

# Epigenetische Störungen testen und behandeln – das Walsh-Protokoll

Unterschiede zu anderen epigenetischen Behandlungen | *Katia Trost*

**Das Gebiet der Epigenetik wird in der alternativ-medizinischen Praxis immer wichtiger. Auch in Deutschland werden Tests zur Ermittlung epigenetischer Störungen immer beliebter. Durch sie sollen beispielsweise Stoffwechselstörungen wie Methylierungsstörungen ermittelt werden. Hierbei handelt es sich meist um genetische Tests. Anders ist das bei der Anwendung des Protokolls nach Dr. William J. Walsh, wodurch sich auch die Behandlung von der anderer Kollegen unterscheidet.**

Das Walsh-Protokoll ist ein Behandlungsansatz der vorwiegend zur Behandlung psychischer Erkrankungen eingesetzt wird. Demnach richtet sich die Therapie vorwiegend auf die Regulierung der Neurotransmitter Serotonin, Dopamin, Noradrenalin, GABA und NMDA.

Wenn auch der über 30-jährige Forschungsschwerpunkt von Dr. Walsh auf psychischen Erkrankungen liegt, so haben sich im Laufe der Zeit auch andere „off-label“ Verwendungen für sein Nährstoffprotokoll ergeben. Schließlich wirken sich Nährstoffe nicht nur auf das Nervensystem aus.

In meiner Praxis betrachte ich die psychischen Störungen, deren Behandlung das eigentliche Ziel des Walsh-Protokolls sind, als die symptomatische Spitze des Eisbergs in einem System, in dem epigenetisch bedingte Nährstoffmängel herrschen und sich auch auswirken. Diese Nährstoffmängel haben zum Beispiel Einfluss auf die Energieproduktion, die Hormone und andere Stoffwechselvorgänge.

## Unterscheidungsmerkmale

Bereits in der Testung unterscheidet sich der therapeutische Ansatz von Dr. Walsh von den Methoden anderer Kollegen. Als Beispiel soll die Ermittlung von Methylierungsstörungen dienen.

Es gibt Kollegen, die Methylierungsstörungen durch genetische Tests ermitteln. Bei diesen Testungen wird untersucht, ob das MTHFR-Gen mutiert ist. Sollte das der Fall sein, wird eine Untermethylierung ange-

Untermethylierung	Übermethylierung
Zwanghaftes Verhalten	Nervosität oder Panikneigung
Perfektionismus	Hyperaktivität (auch nur in der Kindheit)
Heuschnupfen	Geringe Libido
Niedrige Schmerzschwelle	Körper „birnenförmig“
Ritualistisches Verhalten	Tendenz zur Gewichtszunahme
Starker Wille	Unruhige Beine, Tendenz zu zappeln oder zu schreiten
Konkurrenzverhalten in Gruppenaktivitäten	Post Natale Depression oder Psychose
Ruhig nach außen, innen angespannt	Unverträglichkeit von Serotoninwiederaufnahmehemmern
Häufige Kopfschmerzen	Trockene Augen und Mund
Eine Familiengeschichte oder eigenes „over achievement“	Gefühl Menschen denken schlecht über einen
Wahnvorstellungen	In der Schule eher unmotiviert
Hohe Eigenmotivation in der Schule	Hohe Schmerzschwelle
Schlechte Konzentration	Diagnose Schizophrenie oder Paranoia (auch nur in der Familie)
Sozialer Rückzug	Depression
Suchtverhalten	Schlafschwierigkeiten
Ängste	Schmerzen im Oberkörper, Nacken, Schulter
Gute Verträglichkeit von Antihistaminika	Übermäßige Körperbehaarung, Hirsutismus
Hohe „Körperfeuchtigkeit“ (Tränen, Speichelfluss, etc.)	Nahrungsmittelallergien/Intoleranzen
Gute Verträglichkeit von Antidepressiva (Serotoninwiederaufnahmehemmer)	Empfindlichkeit auf Umweltgifte
Sehr hohe Libido	Künstlerische oder musikalische Begabung
Asperger oder Autismus Diagnose (auch in der Familie)	Unverträglichkeit von Kupfer/Kupferüberschuss
Schwierigkeiten Muskeln aufzubauen	Wiederkehrende Ekzeme
Unverträglichkeit von Folsäure	Selbstverletzendes Verhalten
Schlechte Verträglichkeit von Beruhigungsmitteln wie Valium	Obsessives Verhalten ohne zwanghaftes Verhalten
	Abwesenheit von Heuschnupfen
	Guter Muskelaufbau
	Gute Verträglichkeit von Beruhigungsmitteln wie Valium
	Unverträglichkeit von Östrogenen (eigenen und fremden, wie z. B. Pille oder IVF), Neigung zur Östrogendominanz
	Unverträglichkeit von Sam-e oder Methionin

