

Wie wir Ihre Befunde verstehen – eine Erklärung für Patientinnen und Patienten

Warum untersuchen wir so viele unterschiedliche Bereiche?

Viele Beschwerden lassen sich heute nicht mehr einem einzelnen Organ zuordnen. Stattdessen reagieren mehrere Körpersysteme gleichzeitig – oft über längere Zeit.

Unser Ziel ist es daher, nicht nur einzelne Symptome, sondern das gesamte Regulationssystem Ihres Körpers zu verstehen.

Kurz gesagt: Wir schauen nicht nur wo etwas auffällig ist, sondern warum Ihr Körper aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Was bedeutet „multisystemische Erkrankung“?

Eine multisystemische Erkrankung bedeutet, dass:

- mehrere Systeme gleichzeitig beteiligt sind
- diese sich gegenseitig beeinflussen
- Beschwerden dadurch wechselnd, vielschichtig oder schwer greifbar werden

Typischerweise können betroffen sein:

- das Immunsystem
- das Hormonsystem
- der Stoffwechsel
- das Gerinnungs- und Gefäßsystem
- das vegetative Nervensystem

Wichtig: Das bedeutet nicht automatisch eine schwere oder gefährliche Erkrankung, sondern eine komplexe Regulationsstörung, die man nur versteht, wenn man sie als Ganzes betrachtet.

Unser übergeordnetes Ziel

Unser diagnostisches und therapeutisches Vorgehen folgt immer derselben Grundidee:

Wir suchen nach Auslösern („Triggern“) und Belastungsfaktoren, die das System aus der Balance gebracht haben, um diese gezielt zu reduzieren und dem Körper wieder Stabilität zu ermöglichen.

Konkret bedeutet das:

- Trigger erkennen
- Trigger meiden oder reduzieren
- überaktive Systeme beruhigen
- Regulationsfähigkeit wieder herstellen

Warum spielt die Mastzelle dabei eine so wichtige Rolle?

Die Mastzelle ist eine Schlüsselzelle der Systemregulation, sie reagiert sensibel auf:

- Entzündungen
- Stress
- Infekte
- Nahrungsmittel
- hormonelle Veränderungen

Wenn Mastzellen dauerhaft oder wiederholt aktiviert sind, können sie:

- Entzündungsprozesse aufrechterhalten
- Gefäße und Nerven beeinflussen
- Energieverbrauch erhöhen
- Symptome in vielen Organsystemen verursachen

Kurz gesagt: Wir versuchen, das „Dauerfeuer“ im System zu dämpfen, damit sich der Körper wieder beruhigen kann.

Warum untersuchen wir das Immunsystem?

Das Immunsystem zeigt uns:

- ob ein entzündliches Milieu besteht
- ob es Hinweise auf Immunüberreaktion oder -erschöpfung gibt
- ob Mastzellen Teil dieses Geschehens sind

Dabei geht es nicht nur um akute Entzündungen, sondern auch um:

- unterschwellige („stille“) Entzündung
- chronische Aktivierung
- Fehlregulation nach Infekten oder Belastungen

Ziel: Erkennen, ob Ihr Körper dauerhaft „auf Alarm“ steht – auch wenn klassische Entzündungswerte normal sind.



Zentrum für Präzisionsmedizin
und systemische Erkrankungen

CBT Bonn MVZ GmbH  Zweigpraxis ZPSE
Kapuzinerstraße 11  53111 Bonn

T +49 228 7639 7600  F +49 228 7639 7699

zpse@cbtmed.de  www.cbtmed.de/zpse



Wie wir Ihre Befunde verstehen – eine Erklärung für Patientinnen und Patienten

Warum untersuchen wir die Gerinnung und Gefäßregulation?

Gerinnung ist mehr als „Blutgerinnung“.

Sie ist eng verbunden mit:

- Entzündung
- Gefäßfunktion
- Sauerstoffversorgung
- Energieverteilung im Körper

Bei multisystemischen Erkrankungen sehen wir häufig:

- eine funktionelle Gerinnungsaktivierung
- eine endotheliale (Gefäß-)Reizung
- eine Kopplung von Entzündung und Gerinnung

Kurz gesagt: Wir prüfen, ob Ihr Körper im Hintergrund in einem „Dauerstressmodus“ für Gefäße und Mikrozirkulation läuft – was Müdigkeit, Schmerzen oder Belastungsintoleranz erklären kann.

