

Burn-out-Syndrom – die Irisdiagnose als Vorwarnsystem?

von Erwin Stutz

An den Anfang möchte ich ein Modell stellen, das ursprünglich aus der Kinesiologie kommt, aber hervorragend geeignet ist, den ganzheitlichen Charakter der Irisdiagnose zu begleiten.

Es ist das Modell der „Triad of Health“, ein ideales Grundmuster gerade auch für dieses Thema. Es hilft uns z.B. wegzukommen von unserem engen Stressbegriff, der meist nur die psychische Seite berücksichtigt.

Es spielt keine Rolle, welche Seite des Dreiecks betroffen ist, es entsteht auf jeden Fall eine Schiefelage, d.h., der Mensch ist nicht im Gleichgewicht.

Selyes Stressbegriff drückt das klar aus, wenn er folgende Definition bringt:

„Stress ist die Summe aller Adaptionsvorgänge und Reaktionen von Körper und Geist, mit denen ein Lebewesen auf seine Umwelt und die von innen und außen kommenden Anforderungen reagiert.“

Wir wissen natürlich, dass dem Burn-out-Patienten nicht nur der Chef im Nacken sitzt, dass es genauso wichtig ist seine Ernährung zu durchforsten oder den Zusammenhang von Bewegungsmangel und der Ansammlung von Stresshormonen in den Muskeln aufzudecken.

Die Irisdiagnose lässt sich hervorragend in dieses Modell integrieren, vor allem die Väter (und natürlich Mütter) der Irisdiagnose betonen ständig den Zusammenhang zwischen der Volksgesundheit und dem gesamten Lebenswandel des Menschen. Zu Unrecht als veraltet angesehene Begriffe von Lebens- oder Nervenkraft spielen eine große Rolle bei der jeweiligen Beurteilung des Patienten, sei es in der Gesichts-, Hand- oder Augendiagnose. Betrachten wir also die Iris von innen nach außen gehend und suchen nach Zeichen, die uns Hinweise geben können auf die Nervenkraft, beziehungsweise die ererbten oder erworbenen Anlagen für ein Burn-out-Syndrom.



Die „Triad of Health“ mit den drei Einflüssen auf die Gesundheit und den entsprechenden Therapien aus dem jeweiligen Bereich

Schon die Pupille gibt uns zahlreiche Informationen. Ist sie in der Mitte oder aus dem Lot oder gar schräg, Abb. 1 und 2, enthüllt sie uns in der hochstehend ovalen Form schon den Druck, unter dem der Patient steht, oder die depressive Tendenz bei der liegend ovalen Form. Wir sehen die sympathikotone Groß- oder vagotone Kleinpupille. Die Lebhaftigkeit oder Introvertiertheit kommt uns in den Sinn. Abb. 3

und 4: Die „Belladonna“-Pupille kann eine Vergiftung oder Schmerz, aber auch eine momentane Angstsituation anzeigen. Ständig vorhanden, ist sie ein untrügliches Zeichen von Dauerstress infolge von chronisch-emotionaler Belastung. Es fehlt die Möglichkeit des Ausagierens durch Kampf oder Flucht. Die Pupille als Manometer der Seele, der Pupillenrand als Ausdruck des zentralen Nervensystems. Die Pupillen-



Abb. 1



Abb. 3



Abb. 2



Abb. 4



Abb. 5



Abb. 6



Abb. 7



Abb. 8

randphänomene können sehr aufschlussreich sein.

Ist es ein feiner Asthenikerring (Abb. 5), der die Bedeutung schon im Namen trägt, wie sein optisches Gegenteil, der dicke Apoplektikerring, oder weisen Neurolappen gar auf Nervenschädigungen, infolge traumatischen Geschehens? Pupillenabflachun-

gen deuten einmal auf emotionale, gleichzeitig auch auf strukturelle Belastungen, in der Häufung auch bekannt als Wirbelsalat. Die erste und zweite kleine Region, also die Magen-Darm-Zone, zeigt uns über die Farbe viel von der Chemie, aber gibt uns auch wichtige Hinweise über die Beschaffenheit, die Form, also die Struktur von Magen und Darm, wobei es durchaus erlaubt ist, über den beanspruchten Raum dieser Organe auch auf die psychische Werteskala der Ernährung zu spekulieren. Das geht dann vom Vielesser, der nicht genug kriegen kann, bei der ektasierten Krause oder der Trichterkrause, die alles reinzieht, bis zum Hungerkünstler, der nichts verdauen kann, beim engen Magen-Darm-Fell (Abb. 6, 7, 8), oft mit einer vorgewölbten Knopfiris vergesellschaftet. Eine spitzzackige Form deutet häufig auf eine spastische Veranlagung, besonders was die Verdauung betrifft, runde Ausbuchtungen stehen eher für den ausgebuchten, trägen Darm. Die rot-braun gefärbte Krausenzzone, als zentrale Heterochromie auffallend, ist eines der wichtigsten Vorzeichen für die Veranlagung zum Burn-out-Syndrom, in seinem Nux-vomica-Bild. Abb. 9, 10: Der so genannte dunkle Begleitschatten deutet schon auf die Erschöpfungsphase, physisch und psychisch.

