

Herpes simplex - Behandlungskonzepte aus der Naturheilkunde

von Olaf Rippe

mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift Naturheilpraxis

Die Infektion mit Herpes simplex Virus (Typ I, Typ II) ist eine der häufigsten Viruserkrankungen des Menschen. Er gehört wie der Varicella-Zoster-, Zytomegalie- und Epstein-Barr-Virus, zur Gruppe der Herpesviren. Ab dem 2. Lebensjahr bilden nahezu alle Menschen Antikörper gegen den Herpes-Virus.

Trotz dieser Häufigkeit wird die Erkrankung aber immer noch wenig ernst genommen. Zu sehr wird Herpes als "harmloses" und kosmetisches Problem gesehen. Außerdem kennen viele Patienten allopathisch wirkende Arzneimittel aus Rundfunk und Fernsehen, mit denen sich die Symptome wunderbar für eine kurze Zeit verschleiern, bzw. unterdrücken lassen. Dies allerdings nur bis zum nächsten Rezidiv, das für diese Erkrankung typisch ist.

Das Erkrankungsbild nicht ernst zu nehmen, kann fatale Folgen haben, denn:

- die Erkrankung ist Ausdruck mangelnder Abwehrleistungen;
- bei entsprechender Vorerkrankung, besonders im Kleinkindalter, können ernsthafte Komplikationen auftreten;
- die Erkrankung ist chronischer Natur;
- der Herpesvirus wird in Zusammenhang mit gewissen Krebserkrankungen gesehen, weswegen Herpes simplex zu den Präkanzerosen gezählt werden muß.

So begünstigt der Herpes simplex Virus Typ I Krebs im Bereich von Lippen und Nase und der Herpes simplex Virus Typ II Krebs im Bereich der Zervix, wo er zusammen mit Papillomaviren vermutlich eine der Hauptursachen für Veränderungen des Pap-Tests darstellt.

Das Erkrankungsbild des Herpes simplex

Die Herpesinfektion findet meistens im Kleinkindalter statt und verläuft zu ca. 99% subklinisch; bei nur ca. 1% der Infizierten nimmt die Infektion den akuten Verlauf einer virämischen, fieberhaften Erkrankung von 6 bis 10 Tagen Dauer, meist unter dem Bild einer Stomatitis herpetica. Gerade bei Kindern können dabei aber auch Komplikationen auftreten, wie z.B. eine Meningoenzephalitis herpetica oder eine Superinfektion, die besonders Kinder mit vorgeschädigter Haut, z.B. Neurodermitis, betrifft.

Eine Übertragung kann durch eine Tröpfchen-, Kontakt- oder Schmierinfektion geschehen.

Der Virus kann im Speichel, im Bläschensekret, zum Teil im Stuhl und, je nach Verlaufsform, auch im Liquor nachgewiesen werden.

Nach der Erstinfektion persistiert das Virus im Nervensystem. Durch Defekte der zellulären Immunität kommt es bei vielen Patienten zu Rezidiven (Herpes simplex recidivans).

Ausgelöst werden die Rezidive z.B. prämenstruell oder durch fieberhafte Infekte, Höhen- bzw. verstärkte Sonnenstrahlung, übergroße Anstrengung, gastro-intestinale Störungen, vermehrte Stressbelastung, Depressionen, immunsuppressive Therapien, Vitaminmangel und Umweltgifte wie z.B. Schwermetalle.

Es kommt dabei zum Aufschließen gruppenweise angeordneter Bläschen auf entzündlichem Grund, die nach einigen Tagen eintrocknen und unter Krustenbildung abheilen. Auch nach der Krustenbildung ist das Serum, das sich unter der Kruste bildet, infektiös, weswegen auf Hygiene geachtet werden sollte. Ähnlich wie die Infektion mit dem Epstein-Barr-Virus, die im Volksmund auch "Kußkrankheit" genannt wird, kann sich Herpes simplex durch engen Körperkontakt übertragen. Die regionären Lymphknoten können im Krankheitsverlauf anschwellen und druckempfindlich sein.

