

Die Kryptopyrrolurie – häufige Ursache für Depressionen u.a. psychiatrische Erkrankungen

Kyra Hoffmann · Montag den 20. Oktober 2014



Leiden Sie an einen oder mehreren der folgenden Symptome:

1. Schlafstörungen
2. Stimmungsschwankungen
3. Erschöpfung/starke Müdigkeit
4. Antriebslosigkeit/Rückzug
5. Konzentrationsstörungen
6. Fehlende, regelmäßige Traumerinnerung
7. Schilddrüsenstörungen (z.B. Hashimoto Thyreoiditis)
8. Zunehmende Vergesslichkeit
9. ADHS/ADS
10. Ängste/Panikzustände

Wenn Sie bei einem oder mehreren der oben genannten Punkte zustimmen, empfehlen wir Ihnen weiter zu lesen.

All diese Symptome können auf eine häufige, aber unbekannte Stoffwechselstörung zurückzuführen sein, deren Namen Sie oder auch Ihr Therapeut noch nie gehört haben: Kryptopyrrolurie, kurz KPU genannt.

Das Wissen um die KPU ist nicht neu, wir holen es sozusagen aus der Versenkung, wo sie seit den 1960er-Jahren ein trauriges Schattendasein fristet. Traurig vor allem deswegen, weil wir nach unseren journalistischen Recherchen und unseren Erfahrungen als Therapeuten in der Praxis der Auffassung sind, dass dieses Wissen (und eine mögliche umfassende Behandlung) vielen Betroffenen zuteil werden sollte.

Wir begeben uns zunächst zu den Anfängen der Orthomolekularen Psychiatrie, einer Fachrichtung der Orthomolekularen Medizin, die u.a. auf den Nobelpreisträger Linus Pauling („Vitamin C-Hochdosistherapie“), zurückgeht.



Erkenntnisse der Orthomolekularen Psychiatrie hierzulande nicht beachtet!

Die Begründer der Orthomolekularen Psychiatrie waren drei engagierte Ärzte, namens Carl C. Pfeiffer, Abram Hoffer und Humphrey Osmond. Sie hatten sich zum Ziel gesetzt, psychisch Erkrankten – zu Beginn insbesondere Schizophrenen – eine nicht-toxische, wirksame Therapie anzubieten. Erste Erfolge konnten sie bereits durch die Hochdosistherapie mit Vitamin B3 (Niazin) verzeichnen. Die Behandlung der „Orthomolekularen Medizin“ war geboren. Angespornt durch diese neuen Errungenschaften, fühlten sich auch andere Wissenschaftler inspiriert. So gelang es Ende der 1960er Jahre Irvin eine bis dato unbekannte Substanz bei Patienten mit Psychosen im Urin zu entdecken. Es handelte sich um 2,4 Dimethyl-3-Äthylpyrrol. Es handelt sich dabei um eine Verbindung aus Pyrrolen gebunden an Mangan, Zink und Vitamin B6.

About 30% of Schizophrenics have Pyrroluria, and 11% of normal persons have it as well“
Dr. Carl. C. Pfeiffer

Mit anderen Worten: Patienten die von einer KPU betroffen sind, verlieren UNBEMERKT über den Urin wichtige, essentielle Mikronährstoffe. Dieser Verlust kann zwangsläufig irgendwann zu Symptomen und später manifesten Krankheiten, wie einer Depression, führen.