### Symptome der Unter- und Übermethylierung

nommen. Dr. Walsh hingegen geht davon aus, dass Methylierungsstörungen im Ergebnis nicht nur von diesem einen Gen abhängen. Sie sind aus seiner Sicht vielmehr ein Ergebnis mehrerer Gene, von denen manche eine Übermethylierung, andere eine normale oder Untermethylierung ausdrücken können. Entscheidend für die Therapie ist je-

doch das Gesamtergebnis im Stoffwechsel, also das Zusammenspiel aller Gene, die sich praktisch auf die Methylierung auswirken. [1] Er testet daher das Blut um den Ist-Zustand einer Methylierungsstörung zu messen, wohingegen durch eine genetische Testung nur eine potenzielle Möglichkeit von vielen ermittelt werden kann.

Um Methylierungsstörungen zu ermitteln, testet Dr. Walsh nach einem besonderen Verfahren Histamin im Vollblut (niemals im Serum). Er geht davon aus, dass die Histaminproduktion sich umgekehrt proportional zur Methylierung verhält. Hohes Histamin bedeutet demnach Untermethylierung, niedriges Histamin bedeutet Übermethylierung. Ein weiteres Argument für die Testung im Blut ist die Historie des Menschen, die sich in Form von Umwelteinwirkungen und Wechselwirkungen von Nährstoffen untereinander auf das (dauerhafte) An- oder Abschalten von Genen auswirken kann. [2] Diese nachgenetischen Entwicklungen können Gentests ebenfalls nicht erfassen.

Neben der Ermittlung von Methylierungsstörungen beschränkt sich das Walsh-Testprotokoll auf nur wenige zusätzliche Testparameter, da Dr. Walsh durch seine langjährige Erfahrung festgestellt hat, dass ein Kupferüberschuss oder eine Kupferverarbeitungsstörung, ein Vitamin-B6-, Zink- und Aminosäuremangel sowie oxidativer Stress in Bezug auf die Verursachung psychischer Erkrankungen wiederkehrende Haupttäter seien. [3] Ein Mangel oder Überschuss an diesen Stoffen wird durch Blut- oder Urintests ermittelt. Genetische Testungen kommen auch hier nicht zum Einsatz.

Ein weiteres Unterscheidungsmerkmal der Walsh-Methode ist die Annahme, dass der Methylierungsstatus eines Menschen lebenslanglich festgelegt ist. [4] Zwar kann man mit Nährstoffen die Methylierung ankurbeln oder unterdrücken, doch am grundsätzlichen epigenetischen Ausdruck der Methylierung ändert das nichts. Ein Übermethylierer wird kein Untermethylierer oder umgekehrt. Dementsprechend braucht ein Untermethylierer grundsätzlich keine Nährstoffe, die einem Übermethylierer gut tun würden. Sie können ihm sogar schaden.

Damit muss der Methylierungsstatus eines Menschen prinzipiell nur einmal festgestellt werden. Ausnahmen bestehen nur, wenn nicht sichergestellt werden kann, ob die Testung nicht verfälscht worden ist. Denn einige Medikamente können sich auf die Histaminproduktion auswirken. Dazu gehören zum Beispiel Antihistaminika.

## Testung

Bei der Testung wendet Dr. Walsh teilweise seine eigenen Verfahren an. Daher ist eine zuverlässige Testung mancher Parameter wie zum Beispiel Histamin im Vollblut zur Zeit ausschließlich bei Dr. Walshs „Haus und Hof“-Labor DHA in den USA möglich. Erfah-

rungsgemäß liefern deutsche Labore, die eine Histamintestung im Vollblut anbieten, im Sinne der Walsh-Testung falsch niedrige Histaminwerte.

Das Verfahren des DHA-Labors sorgt dafür, dass Testergebnisse das volle Spektrum möglicher Ergebnisse ausschöpfen. Übermethylierer weisen Histaminwerte im Vollblut unter 40 ng/ml auf, wohingegen Untermethylierer über 70 ng/ml liegen. In meiner Praxis hatte ich schon Werte von 4 bis über 250 ng/ml. Testergebnisse von Kontrollproben, die wir in deutschen Laboren haben machen lassen, lagen immer lediglich zwischen 30 und 55 ng/ml.

*Unbrauchbare Testergebnisse können natürlich mitunter katastrophale Behandlungsfolgen haben, in etwa, wenn ein Untermethylierer wie ein Übermethylierer behandelt wird.*

Auch die Präklinik in Bezug auf alle Walsh-Parameter spielt eine herausragend wichtige Rolle für eine korrekte Diagnostik. Deswegen wird auch die Erklärung des Testprozesses bei der Ausbildung zum Walsh-Practitioner ausgiebig erläutert. Präklinische Fehler werden weiterhin durch eine enge spätere Zusammenarbeit mit dem DHA-Labor vermieden.