Abb. 11: Magdalene Madaus hat schon damals aus dem Zustand dieser Magen-Darm-Region (heute sagen wir Zone) dreifaches herausgelesen, den Ernährungszustand, also die Chemie, genauso wie die Nervenkraft, also die Psyche mit ihren ineinander greifenden Abhängigkeiten, und gleichzeitig die Wechselwirkung mit der Struktur betont.

Der eigentliche Übergang vom Außen zum Innen, die Krause selbst gilt als der Spiegel des vegetativen Nervensystems. Sie zeigt uns sowohl die vorhandene Lebens- wie auch Nervenkraft, aber in der Hauptsache das Potenzial der Transformation aller Energie, der positiven wie der negativen, der stofflichen und nicht stofflichen. Eine sehr auffällige Erscheinung, die cranial herunterhängende Krause, in ihrer extremen Ausprägung auch als Schneebrett bezeichnet, deutet wie auch die craniale Pupillenabflachung auf psychogene Faktoren, hier geht's tatsächlich oft ums Hängenlassen, also um depressive Zustände. Abb. 12: Vom eventuell schwierigen Charakter der viereckigen Krause sollten wir nur dezent Kenntnis nehmen, vielleicht sind



Abb. 9



Abb. 10



Abb. 11



Abb. 12

es hier nicht wir allein, die das Therapiever-sagen verantworten müssen. Abb. 13: Nicht selten sehen wir die doppelte Krause und sprechen von Wetterfähigkeit bis zur Möglichkeit des Mineralienmangels, auch die stark aufgehellte Krause hat eine ähnliche Bedeutung, darüber hinaus müssen wir auch an ein Säure-Basen-Ungleichgewicht



Abb. 13



Abb. 14



Abb. 15

denken, und sauer macht nicht unbedingt lustig. Abb. 14: Es gibt sogar Bereiche, wo die Krause fehlt, bzw. durchbrochen ist, hier könnte die Übertragung von Energie, also

auch die Nervenkraft, ganz unterbrochen sein, ein Zeichen für Kaliummangel wird auch diskutiert. Dass Kalium für das Nervensystem mindestens so wichtig wie Magnesium oder Kalzium ist, setzt sich erst allmählich durch (H.H. Jörgensen: Kalium statt Valium).

Jetzt kommen wir zur dritten, kleinen, nämlich der Blut-Lymph-Region. Hier nun erfolgt hauptsächlich der Transport der zum Leben nötigen Energie. Die Naturheilkunde arbeitet häufig im Bereich von Abflussstörungen, besonders auch über die Lymphbahnen. Dahinter steckt das Bild von den Organen, die nur in einem gesunden Terrain, in dem alles reibungslos fließt, auch reibungslos funktionieren können. Abb. 15: Dass dies nicht nur rein organisch zu verstehen ist, z.B. für Leber, Niere oder Herz, zeigen subjektive Aussagen nach Fastenkuren von leichterem Gefühl insgesamt und psychischer Aufhellung. Die Beobachtung, dass Menschen, die wenig Emotionen zeigen, z.B. der Lycopodium-Typ, auch Gift und Schlackenstoffe schlechter ausscheiden können, kann man vielleicht auch umdrehen: Ein Mensch, der Ballast abgeworfen oder wenig aufgeladen hat, kann auch leichter mit seinen *E-motionen* umgehen, also in Bewegung kommen.

Der kinesiologische Muskeltest, primär ein Stresstest, zeigt häufig die Notwendigkeit, die Muskelschwäche über die sog. neurolymphatischen Punkte, die Chapman schon in den 30-er Jahren entdeckt hat, zu regulieren. Das funktioniert über einen verbesserten Lymphfluss in das entsprechende Gebiet. Eine der großen Leistungen der Kinesiologie war es aber, den Blockaden im Fließgleichgewicht auch die entsprechenden Hintergründe aus dem psychisch-emo-

tionalen Bereich zuordnen zu können. Die Kinesiologie spricht in diesem Zusammenhang auch von „gefrorenen Emotionen“, die den Lymphabfluss und überhaupt das Fließgleichgewicht beeinträchtigen können. Bei den älteren Irisdiagnostikern wie Madaus, Hense oder Felke gehören solche Zusammenhänge noch zum normalen Repertoire. In dem Buch „Augendiagnose“ von Wenske und Rehwinkel steht immerhin noch der bemerkenswerte Satz: „Alle Umweltgifte, alle insbesondere inkretorischen Stoffwechselprodukte ... sowie toxische Produkte, wie sie durch psychische Belastungen hervorgerufen werden können, wirken als Noxe auf den Körper ein.“