Warum schauen wir auf den Stoffwechsel und die Energieebene?

Viele Symptome entstehen, wenn:

- Energie nicht effizient bereitgestellt wird
- Mitochondrien (Energiezentren der Zellen) unter Stress stehen
- Entzündung und Mastzellaktivität den Energieverbrauch erhöhen

Deshalb betrachten wir:

- Eisen- und Vitaminhaushalt
- hormonelle Einflüsse
- entzündungsbedingte Stoffwechselveränderungen

Ziel: Die Voraussetzungen schaffen, damit sich Energiespeicher wieder stabilisieren können.

Warum genetische Untersuchungen?

Genetik bedeutet in unserem Konzept nicht: „Sie haben eine genetische Erkrankung“

Sondern:

- Wir suchen nach Vulnerabilitäten
- nach Stoffwechsel- oder Abbauwegen, die empfindlicher reagieren
- nach Erklärungen, warum bestimmte Trigger bei Ihnen stärker wirken

Genetische Varianten können erklären:

- warum Histamin langsamer abgebaut wird
- warum Entgiftungsprozesse schneller überfordert sind
- warum bestimmte Nahrungsmittel oder Medikamente schlechter vertragen werden

Wichtig: Genetik legt keine Krankheit fest – sie erklärt nur, wie empfindlich ein System reagiert.

Warum betrachten wir alles gemeinsam (Trias)?

Im ZPSE arbeiten wir mit der sogenannten systemischen Trias:

- Endokrine Balance (Hormone, Stoffwechsel)
- Proinflammatorisches Milieu (Immunsystem, Mastzellen)
- Gerinnungs- und Gefäßregulation

Diese drei Bereiche beeinflussen sich gegenseitig.

Beispiel: Entzündung > Mastzellaktivierung > Gefäßreaktion > Energieverlust > weitere Entzündung

Unser Ziel: Diesen Kreislauf zu verlangsamen, zu unterbrechen und zu stabilisieren.

Was bedeutet das für Sie ganz konkret?

Ihr Befund dient nicht dazu, Sie „in eine Schublade zu stecken“.

Er soll helfen:

- Zusammenhänge zu verstehen
- individuelle Trigger zu erkennen
- gezielt Maßnahmen einzuleiten
- Überforderung des Systems zu vermeiden

Therapie bedeutet dabei oft:

- Reduktion statt Aktivierung
- Stabilisierung statt „Durchhalten“
- schrittweises Vorgehen statt schneller Lösungen

Was brauchen Multisystemische Erkrankungen?

- Zeit
- Struktur
- ein klares Verständnis des Gesamtbildes

Wir begleiten diesen Prozess schrittweise, ohne vorschnelle Festlegung, und passen Diagnostik und Therapie an das an, was Ihr Körper zeigt.

Kurz gesagt: Wir helfen Ihrem System, wieder in eine tragfähige Balance zu kommen.



Wie wir Ihre Befunde verstehen – eine Erklärung für Patientinnen und Patienten

Warum schließen wir auch andere mögliche Ursachen mit ein?

Viele Beschwerden, die bei einer Mastzellaktivierung auftreten können, sehen auf den ersten Blick ähnlich aus wie bei anderen Erkrankungen.

Das bedeutet nicht, dass „etwas Gefährliches übersehen wird“, sondern dass der Körper auf verschiedene Belastungen mit ähnlichen Symptomen reagieren kann.

Deshalb ist es wichtig, genau hinzuschauen.

Kurz gesagt: Wir möchten nicht nur eine plausible Erklärung finden – wir möchten die richtige Erklärung.

Was bedeutet „Differenzialdiagnostik“ in unserem Vorgehen?

Differenzialdiagnostik heißt:

- Wir prüfen, **ob es andere gut erklärbare Ursachen** für Ihre Beschwerden gibt
- Wir vergleichen Muster, nicht einzelne Werte
- Wir schließen Schritt für Schritt aus, was **nicht** zutrifft

Dabei geht es nicht darum, möglichst viele Erkrankungen zu vermuten, sondern darum, sorgfältig und strukturiert vorzugehen.