## Klinik

Dr. Walsh betont immer wieder, dass die Klinik bei der Entwicklung einer Behand-

lungsstrategie überaus wichtig sei und in Zweifelsfällen mitunter auch Testergebnisse übertrumpfen sollte. Hierbei wird zum Beispiel bei einer Depression nicht nur die depressive Verstimmung als Indiz für die Verschreibung von Nährstoffen genommen, sondern auch gemeinsam auftretende Symptome. Er geht davon aus, dass 38 Prozent der Depressionen auf Untermethylierung, 20 Prozent auf Übermethylierung, 17 Prozent auf einen Kupferüberschuss, 15 Prozent auf Hämopyrrolaktamurie (HPU) und fünf Prozent auf eine Schwermetallbelastung und andere toxische Stoffe zurück zu führen seien. [5]

*Aus diesem Grund muss sich ein Walsh-Therapeut auch mit den Eigenschaften und den gemeinsam auftretenden Symptomen der einzelnen biochemischen Imbalancen auskennen.*

Da im deutschen Sprachraum die Symptome der Unter- und Übermethylierung am wenigsten bekannt sind, beschränke ich mich hier auf eine Wiedergabe dieser Symptome (vgl. Tab., S. 32). Weitere Informationen zur Klinik finden sich im Buch von Dr. Walsh. [6]

## Behandlung

Die Behandlung nach dem Walsh-Protokoll ist eine reine Nährstofftherapie. Wenn es um die Behandlung psychischer Erkrankungen geht, ist das Ziel den Patienten auch ohne

## Ihr Praxisbedarf: Schnell. Günstig. Zuverlässig.

- **Schnell:** Lieferung direkt und versandkostenfrei schon ab 70,- € Warenwert netto.
- **Günstig:** Konsequente Preisorientierung, **100%ige Kundenorientierung!**
- **Zuverlässig:** Alle Arzneimittel und Medizinprodukte **aus einer Hand.**



**Kostenlose Logistik-Hotline: 0800 / 500 70 70**

Psychopharmaka zu stabilisieren. Das gelingt in vielen Fällen, in anderen Fällen können Psychopharmaka erheblich reduziert werden. Dr. Walsh betont, dass die Psychotherapie der natürliche Partner seines Protokolls sei, sodass eine wirkliche Verbesserung des Zustandes häufig erst durch eine Kombination von Nährstoff- und Psychothe-

rapie erreicht werden könne. Diese Beobachtung hat sich in der Praxis vielfach bestätigt. Wie alles andere auch, ist das Walsh-Protokoll keine Wunderpille, sondern ein weiteres und vielleicht auch wesentliches Instrument zur Selbstermächtigung des Patienten.

#### Methylierungsstörungen

In meiner Praxis mit dem Schwerpunkt für natürliche Hormonregulation ist der Test nach Walsh mittlerweile der Einstiegstest für alle Patienten geworden. Auch dann, wenn mit dieser Testung durch die Versendung eines Teils der Proben in die USA ein erheblicher logistischer Aufwand verbunden ist.

Bislang zeigten sich auch bei allen Patienten epigenetische Störungen, natürlich in einem unterschiedlichen Ausmaß. Methylierungsstörungen spielen bei der Einwirkung auf die Psyche eine große Rolle. Doch die Störungen, die einem Unverhältnis von Kupfer und Zink entstammen, haben meist größere Auswirkungen auf das hormonelle Geschehen. Nicht selten ist bei Patienten die Fähigkeit zur Regulierung von Metallen am Anfang der Behandlung gestört. Das kann sich auch auf den Eisenstoffwechsel oder die Fähigkeit der Entsorgung von Schwermetallen auswirken.

#### Metallregulierungsstörungen

Auch sogenanntes „freies“ Kupfer oder Eisen sind dabei ein Thema. Hierbei hat der Patient zu wenige Bindungsproteine um Kupfer und Eisen metabolisch zu verwerten. Dadurch wird das ungebundene Kupfer oder Eisen ins Gewebe geschoben und oxidiert dort. Es ergeben sich mitunter scheinbar paradoxe Symptome eines Mangels als auch eines Überschusses an Kupfer oder Eisen.

