

Information

für Fachkreise



Akne

Ein Krankheitsbild und seine naturheilkundliche Therapie

Akne

Ein Krankheitsbild und seine naturheilkundliche Therapie

“Der Schein bestimmt das Bewusstsein.“ Diesen Eindruck gewinnt man nicht selten bei Jugendlichen, die unter Pubertätsakne leiden: der unschöne Schein ihrer von Pusteln und Pickeln gezeichneten Haut nimmt ihre Aufmerksamkeit völlig gefangen und ein neuer Pickel am Kinn beschäftigt sie oftmals mehr als die nächste Klassenarbeit. Akne vulgaris ist nicht nur ein körperliches Krankheitsbild, sondern belastet auch die Psyche nicht unerheblich.

Mehr als fünf Millionen Mal im Jahr wird in Deutschland wegen Akne ein Arzt aufgesucht. Gründe für den Ausbruch der Erkrankung gibt es viele. So können z. B. Medikamente wie Kortison, Jod, Brom, Antiepileptika, Lithium oder eine Überdosierung der Vitamine B₆, B₁₂ und D₂ eine Akne auslösen. Ein medikamentenbedingter Ausbruch der Erkrankung unterscheidet sich von der pubertären Form dadurch, dass die Krankheit plötzlich beginnt und auch ungewohnte Körperpartien befällt, z.B. Rumpf, Arme oder Beine. Weitere äußere Ursachen sind längerer Hautkontakt mit Teer, Pech oder Ölen. Hier tritt die Akne meist an den Stellen des direkten Kontakts auf. Auch Kosmetika mit stark fettenden Salbengrundstoffen können Akne verursachen.

Die weitaus häufigste Form der Akne wird jedoch nicht durch äußere Faktoren ausgelöst, sondern entsteht „endogen“, von innen, und tritt vor allem in der Pubertät auf. Sie zeigt sich vorwiegend an den Körperregionen mit großen Talgdrüsen, also im Gesicht, am oberen Rücken und im mittleren Brustbereich. Typisch sind die sog. Komedonen (Mitesser). Darunter versteht man kleine Hautknoten, die durch übermäßige Verhornung entstehen und sich am Ausgang einer Talgdrüse bilden. Sie können weißlich oder mit dem schwarzen Farbstoff Melanin gefüllt sein, der für die typischen dunklen Pünktchen verantwortlich ist. Bei den weißen, stecknadelkopfgroßen Knötchen handelt es sich um geschlossene Mitesser, entzündete Komedonen erscheinen als gerötete Pusteln. Letztlich ist Akne eine Talgdrüsenentzündung, die dadurch entsteht, dass die Hornbildung der Haut gestört ist. Im Ausführungsgang der Talgdrüse bildet sich zunächst ein Hornpfropf aus geschichteten Hornlamellen, die mit Talg vermischt sind. Im Zentrum dieses Pfropfs sitzen Mikroorganismen, sog. Propionibakterien, die zur normalen Standardflora von Talgdrüsenausgängen gehören. Bleiben die Gänge offen, bleibt auch die Bakterienbesiedelung ohne Folgen. Sind die Gänge jedoch durch übermäßige Hornbildung verstopft, bildet sich eine Entzündung, vor allem, wenn Horn, Talg und Bakterien durch unsachgemäßes Ausdrücken noch tiefer in die Haut hineingepresst werden.

Akne vulgaris tritt bei den meisten Jugendlichen zu Beginn der Pubertät auf, wenn die Talgdrüsen ihre Funktion aufnehmen. Über drei Viertel aller Jugendlichen und jungen Erwachsenen sind mehr oder weniger stark von Akne vulgaris betroffen. Die meisten Patienten sind zwischen zwölf und zwanzig Jahre alt. Bei Mädchen geht die Akne oft der ersten Periodenblutung voraus. Mit zunehmendem Alter, wenn die Hormonproduktion ihre individuelle Balance erreicht hat, bildet sich das Krankheitsbild zurück.

Symptom einer blockierten Initiation

Pubertätsakne tritt in einem Lebensalter auf, in dem sich der Übergang vom Kind zum erwachsenen Mann bzw. zur erwachsenen Frau vollzieht und über eine gesteigerte Bildung der Sexualhormone die körperliche und seelische Ausreifung der



Sexualität stattfindet. Mancher Jugendliche ist mit dem Thema jedoch emotional überfordert. Wenn Sexualität im Elternhaus als schuldhaft oder unanständig angesehen wird, kann es zu einer unbewussten Abwehr gegen das „heiße Eisen“ Sex kommen und zu einem inneren Kampf zwischen dem Druck des Neuen und der Angst da-

vor, der sich an der Haut austobt: Da „drückt“ sich etwas nach außen, was man lieber „unter der Decke“ (Haut) halten würde. Der Jugendliche ist dem heißen Konfliktthema noch nicht gewachsen, doch drängt es sich unaufhaltsam an die Oberfläche, denn die Steigerung der Hormonproduktion lässt sich nicht mehr aufhalten und damit auch nicht die notwendige innere Auseinandersetzung mit dem abgewehrten Thema. Wenn es gelingt, den „Durchbruch“ zum anderen Geschlecht zu schaffen, eine entspannte Einstellung zur Sexualität zu entwickeln und ein natürliches Verhältnis zum eigenen Mannsein bzw. Frausein aufzubauen, kann das die Akneneigung reduzieren. Jugendliche sollten sich daher Gesprächspartner und Bezugspersonen suchen, die ihnen auf diesem Weg ein positives Vorbild sind.

Naturmedizin für ein klares Hautbild

Für die innerliche Behandlung hält die Naturmedizin einige Präparate und Maßnahmen bereit, um das Hautbild deutlich zu verbessern und wiederkehrenden Ausbrüchen von Pusteln

vorzubeugen. Je konsequenter der Patient mitarbeitet, desto besser sind in der Regel die Erfolge.

Homöopathie

Komplexhomöopathisch arbeitet man gut mit dem Präparat **Tamechol®** von Steierl-Pharma. **Tamechol®** enthält als arzneilich wirksame Bestandteile die beiden Einzelhomöopathika **Acidum silicicum** (Silicea, Kieselsäure) und **Myristica sebifera** (Talgmuskatnussbaum). Beide sind für die Behandlung von mit Eiter einhergehenden Hauterkrankungen von großer Bedeutung.



Zu **Silicea** schreibt Boericke: „Es wirkt auf alle Fisteln. Bringt Abszesse zum Reifen, da es die Eiterung fördert.“ Thema von Kieselsäure ist die unvollständige Assimilation und mangelhafte Überwindungskraft. Sie resorbiert und aktiviert chronifizierte und eingekapselte Prozesse, beschleunigt das Ausscheiden des Eiters und die Abstoßung von Fremdkörpern aus dem Gewebe. Silicea ist indiziert, wenn Eiterungen nicht zum Abschluss kommen, weil sie ins Stocken geraten sind. Eiterungsbeschleunigung und Geweberegeneration sind die beiden großen Stärken dieses Mittels. Im Fall von Akne vulgaris kommen weitere Vorteile hinzu:

Silicea ist in der Lage, Narbenbildung zu verhindern. Beim oftmals unsachgemäßen Ausdrücken von großen Aknepusteln können hässliche, unschöne Narben zurückbleiben, die für den Rest des Lebens das Gesicht entstellen. Um das zu verhindern, ist eine Therapie mit Silicea geradezu ideal. Kieselsäure sorgt dafür, dass Hautläsionen, die durch Pusteln entstehen, narbenlos abheilen.



Auch psychosomatisch ist Silicea ein wichtiges Mittel für junge Menschen, die noch darum ringen, ihren Platz im Leben zu finden, denn Silicea ist ein „Inkarnationshelfer“. Ein großer Teil der Erdkruste besteht aus Silizium. Es ist *das* Mineral der Erde, Grundlage pflanzlichen und tierischen Lebens und fördert auch „Erdungsprozesse“ im Bereich des Psychischen. „Mangel an Mumm, an Biss, sowohl geistig wie körperlich“ (Clarke) ist daher die Leitanzeige für Silicea in der homöopathischen Praxis. Silicea unterstützt die „Menschwerdung“, d. h. auch: die Entwicklung zu einem reifen Mann bzw. einer reifen Frau.

Die auch „homöopathisches Messer“ genannte Heilpflanze **Myristica sebifera** hat sich bei allen Eiterprozessen bewährt, die rasch reifen sollen. Boericke nennt Myristica „ein Mittel von großer antiseptischer Kraft.“ Mit Eiter einhergehende Entzün-

dungen und Infektionen sowie Schmerzen im umliegenden Gewebe reagieren gut auf die Gabe dieses Mittels. Myristica beschleunigt jeden Eiterungsprozess und verkürzt seine Dauer. Bei tiefen Akneabszessen macht es den chirurgischen Eingriff überflüssig, weil Abszesse von selbst abheilen. Myristica moduliert ihren Ablauf, beugt Komplikationen vor und verhindert die Narbenbildung. Clarke weist explizit darauf hin, dass Myristica eine große Kraft besitzt „Pickel zum Verschwinden zu bringen“.

Bei Akneneigung empfiehlt sich entweder eine wiederkehrende mehrwöchige oder eine mehrmonatige Therapie mit 1 bis 3 x täglich 5 - 10 Tropfen **Tamechol®** je nach Schwere des Krankheitsbildes.



Talgmuskatnussbaum

Phytotherapie und Ernährungsmedizin

Eine Blutreinigungskur mit dem Frischpflanzenpreßsaft von Löwenzahn oder Brennnessel wirkt sich häufig verbessernd auf das Hautbild aus. Die Pflanzen fördern die Entgiftung über Leber und Nieren. Bei jungen Mädchen können Präparate mit Yamswurzel, aber auch Frauenmantel, Leinöl oder Mönchspfeffer die Hormonproduktion schneller ins Gleichgewicht bringen. Dadurch geht die Akneneigung zurück.

Nicht bei allen Patienten, aber doch bei sehr vielen, erweist sich eine moderate Ernährungsumstellung als hilfreich. Reduziert werden sollten dabei: fettes Fleisch, Vollmilch, Käse, Butter und Schokolade, Margarine, industriell verarbeitete Backwaren, Kartoffelchips, Pommes, Nüsse, Weißmehl, Zucker und Cola-Getränke. Häufiger auf dem Speiseplan auftreten sollten rohes Gemüse und Vollkornprodukte, frisches Obst, ungezuckerte Fruchtsäfte sowie frischer Fisch. Gelegentliche Vitamingaben der Vitamine A und E können das Hautbild ebenso bessern wie die Spurenelemente Zink, Selen, Gammalinolensäure und Chrom. Eine Tagesdosis von 50 mg Vitamin B6 und 400 mg Magnesium hat sich als wirksames Mittel gegen prämenstruelle Akneausbrüche erwiesen, wenn die Patientin sie eine Woche vor sowie während der Menstruation einnimmt.

