

Dr. med. Joachim Strienz

**FACHARZT  
SPRECHSTUNDE**

# KPU - Kryptopyrrolurie

Verstehen – Ursachen behandeln –  
Beschwerdefrei leben

# Inhalt

## Leben mit KPU – Kryptopyrrolurie

**Leben Sie nicht länger mit den Beschwerden ..... 5**

**Basics ..... 13**

**KPU oder HPU? ..... 14**

Was ist der Unterschied? ..... 14

**Das Wichtigste auf einen Blick ..... 15**

Was bedeutet KPU, was bedeutet HPU? ..... 15

Woher kommt das Pyrrol? ..... 15

Was passiert bei der Ausscheidung über die Nieren? ..... 15

Wie häufig kommt diese Krankheit vor? ..... 16

Ist diese Krankheit erblich? ..... 16

Ist diese Krankheit ansteckend? ..... 16

Wie wird KPU im Labor festgestellt? ..... 16

Welche Symptome sprechen für KPU? ..... 16

Ist KPU heilbar? ..... 19

Beispielhafte Krankheitsverläufe ..... 20

**Tipps zum Leben mit KPU ..... 24**

Wer soll mich ärztlich betreuen? ..... 25

Was ist wichtig beim Arztbesuch? ..... 25

Soll ich weitere Behandlungen mit anderen

Medikamenten durchführen lassen? ..... 25

Darf ich Sport treiben oder in die Sauna gehen? ..... 25

Darf ich mich sonnen? ..... 26

Physiotherapie. Welche Anwendungen sind hilfreich? ..... 26

Familie und Partnerschaft ..... 27

Krankschreibung, Behinderung, Berentung ..... 28

**Zusammenfassung ..... 29**

**Symptome und Diagnostik ..... 31**

<b>Symptome und Ursachen</b> .....	<b>32</b>
KPU, nitrosativer Stress und Mitochondropathie .....	33
Wie lassen sich die Beschwerden erklären? .....	34
<b>Untersuchungsmethoden</b> .....	<b>41</b>
Basisuntersuchung .....	41
Zusatzuntersuchungen .....	42
<b>Angeboren oder erworben?</b> .....	<b>50</b>
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>53</b>
<b>Einfluss von KPU auf andere Erkrankungen und Beschwerden</b> .....	<b>55</b>
<b>KPU und Schilddrüsenerkrankungen</b> .....	<b>56</b>
Vorkommen und Häufigkeit .....	56
Wie wird eine Hashimoto-Thyreoiditis festgestellt? .....	57
Welche Beschwerden können auftreten? .....	58
Wie kommt es zur Schädigung der Schilddrüse? .....	62
<b>KPU und Histamin</b> .....	<b>66</b>
Was sind biogene Amine? .....	66
Funktionen von Histamin .....	66
Histamin bei KPU .....	67
<b>KPU und Gluten</b> .....	<b>71</b>
Was ist Gluten? .....	71
Diagnosestellung .....	72
Sind Antikörperbestimmungen ein Ersatz für die Biopsie? .....	72
Therapie .....	74
KPU und latente Zöliakie .....	74
ATI-Sensitivität oder Weizensensitivität .....	75
<b>KPU und der Zuckerstoffwechsel</b> .....	<b>77</b>
Fruchtzuckerunverträglichkeit .....	77
KPU und Probleme mit dem Blutzucker .....	83

