

# Was Enzyme alles können

Viele hundert verschieden Enzyme sind bekannt. Es handelt sich um Eiweißverbindungen, die im Stoffwechsel von Mensch, Tier und Pflanze lebensnotwendig sind. Sie fungieren als Katalysatoren, die in geringsten Mengen anwesend sein müssen, damit chemische Stoffwechselvorgänge überhaupt ablaufen können. Die Enzyme des Magensafts – Amylasen, Lipasen und Peptidasen – werden benötigt, um Kohlenhydrate, Fette und Eiweiße der Nahrung in kleinste Bestandteile zu spalten und sie so für den Organismus nutzbar zu machen.

Enzyme sind hochspezifisch. Sie katalysieren nur eine bestimmte chemische Reaktion mit einem bestimmten Substrat. Wird z.B. das Enzym Lactase nur unzureichend gebildet, so kann der Betroffene Lactose, den Milchzucker, nicht verdauen. Auf Milch und Milchprodukte reagiert er mit Blähungen, Übelkeit und Durchfall. Andere Enzyme sind an der Funktion des Immunsystems beteiligt oder greifen in Entzündungsvorgänge ein. Dazu gehört z.B. das pflanzliche Enzym Bromelain, das aus Ananas gewonnen wird. Dieses Enzym kann Entzündungsreaktionen positiv beeinflussen und hat sich z.B. zur Behandlung von Nebenhöhlenentzündungen bewährt.

Auch chronische Entzündun-



Foto: Blende 8

*Apotheker Dr. Lutz Engelmann*

gen und Reizungen und Sportverletzungen wie z.B. Tennisarm oder Blutergüsse sprechen oftmals gut auf eine Enzymtherapie an. Meist beginnt man mit einer hohen Initialdosis und fährt dann die Enzymgabe auf eine niedrigere Erhaltungsdosis zurück.

Allerdings ist solch eine Enzymtherapie für besonders magenempfindliche Personen nicht zu empfehlen. Bereits der Verzehr von 500 g Ananas kann zu Reizungen der Magenschleimhaut führen, gleiches gilt entsprechend natürlich auch für die Einnahme hoher Enzymdosen.

Wenn Sie mehr zum Einsatz von Enzymen wissen wollen, dann fragen Sie uns.

**Ihr Apotheker  
Dr. Lutz Engelmann**