Je nach Erscheinungsort der Bläschen, die vornehmlich an den Umschlagsstellen von Haut und Schleimhaut auftreten, werden folgende Verlaufsformen unterschieden: Herpes labialis (Lippen), Herpes nasalis (Nase), Herpes genitalis (Genitalschleimhaut), Herpes perianalis (Analforte), Keratoconjunctivitis herpetica (Augenbindehaut), Stomatitis herpetica (Mundschleimhaut).

Aber auch an anderen Hautpartien kann es zu Herpeserscheinungen kommen, vor allem bei vorgeschädigter Haut, z.B. durch Ekzeme, Tätowierungen oder Sonnenbrand. Eine Differentialdiagnose gegenüber Herpes zoster ist hier in jedem Fall notwendig. Meistens treten Rezidive an denselben Hautpartien auf (Herpes simplex recidivans in loco).

Neben den Symptomen der auslösenden Erkrankung bzw. Lebenssituation, kündigen sich Rezidive meist durch Juckreiz, Brennen, Spannungsgefühl und Trockenheit der betroffenen Hautpartien an. Meist klagt der Patient dabei über eine, schon länger vorhandene, Erschöpfung, und das Allgemeinbefinden ist in der Regel schlecht.

Zur Therapie des Herpes simplex

Die Naturheilkunde verfügt über eine Reihe von Möglichkeiten, die Rezidivintervalle deutlich zu verlängern, und nicht selten kann mit diesen sogar eine völlige Symptomenfreiheit bewirkt werden.

Folgende Kriterien sollte eine Therapie dazu erfüllen:

- eine immunstimulierende Therapie unter anderem mit viruziden Mitteln;
- eine roborieernde Therapie, um der Erschöpfung entgegen zu wirken;
- eine Therapie mit Haut- und Schleimhautmitteln, die eine wundheilende und keimtötende Wirkung haben;
- eine entgiftende Therapie, um Toxine auszuleiten;
- eine auf die Konstitution ausgerichtete Therapie, um der Rezidivneigung und Chronizität des Leidens zu begegnen.

Grundsätzlich kann das Leiden gleichzeitig von Außen wie von Innen therapiert werden.

Im Vordergrund der Therapie steht zunächst eine symptomatische Therapie zur Linderung der Beschwerden. Eine solche Therapie sollte im akuten Fall möglichst schon bei den ersten Symptomen erfolgen und mindestens bis eine Woche nach Abklingen der Symptome fortgeführt werden. Am besten eignen sich hierzu Vitaminpräparate, Enzyme, Phytotherapeutika und Homöopathika in Tiefpotenzen.

Mit Hilfe von Nosoden und geeigneten Homöopathika in Hochpotenzen, kann dann der Rezidivneigung vorgebeugt werden. Am besten geeignet sind hierfür die beschwerdefreien Intervalle.

Die nachfolgenden Angaben zur Therapie beziehen sich auf den erwachsenen Menschen und müssen selbstverständlich den jeweiligen Gegebenheiten (Alter, Krankheitsbild etc.) angepaßt werden.

1. Vitaminpräparate, Organmittel und Enzyme

Bekanntlich bietet Vitamin A den Haut- bzw. Schleimhautzellen Schutz vor dem Eindringen von Viren, Bakterien sowie Pilzen. Bei einer entsprechenden Infektion der Haut fördert es die Regeneration der geschädigten Zellen. Bewährt hat sich besonders "A-Mulsin forte" (1 x tgl. 6 bis 10 Tropfen), da sich die Zusammensetzung der Emulsion an der Muttermilch orientiert, weswegen eine besonders gute Resorption gewährleistet ist.

Neben der innerlichen Verabreichung von Vitamin A, kann damit auch die betroffene Hautstellen betupft werden, z.B. im Wechsel mit Salbenpräparaten. Tamponagen mit "A-Mulsin forte" wurden beispielsweise schon mit Erfolg von Gynäkologen bei Herpes genitalis und bei Zervix-CA eingesetzt.

Vitamin A akkumuliert in der Thymusdrüse, deren Tonisierung bei Virusinfektionen und ständigem Stress erforderlich ist. Aus diesem Grund sollte Vitamin A mit Thymuspräparaten, z.B. "Thymus Mucos" (3 x tgl. 1 bis 2 Tabletten vor dem Essen), kombiniert werden.