Pflege und Lokalbehandlung

Aknehaut braucht ein hohes Maß an Hygiene. Am besten lässt man die Pickel in Ruhe, lässt sie durch eine Kosmetikerin entfernen oder wendet zumindest eine richtige Ausdrücktechnik an, bei der die Haut vorher zehn Minuten mit einer heißen Kompresse aufgeweicht, anschließend mit 70%igem Isopropanol desinfiziert und die Finger mit einem sauberen Tuch umwickelt werden. Auch vorherige Gesichtsdampfbäder mit Kamillen- oder Ringelblumenblütentee sind eine gute Vorbereitung. Das

Information für Fachkreise

Aufstechen größerer Eiterpickel mit Einmal-Injektionsnadeln erspart dem Gewebe das Quetschen und verhindert ein Abfließen des Eiters tiefer in die Haut hinein anstatt nach draußen. Anschließend sollte die Haut mit Heilerde oder einem Kamillenextrakt nachbehandelt werden.

Um Hornpfropfe in den Ausführungsgängen von Talgdrüsen möglichst frühzeitig zu entfernen und einer Verstopfung dieser Drüsen mit nachfolgender Eiterbildung vorzubeugen, empfiehlt es sich, die von Akne befallenen Partien morgens und abends mit einer Gesichtswaschcreme z.B. von Dr. Hauschka (Wala) zu reinigen. Sie enthält Mandelmehl sowie Auszüge von Wundklee, Ringelblume, Kamille, Johanniskraut und Zaubernuss und Acerolafrüchten und wirkt durch das ebenfalls darin enthaltene Erdnuss- und Mandelöl der Austrocknung und Reizung entgegen. Die Creme hat einen leichten Peeling-Effekt und wirkt antientzündlich.

Beschleunigend auf den Reifungs- und Abheilungsprozess bei noch geschlossenen Pusteln wirkt die tägliche Anwendung der Eucalyptus comp. Paste von Weleda, die neben Eucalyptus auch die antientzündlichen Bestandteile Apis mellifica und Belladonna enthält. Die Paste wird erhitzt, anschließend auf ein Tuch dick aufgestrichen, so warm wie möglich aufgelegt und abgedeckt. Etwas einfacher in der Anwendung ist die Weleda Heilsalbe mit Calendula, Mercurialis perennis, Balsamum peruvianum, Resina Laricis und Stibium metallicum praeparatum, die man ein- bis dreimal täglich auf die aknebefallenen Hautpartien aufträgt.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Gerd Klaus Steigleder: "Dermatologie und Venerologie", Thieme Verlag, Stuttgart 1995

Walther Zimmermann: "Homöotherapie der Hautkrankheiten", Johannes Sonntag Verlag, Regensburg 1987

Ruediger Dahlke: "Krankheit als Symbol", Bertelsmann Verlag, München 2002

Karl Stauffer: "Klinische Homöopathische Arzneimittellehre", Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

William Boericke: "Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen", Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1973

Tamechol®

Zusammensetzung: 10 g enthalten: Wirkstoffe: Acidum silicicum Dil. D 8 5,0 g, Myristica sebifera Dil. D 3 5,0 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Chronische Eiterungen der Haut.** **Gegenanzeigen:** Tamechol® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Wegen des Alkoholgehaltes soll Tamechol® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen und aufgrund des Alkoholgehaltes sollte Tamechol® nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb und wegen des Alkoholgehaltes bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. Hinweis: Bei der Einnahme eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, N1-50 ml, PZN 05527338.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

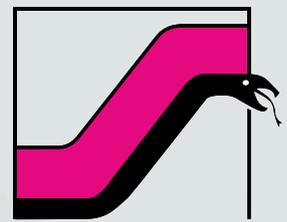
eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:

© Jörg Hackemann - fotolia.com
© budimir Jevtic - fotolia.com
Steierl-Pharma GmbH
Peter Barthel

Information

für Fachkreise



Steierl



Hypothyreose: Alles zu langsam

Die Schilddrüsenunterfunktion und ihre naturheilkundliche Therapie

Alles zu langsam

Die Schilddrüsenunterfunktion und ihre naturheilkundliche Therapie

„Übergewicht beginnt im Kopf“, sagt ein Sprichwort und meint damit in der Regel, die Neigung zur Fettsucht sei eine Frage der Einstellung zum Essen und das Frustfressen eine Folge von seelischer Unerfülltheit. Man kann den Satz aber auch ganz somatisch verstehen: Übergewicht beginnt bei vielen Patienten tatsächlich im Gehirn und im Hals - mit einer Unterfunktion von Hypophysenvorderlappen und Schilddrüse.

Eine Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose) ist definiert als ein klinisches Syndrom, bei dem es infolge eines Mangels an Schilddrüsenhormonen zu einem Zustand des Hypometabolismus kommt: der Stoffwechsel läuft auf allen Ebenen deutlich verlangsamt ab, der Grundumsatz ist herabgesenkt und die Leistungsfähigkeit stark reduziert.

Ursachen einer Schilddrüsenunterfunktion

Schon Neugeborene können mit einer angeborenen oder intra-uterin erworbenen Hypothyreose zur Welt kommen, allerdings sind diese Fälle selten und kommen im Schnitt nur bei einem von fünftausend Säuglingen vor. Ursache ist entweder ein Jodmangel der Mutter (endemischer Kretinismus), ein Jodexzess, die Gabe von Thyreostatika während der Schwangerschaft oder eine autoimmune Schilddrüsenentzündung der Mutter mit plazentagängigen Schilddrüsenantikörpern.

Sehr viel häufiger sind Hypothyreosen bei Kindern und Jugendlichen sowie im Erwachsenenalter. Eine primäre Schilddrüsenunterfunktion ist oft die Folge von Jodmangel oder einer autoimmun bedingten Schilddrüsenentzündung, z.B. im Rahmen von Morbus Hashimoto. Eine weitere Ursache ist die Hypothyreose als Folge einer Radiojodtherapie, nach exzessiver Jodaufnahme oder nach einer operativen Entfernung der Schilddrüse.

Eine sog. sekundäre Schilddrüsenunterfunktion stellt sich ein infolge einer Zerstörung oder einer Insuffizienz des Hypophysenvorderlappens (HVL), wodurch die Produktion des schilddrüsenstimulierenden Hormons TSH reduziert ist. Die Schädigung von hormonproduzierendem Gewebe im HVL kann beispielsweise durch ein Adenom oder durch eine Hypophysenresektion geschehen. Liegt dagegen eine teilweise oder vollständige Hypophyseninsuffizienz vor, ist dies oft mit anderen Hormonausfällen verbunden.

Sehr selten dagegen ist die tert. Hypothyreose, deren Ursache im Hypothalamus liegt. Sie wird ausgelöst durch Läsionen des Hypothalamus bzw. durch eine unzureichende Produktion des Releasing-Hormons Thyreoliberin (TRH), das im Hypothalamus gebildet wird und im Hypophysenvorderlappen die Produktion des Hormons TSH stimuliert, welches wiederum in der Schilddrüse die Produktion der Schilddrüsenhormone T3 und T4 anregt.

Die Auslöser einer Schilddrüsenunterfunktion sind organischer Natur. Psychosomatische Symptome sind keine Ursache, sondern eher die Folge einer herabgesetzten Schilddrüsenaktivität. Allerdings gibt es auch Fälle, in denen alle Schilddrüsenwerte im Normbereich liegen, labordiagnostisch also keine Hypothyreose vorliegt, der Stoffwechsel aber trotzdem eher langsam arbeitet mit Neigung zu Übergewicht und trägen Reaktionen. Dahinter kann gelegentlich ein dem Patienten nicht bewusstes Bedürfnis nach Abschottung von der Außenwelt stehen. Die Dinge des Lebens „lassen einen kalt“ als Folge einer schweren Lebensenttäuschung oder einer tief sitzenden Frustration. Gelingt es, zu dieser Frustration einen emotionalen Zugang zu bekommen und sie - in schweren Fällen mit Hilfe einer Psychotherapie - emotional zu verarbeiten, können auch Lebenslust, Lebenswärme und die Freude am Aktivsein zurückkehren.

Symptome der Schilddrüsenunterfunktion

Bei der angeborenen Hypothyreose des Säuglings kommt es zu Minderwuchs, Taubstummheit und einer Unterentwicklung der mentalen Fähigkeiten. Diese Fälle sind heute durch die sorgfältige Überwachung des Schilddrüsenhormonstatus schwangerer Frauen selten geworden.

Bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen macht sich eine Schilddrüsenunterfunktion durch eine leicht herabgesetzte Körpertemperatur, starke Kälteempfindlichkeit und eine deutliche Gewichtszunahme bemerkbar. Die Fettleibigkeit gehört oft zu den deutlichsten Anzeichen für eine nachlassende Schilddrüsenaktivität. Die Haut ist trocken und rau, das Haar glanzlos und struppig. Der Puls ist verlangsamt; weil das Herz pro Kontraktion nicht genug Blut in die Peripherie pumpt, ist manchmal eine Zyanose zu beobachten. Auch die Atmung ist leicht herabgesetzt. Im Darm kommt es zu chronischer Verstopfung. Die Patienten sind ständig müde, haben ein erhöhtes Schlafbedürfnis, neigen zu Muskelkrämpfen und herabgesetzten Reflexen. Das Denken und die Reaktionsfähigkeit sind verlangsamt, manchmal finden sich Kribbeln in den Extremitäten, Schwerhörigkeit und träge Bewegungsabläufe. Im Bereich des Fettstoffwechsels lassen sich eine Erhöhung von Serumcholesterin und Triglyzeriden beobachten. Bei Frauen ist die Monatsblutung häufig verlängert; weil es in vielen Zyklen nicht mehr zu einem Eisprung kommt, besteht Unfruchtbarkeit. Bei beiden Geschlechtern ist die Libido herabgesetzt, bei Männern bestehen häufig Potenzprobleme. Typisch sind sog. Myxödeme, also Wassereinlagerungen im Zwischenzellraum von Muskeln und Haut.

Bei Kindern mit Schilddrüsenunterfunktion verlangsamen sich das Körperwachstum sowie die Entwicklung der geistigen Fähigkeiten; es kommt zu Kleinwuchs und Intelligenzdefiziten.

Das Gesicht wird dicklicher, die Stimme leiser und die Hörfähigkeit nimmt ab. Ein sog. Gesichtsoedem findet sich auch bei Erwachsenen; durch ein Stimmlippenödem wird die Stimme rauher und tiefer, oft findet sich eine perniziöse Anämie.

