



Gesundheit  
beginnt in der Zelle

*Health begins  
in the Cell*

*Frau Dr. med. Helena Orfanos-Boeckel im Interview mit key.g*  
*Autoren: Lucas Hasselmann, Helena Orfanos-Boeckel*

Würde ein Arzt des 19. Jahrhunderts heute den Weg in moderne Kliniken finden, er wäre sicher erstaunt, wenn nicht gar überfordert. Die Fortschritte in Wissenschaft und Forschung müssen dramatisch anmuten: Mit den Mitteln der Medizin ist es uns gelungen, den menschlichen Körper nicht nur oberflächlich, sondern bis auf die molekulare Ebene zu verstehen. Die Entschlüsselung des humanen Genoms erlaubt uns ein tieferes Verständnis von Gesundheit und Krankheit als je zuvor, dennoch ist der genetische Code kein Faktum, dem wir uns fatalistisch beugen müssen. Am Beispiel eineiiger Zwillinge zeigt sich, dass zwei genetisch identische Individuen medizinisch eine vollkommen unterschiedliche Vita aufweisen können. Denn die Gesamtheit unserer Lebensumstände, das tägliche Leben und Erleben, hat wesentlichen Einfluss auf den Erhalt oder aber Verlust von Gesundheit.

Die rasante Entwicklung des medizinischen Wissens geht mit wachsender Vielfalt in der therapeutischen Landschaft einher.

Traditionelle Medizin steht immer mehr in Konkurrenz zu alternativen und ganzheitlichen Heilmethoden, bei denen Mensch und auch Menschlichkeit im Vordergrund stehen. Sie konzentrieren sich auf holistische Ansätze, die einerseits individuell auf externe und interne Belastungsfaktoren des Patienten eingehen und andererseits eigene Regulationsmechanismen („Selbsteilungskräfte“) des Patienten für die Erhaltung von Gesundheit unterstützen oder aufbauen helfen. Während in der traditionellen Medizin das Symptom und die richtige Diagnose und deren „böse“ Auslöser im Mittelpunkt stehen, geht es in der Ganzheitsmedizin um das Aufspüren individueller Störungen und deren nachhaltige Behandlung.

Dass ein ganzheitlich internistischer Blick auf diese Störungen des Stoffwechsels lohnt, verspricht Dr. Helena Orfanos-Boeckel. Als Internistin und Nephrologin verfügt sie über langjährige Erfahrung in der Behandlung chronisch schwer kranker Patienten. Gerade in der Nephrologie (Nierenheilkunde) steht die langjährige Betreuung meist älterer Patienten mit multiplen chronischen Störungen im Mittelpunkt. In der Klinik konnte sie über Jahre beobachten, wie es ist, wenn der Körper, bedingt durch Krankheit, Stück für Stück lebenswichtige Funktionen verliert und wie moderne Medizin diese Ausfälle zu kompensieren vermag (zum Beispiel mit Medikamenten, Dialyseverfahren bis hin zur Nierentransplantation, Intensivmedizin etc.).



**If a doctor of the 19th century found his way into modern medical centres today, he would certainly be surprised, if not overwhelmed. Advances in science and research must appear dramatic: With the resources of medicine we have succeeded in understanding the human body not only superficially, but down to the molecular level. The decoding of the human genome allows us a deeper understanding of health and disease than ever before, yet the genetic code is not a fact that we must bow to fatalistically. Using the example of identical twins, it is shown that two genetically identical individuals can have a completely different medical vita. For our entire living circumstances, everyday life and experience have significant influence on keeping or losing our health.**

**The rapid development of medical knowledge is accompanied by growing diversity in the therapeutic landscape. Traditional medicine is increasingly in competition with alternative and holistic healing methods in which man and also humanity are at the forefront. They focus on holistic approaches that, on the one hand, individually address external and internal stress factors of the patient and, on the other hand, support or help build up the patient's own regulatory mechanisms („self-healing powers“) for the preservation of health. While in traditional medicine the symptoms and the right diagnosis and their „evil“ trigger are central, holistic medicine is about detecting individual disorders and their sustainable treatment.**

Aus dieser Erfahrung entstand bei Frau Dr. Orfanos-Boeckel der Wunsch, den Stoffwechsel ihrer Patienten in seiner regulativen Funktion individueller und über eingehende Labordiagnostik zu verstehen. Ihre Arbeit kombiniert bewusst die etablierte Innere Medizin mit funktionellen und regulatorischen Diagnostik- und Behandlungskonzepten, unter anderem aus der orthomolekularen und der mitochondrialen Medizin.

