGEL-Redakteur Jörg Blech schreibt in seinem Buch »Heilen mit Bewegung« (Fischer-Verlag 2007): »Körperliche Aktivität normalisiert nicht nur die biochemischen Kreisläufe, sondern lässt in Organen und Geweben neue Zellen und neue Blutgefäße heranwachsen. Herz-krankte Menschen verbesserten durch ein Acht-Wochen-Training nicht nur die Pumpkraft, sondern züchteten sich dadurch offenbar neue Blutgefäße heran. Diese so genannten Kollateralen fördern womöglich die Ausbildung neuer Umgehungs-kreisläufe. Das könnte bedeuten: Durch maßvollen Ausdauersport legt man sich selbst By-pässe.

Die Entstehung solcher Umgehungs-kreisläufe wurde traditionell darauf zurückgeführt, dass zuvor unbenutzte Nebenäste der Gefäße auf einmal in Dienst genommen werden oder dass Gefäße von außen in die nicht mehr durchbluteten (ischämischen) Winkel des Herzens hineinwachsen. Doch nun kommt ein weiterer Faktor hinzu. Stammzellen, die aus dem Knochenmark freigesetzt werden, haben offensichtlich das Potenzial, gezielt in ischämische Regionen einzuwandern und dort völlig neue Blutgefäße zu bilden. Dazu teilen sie sich an Ort und Stelle und werden dann zu Endothelzellen.«

Untersuchungen am Herzzentrum der Universität Leipzig haben dies bestätigt. »Insgesamt dauerte das Programm einen Monat. Fünfmal in der Woche galt es jeweils sechs Geh-Einheiten pro Tag bis zur Schmerzgrenze zu bewältigen. Die Wanderkur bewirkte Wunderliches in den so malträtierten Körpern. Die Zahl der Stammzellen im Blut dreifachte sich. Mehr noch: Diese zellulären Alleskönner hatten sich offenbar bereits darangemacht, das kaputte Gefäßsystem zu erneuern!