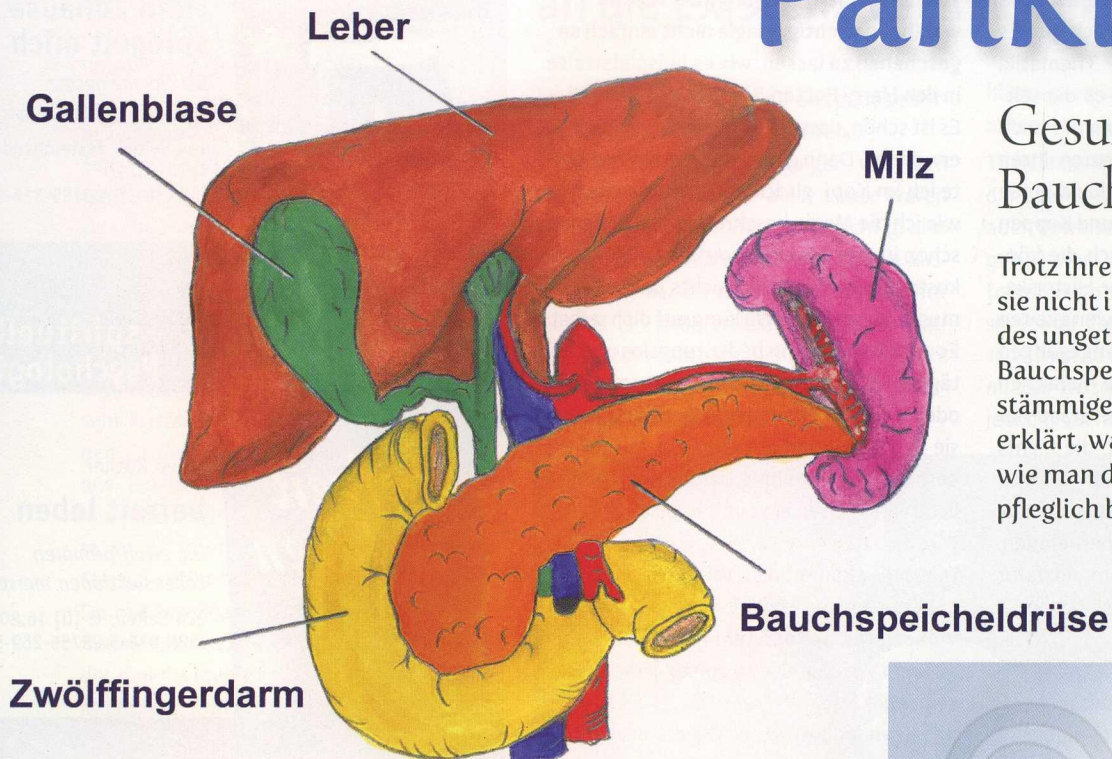


# Sorgenkind Pankreas



## Gesundtipps für die Bauchspeicheldrüse

Trotz ihrer Hufeisen-Form ist sie nicht immer eine Quelle des ungetrübten Glücks: die Bauchspeicheldrüse. Der russischstämmige Heiler Vadim Tschenze erklärt, was sie anfällig macht und wie man dieses wichtige Organ pfleglich behandelt.

Der Mensch kann uralt werden! Eine gesunde Lebensführung macht es möglich. Wir haben großen Spielraum, unser Wohlergehen durch Bewegung, bewusste Ernährung und Kräuter zu beeinflussen und innere Balance und Wohlgefühl zu erreichen. Viele Menschen leiden an Blähungen, Durchfall, Gewichtsverlust, sehr oft verbunden mit Bauchschmerzen. Die Betroffenen denken sich dabei nichts Besonderes. Das kann jedoch sehr gefährlich werden, denn es geht dabei oft um die Bauchspeicheldrüse.

### Zentrale Verdauungsdrüse

Die Bauchspeicheldrüse, in der medizinischen Fachsprache *Pankreas* (*pan* = alles, *kreas* = Fleisch) genannt, ist fast jedem ein Begriff. In der heutigen stressigen Zeit sind immer mehr Menschen von Störungen der Bauchspeicheldrüse betroffen. Dieses Organ wurde bereits um 300 v. Chr. schriftlich erwähnt und wird bis heute in Chirurgie und Endokrinologie erforscht, und dennoch gibt es uns immer noch Rätsel auf. Die genauen Ursachen für die Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse

sind nach wie vor unbekannt. In den letzten Jahren hat es jedoch große Fortschritte in der medizinischen Grundlagenforschung gegeben.

Das Pankreas ist eine unserer wichtigsten Drüsen. Sie liegt quer im Oberbauch und ist 15 bis 18 cm lang. Die Bauchspeicheldrüse befindet sich hinter dem Bauchfell, zwischen Magen, Milz und Leber und steht in einer Beziehung zum Zwölffingerdarm (lat. Duodenum). Topografisch gesehen liegt sie genau in Zentrum unseres Körpers. Sie hat eine interessante Form, nämlich die eines Hufeisens – das uns oft jedoch wenig Glück bringt.

Die Bauchspeicheldrüse ist die wichtigste Verdauungsdrüse: Sie produziert täglich bis zu 1,5 Liter Sekret, das reich an lebenswichtigen Verdauungsenzymen ist. Die Enzyme machen Fett, Kohlenhydrate und Eiweiß für den Organismus erst richtig verwertbar. Neben ihrer Arbeit für die Verdauung stellt die Bauchspeicheldrüse die Hormone Insulin und Glukagon her, die den Zuckerhaushalt regeln. Wenn diese Funktion gestört ist, dann führt das zum Beispiel zu Diabetes.



Es gibt einige schwere Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse, wie Bauchspeicheldrüsenkrebs, genetisch bedingte Funktionsstörungen (Mukoviszidose = cystische Fibrose) und Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit). Diabetes ist eine der schlimmsten Erkrankungen des Pankreas. Durch ein Zusammenspiel von genetischen Faktoren sowie Umwelteinflüssen und einer Überreaktion des Immunsystems werden im Laufe der Erkrankung sämtliche Insulin bildende Zellen zerstört.

### Anfällig für Entzündungen

Zu den häufigsten Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse gehören Entzündungen (Pankreatitis). Wie kommt es dazu? Eine Entzündung wird meistens durch den Konsum von viel Alkohol und Zigaretten verursacht. Aufgrund unterschiedlicher Toleranzgrenzen für Alkohol gibt