Betrachten wir jetzt den ganzen ziliaren Teil, also von der 3. bis 6. kleinen Region, sollten wir uns vergegenwärtigen, dass wir bei der Irisdiagnose einen Blick in das lebendige Bindegewebe tun. Hier kommen wir natürlich an Pischingers Grundregulationsgedanken nicht vorüber, aber sein Modell der Mesenchymblockade muss durch neue Erkenntnisse erweitert werden: Die Regulation wird nicht nur durch Medikamente, Operationen, Chemo- und Strahlenbelastung beeinflusst, sondern auch durch Schwermetallintoxikationen und immer mehr auch durch **chronisch-emotionalen Stress**. In der Ziliarzone befinden sich alle zum inkretorischen Stoffwechsel gehörigen Organe. Eine nur annähernde Beschreibung des gesamten Hormonhaushalts, denken wir doch nur an die Schilddrüse und ihre Verwicklung in das psychosomatische Geschehen, würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen, aber auf ein Organ möchte ich im Zusammenhang mit der Burn-out-Symptomatik und dem Nutzen der Diagnose aus der Iris doch näher eingehen. Die Rolle der



Abb. 16



Abb. 17

Nebenniere wurde schon von Lindemann hervorgehoben, indem er den Flink-Madausschen „harmonischen Verbindungslinien“ noch eine hinzugefügt hat, nämlich die Hypophysen-Nebennieren-Verbindung, die er kurz die Stresslinie genannt hat (Abb. 16). Lindemann bemerkt dazu: „Dieser Reaktionsmechanismus Hypophyse-Nebennieren ist das wesentliche Glied der SELYE-schen Alarmreaktion, damit also des Stress!“ Es lohnt sich, diesen Reaktionsmechanismus etwas genauer anzuschauen:

Selyes 1. Stufe:

Die Alarmreaktion

Ausschüttung von Adrenalin in den Blutkreislauf:

Das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt. Das Blut wird aus den Verdauungsorganen heraus, in die Muskeln hinein verlagert: Angst/Flucht, Wut/Kampf oder Krampf sind die Alternativen. Die Starre lässt die Stresshormone z.B. in den Muskeln steigen.

Der Blutzucker steigt, die Pupillen vergrößern sich, die Atemfrequenz steigt.

Selyes 2. Stufe:

Die Aufmerksamkeitsreaktion

Die Nebenniere schüttet Cortisol in den Blutkreislauf:

Der Blutdruck steigt weiter, (auch weil) die Natriumkonzentration zunimmt, dafür tritt ein Kaliummangel auf, der Cholesterinspiegel steigt, die Produktion von Sexualhormonen wird zurückgefahren. Eine chronische Überwachsamkeit entwickelt sich. Die Immunabwehr wird schwächer.

Selyes 3. Stufe:

Die Erschöpfungsphase

Die gesamte Psychoneuroimmunologie des Menschen bricht zusammen, Resultat:

Hilflosigkeit, Hoffnungslosigkeit, Depression, kurz: Burn-out-Syndrom.

Hier möchte ich an zwei Nebennierenbelastungstests erinnern, die schnell, ohne großen Aufwand durchführbar sind:

1. Im Irismikroskop leichter als mit der Lupe zu sehen: Die Pupille dilatiert oder unduliert bei starkem Lichteinfall.
2. Der systolische RR sollte beim Wechsel vom Liegen zum Stehen steigen; fällt er um mehr als 6–8 mm Hg, besteht Verdacht auf Nebennierenschwäche. Die Erklärung ist ganz einfach: Um zu starkes venöses Pooling im Bauchraum und den Beinen durch die Verlagerung zu verhindern, sollte die NN verstärkt Noradrenalin, notwendig zur Gefäßregulierung, ausschütten, dadurch steigt normalerweise der Blutdruck.