Die Schulmedizin behandelt eine Schilddrüsenunterfunktion durch die Gabe von synthetischem T4 mit einer durchschnittlichen Dosierung von 75 – 150 µg pro Tag. Das Herausfinden der individuell richtigen Dosierung ist oftmals schwierig. Eine Überdosierung führt zu Symptomen der Hyperthyreose und Osteoporose. Trotzdem ist bei manifester Hypothyreose die Substitution von Schilddrüsenhormonen unverzichtbar!

Naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten einer Hypothyreose

Jede Therapie der Schilddrüsenunterfunktion richtet sich zunächst nach der auslösenden Grunderkrankung, z.B. die Behandlung eines entzündlichen Autoimmunprozesses in der Schilddrüse. Für leichte oder beginnende Fälle von Hypothyreose, parallel zur eventuell bereits notwendigen Hormonsubstitution und für die Behandlung einer „funktionellen“ Schilddrüsenunterfunktion (alle SD-Werte sind im Normalbereich, der Patient neigt dennoch zu chronischer Müdigkeit, Gewichtszunahme, Obstipation und Leistungsminderung), kann eine ganzheitlich ausgerichtete Therapie das Beschwerdebild deutlich verbessern.

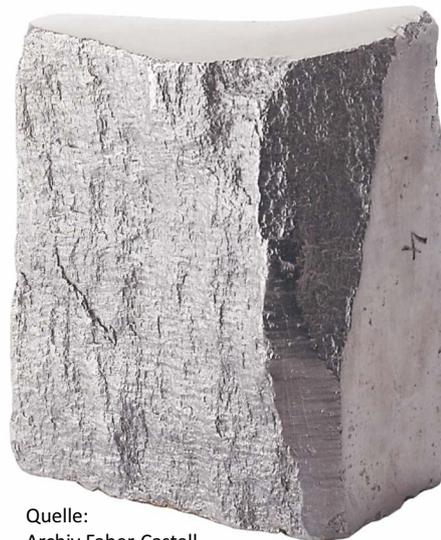
Ein wichtiges Homöopathikum zur konstitutionellen Behandlung der Hypothyreose ist Graphites, auch Reißblei genannt, die metallisch glänzende Abart des Kohlenstoffes (Carbo mineralis). Das Mittelbild von Graphites liest sich wie ein Who is Who der Hypothyreose-Symptome: trockene, rissige und kühle Haut, stets ein generalisiertes Kältegefühl, Knödelgefühl im Hals, „fett, fröstelnd, hartleibig“ (Boericke), Übergewicht („schwammig-gedunsene, fette Individuen“ (Stauffer), Verstopfung, tagelang keinen Stuhldrang, knotige Stühle mit Hämorrhoiden, Abneigung gegen Koitus, Heiserkeit und eine Neigung zu Ödemen. Stauffer schreibt zu Graphites: „Der Mangel an Lebenswärme, Erkältlichkeit, Frostigkeit, Gedunsenheit, schlechte Zirkulation und Oxydation und Traurigkeit sind die Hauptindikation für das konstitutionell vorzüglich wirkende Mittel.“ Nach seiner Erfahrung hat sich die Potenz D12 besonders bewährt. Dieser Erkenntnis folgt das Präparat **Vegital® Hypo**, eine flüssige Verdünnung zum Einnehmen, die Graphites als Dil. D12 enthält. Es ist ein schilddrüsenregenerierendes und -aktivierendes Mittel von großer Wirksamkeit. Für eine kurzfristige Anregung der Schilddrüse, z.B. bei hartnäckiger Verstopfung, kann man **Vegital® Hypo** halbstündlich oder stündlich bis zu 12 x täglich mit 5 – 10 Tropfen einnehmen lassen. Für die konstitutionelle Behandlung der



Hypothyreose empfiehlt sich die Einnahme von 1 - 3 x täglich 5 - 10 Tropfen **Vegital® Hypo** über mehrere Wochen bis Monate, zum Ende hin ausschleichend (immer in etwas Wasser vor den Mahlzeiten). Bei männlichen Patienten mit Potenzproblemen im Rahmen einer Hypothyreose kann man gleichzeitig das Präparat **Viragil®** (Steierl-Pharma) verordnen (akut: bis 12 x täglich 5-10 Tropfen; chronische Verlaufsformen 1 - 3 x täglich 5 - 10 Tropfen).

Als injektive Therapie hat sich 2 x wöchentlich die s. c.-Injektion mit Thyreoidea/Ferrum und 1 x wöchentlich mit Glandula thyroidea Gl (D-Reihe) bewährt. Aus der Biochemie verordnet man begleitend die Nr. 2 Calcium phosphoricum D3 (morgens 4 Tabletten), die Nr. 15 Kalium jodatum D3 (3 x 2 Tabletten) kombiniert mit dem **Sanopathie® Aromaspray Nr. 2** von Steierl. Bei Ödemneigung wird zusätzlich die Nr. 8 Natrium chloratum D6 (3 x 2) verordnet.

Aus der Neuraltherapie hat sich das Setzen von je 2 Quaddeln rechts und links auf die Schilddrüsenregion mit 1%igem Procain bewährt. Bei der Ohrakupunktur stehen Endokrinum, Leber, Vegetativum, Polster, Shen men und Zwerchfell im Mittelpunkt, im Akutfall 1 - 2 mal wöchentlich, über zehn Wochen, die Nadeln müssen mindestens 20 Minuten in der Haut bleiben, am besten länger.



Quelle:
Archiv Faber-Castell

Für die Ab- und Ausleitung kann man das trockene Schröpfen über der C7 und über der Leberzone praktizieren, am besten 1 mal pro Woche.

Nachdem es Hinweise dafür gibt, dass bei Hypothyreose die Umwandlung von Carotinoiden zu Vitamin A gestört ist, empfiehlt sich eine Tagesdosis von 8.000 I.E., dies allerdings bei wiederholter Kontrolle der Laborwerte, mit der Zeit ausschleichend dosiert. Bei Jodmangel verordnet man, ebenfalls mit ständiger Kontrolle der Laborwerte, 150 - 300 µg Jod pro Tag. Eine besonders milde Jodsubstitution kann man durch die Gabe der jodhaltigen Meeresalgen Irisch Moos, Isländisch Moos und Fucus erreichen.

Auch ein Selenmangel kann zu einer Hypothyreose führen, da Selen für die Produktion des Schilddrüsenhormons T3 unerlässlich ist. Oft besteht ein Selenmangel auch bei Hashimoto Thyreoiditis. Man sollte etwa 200 µg Selen pro Tag verordnen - bis zu einem Zielwert im Plasma von > 120 µg Selen/l. Es kann allerdings bis zu einem Jahr dauern, bis dieser Wert verlässlich erreicht und gehalten wird. Besonders selenhaltig ist übrigens die Taigawurzel, aber auch Fisch, Schweine- und Hühnerfleisch sowie Eier sind gute Selenquellen.

Information für Fachkreise

Eine ausreichende Versorgung mit Zink und Eisen ist für eine gesunde Schilddrüsenfunktion ebenfalls unabdingbar. Hier sollten die Plasmaspiegel kontrolliert und im Rahmen des Notwendigen substituiert werden.

Aus der physikalischen Medizin gibt es einige Maßnahmen, um eine müde Schilddrüse wieder munter zu machen: Luft- und Lichtbäder, viel Bewegung im Freien, wechselwarme Sitzbäder, kühle und kalte Waschungen des ganzen Körpers, Trockenbürsten der Haut, regelmäßige Saunagänge und temperaturanstiegende Fußbäder. Schilddrüsenaktivierend wirken ferner moderat betriebene Ausdauersportarten und regelmäßige Urlaube am Meer und in jodhaltigen Solebädern. Warme Halswickel wirken ebenso schilddrüsenaktivierend wie die Beduftung der Raumluft mit ätherischem Rosmarinöl.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Rolf H. Adler u. a.: „Uexküll - Psychosomatische Medizin - Theoretische Modelle und klinische Praxis“, Elsevier bei Urban und Fischer, München 2011

Elvira Bierbach: „Handbuch Naturheilpraxis“, Elsevier bei Urban und Fischer, München 2005

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen - Materia medica und Repertorium“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1972

Burgersteins Handbuch Nährstoffe, Trias Verlag, Stuttgart 2012

Ruediger Dahlke: „Krankheit als Symbol - Handbuch der Psychosomatik und integralen Medizin“, Bertelsmann Verlag, München 2014

W. Gerok, Chr. Huber, Th. Meinertz, H. Zeidler: „Die Innere Medizin“, Schattauer Verlag, Stuttgart 2007

Gotthard Schettler, Heiner Greten: „Innere Medizin“, Thieme Verlag, Stuttgart 2005

Giatgen A. Spinaz, Stefan Fischli: „Endokrinologie und Stoffwechsel“, Thieme Verlag, Stuttgart 2011

Karl Stauffer: „Klinische Homöopathische Arzneimittellehre“, Sonntag Verlag, Regensburg 1955

Markus Wiesenauer: „Homöopathie für Apotheker und Ärzte“, 2014, www.deutscher-apotheker-verlag.de

Vegital® Hypo

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoff: Graphites Dil. D12 10,0 g.
Anwendungsgebiete: Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. **Gegenanzeigen:** Keine bekannt. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 51 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Vegital® Hypo bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Bisher sind keine bekannt. Hinweis: Bei der Anwendung eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Flüssige Verdünnung zum Einnehmen, 50 ml, PZN 00014491.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

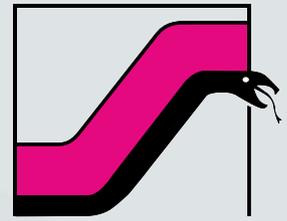
Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
Steierl-Pharma GmbH
Archiv Faber-Castell

Information

für Fachkreise



Steierl



Anti-Aging für die Bandscheiben

Die alternde Bandscheibe und ihre naturheilkundliche Therapie

Anti-Aging für die Bandscheiben

Die alternde Bandscheibe und ihre naturheilkundliche Therapie

Jeder Berufsstand hat angeblich sein Kreuz und sie soll das Kreuz der Orthopäden sein: die Bandscheibe (Discus intervertebralis). Dreiundzwanzig dieser Scheiben verbinden die einzelnen Wirbelkörper miteinander und sorgen für eine geradezu bewundernswerte Beweglichkeit und Elastizität der menschlichen Wirbelsäule. Nur zwischen dem knöchernen Schädel und dem Atlas, dem ersten Halswirbel, sowie zwischen Atlas und Axis, dem zweiten Halswirbel, gibt es keine Bandscheiben, die ansonsten immerhin etwa ein Viertel der Gesamtlänge der Wirbelsäule ausmachen. Auch wenn die einzelnen Bandscheiben nicht miteinander verbunden sind, liegt man nicht falsch, sie als eigenständiges „Organ“ anzusehen, das wie andere Organe nur unter bestimmten physiologischen Bedingungen seine volle Funktionsfähigkeit behalten kann.