Mehrere Ebenen für ein umfassendes Bild:

1. Fragebögen - Sie helfen uns zu erkennen:

- welche Systeme besonders betroffen sind
- ob es typische Muster gibt
- welche Belastungen oder Trigger eine Rolle spielen könnten

2. Ärztliches Gespräch - im Gespräch lassen sich oft:

- zeitliche Zusammenhänge
- Auslöser
- Reaktionen auf Belastung oder Medikamente besser einordnen als über Laborwerte allein.

3. Laboruntersuchungen - das Labor hilft uns:

- bestimmte Krankheitsbilder unwahrscheinlicher zu machen
- typische Konstellationen zu erkennen
- Hinweise auf systemische Zusammenhänge zu finden

Wichtig: Ein unauffälliger Befund ist hier kein Misserfolg, sondern oft ein wichtiger Schritt zur Sicherheit.

Was ist bei multisystemischen Beschwerden wichtig?

Bei komplexen Beschwerdebildern kann:

- dasselbe Symptom aus unterschiedlichen Gründen entstehen
- ein System ein anderes „mitziehen“
- eine frühe Störung später ein größeres Muster erzeugen

Durch die strukturierte Abklärung verwandter Krankheitsbilder können wir:

- Fehldeutungen vermeiden
- unnötige Therapien verhindern
- den Fokus gezielt auf das legen, was tatsächlich relevant ist

Kurz gesagt: Je besser wir eingrenzen, desto gezielter können wir behandeln.

Was bedeutet das Ergebnis dieser Abklärung für Sie?

Am Ende dieses Schrittes können wir meist sagen:

- welche Ursachen sehr unwahrscheinlich sind
- welche Systeme im Vordergrund stehen
- wo wir therapeutisch sinnvoll ansetzen können

Das schafft:

- Orientierung
- Klarheit und oft auch Entlastung

Warum sind Follow-ups ein fester Bestandteil?

Multisystemische Erkrankungen sind dynamisch.

Das bedeutet, dass sich:

- Symptome verändern
- Systeme beruhigen oder neu reagieren
- Therapieeffekte erst im Verlauf zeigen

Follow-ups sind deshalb kein Zeichen von Unsicherheit, sondern Teil eines geplanten, strukturierten Vorgehens.

Was passiert in den Follow-ups?

Wenn wir in der ersten Abklärung Dysregulationen erkennen, nutzen wir die Follow-ups, um:

- einzelne Systeme gezielt erneut zu betrachten
- Veränderungen im Verlauf einzuordnen
- Therapien fein anzupassen
- Über- oder Unterbehandlung zu vermeiden

Dabei geht es nicht um „immer mehr Diagnostik“, sondern um gezielte Vertiefung dort, wo sie sinnvoll ist.



Wie wir Ihre Befunde verstehen – eine Erklärung für Patientinnen und Patienten

Unser Ziel ist es:

- die betroffenen Systeme schrittweise zu stabilisieren
- Entzündungs- und Stressreaktionen zu reduzieren
- dem Körper wieder mehr Regulationsspielraum zu geben

Kurz gesagt: Wir begleiten den Prozess so lange, bis Ihr System wieder möglichst ruhig und belastbar arbeiten kann.

Dieses vorgehensweise soll Ihnen:

- Sicherheit geben
- erklären, warum wir Dinge tun
- Vertrauen in den Prozess ermöglichen

Sie müssen dabei nicht alles verstehen oder kontrollieren.

Unsere Aufgabe ist es, die Zusammenhänge im Blick zu behalten und die Schritte sinnvoll aufeinander abzustimmen.

Was bedeuten Plus (+) und Minus (-) im Laborblatt?

Ein Plus oder Minus im Laborblatt zeigt an, dass ein Wert außerhalb des statistischen Normbereichs liegt.

Diese Normbereiche basieren auf Durchschnittswerten großer Bevölkerungsgruppen.

Wichtig zu wissen: Ein einzelnes Plus oder Minus bedeutet nicht automatisch, dass etwas krankhaft oder behandlungsbedürftig ist.