Zurück zum ziliaren Teil der Iris, kommen wir zu den sog. Solarstrahlen oder Kongestionsfurchen (Abb. 17). Sie befinden sich bevorzugt in der oberen Hälfte und deuten auf Spannungen im Kopfbereich, der Bogen spannt sich von Migräne bis zu psychotischen Zuständen. Im ventralen Teil der Iris können sie auf Krampfbereitschaft im Bauchraum weisen, ähnlich zu bewerten sind die, wie schon ihr Name andeutet, Krampfringe. Diese können entweder insgesamt auf eine neurogene Konstitution hindeuten oder auf einen Sektor hinweisen, manchmal sogar auf ein bestimmtes Organ aufmerksam machen, besonders wenn sich dort radiäre mit zikulären Zeichen kreuzen. Besonders häufig fällt in diesem Zusammenhang der topografische Ort der Gallenblase ins Auge. Abb. 18: Ein oft wertvoller Hinweis, Spannungen – seien sie nun im Kopf- oder Bauchraum – mit spasmolytischen Gallemitteln zu behandeln. Ein seltenes Phänomen ist der sog. Tachyphagenring, wie der Name schon sagt: der Ring der Schnellesser, das sind Krampfringe innerhalb der Krause. Erwähnenswert sind auch die Faserstärke und -verlauf betreffenden Zeichen, die leicht übersehen werden können. Wir erkennen zwar eine idealtypische neurogene Iris mit ihren feinen oder etwas groben, gestrafften

Radiären, die das sensible oder eher robuste Nervenkostüm errahnen lassen. Oft übersehen wir aber begrenzte Anteile davon in einer ansonsten ganz anderen Konstitution. Dazu gehören auch die subtilen Neurohäkchen, Neuronennetze, Zickzack-Linien, die sich nicht an die ansonsten radial verlaufenden Fasern halten (Abb 19). Gegen Schluss noch ein besonderes Zeichen, weil es gerade für unser Thema sehr wichtig ist, die sog. Ärgerlinie nach Madaus-Flink, eine sich durch den Herzsektor schlängelnde auffällige Linie, oft sogar nicht erst von der Krause, sondern von der Pupille ausgehend (Abb 20). Interessant ist, dass in der chinesischen Medizin Ärger dem Herzen zugeordnet wird. Wenn auch noch Stiche dazukommen, lohnt es sich vielleicht an Spigelia zu denken, ansonsten ist natürlich Spiräa oplx das Rheumamittel mit dem Bezug zum Herzen.

Eine sehr beeindruckende, aber seltene Erscheinung soll den Abschluss der sicher nicht vollständigen Sammlung von Hinweisen aus der Iris für die Anlage zum Burn-out-Syndrom bilden: die sektorale Heterochromie, Schnabel deutet sie als eine genetische Prägung für psychische Störungen. Abb. 21: Iris einer jungen Frau mit der Tendenz zur ständigen Überreizung des Nervensystems.

Das Auflisten von einzelnen Zeichen verführt uns allzu leicht, die Irisdiagnose als Strichliste zu begreifen, vielleicht auch mit klinischen Begriffen zu jonglieren. Das widerspricht vollkommen dem Anspruch einer Frau Pastor Madaus, die übrigens am 12. Januar 1857 geboren wurde, also vor genau 150 Jahren. Für sie bedeutete das einzelne Zeichen nichts, nur der Eindruck des gesamten Menschen mit seinen unterschiedlichen Ausprägungen – zusammen mit den von ihm vorgebrachten Beschwerdebildern, den äußeren und inneren Einflüssen kombinierte sie mit vergleichenden Beobachtungen aus der Iris. In der Regio-



Abb. 18



Abb. 20



Abb. 19



Abb. 21

nenlehre und ihren harmonischen Verbindungslinien suchte sie das Fließgleichgewicht, die Nerven- und die Lebenskraft zu begreifen und zu beeinflussen. Also suchen wir nicht das Burn-out-Syndrom im Auge, sondern lassen uns von den jeweiligen Schwachstellen den möglichen Prozess der Entgleisung aufzeigen und übersehen wir nicht die ebenfalls aufscheinenden Stärken. Es könnte sein, dass gerade sie uns bzw. dem Patienten den Weg aus der Hoffnungslosigkeit weisen können.

P.S.: Ich habe im Wesentlichen auf therapeutische Ratschläge verzichtet, da ich der Meinung bin, dass gerade beim Burn-out-Syndrom die jeweils individuellen Faktoren nach einer individuellen Therapie verlangen. Einen wichtigen Baustein möchte ich aber zur Diskussion stellen mit der notwendigen Hintergrund-Info. US-Wissenschaftler haben festgestellt, dass Tiere, die, anders als der Mensch, Vitamin C selbst produzieren können, unter Stress ihren Vitamin-C-Spiegel bis auf das Zehnfache und

mehr steigern. Je ängstlicher das Tier, umso größer ist die Steigerung. Eine noch zu wenig beachtete Indikation für die Vitamin-C-Infusionstherapie?

*Anschrift des Verfassers:
Erwin Stutz
Heilpraktiker
Senftenau 2, 88131 Lindau*