Bandscheiben müssen vieles ertragen; ihr Aufbau ist so genial einfach wie mechanisch komplex. Das macht sie störanfällig; unphysiologische Bewegungen und Belastungen setzen ihnen ebenso zu wie der Alterungsprozess. Letzterer vor allem bei Patienten, die chronisch übersäuert und fehlernährt sind. Dauerhafte Säurebelastungen wirken auf Bandscheiben geradezu „zersetzend“. Die Pflege der alternden Bandscheibe beginnt daher auch und gerade mit der Pflege der Biochemie im Zwischenzellraum.

Aufbau und Ernährung der Bandscheibe

Wirbelkörper sind zwar auch durch kleine Gelenke und Bänder miteinander verbunden, hauptsächlich aber durch Bandscheiben. Ein Discus intervertebralis befestigt sich großflächig an der Bodenplatte des über ihm bzw. an der Deckenplatte des unter ihm liegenden Wirbelkörpers. Damit spiegeln Bandscheiben die Form der Wirbelkörperplatten wider. Nach unten Richtung Lendenwirbelsäule nehmen Bandscheiben an Höhe zu; entsprechend der Wirbelsäulenkrümmungen sind sie zudem keilförmig gestaltet. Ihr äußerer Ring, der Anulus fibrosus, ist aus konzentrischen Schichten kollagener Bindegewebsfasern aufgebaut. Diese gehen nach innen in Faserknorpel über. Der Bandscheibenkern, Nucleus pulposus, ist ein zellarmes, wasserreiches Gallertgewebe, das wie ein Wasserkissen stossdämpfend wirkt. Dieser Gallertkern ist der mechanisch wichtigste Bestandteil der Bandscheibe. Weil er kugelförmig ist, kann er den Druck gleichmäßig radiär verteilen und



damit die Fasern des äußeren Rings in jeder Stellung der Wirbelsäule unter Spannung halten. Vor allem diesem Kern verdankt die Wirbelsäule ihre erstaunliche Elastizität; er ermöglicht Biegungen nach allen Richtungen.

Wie gestalten sich Ernährung und Drainage dieses nach außen scheinbar abgeschlossenen Systems?

Sobald der Mensch morgens aufsteht und für den Rest des Tages seiner Wirbelsäule das Gewicht des Oberkörpers ebenso zumutet wie unzählige Stöße durch Schrittbewegungen beim Laufen, drückt sich die Flüssigkeit im Bandscheibenkern nach außen. Diese Diffusion ist ein physiologischer Vorgang und hat nichts zu tun mit einem Bandscheibenvorfall. Sie ist auch der Grund, warum Menschen am Abend ein, zwei oder sogar drei Zentimeter kleiner sind als am Morgen. Legt man sich hin, sei es für ein Nickerchen am Mittag oder abends zur Nachtruhe, werden die Bandscheiben entlastet und saugen die nach außen abgedrückte Flüssigkeit wieder auf wie ein Schwamm. Auspressen am Tag und Aufsaugen in der Nacht ist für die Bandscheibe eine Art Atmung bzw. ihre Art der Ernährung und Verdauung: Stoffwechselabfallprodukte werden tagsüber herausgepresst, Nährstoffe für Pflege und Erhalt von Gallertkern und Faserring in der Nacht wieder aufgenommen. So funktioniert, kurz zusammengefasst, der Stoffwechsel der Bandscheiben, die nach dem 20. Lebensjahr, wenn das Wachstum abgeschlossen ist, keine Blutgefäße mehr besitzen und sich deshalb nur über Diffusionsprozesse ernähren und entschlacken können.

Pathogenese der Wirbelsäulenarthrose

Nicht nur Stoffwechselübersäuerung, auch Fehlhaltungen stellen für Bandscheiben einen großen Stress dar. Wer ständig mit krummem Rücken am Schreibtisch sitzt, mutet seinen Faserringen eine chronisch einseitige Druckbelastung zu. Einmalige starke Druckbelastungen, z. B. durch einen Fall auf das Gesäß, machen den Bandscheiben weniger aus als einseitige, aber dauerhafte Druckbelastungen durch krummes Sitzen. Eine Stoffwechselübersäuerung blockiert den natürlichen Ernährungs- und Entschlackungsprozess der Bandscheiben und belastet sie zusätzlich. Erschwerend kommt hinzu, dass der Wassergehalt in den Bandscheiben durch den Alterungsprozess im Laufe des Lebens ohnehin kontinuierlich abnimmt und damit auch der Turgor. Der Intervertebralraum wird schmaler; statische und dynamische Belastungen können immer schlechter abgefangen werden. Diese Vorgänge beginnen schon im dritten Lebensjahrzehnt. Wer seine Bandscheibe nicht durch das Einüben einer guten Haltung und mit einer mineralstoffreichen Ernährung pflegt, kann deshalb in mittleren und späteren Lebensjahren eine

Bandscheibenvorwölbung, einen -vorfall, eine Osteochondrose (Unregelmäßigkeiten in den Konturen der Deckplatten, reaktive Knochenverdichtung und schmaler Intervertebralspalt) entwickeln. Verliert die Bandscheibe an Höhe, lässt auch die auf eine bestimmte Distanz ausgelegte Spannung des Bandapparates nach. Die Folge sind segmentale Gefügestörungen, Lockerungen, ständige unbewusste Haltungskorrekturen und Blockierungen der Wirbelkörper durch Lageabweichung. Eine Spondylarthrosis deformans entsteht (Wirbelsäulenarthrose). Die Folge sind Rückenschmerzen und Irritationen von Nervenwurzeln mit zum Teil fortgeleiteten Beschwerden.



Pflege und Therapie der Bandscheiben

Homöopathie

Degenerative Prozesse in den Bandscheiben und eine beginnende ebenso wie eine fortgeschrittene Arthrose der Wirbelsäule lassen sich gut mit den homöopathischen Komplexmitteln **Steirocartil®** (Tabletten) bzw. **Steirocartil® arthro** (Tropfenpräparat) behandeln. Beide enthalten *Ledum palustre* (Sumpfpfost), *Pseudognaphalium obtusifolium* D1 (Ruhrkraut) und *Ruta graveolens* (Gartenraute), bewährte homöopathische „Knorpelpflanzen“; *Ledum* und *Ruta* sind im Tablettenpräparat jeweils in der D2, im Tropfenpräparat in der D4 enthalten.

Die auch „Wilder Rosmarin“ genannte Pflanze **Ledum** wurde noch von Hahnemann geprüft, der sie als „sehr kräftige Arznei größtenteils für langwierige Übel, bei welchen vorzüglich Kälte und Mangel an tierischer Wärme vorwaltet,“ empfahl. Schon er beobachtete, dass sich die *Ledum*-Wirkung erst nach einigen Wochen einstellt, dann aber um so nachhaltiger ist. Zu den Indikationen von *Ledum* gehören „Schmerzhaftigkeit von Rücken und Lenden, wie Steifigkeit“, vor allem nach dem Sitzen, sowie „Reißen vom Kreuz bis in den Hinterkopf, vorzüglich abends“, wenn nämlich die Pufferkapazitäten der Bandscheiben nach stundenlanger Beanspruchung erschöpft sind, die Wirbelsäule mehr als nur ein bis zwei Zentimeter zusammengesackt ist und die blockierten kleinen Wirbelgelenke zu schmerzen beginnen. Zu den weiteren Symptomen gehören allgemeine, für den Prakti-



ker aber durchaus als arthrosebedingt erkennbare Symptome wie Gelenkschmerzen nach längerer Ruhe und „rheumatische“ Beschwerden. „Kälte und Mangel an Lebenswärme“ fasst die *Ledum*-Wirkung treffend zusammen. Hier liegt letztlich auch die Ursache für arthrotische Prozesse, dem Kalt-, Steif- und Trockenwerden von Bandscheiben und Gelenkknorpeln. *Ledum* fördert die Durchwärmung, Durchsaftung und Geweberegeneration überall da, wo der Stoffwechsel herabgesetzt ist.

Pseudognaphalium obtusifolium (Ruhrkraut) zählt Ischialgie und Lumbago zu seinen Leitsymptomen. Es ist ein gutes Mittel, wenn es infolge von Blockierungen der Wirbelkörper zu Kompressionen der Nervenwurzeln kommt und diese Projektionsschmerzen ins Bein hinein verursachen. *Pseudognaphalium* kann über regenerative Prozesse in der Funktionseinheit Bandscheibe-Wirbelgelenke-Nervenwurzel sowohl Rückenschmerzen wie auch Projektionsschmerzen zum Abklingen bringen.

Ruta graveolens (Gartenraute) ist ein großes Arthrosemittel. Rückenschmerzen, die sich durch Liegen auf dem Rücken bessern (Bandscheibenerholung!), Zerschlagenheitsschmerzen in der Wirbelsäule, Kreuzschmerzen und in die Lenden hinein ziehende Schmerzen - allesamt sichere Hinweise auf degenerative Bandscheibenprozesse - bessern sich durch die Gabe von *Ruta*. Stiche im Kreuz, die auch beim Gehen und Bücken auftreten, bessern sich sofort durch Hinlegen in Rückenlage.

Mit dem Komplexmittel **Steirocartil®** bzw. **Steirocartil® arthro** kann der Bandscheibenstoffwechsel und die gesamte „Problemzone“ aus Bandscheibe, Wirbelkörper, Wirbelgelenken und Bandapparat sanft regeneriert werden. Rückenschmerzen und Projektionsschmerzen bilden sich dann häufig zurück. Im Akutfall nimmt der Patient bis zu 12 x täglich 1 Tablette bzw. 5 - 10 Tropfen; für chronische Verlaufsformen werden je nach Schwere des Krankheitsbildes 1 - 3 x täglich 1 Tablette bzw. 20 - 50 Tropfen verordnet.

Ernährungstherapie

Vitamin- und mineralstoffreiche biologische Vollwertkost kombiniert mit reichlichem Trinken von Neutralflüssigkeit verbessert das Milieu im Zwischenzellraum und damit die Versorgung der Bandscheiben mit notwendigen Substanzen zur Aufrechterhaltung ihrer Gewebestruktur und ihrer Funktion. Eine basenbildende Ernährung wird damit zur Basistherapie schlechthin bei degenerativen Prozessen im Bereich von Bandscheiben und Wirbelgelenken. Muskelblockierungen und Schmerzen sind oft Anzeichen eines Mineralstoffmangels. Über eine Haarmineralanalyse oder kinesiologische Tests kann der Behandler herausfinden „wo es fehlt“ und diese Mineralstoffe substituieren.