Gerade bei multisystemischen Erkrankungen können:

- einzelne Werte schwanken
- geringfügig abweichen
- oder situativ verändert sein

ohne für sich allein eine klare Aussage zu haben.

Warum wir Werte nicht isoliert betrachten

Kein Laborwert steht für sich allein.

Er bekommt seine Bedeutung erst im Zusammenhang mit anderen Werten, Ihren Symptomen und dem zeitlichen Verlauf.

Deshalb gilt:

- Einzelne Abweichungen werden nicht isoliert bewertet
- Entscheidend ist das Muster, das sich aus mehreren Parametern ergibt
- Auch unauffällige Werte können im Gesamtbild relevant sein

Kurz gesagt: Wir lesen Ihr Laborblatt nicht zeilenweise, sondern systemisch.

Lassen Sie sich bitte nicht von einzelnen Normabweichungen verunsichern. Normwerte sind eine Orientierung, keine Bewertung Ihrer persönlichen Situation. Ihr Körper, Ihre Beschwerden und Ihre Vorgeschichte sind einzigartig – und lassen sich nicht vollständig in einem Referenzbereich abbilden.

Ein Wert kann:

- leicht außerhalb der Norm liegen und dennoch unproblematisch sein
- im Normbereich liegen und im Kontext dennoch eine Rolle spielen

Beides berücksichtigen wir.

Welche Werte fließen in den Arztbrief ein?

Alle Laborauffälligkeiten, die:

- klinisch relevant sind
 - zur Erklärung Ihrer Beschwerden beitragen
 - oder für eine mögliche Therapieanpassung wichtig sind
- werden von uns im Arztbrief zusammengefasst und eingeordnet.

So erhalten Sie:

- eine strukturierte, verständliche Bewertung
- eine Einordnung im Gesamtzusammenhang
- ohne widersprüchliche Einzelinterpretationen

Warum wir nicht jeden Laborwert erklären?

Die vollständige Einzelinterpretation aller Parameter würde:

- den Rahmen einer Patienteninformation überschreiten
- eher Verwirrung als Klarheit schaffen
- der Komplexität der Zusammenhänge nicht gerecht werden

Das bedeutet nicht, dass Werte unbeachtet bleiben – im Gegenteil.

Unsere Aufgabe ist es, die Dynamik und das Zusammenspiel Ihrer Befunde zu verstehen und für Sie sinnvoll zu übersetzen.

Was Ihnen das geben soll

Sie dürfen darauf vertrauen, dass:

- Ihre Werte vollständig erfasst wurden
- das Zusammenspiel der Systeme berücksichtigt wird
- relevante Befunde nicht übersehen werden
- Veränderungen im Verlauf im Blick bleiben

Sie müssen nicht jedes Plus oder Minus selbst bewerten. Dafür sind wir da.

Abschließend

Das Laborblatt ist ein wichtiges Werkzeug für uns – aber kein Bewertungszeugnis für Ihren Körper. Es hilft uns, Ihre persönliche Situation besser einzuordnen und die nächsten Schritte gezielt auszurichten. Wenn Fragen offen bleiben, sprechen Sie diese gerne an – wir nehmen uns Zeit, sie im richtigen Kontext zu beantworten.



Wie wir Ihre Befunde verstehen – eine Erklärung für Patientinnen und Patienten

Wie wir genetische Befunde verstehen?

Genetische Untersuchungen können helfen zu verstehen, warum Ihr Körper auf bestimmte Belastungen empfindlicher reagiert als bei anderen Menschen.

Wichtig ist dabei vor allem eines: Genetik beschreibt eine Grundanlage – keine festgelegte Erkrankung.

Was bedeutet „homozygot“ und „heterozygot“?

Jedes Gen liegt im Körper zweifach vor – eines von der Mutter, eines vom Vater.

- **Homozygot** bedeutet: Beide Kopien eines Gens sind gleich verändert.
- **Heterozygot** bedeutet: Nur eine der beiden Genkopien weist eine Veränderung auf, die andere ist unauffällig.

Wichtig zu wissen: Heterozygote Varianten sind sehr häufig und kommen auch bei gesunden Menschen vor.