„Regulative Heilmethoden werden von zahlreichen Ganzheitsmedizinern eingesetzt, aber durchaus unterschiedlich definiert. Vereinfacht beschrieben, geht es darum, regulierend in gesundheitsfördernde Körperprozesse einzugreifen“, erklärt die Ärztin im Interview mit key g.

Diese funktionelle Betrachtungsweise versteht den Körper beinahe wie ein Uhrwerk, dessen Teile nur im perfekten Zusammenspiel erfolgreich wirken können. Ist die Funktion eines Elements beeinträchtigt oder fällt es aus, können Störungen nicht mehr effektiv kompensiert werden – das Uhrwerk greift nicht richtig ineinander.

Frau Dr. Orfanos-Boeckel erläutert das an einem einfachen, aber eindrücklichen Beispiel: „Patienten, die vom HI-Virus betroffen sind, fehlt eine Art von weißen Blutkörperchen. Diese Zellen bilden das Rückgrat unseres Immunsystems. Können sie ihre Aufgabe nur teilweise oder gar nicht erfüllen, haben vermeintlich ungefährliche Erreger leichtes Spiel. Selbst eine simple Infektion kann mangels Gegenwehr nun lebensbedrohlich werden. Hier wird deutlich, wie ein einziger Baustein in einem komplexen System extreme Kompensationswirkung entfaltet und welche schwerwiegenden Folgen die Störung dieses Funktionskreises haben kann.“

---

## DOCH WIE VERHÄLT ES SICH MIT VERBREITETEN VOLKS- UND ALTERSERKRANKUNGEN?

---

„Sowohl Diabetes als auch Bluthochdruck sind gefäßschädigende Krankheiten. In konventionellen Therapien konzentrieren wir uns in erster Linie auf eine gute Einstellung dieser Krankheiten und erhoffen uns dadurch Milderung sekundärer Folgen für die Gefäße. Dennoch können beide Erkrankungen je nach Stoffwechsellage, bei gleicher Ausprägung bei Diagnosestellung unterschiedlich verlaufen.“

Die Arbeit von Dr. Helena Orfanos-Boeckel gleicht einer detektivischen Spurensuche. Aus der Menge an Daten, gewonnen in den verschiedenen diagnostischen Verfahren, entsteht ein vollständiges medizinisches Bild des Patienten. In Gedanken erstellt die Ärztin Funktionsnetze, knüpft Verbindungen und grenzt Ursachen ein.

**Dr. Helena Orfanos-Boeckel promises that a holistic internal medical look at these metabolism disorders is worthwhile. As an internist and nephrologist she has many years of experience in the treatment of critically ill patients. Especially in nephrology (treatment of kidney diseases), the long-term care of mostly older patients with multiple chronic disorders is central. In the clinic, she could observe for years how it is if the body, conditioned by illness, loses vital functions bit by bit, and how modern medicine is able to compensate for these failures (for example, with drugs, dialysis methods right up to kidney transplants, intensive care etc.).**

**From this experience, Dr. Orfanos-Boeckel developed the desire to understand the metabolism of her patients in its individual regulatory function and via detailed laboratory diagnostics. Her work consciously combines the established internal medicine with functional and regulatory diagnostic and treatment concepts, from orthomolecular and mitochondrial medicine among others.**

**„Regulatory healing methods are used by many holistic doctors, but are defined quite differently. In simple terms, it is a matter of regulatory action in health-promoting body processes“, explains the doctor during the interview with key g.**

**This functional approach sees the body almost like clockwork, whose parts can function successfully only in perfect harmony. If the function of an element is affected or it fails, disorders can no longer be compensated effectively – the clockwork does not interlock properly.**

**Dr. Orfanos-Boeckel explained a simple but impressive example: „Patients who are affected by HIV, are missing a type of white blood cells. These cells form the backbone of our immune system. If they can fulfil their function only partially or not at all, supposedly harmless pathogens have an easy time. Even a simple infection can now become life-threatening in the absence of resistance. Here it becomes clear how a single component in a complex system develops an extreme compensation effect and what serious consequences the disturbance of this functional circles can have.“**