Außerdem sollte man darauf achten, dass Patienten mit Rückenbeschwerden ausreichend Mangan bekommen. Mangan unterstützt die Bildung von Knorpel- und Bandscheibengewebe. Viele Patienten mit Bandscheibenbeschwerden haben seit Jahren einen chronischen Manganmangel. Er stellt sich meist als Folge eines hohen Anteils von weißmehl- und zuckerhaltigen Lebens-

mitteln in der täglichen Nahrung ein, denn mehr als 50 % des Mangans gehen durch Raffinierung verloren. Fleisch, Milch und Eier sind schlechte Manganlieferanten, chronischer Alkoholkonsum ist ebenfalls ein Manganräuber, während man mit Haferflocken, Weizenvollkornprodukten, Nüssen und ungeschältem Reis seine Manganspeicher wieder auffüllen kann. Auch Nahrungsergänzungen mit B-Vitaminen bessern die Beschwerden.

Weitere Maßnahmen

Bei Lumbo-Ischialgien, vor allem bei heißen Lumbalgelosen, haben sich einseitige blutige (alle 2 bis 4 Wochen) oder flächige trockene Schröpfungen (1 x wöchentlich über längere Zeit) bewährt, ebenso Cantharidenpflaster über den Dornfortsätzen bei teigig-sulziger Hautkonsistenz. Bei asthenischen Patienten kann man adjuvant zur orthopädischen Behandlung mit dem Baunscheidtverfahren arbeiten. Alle genannten Maßnahmen wirken tief ins Gewebe hinein und üben einen stoffwechselanregenden und drainierenden Reiz auf die Bandscheibenregion aus. Dort lässt sich auch gut eine Umstimmung mit Eigenblut erzielen, z.B. mit 0,5 ml Eigenblut, gemischt mit einem bandscheibenwirksamen Injektionspräparat, oder 2,0 ml Eigenblut ohne jegliche Zusätze i. m.

Regelmäßige Einreibungen der Wirbelsäule, insbesondere der schmerzenden Partien, mit Lymphdiaral-Salbe drainiert den Zwischenzellraum in diesem Gebiet und verbessert darüber hinaus den Bandscheibenstoffwechsel. Aus der Hydro- und Balneotherapie haben sich der „Heißblitz-Rücken“ sowie Jod-, Moor-, Schlamm- und Schlickbäder, ebenfalls Heißpackungen und die „Heiße Rolle“ bewährt, um den Stoffwechsel im Bereich der Bandscheiben anzuregen.

Rückenschule

Haltungsschulung ist Übungssache und Erinnerungssache. Bei einer guten Sitzhaltung ist der Kopf aufrecht, das Kinn zurückgenommen, die Schulter geht locker nach hinten, das Brustbein ist gehoben, das Becken nach vorn gekippt, die Oberschenkel sind leicht gespreizt und die Füße leicht nach außen gestellt. Bei der Auswahl von Esstisch- und Schreibtischstühlen sollte man nicht nur auf die Ästhetik achten, sondern vor allem darauf, ob sie ergonomisch geformt sind und die oben beschriebene Haltung ermöglichen und dauerhaft unterstützen können. Insbesondere Anbieter wie „Muckenthaler“ haben sich in den letzten Jahren auf rückenfreundliche Stühle spezialisiert und bieten zahlreiche Modelle für gesundes Sitzen an. Ein Keilkissen kann auch bei normalen Stühlen die aufrechte Sitzhaltung unterstützen und erinnert immer wieder an die Beckenkipfung nach vorne. Beim Autofahren werden Bandscheiben durch ein Lendenkissen entlastet. Im Büro müssen Höhe des Stuhles, der Armlehnen und der Schreibtischplatte auf die Körpergröße des Arbeitenden abgestimmt sein.

Mit den genannten Maßnahmen lässt sich die Bandscheibengesundheit lange erhalten und die Entstehung einer Wirbelsäulenarthrose verhindern bzw. ihrem weiteren Fortschreiten vorbeugen.

Autor: Margret Rupprecht

Steirocartil®

Zusammensetzung: 1 Tablette enthält - Wirkstoffe: Ledum palustre Trit. D 2 33,33 mg, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. Trit. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 33,34 mg, Ruta graveolens Trit. D 2 33,33 mg. Sonstige Bestandteile: Lactose, Magnesiumstearat, Kartoffelstärke. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenkschmerzen, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 1 Tablette, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 1 Tablette ein. **Gegenanzeigen:** Keine bekannt. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Tabletten zum Einnehmen, 60 Stück, PZN 09282431.

Steirocartil® arthro

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten - Wirkstoffe: Ledum palustre Dil. D 4 3,33 g, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. flor Dil. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 3,34 g, Ruta graveolens Dil. D 4 3,33 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenkschmerzen, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5-10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5-10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken, bei Überempfindlichkeit gegen Korbblütler sowie in der Schwangerschaft und Stillzeit. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Wegen des Alkoholgehaltes soll Steirocartil® arthro bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Die Anwendung bei Jugendlichen ab 12 Jahren bis unter 18 Jahren sollte nicht ohne ärztlichen Rat erfolgen und ersetzt nicht andere vom Arzt verordnete Arzneimittel. Warnhinweis: Dieses Arzneimittel enthält 58 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 07712991; 100 ml, PZN 07235232.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

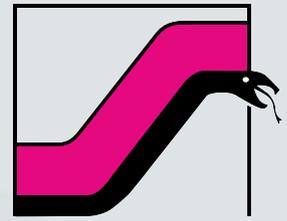
Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
©cliparea.com - fotolia.com
©mangostock - fotolia.com
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Steierl



Ausgebrannt?

Naturheilkundliche Behandlung von Erschöpfung und Burnout

Ausgebrannt?

Naturheilkundliche Behandlung von Erschöpfung und Burnout

„Raste nie, doch haste nie, sonst haste die Neurasthenie!“ schrieb der Gesellschaftskritiker Otto Erich Hartleben vor mehr als hundert Jahren und beschrieb damit heiter-poetisch, dass Stress sowohl durch zu viel als auch durch zu wenig Belastung bedingt sein kann. Die chronische Überforderung wie auch die chronische Unterforderung belasten die Psyche und können neurasthenische Symptome hervorrufen - heute moderner als Burnout bezeichnet. Sie sind eine Anfrage an das Individuum, seine Lebensgestaltung im Privaten und Beruflichen zu überdenken. Wer seine Krankheitssymptome nicht als lästiges Übel ansieht, sondern als wichtige Mitteilungen seiner Seele, kann das Gefühl des Erschöpftseins als biografische Herausforderung betrachten, die zwar erst einmal Kopfzerbrechen bereitet und möglicherweise schwierige Entscheidungen einfordert, dem „Leben danach“ aber einen größeren Reichtum und eine höhere Qualität verleiht. Auf die Frage „Was läuft falsch?“ gibt es bei Burnout immer eine Antwort.

Für die naturheilkundliche Behandlung des Burnout-Syndroms ist es hilfreich, sich den Krankheitsprozess bildlich vorzustellen. Spricht man vom Ausgebranntsein, liegt das Bild einer Kerze nahe, deren Docht verglüht, weil das Wachs aufgebraucht ist. So wie der Kerze mit dem Wachs der Energievorrat ausgegangen ist, fehlt dem Burnout-Patienten die seelische Kraft, um sich ausgeglichen zu fühlen und seinen Alltag erfolgreich zu meistern. Dieser Zustand ist bei manchen Patienten derart ausgeprägt, dass auch bewährte Energielieferanten wie Schlaf und Essen die Gefühle von Abgeschlagenheit, chronischer Müdigkeit und depressiver Verstimmung kaum noch bessern können. Nicht nur die Energiereserven sind aufgebraucht - auch die üblichen Regenerationsmechanismen funktionieren nicht mehr. Man hat das Gefühl, nicht mehr genug leisten zu können, hinter den Anforderungen zurück zu bleiben und dem Leben nicht mehr gerecht werden zu können.

Mögliche Ursachen gibt es viele. Die Energielecks sind manchmal im Privaten zu finden, oft im Beruflichen, aber fast immer zunächst verdrängt. Lieblosigkeit und Sprachlosigkeit in Partnerschaft und Familie oder eine chronische Überlastung oder Unterforderung bei den beruflichen Aufgaben sind schmerzhaft Themen, die nur langsam ins Bewusstsein gelassen werden können. Eine Psychotherapie kann helfen, unbewältigte Lebenskrisen und belastende Kompromisse aufzudecken und einer Lösung zuzuführen. Auf diesem Weg ist es hilfreich, sich im Rahmen des Möglichen für eine gewisse Zeit aus den Konfliktfeldern herauszuziehen und sich ganz bewusst mehr Ruhe zum Nachdenken zu nehmen. Wer sein Unbewusstes nicht länger mit Aktivismus zuschüttet, sondern ihm Raum gibt, sich zu entfalten, wird von seiner Seele jene Signale bekommen, die ihm aus seiner

Lebenskrise wieder heraushelfen. Das braucht Zeit und manchmal auch schmerzliche Entscheidungen, z.B. eine existentielle Auseinandersetzung mit sich selbst und mit dem Partner, vielleicht auch eine Trennung, die Reduzierung der wöchentlichen Arbeitszeit oder ein Berufswechsel. Gelegentlich sind die Lösungen aber auch ganz einfach wie z.B. bei einer Patientin, die sich einen vor Jahren wurzelbehandelten Zahn ziehen ließ und deren vegetative Belastungssymptome innerhalb eines Monats völlig verschwanden. Es gibt äußeren Stress, aber es gibt auch inneren, „hausgemachten“. Die Ursachen, die einen Menschen in das Gefühl des Ausgebranntseins treiben können, sind vielfältig, und die Suche nach ihnen erfordert vom Therapeuten bisweilen einen geradezu kriminalistischen Spürsinn.

Komplexhomöopathie für ein komplexes Beschwerdebild

Zum Krankheitsbild Burnout gehört ein Teufelskreis, den viele Betroffene kennen: Eine aktive, befreiende Auseinandersetzung mit den krankmachenden Faktoren kostet Energie. Und genau an dieser fehlt es. Weshalb es den Patienten gut tut, wenn die Naturmedizin sie mit stärkenden Präparaten und Maßnahmen auf ihrem Weg der Neuorganisation der Lebensgestaltung und Neudefinition von Lebenszielen unterstützt.