Um die Bedeutung dieser chemischen Verbindung zu verstehen, müssen wir kurz auf die einzelnen Bestandteile eingehen:

1. **Pyrrole** sind Abbauprodukte des Häm-Moleküls, welche in den Mitochondrien gebildet werden. Häm ist z.B. Bestandteil des roten Blutfarbstoffes Hämoglobin, aber auch vieler anderer Enzyme, wie der Leberentgiftungsenzyme Cytochrom P450 (Phase 1 Leberentgiftung). Bei Gesunden kommen keine größeren Mengen an Pyrrolen im Urin vor.
2. **Zink** ist ein Spurenelement, das an über 300 Enzymen und damit an vielen Stoffwechselfvorgängen beteiligt ist. Vor allem ist es am Aufbau sämtlicher Hormone und Neurotransmitter beteiligt.
3. **Vitamin B6** ist ein Vitamin, das an über 100 enzymatischen Reaktionen beteiligt ist. Ohne Vitamin B6 läuft die Neurotransmitter und Hormon-Biosynthese nicht physiologisch. Es kommt zu Mängeln z.B. bei der Produktion von Stress- und Glückshormonen, wie Serotonin, Adrenalin, Noradrenalin, Cortisol, Dopamin. Klinisch zeigen sich Hormon- und Neurotransmittermängel mit den Symptomen einer Depression oder zumindest einer depressiven Verstimmung. Ohne Vitamin B6 läuft auch die Energiegewinnung in den Zellkraftwerken unzureichend.

4. **Mangan** ist wie Zink ein Spurenelement, das an der Energiegewinnung in den Zellkraftwerken (Mitochondrien) beteiligt ist. Daneben ist Mangan Bestandteil der Knochen- und Knorpelzellen, sowie reguliert durch Mitwirkung an der Bildung von Insulin den Blutzuckerspiegel.

Zink, Mangan und Vitamin B6 haben etwas gemeinsam: alle drei sind essentiell für die Neurotransmitter- und Hormonsynthese mitverantwortlich. Des weiteren wirken sie mit an der Energieproduktion in den Mitochondrien (Zellkraftwerken). Die häufigsten Symptome bei einem Mangel sind daher Müdigkeit, Erschöpfung, Hirnleistungsstörungen, Angstzustände sowie depressive Phasen.

Neben dem Mangel an den genannten Mikronährstoffen kommt es zudem häufig zu einem erhöhten Bedarf an Vitamin D3. Die meisten Menschen heutzutage sind mit diesem Vitamin-Hormon ohnehin häufig zu gering versorgt. Dies resultiert aus unserem veränderten Umgang mit der Sonne. Vitamin D wird in erster Linie in der Haut durch den direkten Kontakt mit den UV-B-Strahlen der Sonne gebildet. Die Aufnahme von Vitamin D aus Nahrungsquellen (Lebertran, Seefisch, Milch) ist zu gering. Wir halten uns sommers wie winters zu wenig unbedeckt und ungeschützt (Sonnencremes reduzieren die Vitamin D-Bildung der Haut erheblich) in der Sonne auf, um ausreichende Vitamin D-Spiegel zu bilden. Studien belegen zudem, dass sich ein Mangel an Vitamin D auch negativ auf die Stimmung und dem eigentlichen Befinden auswirken kann. So haben Menschen, die mit einem chronischen Mangel dieses Vitamins leben, oft mit Depressionen zu kämpfen. Bei Menschen mit Kryptopyrrolurie scheint der Bedarf auch höher zu sein. Daher ist eine regelmäßige Kontrolle des Vitamin D-Spiegels (25 OH) notwendig.

Wichtig: Die Kryptopyrrol-Ausscheidung wird von Stress getriggert, das heißt je mehr ein Mensch (mit KPU) Stress erlebt, desto höher die Mikronährstoffverluste. Wir meinen hier jede Form von Stress die einen Menschen bewegen kann, zellulär, psychisch und physisch. Dies kann mit erklären, warum viele Menschen gerade nach einer extrem stressreichen Phase (z.B. nach einer Schwangerschaft, Geburt, Jobwechsel, Umzug, etc.) zu einer psychischen Erkrankung gelangen können.

Einfache Diagnostik zur sicheren Feststellung einer KPU

Die Diagnostik für eine KPU ist sowohl einfach als auch kostengünstig.

