

# Inhalt

## Leben mit KPU – Kryptopyrrolurie

<b>Vorwort</b> .....	<b>5</b>
<b>Vorwort zur 6. Auflage</b> .....	<b>7</b>
<b>Basics</b> .....	<b>15</b>
<b>KPU oder HPU?</b> .....	<b>16</b>
Was ist der Unterschied? .....	16
<b>Das Wichtigste auf einen Blick</b> .....	<b>17</b>
Was bedeutet KPU, was bedeutet HPU? .....	17
Woher kommt das Pyrrol?.....	17
Was passiert bei der Ausscheidung über die Nieren?.....	17
Wie häufig kommt diese Krankheit vor? .....	18
Ist diese Krankheit erblich? .....	18
Ist diese Krankheit ansteckend?.....	18
Wie wird KPU im Labor festgestellt? .....	18
Welche Symptome sprechen für KPU?.....	18
Ist KPU heilbar? .....	21
Beispielhafte Krankheitsverläufe .....	22
<b>Tipps zum Leben mit KPU</b> .....	<b>26</b>
Wer soll mich ärztlich betreuen? .....	27
Was ist wichtig beim Arztbesuch? .....	27
Soll ich weitere Behandlungen mit anderen Medikamenten durchführen lassen? .....	27
Darf ich Sport treiben oder in die Sauna gehen?.....	27
Darf ich mich sonnen?.....	28
Physiotherapie. Welche Anwendungen sind hilfreich? .....	28
Familie und Partnerschaft .....	29
Krankschreibung, Behinderung, Berentung .....	30
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>31</b>

<b>Symptome und Diagnostik</b> .....	<b>33</b>
<b>Symptome und Ursachen</b> .....	<b>34</b>
KPU, nitrosativer Stress und Mitochondropathie .....	35
Wie lassen sich die Beschwerden erklären? .....	36
<b>Untersuchungsmethoden</b> .....	<b>43</b>
Basisuntersuchung .....	43
Zusatzuntersuchungen .....	44
<b>Angeboren oder erworben?</b> .....	<b>52</b>
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>55</b>
<b>Einfluss von KPU auf andere Erkrankungen und Beschwerden</b> .....	<b>57</b>
<b>KPU und Schilddrüsenerkrankungen</b> .....	<b>58</b>
Vorkommen und Häufigkeit .....	58
Wie wird eine Hashimoto-Thyreoiditis festgestellt? .....	59
Welche Beschwerden können auftreten? .....	60
Wie kommt es zur Schädigung der Schilddrüse? .....	64
<b>KPU und Histamin</b> .....	<b>68</b>
Was sind biogene Amine? .....	68
Funktionen von Histamin .....	68
Histaminspiegel bei KPU .....	69
<b>KPU und Gluten</b> .....	<b>73</b>
Was ist Gluten? .....	73
Diagnosestellung .....	74
Sind Antikörperbestimmungen ein Ersatz für die Biopsie? .....	74
Therapie .....	76
KPU und latente Zöliakie .....	76
<b>KPU und der Zuckerstoffwechsel</b> .....	<b>77</b>
Fructoseunverträglichkeit .....	77

KPU und Probleme mit dem Blutzucker .....	83
<b>KPU und Proteine in der Nahrung.....</b>	<b>85</b>
<b>KPU und Progesteron.....</b>	<b>86</b>
Progesteron.....	86
Wechseljahre (Menopause) .....	89
Bedeutung für KPU-Patientinnen .....	90
<b>KPU und die Nebennieren.....</b>	<b>91</b>
Kortisol .....	92
Mögliche Auslöser einer Nebennierenschwäche.....	93
Welche Labortests sind geeignet?.....	94
Symptome der Nebennierenschwäche.....	94
Wie kann eine Nebennierenschwäche wieder rückgängig gemacht werden? .....	95
<b>KPU und Medikamentenunverträglichkeit .....</b>	<b>96</b>
<b>KPU und Muskel- und Gelenkschmerzen .....</b>	<b>97</b>
<b>KPU und Psyche .....</b>	<b>99</b>
Wie lassen sich psychische Erkrankungen erklären?.....	101
KPU und das Schriftbild.....	103
<b>Kinder mit KPU.....</b>	<b>105</b>
Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS)/Aufmerksam- keitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom (ADHS) .....	107
Serotonin .....	108
<b>KPU und die auditive Wahrnehmungsstörung .....</b>	<b>109</b>
<b>KPU, der Schlaf und die Rolle des Serotonins .....</b>	<b>111</b>
Rolle des Melatonins als Auslöser des Schlafes.....	113
<b>KPU und Elektrosmog.....</b>	<b>114</b>
<b>Zusammenfassung .....</b>	<b>116</b>

<b>Ernährung, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente .....</b>	<b>119</b>
<b>Gewichtsprobleme bei KPU .....</b>	<b>120</b>
Ursachen der Gewichtszunahme .....	120
Ernährung .....	121
<b>KPU und Vitamin D .....</b>	<b>123</b>
Klassische Wirkungen von Vitamin D .....	124
Neu entdeckte Wirkungen von Vitamin D .....	124
Wie viel Vitamin D brauchen wir? .....	125
Welche Lebensmittel enthalten Vitamin D? .....	125
Wie sieht die Versorgung mit Vitamin D aus? .....	125
Hat sich die Versorgungssituation geändert? .....	126
Was sind die Folgen des Vitamin-D-Mangels? .....	126
Vitamin D und KPU .....	127
<b>Vitamin K2, Partner des Vitamin D .....</b>	<b>128</b>
Wieviel Vitamin K2 brauchen wir? .....	130
<b>KPU und Zink .....</b>	<b>131</b>
Kann die Zinkaufnahme verbessert werden? .....	131
Versorgung mit Zink .....	133
Interaktionen .....	133
Einnahmeempfehlungen .....	134
<b>KPU und Eisen .....</b>	<b>135</b>
Eisenaufnahme und Verteilung .....	135
<b>KPU, Mangan und die Superoxiddismutase .....</b>	<b>138</b>
Welche Funktionen erfüllt Mangan im Körper? .....	138
Superoxiddismutasen .....	139
<b>Zusammenfassung .....</b>	<b>141</b>

<b>Therapie und Ausleitung</b> .....	<b>143</b>
<b>Therapie</b> .....	<b>144</b>
Ausgleich des Mikronährstoffdefizits an Vitamin B6, Zink und Mangan .....	145
Behandlung der Folgeerkrankungen .....	147
Behandlung der Mitochondropathie .....	158
<b>Entgiftung und Ausleitung</b> .....	<b>159</b>
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>163</b>
<b>Anhang</b> .....	<b>165</b>
<b>Tabellen (Fruktose, Histamin, Vitamin B6, Zink, Mangan)</b> .....	<b>166</b>
Fruktose .....	166
Histamin .....	167
Vitamin B6 .....	169
Zink.....	170
Mangan.....	172
<b>Kryptopyrrol und Porphyrin</b> .....	<b>173</b>
Was sind Porphyrin?.....	173
Was sind die Hauptbeschwerden bei Porphyrin?.....	174
Einteilung der Porphyrin.....	174
Ist Kryptopyrrolurie eine Porphyrin?.....	176
Wo liegt der Unterschied zur Porphyrin?.....	177
<b>Weitere Informationen</b> .....	<b>178</b>
Bücher zum Thema .....	178
Websites .....	179
Labors zur Bestimmung von Kryptopyrrol oder Hämopyrrolaktam .....	179
Bezug von Mikronährstoffen.....	179
<b>Nachwort</b> .....	<b>181</b>
<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	<b>183</b>