Wenn es ein Komplexhomöopathikum gibt, das aufgrund seiner Rezeptur mit Fug und Recht als erstrangiges naturheilkundliches

„Stressmittel“ bezeichnet werden kann, dann ist es **Torniplex®**. Die Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen enthält die drei Einzelmittel

- **Myristica fragrans**,
- **Phosphorus** und
- **Strychnos ignatii**,

jeweils als Dilution in der D6. Alle drei arzneilich wirksamen Bestandteile sind hochwirksame homöopathische Stress- und Nervenmittel; zusammengefasst in

einem Präparat ergänzen sie sich ideal und bringen wertvolle Synergieeffekte hervor.



Besonders wichtig für Burnoutpatienten ist **Phosphorus**, dessen aus dem Altgriechischen stammender Name „Lichtträger“ bedeutet. Zu seinen Leitsymptomen gehören die „reizbare Schwäche“, Erschöpfungszustände des Zentralnervensystems, Schwächezustände als Folgen von Überanstrengung, Nervosität, Überempfindlichkeit, Verlust der Leistungsfähigkeit und „Furcht vor allen Anstrengungen wegen Erschöpfung“ (Stauffer). Der Phosphorus-Patient ist niedergeschlagen und melancholisch,

traut sich nichts mehr zu, ist unruhig und schreckhaft, leidet unter Ängsten und Beklommenheit und ist überempfindlich. Liest man in den diversen homöopathischen Arzneimittellehren die Leit- und Stimmungssymptome von Phosphorus, findet sich dort fast alles, was für Burnout typisch ist.

Myristica fragrans, in der Homöopathie auch als *Nux moschata* (Muskatnuss) bekannt, wird von Clarke als „eines der am stärksten wirksamen psychisch sich auswirkenden Arzneimittel der Materia medica“ bezeichnet, „wobei es Erregungszustände hervorruft, die der Hysterie ähneln, und mesmerische Zustände mit übererregten Sinnen ...“. Zu den Gemütssymptomen von Muskatnuss gehören weinerliche Laune, Entscheidungsschwäche, Übererregtheit, Gedächtnisschwäche, Vergesslichkeit und große Angst. Sie ist das Mittel der Wahl bei neuropathischer Konstitution, Irritationen des Nervus sympathicus, körperlicher und geistiger Erschöpfung, „Störungen von Intellekt und Gemütsleben“ (Clarke), Ohnmachtsneigung sowie vegetativen Herz- und Verdauungsbeschwerden. Die Muskatnuss ist ein starkes Nervinum und wurde bereits in der arabischen Medizin und von Paracelsus als nervenkräftigendes Mittel geschätzt.



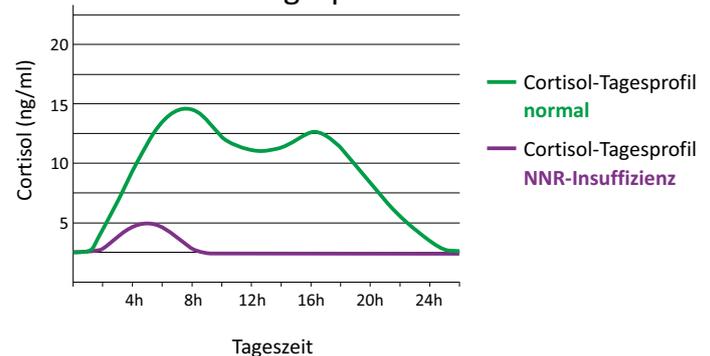
Zum dritten Mittel von Torniplex®, **Strychnos ignatii** (Ignatia), schreibt Boericke: „Ruft deutliche Hyperästhesie aller Sinne hervor ... Psychisch wiegt das emotionale Element vor, die Koordination der Funktion wird beeinflusst. Daher ist es eines der Hauptmittel der Hysterie.“ Ignatia ist indiziert bei neuropathischer Konstitution, Überempfindlichkeit, Nervosität, psychischer und physischer Verkrampfung, starken Stimmungsschwankungen, Widersprüchlichkeit der Reaktionen, Introversion, Grübelei, Verslossenheit – ein gutes Mittel für Menschen, die nicht aus sich herausgehen und alles mit sich alleine ausmachen. Ignatia fördert das Aussprechen von belastenden Emotionen und erleichtert darüber die seelische Verarbeitung von verdrängten Konflikten und die Suche nach Lösungen.

Die Dosierung von Torniplex® beträgt je nach Schwere des Krankheitsbildes und Konstitution des Patienten zwischen 12 x täglich 5 bis 10 Tropfen bei akuten Zuständen und 1-3 mal täglich 5 bis 10 Tropfen über mehrere Monate.

Erschöpfung und Burnout sind Krankheitsbilder, bei deren Behandlung man unbedingt auch die Nebennierenrinde in den Fokus nehmen sollte. Menschen, die jahrelang überfordert und gestresst waren, produzieren in der NNR zunächst hohe Mengen an Cortisol, das unter anderem für Stresstoleranz und eine möglichst gute Adaptation an Belastungssituationen zuständig ist. Doch irgendwann ist das System erschöpft und kippt: Die zunächst hohen Cortisolspiegel sinken allmählich ab und sind chronisch niedrig. Burnout-Symptome stellen sich oft dann ein,

wenn sich die Cortisolwerte in Richtung untere Normwertgrenze bewegen. Bei Burnout-Patienten empfiehlt sich eine Cortisolspiegelmessung (z.B. Labor Dres. Hauss) im ca. eine Stunde nach dem Aufwachen entnommenen Speichel sowie etwa vier Stunden später. Der Cortisol-Morgenwert sollte 6,0 – 14,8 ng/ml betragen. Wenn er in der Früh schon unter 6,0 ng/ml liegt, ist die Stressresistenz des Patienten bereits herabgesetzt und er tut sich spürbar schwerer, die Herausforderungen seines privaten und beruflichen Alltags zu meistern.

Cortisol-Tagesprofil



Mit **Phytocortal® N**, das die drei für ihre Anregung der Nebennierenrinde bekannten Heilpflanzen *Bellis perennis*, *Chelidonium maius* und *Dioscorea villosa* jeweils als Dilution D5, enthält, lässt sich die körpereigene Cortisolproduktion anregen und die Stresstoleranz verbessern.

Die Dosierung von **Phytocortal® N** beträgt je nach Schwere des Krankheitsbildes und Konstitution des Patienten, in der Regel jedoch 3 mal täglich 30 bis 50 Tropfen, wobei die letzte Gabe vor 17.00 Uhr erfolgen sollte.

Ernährung und orthomolekulare Therapie

Zusätzlich kann der allgemeine Energiezustand eines erschöpften Patienten gut über Auswahl, Qualität und Zubereitung seiner Nahrung angehoben werden. Dies geschieht in der TCM durch eine Ernährungsweise nach den fünf Elementen. Burnout wird hier als ein Ausdruck des Qi-Mangels und der Yang-Schwäche gesehen. Dem lässt sich mit einer das Qi (Lebensenergie) stärkenden Auswahl der Nahrungsmittel und dem sog. Yangisieren der Speisen entgegenwirken. Milde, neutrale Nahrungsmittel wie Getreide, stärkehaltige Gemüsesorten, Rindfleisch und Hülsenfrüchte steigern die Lebensenergie ebenso wie „warme“ Nahrungsmittel, z.B. Lauch, Zwiebeln, frischer Ingwer, Koriander, Majoran oder Rotwein. Bei Kaffee und schwarzem Tee ist dagegen Zurückhaltung ratsam, da sie eine vorhandene Nervosität verstärken können. Energielieferanten sind auch Gemüsesuppen und lang gekochte Fleischbrühen, wie überhaupt das Erwärmen von Nahrungsmitteln eine gute Möglichkeit darstellt, stärkend auf den Yang-Pol des Patienten einzuwirken. Zu den yangisierenden Kochmethoden zählt die TCM neben allen Prozessen des Erhitzens und Kochens auch die Verwendung heißer und erwärmender Gewürze sowie das Kochen mit Alkohol.

Information für Fachkreise

Die Ernährung nach den Erkenntnissen der TCM lässt sich gut kombinieren mit einer orthomolekularen Therapie, in der besonders die B-Vitamine sowie Calcium und Magnesium im Zentrum stehen. Oftmals ist bei Burnout auch eine Eisensubstitution nötig, vor allem bei Hämoglobinwerten < 12 g/l. Zur Erhöhung des Eisenspiegels und Verbesserung der Eisenverwertung kann man den Floradix-Kräuterblutsaft von Salus in Verbindung mit Cobaltum nitricum D4 von DHU verordnen.

Alle genannten Maßnahmen helfen dem Burnout-Patienten, allmählich zu mehr seelischer Kraft zu finden, um nun auch seine allgemeine Situation durch weitere ordnende Maßnahmen so zu gestalten, dass ihm das Leben wieder Freude macht. Was Freude macht, nährt die Seele und ist der beste Schutz gegen Burnout und Depression.

Autor: Margret Rupprecht

Torniplex®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe: Myristica fragrans Dil. D6 3,34 g, Phosphorus Dil. D6 3,33 g, Strychnos ignatii Dil. D6 3,33 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Nervös bedingte Beschwerden.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5 - 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Torniplex® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Wegen des Alkoholgehaltes soll Torniplex® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 66 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10090547.