Metallregulierungsstörungen werden nach Walsh regelmäßig vor Methylierungsstörungen behandelt. Der Metallstoffwechsel wird hauptsächlich durch Zink und andere Antioxidantien reguliert. Ein gut eingestellter Kupferstoffwechsel ist in meiner Praxis zum Beispiel ein unerlässlicher Baustein für die natürliche Regulierung von Östrogen und Progesteron. Eine Östrogendominanz lässt sich meiner Erfahrung nach kaum bewältigen, sollte ein Kupferüberschuss oder zu viel freies Kupfer vorhanden sein.

#### Therapie mit Folsäure und SAME

Im Zentrum der Therapie von Über- und Untermethylierung stehen Folsäure für die Übermethylierung und SAME oder Methionin für die Untermethylierung. Diese Nährstoffe können bei vorhandener Indikation zum

Beispiel auch einen wesentlichen Beitrag zur Entgiftung oder auch zum Aufbau von Muskelmasse leisten.

#### Fazit

Das Walsh-Protokoll kann ein wichtiger Baustein im Werkzeugkasten eines ganzheitlich orientierten Therapeuten sein. Das gilt für seine Verwendung bei psychischen Erkrankungen, als auch bei Stoffwechselstörungen allgemein.

Während das Buch von Dr. Walsh eine wichtige Einführung in seine Methode ist, so ist es dennoch kein Therapieleitfaden. Es ist nicht möglich durch das Lesen seines Buches die Methode zu praktizieren. Denn es kann alleine präklinisch schon sehr viel schief gehen, wenn man nicht korrekt geschult worden ist. Auch gravierende Verschlimmerungen bei psychischen Erkrankungen sind bei einer Fehltherapie durchaus möglich. Um Fehltherapien zu vermeiden ist vor allem auch wichtig die Lehren von Dr. Walsh in Bezug auf Methylierung nicht mit anderen „Schulen“ zu vermischen.

Folglich ist die korrekte Anwendung des Walsh-Protokolls nur durch den Besuch eines Kurses im Walsh Institut möglich. Zertifizierte Therapeuten haben keine Lehrbefugnis, sodass das Wissen ausschließlich durch das Walsh Institut weiter gegeben und ständig aktualisiert wird.

Dr. Walsh wünscht sich mehr Walsh-Therapeuten in Deutschland, wie er mir mitteilte als ich im Frühjahr 2018 meine Zertifizierung erhielt. Den Kurs kann ich nur jedem Therapeuten ans Herz legen, der gutes Fachengisch beherrscht. Heilpraktiker werden nur nach einer ausführlichen und persönlichen Bewerbung bei Dr. Walsh aufgenommen. ■

**Keywords:** Epigenetik, Methylierungsstörung, Psychotherapie, Nährstofftherapie

#### Literaturhinweis

- [1] Skript: Mastering Brain Chemistry, Physician Education Workshop, April 7-10, 2018, S. 48
- [2] Walsh, William J., Nutrient Power: Heal Your Biochemistry and Heal Your Brain, 2014, S. 38
- [3] Walsh, William J., Nutrient Power: Heal Your Biochemistry and Heal Your Brain, 2014, S. 18
- [4] Walsh, William J., Nutrient Power: Heal Your Biochemistry and Heal Your Brain, 2014, S. 37
- [5] Walsh, William J., Nutrient Power: Heal Your Biochemistry and Heal Your Brain, 2014, Kapitel 6
- [6] Walsh, William J., Psychische Erkrankungen anders behandeln, 2016, VAK Verlag



Katia Trost

Seit vielen Jahren ist Katia Trost Heilpraktikerin sowie Therapeutin. Sie betreibt in Hamburg eine Praxis, in der hormonelle Störungen als komplexes und systemisches Thema verstanden und behandelt werden. Nach ihrer Methode können viele funktionelle Hormonstörungen auch ohne die Substitution mit (naturidentischen) Hormonen ursächlich behandelt werden. Kürzlich erschien ihr Buch „Wege aus der Hormonfalle“. Ab Ende 2019 bildet sie auch wieder interessierte Kollegen in ihrer Methode zum Hormoncoach aus.

Durch ihre ursächliche Arbeit mit dem Hormonsystem wurde sie auf die Wichtigkeit einer intakten Entwicklung und Reifung aller menschlichen Regelsysteme aufmerksam. Ihr neues Konzept „Integrale Evolution“ verbindet ihr Wissen um die ursächliche Regulierung des Hormon-, Nerven- und Immunsystems unter anderem mit Aspekten der menschlichen Ontogenese mit einem besonderen Augenmerk auf Bindungsraumata.

#### Kontakt:

Katia Trost  
Naturheilpraxis für hormonelle Balance  
und Traumatherapie / Praxis für Integrale Evolution  
Hansastraße 14  
20149 Hamburg  
www.katiatrost.de  
www.integraleevolution.de  
www.natuerliche-hormonregulation.de