<b>KPU und Proteine in der Nahrung</b> .....	<b>85</b>
<b>KPU und Progesteron</b> .....	<b>86</b>
Progesteron .....	86
Wechseljahre (Menopause) .....	89
Bedeutung für KPU-Patientinnen .....	90
<b>KPU und die Nebennieren</b> .....	<b>91</b>
Kortisol .....	92
Mögliche Auslöser einer Nebennierenschwäche .....	93
Welche Labortests sind geeignet? .....	94
Symptome der Nebennierenschwäche .....	94
Wie kann eine Nebennierenschwäche wieder rückgängig gemacht werden? .....	95
<b>KPU und Zähne</b> .....	<b>96</b>
<b>KPU und Medikamentenunverträglichkeit</b> .....	<b>97</b>
<b>KPU und Muskel- und Gelenkschmerzen</b> .....	<b>98</b>
<b>KPU und Psyche</b> .....	<b>100</b>
Wie lassen sich psychische Erkrankungen erklären? .....	102
KPU und das Schriftbild .....	104
<b>Kinder mit KPU</b> .....	<b>106</b>
Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADS)/Aufmerksam- keitsdefizit-Hyperaktivitätssyndrom (ADHS) .....	108
Dopamin .....	109
Serotonin .....	109
Glutamat und GABA .....	110
<b>KPU und die auditive Wahrnehmungsstörung</b> .....	<b>111</b>
<b>KPU, der Schlaf und die Rolle des Serotonins</b> .....	<b>113</b>
Rolle des Melatonins als Auslöser des Schlafes .....	115
<b>KPU und Elektrosmog</b> .....	<b>116</b>

<b>KPU und Impfungen</b> .....	<b>117</b>
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>124</b>
<b>Ernährung, Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente</b> .....	<b>127</b>
<b>Gewichtsprobleme bei KPU</b> .....	<b>128</b>
Ursachen der Gewichtszunahme .....	128
Ernährung .....	129
<b>KPU und Vitamin D</b> .....	<b>131</b>
Klassische Wirkungen von Vitamin D .....	132
Neu entdeckte Wirkungen von Vitamin D .....	132
Wie viel Vitamin D brauchen wir? .....	133
Welche Lebensmittel enthalten Vitamin D? .....	133
Wie sieht die Versorgung mit Vitamin D aus? .....	133
Hat sich die Versorgungssituation geändert? .....	134
Was sind die Folgen des Vitamin-D-Mangels? .....	134
Vitamin D und KPU .....	135
<b>Vitamin K2, Partner des Vitamin D</b> .....	<b>136</b>
Wieviel Vitamin K2 brauchen wir? .....	138
<b>KPU und Zink</b> .....	<b>139</b>
Kann die Zinkaufnahme verbessert werden? .....	139
Versorgung mit Zink .....	141
Interaktionen .....	141
Einnahmeempfehlungen .....	142
<b>KPU und Eisen</b> .....	<b>143</b>
Eisenaufnahme und Verteilung .....	143
<b>KPU, Mangan und die Superoxiddismutase</b> .....	<b>146</b>
Welche Funktionen erfüllt Mangan im Körper? .....	146
Superoxiddismutasen .....	147
<b>Zusammenfassung</b> .....	<b>149</b>

<b>Therapie und Ausleitung</b> .....	151
<b>Therapie</b> .....	152
Ausgleich des Mikronährstoffdefizits an Vitamin B6, Zink und Mangan .....	153
Behandlung der Folgeerkrankungen .....	155
Behandlung der Mitochondropathie .....	166
<b>Entgiftung und Ausleitung</b> .....	167
<b>Zusammenfassung</b> .....	171
<b>Anhang</b> .....	173
<b>Tabellen (Fruktose, Histamin, Vitamin B6, Zink, Mangan)</b> .....	174
Fruktose .....	174
Histamin .....	175
Vitamin B6 .....	177
Zink .....	178
Mangan .....	180
<b>Kryptopyrrol und Porphyrien</b> .....	181
Was sind Porphyrien? .....	181
Was sind die Hauptbeschwerden bei Porphyrie? .....	182
Einteilung der Porphyrien .....	182
Ist Kryptopyrrolurie eine Porphyrie? .....	184
Wo liegt der Unterschied zur Porphyrie? .....	185
<b>Weitere Informationen</b> .....	186
Bücher zum Thema .....	186
Website .....	187
Labors zur Bestimmung von Kryptopyrrol oder Hämopyrrollaktam .....	187
Bezug von Mikronährstoffen .....	187
<b>Nachwort</b> .....	189
<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	191