Vitamin E (z.B. "Sanaviton E 400", 1 bis 2 x tgl. eine Kapsel, "E - Mulsin fortissimum", bis zu 25 Tropfen tgl., "A-E Mulsin forte", 20 Tropfen tgl.) sollte wegen seiner Wirkung als Antioxydans und als Schutz- bzw. Regenerationmittel der Leber eingesetzt werden. Dies gilt besonders bei einer erhöhten Strahlen- und Ozonbelastung, vorzeitigen Alterungserscheinungen und bei erhöhter Exposition gegenüber Umweltgiften (z.B. Raucher, Abgase). In der Kosmetik wird auch die zellregenerierende Wirkung von Vitamin E sehr geschätzt, die für eine beschleunigte Abheilung der Herpesbläschen genutzt werden sollte.

Vitamin C (Ascorbinsäure als Pulver, ca. 1/2 bis 1 Teelöffel täglich in Wasser) wird zur Steigerung der körpereigenen Abwehrvorgänge, zur Verbesserung der Wundheilung und als Schutz vor Umweltgiften eingesetzt.

Besonders bei Dysbiose des Darms, Streß, Rauchern und Infektionen ist der Bedarf erhöht.

Vitamin C aktiviert eine Reihe von Hydroxylierungsreaktionen, wodurch viele Umweltgifte schneller von der Leber verarbeitet und hampflüchtig gemacht werden können.

Bei Infektionen sollte man in diesem Zusammenhang auch die Zitrone (*Citrus limonum*), als altes Hausmittel, nicht vergessen. Neben ihrem hohen Gehalt an Vitamin C enthält sie bis zu 10% Zitronensäure, die ein Synergist für Antioxydantien ist. Besonders bei Giftstoffen, die über den Magen-Darm-Trakt aufgenommen werden, ist Zitronensaft eines der besten Entgiftungsmittel überhaupt.

Zitronensaft zusammen mit anderen immunstimulierenden Mittel (z.B. "Esberitox N") hat schon bei so mancher Infektion wahre Wunder bewirkt.

Neben einer Vitamintherapie, haben sich auch proteolytische Enzyme bewährt ("Wobe-Mugos Salbe", 1-2 x tgl., im Wechsel mit phytotherapeutischen Salben, "Wobe-Mugos Tabletten", ca. 3 x 2 pro Tag, für ca. 1 Woche). Eine Enzymtherapie sollte zusammen mit Phytotherapie und Homöopathie erfolgen.

2. Phytotherapeutika (siehe Übersichtstabelle)

Phytotherapeutika spielen in der Therapie des Herpes simplex eine wichtige Rolle. Sie sollen als "Erste-Hilfe-Mittel" vor allem eine symptomatische Linderung des Leidens bewirken. Dabei sind besonders immunstimulierende und viruzide Wirkungen einiger Kräuter von Bedeutung. Ferner werden wundheilende, die Resistenz von Haut und Schleimhaut steigernde, entgiftende sowie roborierende Eigenschaften von Kräutern für die Herpes simplex Therapie genutzt.

Die meisten Phytotherapeutika haben sich auch in einer äußerlichen Therapie bewährt und werden in Form von Einpinselungen, bzw. Salbenpräparaten eingesetzt.

Falls finanziell möglich, sollten als galenische Zubereitungsform aus Frischpflanzen hergestellte homöopathische Urinkturen verwendet werden, da virusinaktivierende Stoffe häufig sehr empfindlich sind und beim Trocknen des Pflanzenmaterials zerstört werden; Beispiele hierfür sind Iridoidglykoside oder Saponine.

Als besonders wirksam bei Infektionen mit Herpes-simplex-Virus Typ I und II erwiesen sich Auszüge aus Melisse (*Melissa officinalis*).

Bekannt sind in der Regel die karminativen, sedierenden, spasmolytischen und antibakteriellen Wirkungen der Melisse wegen ihres ätherischen Ölgehalts. Ihre wasserlöslichen Wirkstoffe ("Lamiaceengerbstoffe") sind dagegen bei Herpes simplex, äußerlich wie innerlich angewendet, wirksam.