Bedeutet eine genetische Variante automatisch eine Erkrankung?

Nein.

Weder eine heterozygote noch eine homozygote Variante bedeutet automatisch, dass eine Erkrankung vorliegt oder entstehen muss.

Genetische Varianten:

- erhöhen manchmal eine Anfälligkeit (Vulnerabilität)
- verändern bestimmte Stoffwechsel- oder Abbauewege
- erklären, warum manche Reize stärker wirken

Ob eine genetische Anlage tatsächlich relevant wird, hängt von vielen Faktoren ab:

- Ernährung
- Infekte
- Stress
- hormonelle Veränderungen
- Umweltfaktoren

Kurz gesagt: Gene müssen „aktiviert“ werden – sie wirken nicht isoliert.

Warum wir genetische Befunde dennoch ernst nehmen?

Auch wenn einzelne genetische Varianten keine Diagnose darstellen, geben sie uns Hinweise darauf,

- wo Ihr Körper empfindlicher reagieren könnte
- welche Trigger eine Rolle spielen könnten
- warum bestimmte Symptome immer wieder auftreten

In unserer klinischen Erfahrung sehen wir häufig:

- Zusammenhänge zwischen heterozygoten Varianten
- und einer erhöhten Reaktionsbereitschaft des Immunsystems, z. B. auf bestimmte Nahrungsmittel

Wie gehen wir mit heterozygoten Varianten praktisch um?

Bei heterozygoten Varianten empfehlen wir keine strikten Verbote und keine dauerhaften Diäten.

Stattdessen schlagen wir einen beobachtenden, zeitlich begrenzten Ansatz vor:

- bestimmte Nahrungsmittel für einen begrenzten Zeitraum zu meiden
- parallel ein Symptom- und Ernährungstagebuch zu führen
- anschließend gezielt zu prüfen:
 - ob sich Symptome bessern
 - und ob sie sich bei Wiedereinführung erneut verstärken

So kann Ihr eigener Körper zeigen, ob diese genetische Anlage für Sie aktuell relevant ist.

Was ist, wenn Sie bereits eine für sich passende Ernährung gefunden haben?

Wenn Sie aus eigener Erfahrung bereits wissen, dass Ihnen bestimmte Nahrungsmittel nicht gut tun und Sie mit Ihrer aktuellen Ernährung zufrieden sind, dann müssen Sie diese Empfehlung nicht zusätzlich umsetzen. Ihre persönliche Erfahrung ist in diesem Fall wertvoller als jede theoretische Annahme.

Warum wir diese Empfehlungen geben – trotz fehlender Leitlinien

Es ist uns wichtig, offen zu sagen: Ernährungsempfehlungen auf Basis heterozygoter genetischer Varianten entsprechen nicht der klassischen Leitliniendiagnostik.

Unsere Empfehlungen beruhen auf:

- systemmedizinischer Betrachtung
- klinischer Erfahrung mit multisystemischen Erkrankungen
- wiederkehrenden Mustern bei Mastzell- und Immunreaktionen





Wie wir Ihre Befunde verstehen – eine Erklärung für Patientinnen und Patienten

Wir sehen dabei häufig, dass:

- bestimmte genetische Konstellationen
- mit einer erhöhten immunologischen Reizbarkeit einhergehen
- und dass eine zeitweise Entlastung des Systems hilfreich sein kann

Was diese Empfehlung ist

- ein Angebot zur Selbstbeobachtung
- eine Möglichkeit, Trigger besser zu erkennen
- ein Baustein im Gesamtkonzept

Sie ist keine:

- keine lebenslange Diät
- kein Verbot
- keine Festlegung auf eine „genetische Krankheit“
- keine Verpflichtung

Abschließend

Genetik hilft uns, individuelle Unterschiede besser zu verstehen. Sie legt nichts fest – sie eröffnet Möglichkeiten zur gezielten Entlastung.

Unser Ziel ist es:

- Ihr System besser kennenzulernen
- Überreaktionen zu vermeiden
- und gemeinsam herauszufinden, was Ihnen gut tut

Wenn Sie Fragen zum genetischen Befund haben oder unsicher sind, sprechen Sie diese gerne an – wir ordnen sie gemeinsam ein.