

Mitomedizin bei Schlafstörungen

Kurzabstract von Dr. Franz Enzmann

Der Schlaf als natürlicher und selbstverständlicher Teil unseres Lebens hat eine ganze Reihe von Aufgaben. Neben der Regeneration verschiedenster Körperfunktionen werden auch Gedächtnisinhalte sortiert, die Gehirnreifung findet dort statt und vieles andere mehr. Die Schlafbedürfnisse unterscheiden sich in den unterschiedlichen Altersgruppen sehr stark.

Mit etwas Kreativität kann versucht werden, diesen nachzukommen.

Auch der normale Schlafrythmus ändert sich in den verschiedenen Lebensphasen, die sich daraus ergebenden Konsequenzen für die Lebensführung werden vorgestellt. Der Schlaf teilt sich in verschiedene Schlafstadien ein, gesteuert wird der Schlafrythmus durch die Innere Uhr und die daraus folgende Melaninproduktion. Gründe für Schlafstörungen können sowohl von außen kommen (unzureichende Schlafumgebung, Schichtarbeit) als auch von innen (Missachtung der inneren Uhr, psychosoziale Probleme, Atemaussetzer, Medikamente). Es werden Tipps für einen gesunden Schlaf, Schlafhygiene, Hausmittel sowie Hinweise für Reisende über mehrere Zeitzonen vorgestellt.



Vita Dr. Franz Enzmann

Dr. F. H. Enzmann promovierte 1967 über Elektronenbrenzen von Naturstoffen bei Prof. H. Schildknecht an der Universität Heidelberg.

Er ist Schüler von Karl Folkers, dem Entdecker von Ubiquinon Q10, und von Rolf Luft, dem Vater der Mitochondrialen Medizin. Durch die Strukturaufklärung des ersten Hypothalamushormons, TRH, für A.V. Schally (Nobelpreis in Medizin 1977) gelangte er in die Medizin.

Über die Medizinische Abteilung der Hoechst AG wurde er bei Prof. Schöffling zum Diabetes- und Insulinspezialisten ausgebildet.

Mit Eli Lilly führte er 1983 das erste gentechnische Human-Insulin ein.

Als Forschungsleiter von Byk Gulden widmete er sich dem Lung Surfactant für das Atemnotsyndrom von Erwachsenen (ARDS).

Von 1967 an, als er mit Q10 die ersten Muskeldystrophie Duchenne-Kinder an der Stanford Universität behandelte, war er von dieser außergewöhnlichen Substanz fasziniert. Er versucht seitdem, dem Ubiquinon und Ubiquinol einen hohen Stellenwert in der Prävention und Therapie zu vermitteln.

Seit 1992 setzt er auf die Mitochondriale Medizin; dabei zielt er auf eine intelligente Galenik für mitotrope Substanzen (Nanotechnologie) ab.

Folgende Indikationen konnten bereits durch klinische Doppel-blind-studien belegt werden: Endothelschutz (Cardiology, 2005); Migräne (Neurology, 2005); M. Parkinson (Arch Neurology, 2007); PSP (Movement Disorders, 2008); Einsatz von Q10 nach Wiederbelebung (Circulation, 2004); Tinnitus Studie läuft gerade.