Phytocortal® N

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe: Bellis perennis Dil. D5 0,98 g, Chelidonium majus Dil. D5 0,98 g, Dioscorea vilosa Dil. D5 0,98 g. Gemeinsam potenziert über die letzte Stufe mit Ethanol 43 Prozent. Sonstiger Bestandteil: Ethanol 30 % G/G. **Anwendungsgebiete:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. Bei während der Anwendung des Arzneimittels fortdauernden Krankheitssymptomen ist medizinischer Rat einzuholen. **Dosierung:** Die Dosierung erfolgt im Rahmen der individuellen Therapie des Patienten. Aufgrund der langjährigen Erfahrungen mit der vorliegenden Kombination empfehlen wir für die therapeutische Anwendung eine Dosierung von 3 x täglich je 50 Tropfen. Mit Flüssigkeit verdünnt (z.B. ein halbes Glas Wasser) vor den Mahlzeiten einnehmen. Auch homöopathische Arzneimittel sollten ohne ärztlichen Rat nicht über längere Zeit eingenommen werden. Die Dauer der Behandlung mit Phytocortal® N ist nicht beschränkt. Sie richtet sich nach Schwere, Art und Verlauf der Erkrankung und sollte mindestens mehrere Wochen betragen. Zur Vermeidung von Rezidiven kann eine kurmäßige Anwendung, z.B. 2 x jährlich über 2-3 Monate, sinnvoll sein. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken. Wegen des Alkoholgehaltes soll Phytocortal® N bei Leberkranken, Epileptikern, Hirnkranken oder Hirngeschädigten nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen und aufgrund des Alkoholgehaltes sollte Phytocortal® N nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren, auch wegen des Alkoholgehaltes, nicht angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 40 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 100 ml, PZN 3833769.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
Prof. Peter Schönfelder
Labor Dres. Hauss
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Die Leber

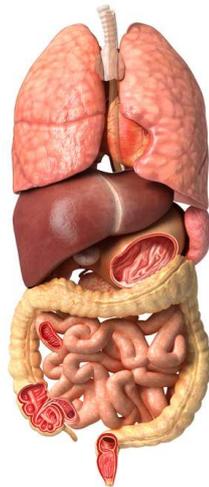
Wie sie arbeitet, woran sie erkrankt und wie man sie naturheilkundlich behandeln kann



Die Leber

Wie sie arbeitet, woran sie erkrankt und wie man sie naturheilkundlich behandeln kann

Sie ist groß, weich und etwa anderthalb Kilo schwer: die Leber. Als Organ ohne Eigengestalt erhält sie ihre Form von der Umgebung, vor allem von der rechten Zwerchfellkuppel, vom Herzen, der Bauchfellfalte, der rechten Niere, dem rechten Colon und Teilen von Duodenum, Magen und Speiseröhre. Die Leber wird von ihnen sozusagen passiv geformt und ist dabei partiell angewachsen am Zwerchfell und an den Bauchfellfalten. Wäre sie es nicht, würde sie formlos in sich zusammenfallen. Die Leber folgt dem Sog der Zwerchfellkuppeln bei jeder Ein- und Ausatmung. Eine tiefe Bauchatmung ist also auch eine gute, die Organtätigkeit anregende „Lebermassage“. Daran denkt man viel zu selten.



Der Mangel der Leber an eigener Gestalt ist ihre wichtigste Signatur und hängt mit ihrem hohen Wassergehalt von 75 – 79 % zusammen. Weshalb das reichliche Trinken von Neutralflüssigkeit für eine gesunde Leberfunktion von zentraler Bedeutung ist. Die Leber wird mit etwa 1.500 cm³ Blut pro Minute durchströmt. Ihre Filter- und Entgiftungsfunktion kann sie umso gründlicher wahrnehmen, je besser der Organismus durch ausreichende Flüssigkeitszufuhr besaftet ist.

Die Leber ist ebenso ein exkretorisches wie inkretorisches Organ: Die Bildung der Galle ist ein exkretorischer Vorgang, während die Harnsäure- und Harnstoffabgabe ins Blut, aber auch der Aufbau des Glykogens im Leberzellparenchym, die Abgabe von Zucker ins Blut und der Eiweißaufbau im Zwischenzellraum der Leberzellen mit der dort gebildeten eiweißreichen Leberlymphe Funktionen sind, die man im weiteren Sinne als inkretorisch bezeichnen kann. Die meisten Proteine, die der Organismus benötigt, werden in der Leber synthetisiert! Auch für die Gallebildung braucht es reichlich Flüssigkeit: Die Leber produziert täglich etwa 15 ml Galle pro Kilogramm Körpergewicht, das sind je nach Alter und Gewicht eines Menschen zwischen 500 und 1.200 ml, also eine durchaus beachtliche Menge.

Es sind letztlich vier Flüssigkeitssysteme, die den Leberstoffwechsel beeinflussen: Pfortader- und Venenblut, arterielles Blut, Lymphe und Galle, wobei das venöse Blut dominierend ist. Die Leber ist in mehrfacher Hinsicht ein Saugorgan: Mehr als 70 % des Blutes der Vena cava inferior stammt aus der Vena hepatica.

Interessant ist auch der überdurchschnittlich hohe Druck der Pfortader, der sich nur so erklären lässt, dass sich Lebersinusoiden und der Dissé-Raum wie ein großer, saugender Flüssigkeitsschwamm verhalten. So kommt es, dass das Herz bei der Diastole weniger das Blut aus der Hohlvene und damit aus der Leber ansaugt, als dass der dünnwandige und nicht sehr muskelkräftige rechte Ventrikel dem venösen Ein- und Ausströmen folgt.

„Er unterliegt den großen Raum-Rhythmen von Ausdehnung in den Kapillaren des Splanchnikusgebietes, der Zusammenziehung der Pfortader, der neuerlichen maximalen Ausdehnung in den Lebersinusoiden und der darauf folgenden Zusammenziehung in der unteren Hohlvene, um schließlich in dem diastolisch-systolischen Zeit-Rhythmus individualisiert zu werden.“ (Vogel)

Die Leber - nicht (nur) das Herz - als Taktgeber?

Diese Vorstellung kommt der Wirklichkeit näher als man denkt. Der Saug- und Schwammcharakter der Leber macht sich auch in anderer Beziehung bemerkbar: Frisch getrunkenes Wasser wird im Dünndarm resorbiert, gelangt über die Pfortader in die Leber und wird dort als „Salzlösung“ gespeichert. In den vier bis fünf Stunden nach der Flüssigkeitsaufnahme regelt die Leber den Grad der Blutverdünnung und entscheidet damit über die Flüssigkeitsmenge, die im Blutkreislauf zirkulieren soll. Weshalb bei hypo- und hypervolämischen Kreislaufregulationsstörungen immer auch darauf geschaut werden sollte, ob das Leberfunktionsgewebe gesund ist und den Flüssigkeitshaushalt adäquat regeln kann. Die Leber steuert nicht nur den Kalium-Natrium-Stoffwechsel, sondern auch den Magnesium-Kalzium-Prozess, sowie den Eisen-, Kupfer-, Schwefel und Phosphor-Stoffwechsel und die Regulation zahlreicher weiterer Spurenelemente und Vitamine. Sie alle haben eigene Funktionen in den zahlreichen enzymatischen Prozessen des Organismus und auch bei der Entgiftung des Blutes von toxischen Substanzen in der Leber selbst. Das Organ eliminiert Gifte aus Industrie, Umwelt und Nahrungsmitteln, Arzneimitteln, Drogen und Alkohol sowie endogen entstehende Abfallprodukte des Stoffwechsels, indem sie diese zu unschädlichen Metaboliten verstoffwechselt und sie nierengängig macht bzw. sie mit Hilfe der Gallenflüssigkeit zur Ausscheidung über den Darm aufbereitet.

Die Leber baut rote Blutkörperchen ab und Hormone, an denen ein Überschuss vorhanden ist oder die ihre Aufgaben bereits erfüllt haben. Und sie wandelt Nahrungsbausteine in Einzelsubstanzen um, die der Organismus verwerten kann.

Zur Diagnostik von Belastungen und Erkrankungen der Leber

Toxische Überlastungen und manche Erkrankungen der Leber können lange Zeit vorhanden sein, ohne dass sie Schmerzen bereiten. Aber: „Müdigkeit ist der Schmerz der Leber“ ... und deutet auf eine Überlastung des Organs hin. Das wussten schon die alten Humoralpathologen. Patienten, die unter Burnout oder Chronischem Erschöpfungssyndrom leiden, brauchen nicht nur eine Behandlung ihres Nervensystems, sondern auch ihres Leberstoffwechsels. Auf eine geschwächte Leberfunktion oder eine Erkrankung des Organs weisen auch folgende Symptome hin: gelbliche Zunge (oft geschwollen, mit Zahneindrücken oder seitlichen Rissen), gelbliche Haut, Obstipation, Meteorismus, ziehende oder krampfartige Schmerzen im rechten Oberbauch, dunkler Urin, Hautjucken, verzögerte Wasserausscheidung, häufige Übelkeit und Appetitlosigkeit, Nahrungsmittelunverträglichkeiten (Kaffee, Alkohol, geröstete Produkte und fett-haltige Lebensmittel), Neigung zu schlechter Laune, Reizbarkeit, Antriebslosigkeit und depressiver Verstimmung.

Deutlichere Symptome sind eine Bauchdeckenvenenzeichnung, Symptome des gestörten Hormonabbaus (Gynäkomastie, Bauchglatze, Erhöhung der männlichen Stimme), Malabsorptionssymptome (Gewichtsabnahme, schütteres Haar, Anämie, Lackzunge, Lacklippen, Mundwinkelrhagaden, Untergewicht), Trommelschlägelfinger und Uhrnagel. Die Leberpalpation löst einen Druckschmerz aus; das Organ erscheint vergrößert und fühlt sich härter an als eine gesunde Leber. Liegt eine organische Lebererkrankung vor, sind GOT, GPT und Gamma-GT erhöht.

Mittel und Maßnahmen aus der Naturheilkunde

Komplexhomöopathie

Ein Basismittel für die Behandlung der belasteten, funktionsgestörten oder manifest erkrankten Leber ist das homöopathische Komplexmittel **Hepaplex®** von Steierl-Pharma. Es fördert die Regeneration des Leberparenchyms und normalisiert den Gallestoffwechsel.

Hepaplex® ist eine Mischung flüssiger Verdünnungen und enthält die arznei-lich wirksamen Substanzen

- Berberis vulgaris Dil. D3
- Chelidonium majus Dil. D4
- Silybum marianum Dil. D1
- Veronica virginica Dil. D4
- Stannum metallicum Dil. D10



Berberis, die Berberitze, zielt nach Boericke auf „hepatische und rheumatische Affektionen“. Sie besitzt eine deutliche Wirkung auf die Leber, indem sie die Gallebildung und den Gallefluss fördert. Eine klassische Indikatorerkrankung für Leberschwäche, nämlich Hämorrhoidalbeschwerden als Ausdruck der gestauten Pfortader, reagiert gut auf eine Behandlung mit Berberis. Stiche im Gallenblasengebiet und Gallenblasenkatarrhe gehören

ebenso zu den Indikationen wie Nieren- und Blasensymptome. Stauffer nennt unter den Lebersymptomen von Berberis auch Schmerzen im rechten Hypochondrium gegen den Nabel, Druck unter den Rippen rechts, galliges Aufstoßen, Meteorismus und Flatulenz, Gelbsucht von Gallenblasenentzündung und Gallensteinen.

Auch **Chelidonium majus** ist ein erstrangiges Leber- und Gallemittel. Ausgesprochen rechtsseitig wirkend heilt es die



Folgen von Leberfunktionsstörungen und ist indiziert bei typischen Leberschwäche-Symptomen wie welker, unreiner oder gelblicher Haut, gelblichem Zungenbelag mit Zahneindrücken, Darmträgheit und Verstopfung, ferner Schmerzen am rechten unteren Schulterblattwinkel und Hämorrhoidalbeschwerden. Es ist das

Mittel für den „biliösen Zustand“, der sich als dumpfer Schmerz in der Lebergegend bemerkbar macht (Empfindlichkeit gegen Druck, Kleider belästigen), ferner mit Schmerzen am rechten, unteren Schulterblattwinkel und tastbarer Leberschwellung. Chelidonium ist das Mittel für „Stauungen und sekundäre Störungen von der Leber aus“ (Stauffer).