Nach einer Studie, an der 115 an Herpes simplex Erkrankte teilnahmen, und in der Melisse als einziges Therapeutikum eingesetzt wurde, waren schon am vierten Tag 60 % und am achten Tag 95% der Läsionen abgeheilt. Bei 69% konnte das rezidivfreie Intervall deutlich verlängert werden.

Die Wirkung erfolgt vermutlich durch eine Anbindung der Gerbstoffe an Virus- und Zellmembranproteinen, wodurch eine Adsorption der Viren an die Zellmembran verhindert wird.

Neben Melisse sollte der Sonnenhut (*Echinacea purpurea*, *E. angustifolia*) in keinem Herpes-simplex-Rezept fehlen. Der Handel liefert eine Reihe von hochwirksamen Präparaten aus dem Sonnenhut zur Anregung körpereigener Abwehrvorgänge. Diese wirken nicht nur nachgewiesenermaßen bakterizid und viruzid, sondern beschleunigen auch die Wundheilung. Sonnenhut wird am besten mit weiteren immunstimulierenden Pflanzen kombiniert.

Hierzu zählt z.B. Schachtelhalm (*Equisetum arvense*). Neben seiner entgiftenden Wirkung als Diuretikum, wird Schachtelhalm auch zur Immunstimulation, Wundheilung und als Hämostyptikum verwendet.

Sein hoher Gehalt an Kieselsäure stimuliert die Leukozytenaktivität. Kieselsäure wird nach anthroposophischen Vorstellungen auch zur Formung der Bildekräfte bei chronisch-entzündlichen Prozessen von Haut und Schleimhaut benötigt.

Die französische Naturheilkunde verwendet Schachtelhalm vor allem als Nervinum, zur Entgiftung des Nervensystems von Toxinen und zur Stimmungsaufhellung. Dies ist umso bedeutsamer, wenn man bedenkt, daß der Herpes-simplex-Virus im Nervensystem persistiert, und besonders unter nervlicher Beanspruchung Rezidive entstehen können.

Neben großen Mengen an Mineralien enthält Schachtelhalm auch Flavonoide wie Quercetin.

Flavonoide wirken antiphlogistisch (Hemmung der Entzündungsmediatoren) und antihämorrhagisch (verringern Kapillardurchlässigkeit). Quercetin, das sich in Versuchen als Herpes-simplex-spezifisch erwiesen hat, ist auch in vielen anderen Pflanzen enthalten, die bei dieser Erkrankung angewendet werden.

So ist Quercetin z.B. in der Mistel (*Viscum album*) enthalten, die sich besonders bei Hautschäden infolge von Strahlungen bewährt hat. Darüberhinaus wirkt sie durch ihren Lektin Gehalt und ihre Viscotoxine immunstimulierend und wird besonders bei Entartungstendenzen des Zellgewebes benötigt. Wie zuvor festgestellt, ist eine solche Entartung nach jahrelangen Herpesrezidiven nicht selten. Auch bei vorgeschädigter Haut, z.B. durch Tätowierungen, kann es lokal immer wieder zu Herpesrezidiven kommen, die bedenklich erscheinen. In solchen Fällen hat sich "Echinacea / Viscum Gelatum" (Wala) bewährt.

Aber auch Johanniskraut (*Hypericum perforatum*) sollte bei Virusinfektionen angewendet werden. Neben seiner antidepressiven und euphorisierenden Wirkung hat es ebenfalls antibiotische und antivirale Eigenschaften. In vitro erwies es sich sogar als Anti-HIV wirksam. Johanniskraut wird besonders gebraucht, wenn Patienten unter Herpesrezidiven, vorzugsweise im Winter und in Zusammenhang mit Depressionen, leiden. Als Nerventonicum, Adaptogen und als Immunstimulans spielt auch die Taigawurzel (*Eleutherococcus senticosus*) eine wichtige Rolle.

Nach russischen Studien sollte man sie bei allen viralen Erkrankungen einsetzen, besonders bei Infektionen, die wie Herpes simplex mit einem Erschöpfungssyndrom einhergehen.