Der Nachweis erfolgt über eine Probe des ersten Morgenurins. Hierfür gibt es spezielle Testsets (z.B. Labor Biovis Limburg). Eine Urinausscheidung von Kryptopyrrolen von höher als 5 zeigt eine Kryptopyrrolurie an (Hinweis: andere Labore haben zum Teil andere Testverfahren und daher andere Referenzbereiche). Wir unterteilen die Diagnostik in drei mögliche Befunde.

1. Keine KPU = das Testergebnis liegt unter 4 (bei diesen Werten kann man eine KPU ausschließen).
2. Grauzone KPU= das Testergebnis liegt zwischen 4-5,5 (wir sprechen von einer Grauzone, da die KPU stressabhängig ist. Hat der Betroffene eine ruhige Phase und diesen Wert, kann er in einer stressreichen höher steigen. Die Therapie macht bei solchen Werten sicherlich u.M.n. Sinn).
3. Bestätigte KPU= das Testergebnis liegt höher als 6 und weit drüber (bei solchen Werten ist eine KPU sicher. In unseren Praxen haben wir teilweise Werte von 20 und noch höher).

Zur weiteren Diagnostik empfehlen wir bestimmte Parameter im Vollblut zu messen, das sind Mangan, Zink, Vitamin B6 und Vitamin D.

Heute wissen wir, dass es zwei Formen der Kryptopyrrolurie geben muss. Zum einen die genetisch-determinierte Form, die familiär gehäuft auftritt (wobei bis heute der genetische Code nicht entschlüsselt ist).

Wir haben ihr den Namen der „primären Kryptopyrrolurie“ gegeben. Hier wäre zum Beispiel eine positive Familienanamnese in Bezug auf psychische Erkrankungen ein entscheidender Hinweis („meine Mutter und meine Großmutter waren auch depressiv“).