„Ich sammle erst einmal Ideen. Wo könnten Zusammenhänge mit der Symptomatik des Betroffenen bestehen? Ich sehe mir an, welche Organe beteiligt sind, welche Funktionskreise eine Rolle spielen. Ich suche nach Stoffen, die bei normaler Funktion vorhanden sein müssten. Gibt es erhöhte Werte oder lässt sich bereits das Fehlen von regulierenden Hormonen erkennen? Welche Instrumente hat der Patient, um eine gesunde zelluläre Funktion aufrechtzuerhalten?“

Aber auch der Kontext spielt eine wichtige Rolle. Wie alt ist der Patient, gibt es eine Vorgeschichte? Mit den Jahren ändert sich der Stoffwechsel eines Menschen. Das wiederum muss in der Diagnostik berücksichtigt werden. Ist die Quelle einer Störung letztlich gefunden, können Maßnahmen wie etwa die Verabreichung von Vitaminen und Spurenelementen entwickelt werden, um verlorene oder beeinträchtigte Regulationsfunktionen wiederherzustellen. Das Denken in Funktionskreisen und Ebenen ist für Dr. Orfanos-Boeckel der Schlüssel zu erfolgreicher Therapie.

„Ich habe die Erfahrung gemacht, dass nach rein schulmedizinischen Gesichtspunkten behandelte Patienten oftmals keine dauerhafte Verbesserung ihres Zustands erfahren. Es ist wichtig, Erkrankungen in ihrem Kontext zu verstehen und den Körper bis hinunter auf die Stoffwechselebene zu betrachten, damit funktionelle Zusammenhänge erkennbar werden.“

Diese ganzheitliche Vorgehensweise im Sinne von Regulationsmedizin könnte auch im Rahmen erfolgreicher Prävention vielversprechende Ansätze liefern. Dr. Helena Orfanos-Boeckel illustriert dies am Beispiel eines 50-jährigen Patienten, der sich zum ersten Mal mit einer Bluthochdrucksymptomatik konfrontiert sieht. „Sind die Funktionskreise nicht optimal aufgestellt, ist es nur logisch, dass sich weitere, schwerwiegende Folgen ergeben können. Dazu zählt auch ein erhöhtes Schlaganfallrisiko. Analysiert man aber die Zusammenhänge der Störung in einem größeren funktionellen Kontext und unterstützt den Organismus auf Stoffwechselebene durch geeignete Maßnahmen, lässt sich der Patient dauerhaft so ausstatten, dass sich die Wahrscheinlichkeit weiterer Einschränkungen erheblich vermindert. Wird dem Körper nicht geholfen, einmal gestörte Regulationsmechanismen wieder zu aktivieren, entstehen weitere Ketten von Folgeerscheinungen, die schließlich ebenso in weiteren chronische Erkrankungen münden können. Dann wird es unter regulatorischen Gesichtspunkten immer schwieriger, wieder ein gesundes Gleichgewicht zu erreichen.“

---

## BUT WHAT IS THE CASE WITH KNOWN WIDESPREAD AND AGE-RELATED DISEASES?

---

„Diabetes and high blood pressure both have a damaging effect on the vascular system. Conventional approaches concentrate on therapeutic adjustment and limitation of secondary consequences.“ However, both illnesses can still progress differently depending on the metabolism, with the same severity at the time of diagnosis.

The work of Dr. Helena Orfanos-Boeckel resembles detective work searching for clues. From the amount of data, obtained in the different diagnostic procedures, an entire medical picture of the patient is created visualising functional networks, establishes links and finding underlying causes.

„Initially I collect ideas. Where could there be connections with the symptoms of the person concerned? I take a look at which organs are involved and which functional circles play a role. I am searching for materials which should be present during normal function. Are there increased values or is the lack of regulating hormones already revealed? What instruments does the patient have to maintain a healthy cellular function?“

But also the context plays an important role. How old is the patient, is there a previous history? Over the years, the metabolism of a person changes. This must also be considered in the diagnostics. If the source of a disorder is finally found, measures can be developed to recover lost or affected regulatory functions, like for example the administration of vitamins and trace elements. Thinking in functional circles and levels is the key to successful treatment for Dr. Orfanos-Boeckel.