Außerdem werden bei Herpes simplex saponinhaltige Pflanzen eingesetzt, die zum Teil auch antibiotisch und antiviral wirken.

So wird beispielsweise Bittersüß (*Solanum dulcamara*) in Zusammenhang mit allergischen Grunderkrankungen, vorzugsweise Hautallergien, eingesetzt. Bittersüß wirkt antiphlogistisch, antiallergisch und analgetisch und ist ein gutes Mittel bei juckenden und brennenden Hauterscheinungen.

Als weitere Saponindroge hat sich Goldrute (*Solidago virgaurea*) bewährt. Ihre Bedeutung in der Nierenheilkunde dürfte allgemein bekannt sein. Das "heidnisch Wundkraut", wie sie im Volksmund auch genannt wird, verwendet die Volksheilkunde auch bei bakteriellen und viralen Entzündungen und zur Wundheilung. Diese Indikationen konnten pharmakologisch bestätigt werden. Sie sind auf ihren Gehalt an Saponinen, Flavonoiden wie Quercetin sowie auf Gerbstoffe zurückzuführen.

Phytotherapeutische Rezeptbeispiele

Die nachfolgenden Rezepte sollen zeigen, wie einzelne Phytotherapeutika, je nach Ursache, sinnvoll kombiniert werden können.

Rp. 1

Ursache: Depression und Infekt, vorzugsweise

Gerbstoffe spielen in der Wundheilung eine bedeutsame Rolle. Sie wirken durch die Bildung einer Koagulationsmembran in den obersten Schichten der Schleimhaut und des Bindegewebes reizmildernd, entzündungswidrig, schwach lokalanästhetisch, sekretionshemmend, trocknend auf Haut und Wunden und bakterizid. Daneben bilden Gerbstoffe mit Eiweißstoffen, Schwermetallionen und Alkaloiden Verbindungen, die in Wasser schwer löslich sind, weswegen sie auch als Antidote bei Schwermetall- und Alkaloidintoxikationen sowie als Antiallergika verwendet werden. In der Praxis hat sich diese entgiftende Wirkung auch bei weiteren Toxinen, z.B. Insektiziden und Bakterien- sowie Virustoxinen, gezeigt. Nicht selten sind Umweltgifte wie Schwermetalle für Rezidive verantwortlich.

Neben ihrer entgiftenden, adstringierenden, wundheilenden, antiallergischen und hautschützenden Funktion, sind viele Gerbstoffdrogen auch vitalitätssteigernd.

Als gerbstoffreiche Pflanzen werden bei Herpes simplex vor allem Eichenrinde (*Quercus robur*; *robur* = Kraft), Ratanhiawurzel oder die Rinde des afrikanischen Baumes Okoubaka *aubrevillei* verwendet.

Auch Gänseblümchen (*Bellis perennis*) enthält unter anderem Gerbstoffe, und hat sich bei bakteriellen und viralen Leiden sowie als Tonikum bewährt.

Ganz ähnlich ist die Bedeutung vom Dachwurz (*Sempervivum tectorum*) einzuschätzen. Neben seinen tonisierenden Eigenschaften wird er bei Entzündungen und degenerativen Erkrankungen von Haut und Schleimhaut eingesetzt. Dachwurz ist ein bewährtes Mittel der Volksheilkunde bei Entartungen des Zellgewebes. Besonders bei Hautschäden durch Umweltgifte und Strahlungen, kann Dachwurz mit Erfolg eingesetzt werden. Eine bemerkenswerte Parallele dazu bildet der Gebrauch des Dachwurz im Volksaberglauben. Sein Name rührt daher, daß er als Schutz vor Blitzeinschlag und Unglück auf das Dach gepflanzt wurde.

