„Einen Versuch ist es allemal wert“

Kann man Multiple Sklerose mit hohen Dosen von Vitamin D behandeln? Ein bayerischer Hausarzt berichtet über seine Erfahrungen mit dem „Coimbra-Protokoll“

Das Coimbra-Protokoll

Der Neurologe Cicero Coimbra, Professor an der Universität von Sao Paolo, hat eine Therapie von Autoimmunerkrankungen entwickelt, die auf individuell eingestellten, extrem hohen Dosen von Vitamin D basiert. Er hat weltweit 67 Ärzte darin geschult. Auch einige Ärzte aus Deutschland sind darunter (Adressen unter www.coimbraprotokoll.de)
An deutschen Kliniken wird die Therapie nicht angewendet. Es laufen jedoch mehrere Studien zur Substitution von Vitamin D bei Multipler Sklerose; erste Ergebnisse werden im Herbst veröffentlicht. Verabreicht wurden bis zu 40 000 Einheiten Vitamin D pro Tag – „das ist die Maximaldosis, die wir über Wochen bis Monate gegeben wahrscheinlich noch als sicher betrachten können“, sagt Friedemann Paul, Neuroimmunologe und Professor an der Berliner Charité. „Coimbras Hypothese ist interessant und sollte weiter erforscht werden“, urteilt Paul. Wissenschaftliche Belege, auch für die Unbedenklichkeit der hohen Dosierungen, stünden noch aus. Keinesfalls dürfe deshalb auf die oft sehr wirksame Immuntherapie verzichtet werden. „Das muss erst mal sauber untersucht und publiziert werden.“

Herr Dr. Reichert, Sie sind Hausarzt in in Bayern. Neuerdings kommen sehr viele Patienten mit Multipler Sklerose zu Ihnen. Zu verdanken ist das einer Patientin, Christina Kiening. Sie hat im März in Gesund leben ihre ermutigende Geschichte erzählt.
Ja, meine Patientin wollte die Basistherapien nicht mehr, mit der man diese schwere unheilbare Autoimmunkrankheit üblicherweise behandelt. Auch Kortison mochte sie wegen der Nebenwirkungen nicht mehr nehmen. Vielen MS-Kranken geht es so. Irgendwann halten sie die Therapie nicht mehr aus. Das ist auch verständlich: Sie erleben die geringe Wirkung einerseits und die manchmal erheblichen Nebenwirkungen andererseits und fragen sich: Wenn der einzige Effekt ist, dass es vielleicht 18 statt 15 Monate bis zum nächsten Schub dauert, will ich dafür das Risiko solcher Nebenwirkungen in Kauf nehmen, von Ausschlag, Fieber und Schüttelfrost nach der täglichen Injektion bis zu einem erhöhten Krebsrisiko und der Gefahr späterer Leberschäden? Viele wollen das nicht.
Aber was ist die Alternative?
Mittlerweile glaube ich eine gefunden zu haben. Seit September behandle ich über hundert MS-Patienten mit hohen Dosen von Vitamin D3. Der Erfolg ist durchschlagend. Manch einer, der sich auf Krücken unter großen Mühen in die Praxis geschleppt hat, kommt sechs Monate später einfach so hereinspaziert. Die Methode basiert auf den Erfahrungen eines brasilianischen Arztes.
Ein Wunderheiler aus dem Dschungel?
Ein ernsthafter, engagierter Wissenschaftler, Internist und Neurologe und Professor an der staatlichen Universität von Sao Paolo. Er forscht seit vielen Jahren über die Wirkung von Vitamin D und hat rund 5000 MS-Patienten damit behandelt.
Wie kam er auf die Idee?
Er hatte bereits in den 80er Jahren mit hohen Vitamin-D-Gaben an Parkinsonpatienten experimentiert. Dabei fiel ihm auf, dass sich Autoimmunkrankheiten wie Schuppenflechte besserten, wenn die Patienten Vitamin D bekamen. Daraus hat er die – inzwischen durch Studien untermauerte – Theorie entwickelt, dass Autoimmunkrankheiten mit einer genetisch bedingten Verwertungsstörung von Vitamin D einhergehen und daran erkrankte Patienten deshalb besonders große Mengen davon brauchen.
Wie sind Sie auf diesen Arzt gestoßen?
Meine Patientin hatte im Selbstversuch angefangen, höhere Dosen von Vitamin D zu nehmen und festgestellt, dass es ihr damit besser ging. Im Internet stieß sie dann auf Cicero Coimbra und seine Behandlungsmethode. Ich war zunächst natürlich sehr skeptisch. Andererseits hat mich die breite Wirkung von Vitamin D schon als Student fasziniert. Und es gibt etliche Studien, die eine immunmodulierende Wirkung von Vitamin D nachgewiesen haben. Auch dass sich Schäden an Nerven- und Hirngewebe unter Vitamin D zurückbilden können,

FOTOS: VORNAME NACHNAME

"Ganz wichtig ist, dass wir keine negative Nebenwirkungen sehen, sondern nur erfreuliche"

wurde im Tierversuch an der Universität Cambridge nachgewiesen. Und was hatte meine Patientin schon zu verlieren? Als sie mich bat, sie mit regelmäßigen Blut- und Urinkontrollen zu begleiten, habe ich zugestimmt.

Hätte sie nicht weiter auf eigene Faust Vitamin D nehmen können?