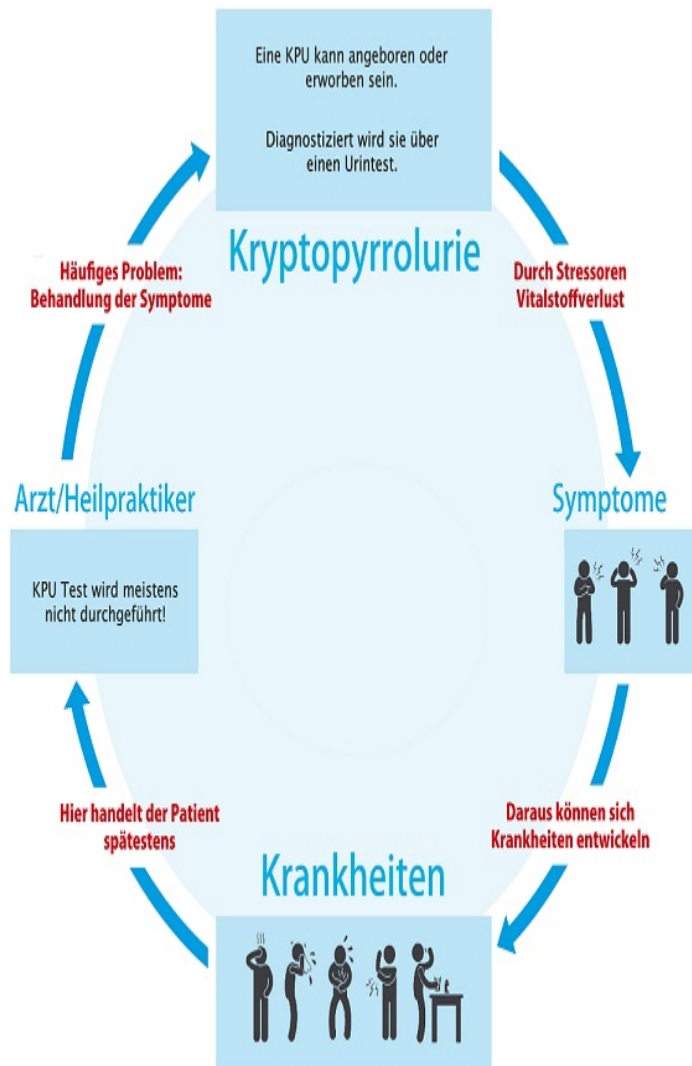


Bild: KPU-Kreislauf nach Hoffmann/Kauffmann

Seit den Forschungen und Veröffentlichungen von Dr. Bodo Kuklinski („Das HWS-Syndrom“) wissen wir, dass es daneben eine erworbene Form der KPU gibt. Diese Form nennen wir die „sekundäre Kryptopyrrolurie“. Sie kann durch eine erworbene Störung der Mitochondrienfunktion entstehen. Diese kleinen Zellorganellen sind durch ihre freiliegende eigene mitochondriale DNA leider sehr störanfällig, so dass z.B. chemische Gifte, Mikronährstoffmängel, Schwermetalle und viele andere Ursachen eine Schädigung der Mitochondrienfunktion auslösen können. So zählen oxidativer und nitrosativer Stress zu den gefürchtesten Auslöser. In Folge dieser Schädigung kann es zu einer Störung der Hämsynthese und damit zu einer Kryptopyrrolurie kommen.

Ein chronischer Mangel des Organismus an Zink, Vitamin B6, Mangan und Vitamin D3 kann immer zu Symptomen führen. Vor allem zu Symptomen, die das zentrale Nervensystem betreffen, wie Konzentrationsstörungen, Müdigkeit (Leitsymptom!), Erschöpfung, Traurigkeit, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen, Störungen des Kurzzeitgedächtnisses und weitere.

Patienten, die diese Symptome in Anamnesegespräche schildern bzw. äußern, bekommen häufig

einfach die Diagnose „endogene Depression“.

Daneben spielen diese Mikronährstoffe auch in anderen Organsystemen eine große Rolle. Neben den bereits geschilderten Symptomen, haben Patienten mit Kryptopyrrolurie häufig auch Schilddrüsenstörungen, Reizdarmprobleme, Allergien und Erkrankungen des Bewegungsapparates (Osteoporose/Osteopenie, Arthrose, Fibromyalgie).

Die Therapie der Kryptopyrrolurie – Ursachenbekämpfung bei psychischen Störungen

For every drug that benefits a patient, there is a natural substance that can achieve the same effect. Dr. Carl C. Pfeiffer

Wir behandeln Patienten mit psychischen Störungen, bei denen eine Kryptopyrrolurie nachgewiesen wurde, nach dem bewährten 4-E-Konzept:

Die 4-E's bestehen aus folgenden Therapiebausteinen:

1) Ernährung

Menschen mit KPU haben oftmals diverse Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln, am häufigsten sind Gluten, Hühnereiweiß und Kuhmilcheiweiß. Unserer Erfahrung nach, wird eine kohlenhydratreduzierte, biologische, schadstoffarme Kost gut vertragen und bringt häufig positive Verbesserungen, z.B. LOGI@-Kost.

2) Ergänzung fehlender Mikronährstoffe

Die fehlenden Mikronährstoffe inkl. Vitamin D3 müssen durch orale Präparate oder geeignete Infusionen (z.B. KPU-Infusion der Viktoria Apotheke – Saarbrücken) aufgefüllt werden.

Hinweis: Entgegen häufiger Behauptungen ist es nicht notwendig, die coenzymatisch aktive Form von Vitamin B6 also Pyridoxal-5-Phosphat zu verabreichen. Die normale, einfache Form Pyridoxin reicht vollkommen aus und wurde bereits von Pfeiffer und Kollegen erfolgreich eingesetzt. Die scheinbare bessere Verwertung von P5P ist ein reines verkaufsförderndes Argument, hat aber keinen medizinischen Nutzen.

3) Entgiftung

Menschen die von einer KPU betroffen sind, fallen auch dadurch auf, dass sie berichten, Medikamente, Alkohol, Narkosemittel etc. schlecht zu vertragen. Nicht selten sind sie sogenannte Non-Responder, das heisst Medikamente können sich in ihrer Wirkung nicht entfalten. Das ist bei Menschen mit psychischen Störungen besonders tragisch, wenn gerade in akuten Phasen keine Psychopharmaka die Symptome lindern können.