Keineswegs wären damit alle Pflanzen genannt. Prof. Dr. G. May untersuchte 1978 eine Reihe von Phytotherapeutika auf ihre Wirksamkeit bei Herpes simplex Infektionen. Die Versuche wurden durch die Abteilung für Medizinische Virologie im Zentrum der Hygiene, Frankfurt am Main, durchgeführt und ergaben für einige weitere Pflanzenextrakte positive Ergebnisse, die sich in der Praxis bestätigen lassen, so z.B. für Bärentraube (*Arctostaphylos uva ursi*), Brombeere (*Rubus fruticosus*), Eukalyptus (*Eucalyptus globulus*), Himbeere (*Rubus idaeus*), Indischen Nierentee (*Orthosiphon stamineus*), Mädesüß (*Filipendula ulmaria*), Odermennig (*Agrimonia eupatoria*), Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*), Salbei (*Salvia officinalis*), Storchschnabel (*Geranium robertianum*), Thymian (*Thymus vulgaris*), Tormentill (*Potentilla erecta*), Wacholder (*Juniperus communis*) und Weißdorn (*Crataegus oxyacantha*).

Auffällig an dieser Liste ist die Häufung von Rosengewächsen, die in der Volksheilkunde schon lange bei Virusleiden verwendet werden.

3. Homöopathika (siehe Übersichtstabelle)

Eine homöopathische Therapie ist besonders gut geeignet, eine langfristige Rezidivprophylaxe zu erreichen. Eine Auswahl erfolgt entsprechend der jeweiligen Arzneimittelbilder.

Homöopathika in Tiefpotenzen (D6, D12) können sehr gut gemeinsam mit geeigneten Phytotherapeutika verabreicht werden. Eine solche Mischung wirkt vor allem symptomatisch und im Sinne einer Entgiftung auf organotroper Ebene.

Homöopathika in höheren Potenzen (D30 und höher) werden als Einmalgabe verabreicht und abhängig von der Reaktion des Patienten wiederholt. Sie wirken vor allem auf die Konstitution.

Eine Therapie mit Hochpotenzen zur Rezidivprophylaxe hat sich besonders in den beschwerdefreien Intervallen bewährt. Es sollten zur Begleitung Mischrezepturen aus tiefpotenzierten Homöopathika und aus Phytotherapeutika verwendet werden; diese entgiften die gelösten Toxine und beugen massiven Erstverschlimmerungen vor.

4. Nosodentherapie

Staufen Pharma liefert eine Mischnosode aus Herpes simplex Virus Typ I und II.

Als Potenz zur Rezidivprophylaxe ist besonders die D 200 geeignet, in der akuten Phase eher die D 30. Man gibt die Mittel selten; die D200 als Zwischenmittel ca. 1x pro Monat, evtl. auch seltener, die D30 dagegen 1x pro Woche. Die Nosode wird ausschließlich als Begleitmittel zu einer Therapie, wie zuvor besprochen, angewendet.

Neben der hervorragenden Wirkung bei Herpes-simplex-Infektionen, ist die Nosode auch allgemein zur Stimulierung von körpereigenen Abwehrvorgängen geeignet.

im winter.

Hyperforat
Esberitox N aa 50.0
Ex. Melissae fd. 100.0
M.D.S., 3 x tgl. 30 Tropfen, zusätzlich 2 x tgl.
lokal einpinseln.

Rp. 2

Ursache: Sonnen- oder Höhenstrahlung.

Bellis perennis Ø
Echinacea Ø
Melissa officinalis Ø
Sempervivum tectorum Ø
Solidago virgaurea Ø aa 20.0
M.D.S., 3 x tgl. 20 - 30 Tropfen; zusätzlich 2 x
tgl. lokal einpinseln.

Rp. 3

Ursache: Intoxikation nach Entfernen von Amalgam.

Echinacea Ø
Eleutherococcus Ø
Equisetum arvense Ø
Quercus e cortice Ø
Solidago virgaurea Ø aa 10.0
Ex. Melissae fd.
Ex. Juglandis Folii fd. aa ad 250.0
M.D.S., die ersten 3 Tage, 5 x tgl. 30 Tropfen;
danach, 3 x tgl. 30 Tropfen; zusätzlich 2 x tgl.
lokal einpinseln.

Literatur:

"Homöopathie in der Dermatologie" (DHU)

Walther Zimmermann: "Homöotherapie der Hauterkrankungen" (Verlagsbuchhandlung Johannes Sonntag)