In derart hohen Dosen hat Vitamin D Nebenwirkungen, die genau kontrolliert werden müssen – wir sprechen hier von 50 000 bis 200 000 Einheiten und mehr pro Tag. Es kann zum Beispiel zu einem gefährlichen Anstieg des Kalziumspiegels kommen. Um Schäden an den Nieren zu vermeiden, müssen die Patienten eine kalziumarme Ernährung einhalten und genügend trinken. Auch muss die optimal wirksame Vitamin-D-Dosis individuell ermittelt werden. Dazu wird unter anderem der Spiegel des Parathormons gemessen.

Wie lernen Ärzte das?

Prof. Coimbra schult seit Jahren unentgeltlich Ärzte aus aller Welt. Sein Netzwerk umfasst zur Zeit 67 Ärzte weltweit, darunter der angesehene Vitamin-D-Experte Michael Holick. Mittlerweile sind auch fünf Kollegen aus Deutschland darunter, bis Ende des Jahres werden acht von Coimbra ausgebildet sein. Auch ich bin nach Sao Paulo geflogen, um bei ihm zu hospitieren. Mein Eindruck ist, dass er sein Wissen und seine Erfahrung weitergeben will, damit möglichst vielen Patienten geholfen wird. Ich konnte auch Einblick nehmen in seine Falldokumentation – er hat 1500 Behandlungen genau dokumentiert. Als Wissenschaftler geht er strukturiert vor. Zu Beginn und im Verlauf der Behandlung macht er eine Kernspintomografie und detaillierte neurologische Untersuchungen, um die Wirkung zu überprüfen. Zur Zeit bereitet er eine wissenschaftliche Veröffentlichung vor.

Wir haben einen MS-Experten vom Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf befragt. Er sagte, Coimbra stütze seine Therapie auf „wissenschaftlich widerlegte Aussagen". Dies genauer zu erläutern, sei aber zu aufwendig.

Dazu hätte ich gern mehr gewusst. Es gibt in Studien viele Hinweise auf positive Veränderungen im Immun- und Nervensystem durch Vitamin D. Und auch wenn es bislang keine wissenschaftlichen Beweise gibt: Tausende erfolgreicher Behandlungen dieser schweren Krankheit kann man auch nicht einfach ignorieren.

Heilen die Schäden durch die MS denn tatsächlich aus? Frau Kiening hatte Erstaunliches berichtet.

Schäden, die in den vergangenen zwölf bis 24 Monaten entstanden sind, heilen laut Coimbras Erfahrung in der Regel wieder aus. Zum Teil gehen auch ältere Symptome zurück. An meinen bisher begleiteten Patienten beobachte ich, dass sich in jüngeren Jahren sehr viel mehr Schäden zurückbilden. Mit steigendem Lebensalter lässt generell die Regenerationskraft des Körpers nach.

Wie sieht Ihre Erfolgsbilanz aus?

Für eine seriöse Bilanz ist es noch zu früh, es dauert sechs bis acht Monate, bis die volle Wirkung eintritt. Ganz wichtig aber ist, dass wir bislang keinerlei negative Nebenwirkungen beobachten, sondern nur erfreuliche: Die meisten Patienten haben binnen weniger Wochen mehr Energie, sie schlafen tiefer und erholen sich schneller von Infekten. Auch die Stimmung bessert sich, das erzählen uns die Angehörigen. Die ersten meiner Patienten kommen jetzt in die Phase, in der die Krankheitsaktivität zum Stillstand kommt: Im MRT zeigen sich keine neuen Herde, die Blut-Hirn-Schranke ist intakt, bestehende Herde werden kleiner. Parallel gehen die Symptome zurück. Ich habe zwei Patientinnen, die im Rollstuhl saßen und nun ihre Gehfähigkeit aufbauen.

Vielleicht ein Placebo-Effekt?

Das war auch meine Vermutung. Aber die verblüffende Wirkung hält jetzt nun schon eine ganze Weile an – und deckt sich mit Coimbras Falldokumentationen. Da die Nebenwirkungen dieser Therapie unterm Strich sehr gering und zudem leicht beherrschbar sind, ist es allemal einen Versuch wert.

Interview: Antje Brunnabend

Dr. Kai Reichert

betreibt eine Hausarztpraxis in Gräfelfing. Dort behandelt er über 100 MS-Patienten mit Vitamin D

Der Stoff, den uns die Sonne schenkt

Vitamin D ist eigentlich kein Vitamin, sondern die Vorstufe eines Hormons, das an mehr als 200 biologischen Vorgängen im Körper beteiligt ist. Ein Mangel kann zu Rachitis und Osteoporose führen. Vitamin D ist unverzichtbar für das Immunsystem. Aus Beobachtungsstudien ist seit langem bekannt, dass ein niedriger Vitamin-D-Spiegel im Blut mit einem höheren Krankheitsrisiko korreliert, darunter Autoimmunkrankheiten wie Multiple Sklerose, Arthritis, oder Morbus Crohn; aber auch Krebs, Depressionen, Diabetes oder Alzheimer.

Von einem Vitamin-D-Mangel spricht man bei Serumkonzentrationen unterhalb von 30 Nanomol pro Liter Serum. Ab 50 nmol/l geht man von einer guten Versorgung aus. Der Körper produziert Vitamin D selbst, es wird mit Hilfe von UV-B-Strahlen im Sonnenlicht in der Haut gebildet und im Körper gespeichert.