„It has been my experience that patients treated from the purely conventional medical standpoint often find no lasting improvement in their condition. It is important to understand illnesses in their context and look at the body down to the metabolic level, so that functional connections become recognisable.“

This holistic approach in terms of regulatory medicine could also deliver promising approaches within the scope of successful prevention. Dr. Helena Orfanos-Boeckel illustrates this with the example of a 50-year-old patient who is confronted for the first time with high blood pressure symptoms. „If the functional circles are not optimally positioned, it is only logical that other

***Unser Körper ist wie ein Uhrwerk, dessen Teile nur im perfekten Zusammenspiel erfolgreich wirken können. Ist die Funktion eines Elements beeinträchtigt oder fällt es aus, können Störungen langfristig nicht mehr effektiv kompensiert werden – das Uhrwerk greift nicht richtig ineinander.***

Gesundheit beschreibt letzten Endes die Summe von vielen Faktoren: Genetik, Umwelt, Ernährung – allgemeine physische Lebensumstände. Der Mensch ist jedoch auch psychischem Stress ausgeliefert. Die enge Verbindung von Körper und Seele ist bekannt und wird therapeutisch sowohl in der psychosomatischen Medizin wie auch in vielen ganzheitlichen Heilmethoden der Alternativ- und Komplementärmedizin genutzt.

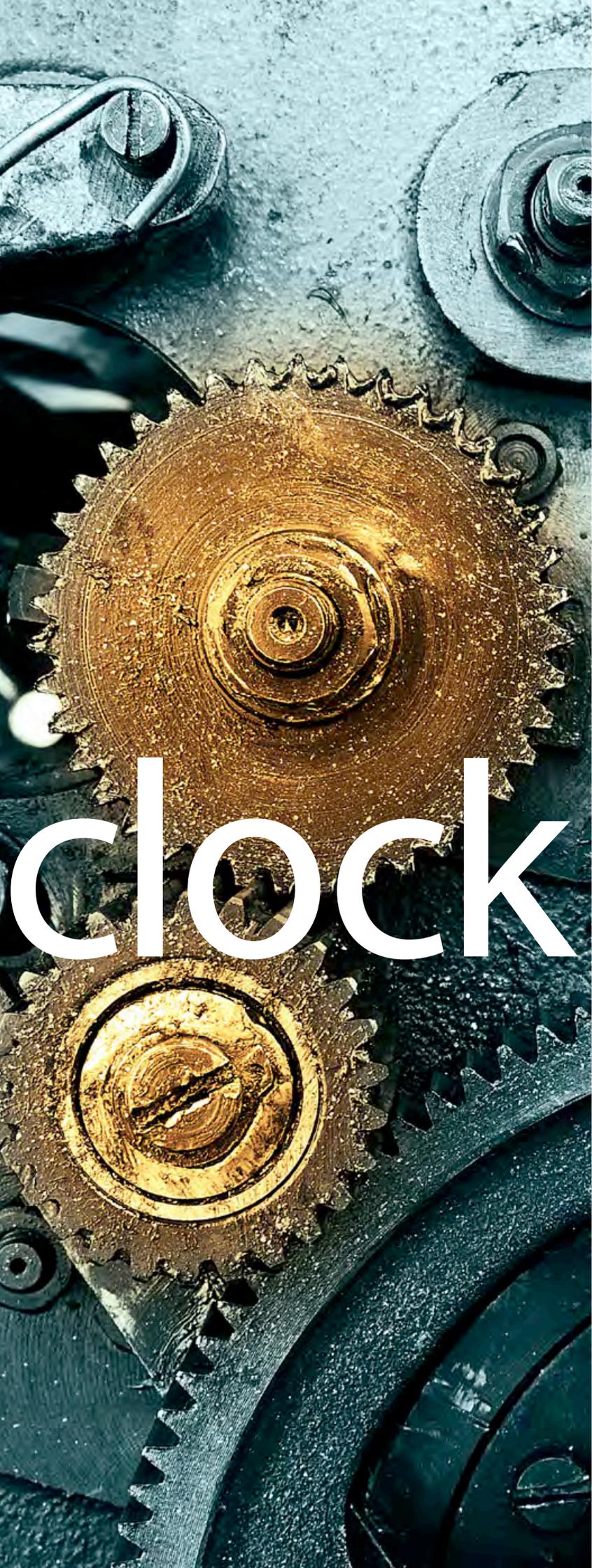
„Ein klassisches Beispiel sind Kinder, die sich in der Schule mit einem hohen Stressniveau konfrontiert sehen. Wir beobachten dort ganz verschiedene Symptome – beispielsweise Bauchschmerzen, die sich nicht einfach organisch erklären lassen. Stofflich haben wir noch keine echte dauerhafte Handhabe gegen diese Störungen. Die Wissenschaft kommt den entsprechenden Prozessen aber mehr und mehr auf die Schliche. Die Erfahrungen in meiner Arbeit zeigen: Stress verursacht einen erhöhten Bedarf der B-Vitamine, im Besonderen B12 und B6. Auch Störungen der Darmflora und Nahrungsmittelunverträglichkeiten können in diesem Zusammenhang wichtig sein. Menschen, deren Organismus gut mit diesen Vitaminen und einer funktionierenden Darmflora ausgestattet sind, bleiben unter Anspannung gelassener und dadurch symptomfrei. Die entsprechenden Regulations Ebenen, um biochemisch auf starke äußere Reize zu reagieren und Angst zu managen, funktionieren schlicht besser. Ein gesunder Körper im Gleichgewicht kann einfach mehr aushalten als einer, dem unter Druck die Puste ausgeht.“