Der Wirkmechanismus bestimmter Stoffe ist oftmals am Leberstoffwechsel gebunden. Bei KPU-lern funktioniert die Leberphase 1 vermutlich durch fehlende Enzymaktivität nur eingeschränkt. Die Leberenzyme der Phase 1 sind von einer physiologischen Häm-Aufbau abhängig.

Zur Stärkung der Leber empfehlen wir daher regelmäßig zu entgiften, vor allem auch prophylaktisch Alltagsgifte wie bestimmte Kosmetika, Hygieneartikel oder Produkte aus konventioneller Landwirtschaft möglichst zu meiden.

Ein besonders wichtiger Aspekt ist die Ausleitung toxischer Metalle mittels geeigneter Therapieverfahren, wie Chelat-Therapie.

4) Entstressung

Ein entscheidender Meilenstein auf dem Weg zu Gesundheit ist der Stressabbau. Bereits Pfeiffer konnte feststellen, dass Stress eine KPU erst richtig auslösen kann. Dies gilt allerdings nur bei Menschen mit der Veranlagung zu einer KPU. Daher ist eine kontinuierliche Arbeit zum Stressabbau so wichtig. Diese kann individuell ganz unterschiedlich erfolgen. Der Eine benötigt den Rückzug in die Natur, der andere baut Stress durch Kampfsport ab und der nächste entspannt einfach durch Yoga. All diese Wege können zum Ziel führen. Auch psychotherapeutische Verfahren (Kunsttherapie, Verhaltenstherapie, Gestalttherapie) sind eine Methode, um seinen persönlichen Stresslevel zu senken.

Zusammenfassung



Bild: Das 4-E-Programm zur Therapie der Kryptopyrrolurie

Die Kryptopyrrolurie, sei sie nun primär bedingt oder sekundär erworben, ist eine Stoffwechselstörung, die NICHT nur durch einen reinen Mikronährstoffverlust gekennzeichnet ist, sondern vielmehr durch Störungen diverser Regelsysteme im gesamten Organismus. Die Therapie ist häufig langwierig, da es dauert, bis alle Regelsysteme wieder in Harmonie arbeiten. Aber die „Belohnung“ ist eine Rückkehr zur Gesundheit, die (häufig) von Dauer ist.



Dieser Artikel wurde verfasst von **Kyra Hoffmann**

- Führt eine naturheilkundliche Praxis in Hofheim bei Frankfurt am Main
- Therapieschwerpunkt auf der Diagnostik/Therapie der Kryptopyrrolurie und damit in Zusammenhang stehenden Erkrankungen
- Referentin der Akademie für Cellsymbiosistherapie (R) nach Dr. med. Heinrich Kremer
- Fachartikel-Autorin in diversen Zeitschriften
- Co-Autorin des Buches „Der Burnout-Irrtum“
- Autorin des Buches „KPU-Ratgeber für Betroffene und Therapeuten“ (2014)
- Gemeinsam mit HP Sascha Kauffmann Betreiberin des Informationsportals www.kpu-online.de.

[Share](#)[Tweet](#)[Share](#)[Share](#)

» [Homepage](#) | [Kyra Hoffmann](#)



Dieser Artikel wurde verfasst von **Sascha Kauffmann**

- Führt als Heilpraktiker eine naturheilkundliche Praxis in Düsseldorf
- Therapieschwerpunkt auf Diagnostik/Therapie von Stoffwechselstörungen (insb. KPU)
- Fachartikel-Autor in diversen Zeitschriften
- Autor des Buches „KPU-Ratgeber für Betroffene und Therapeuten“ (2014)
- Gemeinsam mit HP Kyra Hoffmann Betreiber des Informationsportals www.kpu-online.de.

[Share](#)[Tweet](#)[Share](#)[Share](#)

» [Homepage](#) | [Sascha Kauffmann](#)