



MCS

Multiple Chemikaliensensibilität

Wenn alltägliche Stoffe den gesamten Organismus belasten

MCS ist ein komplexes, multisystemisches Krankheitsbild, bei dem bereits geringe Konzentrationen alltäglicher chemischer Stoffe ausgeprägte Beschwerden auslösen können.

HÄUFIGE AUSLÖSER

- Duftstoffe, Parfüm, Raumsprays
- Reinigungs- und Waschmittel
- Farben, Lacke, Lösungsmittel
- Schimmel, Feuchtigkeit, belastete Innenräume
- Abgase, Rauch, Feinstaub
- Pestizide, Insektizide
- Kosmetika, Pflegeprodukte
- Medikamente, Zusatzstoffe
- Kunststoffe, Klebstoffe, neue Möbel
- Drucker, Toner, Kopiergeräte



MÖGLICHE BESCHWERDEN

- Kopfschmerzen, Migräne
- Brain Fog, Konzentrationsstörungen
- Schwindel, Benommenheit
- Atemnot, Husten
- Herzrasen, Kreislaufschwankungen
- Übelkeit, Bauchschmerzen
- Muskelschmerzen, Gelenkschmerzen
- Erschöpfung, Schlafstörungen
- Licht-, Lärm- & Geruchsempfindlichkeit
- Hautreaktionen, Juckreiz
- Nahrungsmittel- & Medikamentenunverträglichkeiten

WAS IST MCS?

MCS beschreibt die übersteigerte Reaktion des Organismus auf chemische Stoffe – auch in sehr niedrigen Konzentrationen – mit vielfältigen Beschwerden in mehreren Organsystemen. Es ist keine klassische Allergie, sondern eine komplexe Regulationsstörung.

MÖGLICHE URSACHEN



DIAGNOSTIK

- ✓ Ausführliche Umweltanamnese
- ✓ QEESI-Fragebogen
- ✓ Allergie- & Immunstatus
- ✓ Mastzell- & Histamin Diagnostik
- ✓ Darm- & Mikrobiomdiagnostik
- ✓ Autonome Funktion (HRV)
- ✓ Individuelle Differenzialdiagnostik

BEHANDLUNG – INDIVIDUELL

- ✓ Reduktion relevanter Expositionen
- ✓ Stabilisierung von Darm, Schlaf & Nervensystem
- ✓ Unterstützung von Mastzellen & Immunsystem
- ✓ Korrektur von Nährstoffmängeln
- ✓ Antioxidative & entzündungshemmende Maßnahmen
- ✓ Ausleitung bei relevanter Belastung (behutsam)
- ✓ Psychologische und ganzheitliche Begleitung

MCS IST KEINE KLASSISCHE ALLERGIE

Allergie

- Immunreaktion auf ein spezifisches Allergen
- meist ein Stoff
- IgE-vermittelt

MCS

- Reaktion auf viele unterschiedliche Stoffe
- meist mehrere Systeme
- komplexe Regulationsstörung

Ganzheitliche Medizin. Individuelle Wege. Mehr Lebensqualität.
MCS verstehen. Ursachen erkennen. Regulation ermöglichen.

med³



TILT

Toxicant-induced Loss of Tolerance

Der erworbene Verlust natürlicher Toleranz

TILT beschreibt, wie eine vorher normale Toleranz gegenüber Chemikalien, Nahrungsmitteln und Medikamenten durch eine bedeutsame Belastung verloren gehen kann – und warum der Körper daraufhin auf viele zuvor gut verträgliche Stoffe mit Beschwerden reagiert.

DAS TILT-MODELL – ZWEI PHASEN



1. INITIATION

Eine bedeutsame chemische Belastung verändert die natürliche Toleranz.

- Pestizide, Lösungsmittel, Schimmel
- Verbrennungsprodukte
- Neubau-/Renovierungsexpositionen
- wiederholte niedrig dosierte Belastungen
- Infektionen, körperlicher Stress



2. TRIGGERING

Der Organismus reagiert auf geringe Mengen vieler zuvor verträglicher Stoffe.

- Duftstoffe, Reinigungsmittel
- Medikamente, Alkohol, Koffein
- Nahrungsmittel, Zusatzstoffe
- Abgase, Pestizide, Lösungsmittel

MÖGLICHE BESCHWERDEN

- Neurologische Symptome (Brain Fog, Kopfschmerzen, Konzentration)
- Autonome Dysregulation (Herzrasen, Blutdruckschwankungen)
- Mastzellaktivierung & Histaminreaktionen
- Atemwegs- und Schleimhautbeschwerden
- Verdauungsstörungen & Nahrungsmittelunverträglichkeiten
- Erschöpfung, Muskel- und Gelenkschmerzen

TYPISCHE AUSLÖSER / TRIGGER

- Duftstoffe, Parfüm
- Reinigungs- und Lösungsmittel
- Nahrungsmittel, Zusatzstoffe
- Medikamente
- Pestizide, Umweltgifte
- Rauch, Abgase
- Neubauten, Schimmel
- ... Weitere alltägliche Stoffe

WIE ENTSTEHT TILT?

Eine anfängliche chemische Belastung kann die Regulationssysteme des Körpers langfristig verändern. Danach reichen sehr geringe Mengen verschiedener Stoffe, um Beschwerden auszulösen.

MÖGLICHE MECHANISMEN



DIAGNOSTIK

- ✓ Ausführliche Umwelt- und Anamnese
- ✓ QEESI-Fragebogen
- ✓ Immun- & Mastzelldiagnostik
- ✓ Darm- und Mikrobiomuntersuchung
- ✓ Autonome Funktion (HRV)
- ✓ Individuelle Differenzialdiagnostik

BEHANDLUNG – INDIVIDUELL

- ✓ Relevante Belastungen erkennen und reduzieren
- ✓ Stabilisierung von Darm, Schleimhäuten und Nervensystem
- ✓ Unterstützung von Mastzellen und Immunsystem
- ✓ Korrektur von Nährstoffmängeln und Entzündungen
- ✓ Vorsichtige Ausleitung bei nachgewiesener Belastung
- ✓ Aufbau von Toleranz und individueller Resilienz
- ✓ Ganzheitliche, körperorientierte und psychologische Begleitung

WICHTIG ZU WISSEN



- TILT ist ein Erklärungsmodell – kein abschließender Diagnoseschlüssel.
- Nicht jeder Betroffene kann ein einzelnes Initiationsereignis benennen.
- MCS und TILT beschreiben unterschiedliche Ebenen – sie gehören oft zusammen.
- Eine einheitliche Ursache ist bislang nicht bekannt.

Mehr Verständnis. Bessere Wege. Mehr Lebensqualität.
Ursachen erkennen. Toleranz wiederherstellen. Individuell begleiten.

med³

QUELLEN (AUSWAHL) & WISSENSCHAFTLICHE EINORDNUNG

Binkley, J Allergy Clin Immunol Pract 2023; Zucco & Doty, Brain Sci 2022; Skovbjerg et al., J Environ Public Health 2012; Miller, Environ Health Perspect 1997; Masri et al., Environ Sci Eur 2021.
Einordnung: MCS/IEI ist ein heterogenes Beschwerdebild; Pathophysiologie und Biomarker sind nicht abschließend geklärt. TILT ist ein vorgeschlagenes Zwei-Phasen-Erklärungsmodell und kein alleiniger Diagnosenachweis.
© 2026 René Pierre de Waha / med³ · Eigene Konzeption, Zusammenstellung und grafische Bearbeitung · www.med3.world