Der interdisziplinäre, ganzheitliche und vor allem individuelle Fokus auf Aktivierung der Selbstregulationssysteme ist das eigentlich Neue und Aufregende dieser jungen Disziplin. Das Ziel besteht nicht in der alleinigen Symptombehandlung, sondern in der Stärkung des Körpers als Ganzes. Beinahe kriminalistisch mutet die Erforschung von komplexen Ursachen an, das Verstehen der Wechselwirkung unserer Organe und ihrer Interaktion mit äußeren Faktoren in den Grenzbereichen des Organismus. Noch gibt es vieles zu entdecken, aber die ersten Ergebnisse sind vielversprechend. Ärzte wie Frau Dr. Helena Orfanos-Boeckel erklären durch ihre Arbeit mehr und mehr das System Mensch und bereichern dadurch auch die klassische Medizin. Davon profitieren am Ende vor allem Sie, die Patienten.

serious consequences may arise. This also includes an increased risk of stroke. But if you analyse the connections of the disorder in a bigger functional context and support the organism at metabolic level by suitable measures, the patient is permanently equipped in such a way that the probability of other restrictions considerably decreases. If the body is not helped to reactivate regulation mechanisms once disturbed, other chains of consequences occur that may eventually lead to other chronic diseases as well. Then it becomes more and more difficult under regulatory aspects to attain a healthy balance again.“

Health is the sum of many factors: genetics, environment, food – general physical living conditions. Nevertheless, the person is also subjected to psychological stress. The close connection between body and soul is known and used therapeutically, both in psychosomatic medicine as well as in many holistic healing methods of alternative and complementary medicine.

„A classic example are the children who are confronted at school with a high level of stress. There we observe quite different symptoms – for example, stomachaches that cannot be easily explained organically. Materially, we do not have any real lasting recourse against these disorders. Science nowadays is getting closer and closer to solutions. The experiences in my work show: Stress causes an increased need for B vitamins, in particular B12 and B6. Also, disorders of the intestinal flora and food intolerance can be important in this context. People whose organisms are well equipped with these vitamins and a functioning intestinal flora remain more calm under strain and thereby free of symptoms. The appropriate levels of regulation to react biochemically to strong external stimuli and to manage fear simply function better. A healthy body in balance can easily withstand more than one running out of steam under pressure.“



# clockwork

The interdisciplinary, holistic and above all individual focus on activation of the self-regulation systems is the really new and exciting aspect of this young discipline. The goal is not solely the treatment of symptoms, but the strengthening of the body as a whole. The investigation of complex causes is almost criminalistic, the understanding of the interaction of our bodies and their interaction with external factors at the border areas of the organism. There is still much to be discovered, but the first results are promising. Doctors like Dr. Helena Orfanos-Boeckel explain more and more of the human system through her work and thereby also enrich classical medicine. Above all, the patients benefit from it in the end.

*Our bodies are like clockwork, whose parts can function successfully only in perfect harmony. If one element is affected or fails, over time disorders can no longer be compensated effectively – the clockwork does not interlock properly.*



Interview