Ein Klassiker unter den Lebermitteln ist die **Mariendistel**, *Silybum*



marianum, die mit Erfolg nicht nur bei toxischen Leberschäden und zur unterstützenden Behandlung bei chronisch-entzündlichen Lebererkrankungen eingesetzt wird. Mariendistel fördert die Regeneration des Leberfunktionsgewebes, regt die Lebertätigkeit an und bessert darüber Sekundärscheinungen von Leberschwäche wie Blähungsneigung, Obstipation und alle weiteren metabolen Leberprozesse.

Veronica virginica, der virginische Ehrenpreis, in der Homöopathie auch bekannt unter dem Namen Leptandra, ist ein explizites Lebermittel, das man bei Leberleiden aller Art, Leberkopfschmerz und zahlreichen Folgen von Leberschwäche gibt, wie gelb-schwarz belegter Zunge, Durchfällen, Hämorrhoiden mit Verstopfung, Gallenblasenbeschwerden und Hepatitis. *Veronica virginica* besitzt eine regenerierende und anregende Wirkung auf das Organ Leber, kräftigt den Pfortaderkreislauf und verbessert über eine Regulierung des Stuhls die Entgiftung über den Darm.

Aus der Spagyrik kommt **Stannum metallicum**, homöopathisch potenziertes Zinn. Die Paracelsusmedizin kennt das Metall als tiefwirksames Lebermittel, das sich regulierend und harmonisierend auf alle Leberfunktionen auswirkt. Stannum wirkt stimmungsaufhellend bei der sog. Leberdepression und aufbauend bei Deformationen und Plastizitätsstörungen im Gelenks- und Gewebereich, z. B. Arthrose als Folge lang-jähriger Übersäuerung.

Bei akuten Leber-Galle-Beschwerden wie Krämpfen oder Reaktionen auf schlecht vertragene Nahrungsmittel verordnet man **Hepaplex®** alle halbe bis ganze Stunde, jedoch höchstens 6

mal täglich mit 5 - 15 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen und kurmäßigen Anwendungen zur Pflege des Leberstoffwechsels verschreibt man 1 - 3 mal täglich 5 - 10 Tropfen. Das Präparat ist ein gutes Einzelmittel zur Leberpflege und Leberbehandlung wie auch ein zentraler Bestandteil der Steierl-Entgiftungstherapie, bei der man **Hepaplex®** mit dem Lymphmittel **Humoval®**, dem Nierenmittel **Nephroplex®** und dem Magen-Darm-Mittel **Gastroplex®** kombiniert.

Weitere Maßnahmen

Eine Lebertherapie braucht Zeit - und eine Ernährungsumstellung. Dazu gehören Alkoholkarenz, initial ein vierwöchiger Verzicht auf tierische Eiweiße (Fleisch, Wurst, Fisch, Eier, Milchprodukte), danach eine eiweißärmere Ernährung mit tendenziell mehr pflanzlichen Eiweißen (Soja, Hülsenfrüchte) und leichter verdaulichem tierischen Eiweiß wie ein wenig vergorenen Milchprodukten (Joghurt, leichte Käsesorten) und Fisch. Der Anteil an Gewürzen, Kräutern, Salat, Obst und Gemüse sollte deutlich erhöht, derjenige an zuckerhaltigen Nahrungsmitteln reduziert werden. Statt tierischer Fette ist kaltgepresstes, pflanzliches Öl ratsam. Mit dem Rauchen sollte der Patient am besten aufhören, mit hepatotoxischen Medikamenten ebenfalls (Paracetamol, Tetrazykline, orale Kontrazeptiva, Anabolika und andere), sofern dies möglich ist.

Ein feucht-warmer Leberwickel pro Tag oder jeden zweiten Tag verbessert die Durchblutung und Regeneration des Lebergewebes. Die einfache Form des Leberwickels kann der Patient zuhause leicht durchführen: Er bereitet eine heiße Wärmflasche vor, taucht ein kleines Handtuch in heißes Wasser, wringt es aus, legt es auf die Haut über der Lebergegend, gibt ein trockenes Handtuch und dann die Wärmflasche darüber und fixiert alles mit einem längeren Handtuch oder einen Schal. Mit diesem Leberwickel legt man sich für eine halbe Stunde ins Bett, am besten nach der Hauptmahlzeit.

In den Naturheilpraxen haben sich alte und neue Ab- und Ausleitungsverfahren bewährt: Bei der Blutegeltherapie werden 1 x wöchentlich 3 - 5 Egel auf die Haut im Bereich des rechten Rippenbogens angelegt. Diese Behandlung kann häufiger wiederholt werden und wirkt auf die Leber stark entlastend. Blutiges Schöpfen (1 x wöchentlich) über dem Lebergebiet oder trockenes Schröpfen (2 x wöchentlich) sollten insgesamt 6 bis 8 mal durchgeführt werden. Zwei mal jährlich ein Aderlass von 150 bis 500 ml ist besonders bei hypertonen, plethorischen und kongestionierten Leberpatienten indiziert. Eine Colon-Hydrotherapie (2 x wöchentlich, insgesamt 8 Behandlungen) entlastet die Leber über den Darm.

Ergänzend kann man 1 x wöchentlich über 3 Monate eine i.m.-Injektion mit einem Vitamin B-Komplex durchführen. Auch eine Eigenbluttherapie mit Vitamin C-Zusatz (2 Injektionen pro Woche über 5 Wochen) trägt kräftig zur Regeneration des Lebergewebes bei. Neuraltherapeutisch hat sich ein Quaddeln der Leberzone bewährt (ventral rechter Rippenbogen, dorsal Bereich zwischen medialem Skapularand und BWS und ein etwa

10 cm breiter waagerechter Streifen unterhalb der rechten Skapula). Man setzt wöchentlich 10 Quaddeln (0,2 - 0,5 ml) über mehrere Wochen und Monate bis zur Besserung der Beschwerden.

Aus der orthomolekularen Medizin empfiehlt sich eine über vier Wochen durchgeführte, hoch dosierte Ergänzung von Beta-Carotin, Vitamin C (sofern es nicht schon injiziert wird), Zink und Selen, um den Organismus und die Leber großzügig mit Antioxidantien zu versorgen. Auch täglich ein gehäufter Esslöffel Lecithinpulver (aus der Apotheke), z. B. ins Müsli gestreut, pflegt den Zellstoffwechsel und entlastet die Leber. Ein leichter Bitterstofftee, z.B. die Fertigmischung Flor-Essence® (am Anfang zwei Tassen täglich und später zwei bis drei Tassen pro Woche), unterstützt die Regeneration des Lebergewebes und erhält den Therapieerfolg.

Autor: Margret Rupprecht

Hepaplex®

Zusammensetzung: 10 ml enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Berberis vulgaris Dil. D3 1,20 ml, Chelidonium majus Dil. D4 0,01 ml, Silybum marianum Dil. D1 1,20 ml, Veronica virginica Dil. D4 2,39 ml, Stannum metallicum Dil. D1 2,40 ml. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Besserung der Beschwerden bei Leber-Galle-Störungen.** Hinweis: Bei Gelbsucht, Entfärbung des Stuhls und Gallensteinen ist ein Arzt aufzusuchen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 x täglich, je 5 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Hepaplex® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Nicht anwenden in der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern unter 12 Jahren. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 46 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Hepaplex® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Aufgrund des Bestandteils Schöllkraut (Chelidonium) und da zur Anwendung des Arzneimittels bei Kindern keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vorliegen, soll Hepaplex® deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. In der Schwangerschaft und Stillzeit soll Hepaplex® aufgrund des Bestandteils Schöllkraut (Chelidonium) nicht eingenommen werden. **Nebenwirkungen:** Wie alle Arzneimittel kann Hepaplex® Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem Behandelten auftreten müssen. Sehr selten (weniger als 1 Behandler von 10.000) sind während der Behandlung mit Schöllkrautpräparaten Anstiege der Leberfunktionswerte (Transaminasen) und des Bilirubins bis hin zu einer arzneimittelbedingten Gelbsucht (medikamentös-toxische Hepatitis) beobachtet worden. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10298940.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

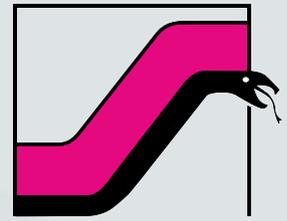
Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
©pixelcaos - fotolia.com
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Steierl



Erektile Dysfunktion

Erektionsstörungen durch Burnout-Syndrom

Erektile Dysfunktion

Erektionsstörungen durch Burnout-Syndrom

Ein erfülltes Sexualleben ist für Männer jeder Altersstufe, sowohl für die persönliche Entwicklung, als auch für eine Partnerschaft, wichtig. Eine unbehandelte Impotenz kann zu psychosomatischen Beschwerden, Depressionen sowie sozialen und beruflichen Problemen führen. Andererseits sind die Ursachen für Potenzprobleme oft gerade im psychischen Bereich zu finden. Chronischer Stress und Überlastung am Arbeitsplatz sind Auslöser für das Burnout-Syndrom, das häufig auch Erektionsstörungen beinhaltet. Bei solchen Problemen kann die Homöopathie helfen.

Ein unerfülltes Sexualleben haben nach einer Studie an 8.000 Männern im Alter zwischen 30 und 80 Jahren etwa 30 bis 40 Prozent. Jeder fünfte Mann leidet an Erektionsproblemen - doch nur jeder dritte lässt sich behandeln, so eine Auswertung des „Cologne 8.000 Men Survey“. Angesichts der demographischen Entwicklung lässt sich voraussagen, dass die Zahl der Betroffenen noch steigen wird. Die Hauptrisiken für eine erektile Dysfunktion (ED) sind Diabetes mellitus, kardiovaskuläre Erkrankungen, Alter, Rauchen und Übergewicht, so die Ergebnisse der Massachusetts Male Aging Study. Psychosoziale Faktoren verursachen bei etwa 20 Prozent die Dysfunktion.

Die weibliche Libido verunsichert die Männer

Vor allem die Kombination aus Versagensangst und dem Leistungsdruck, die Partnerin befriedigen zu wollen, stellt ein großes Hemmnis dar. Dazu trägt auch der Wechsel in den Geschlechterrollen bei, der eine zunehmende Verunsicherung für den Mann darstellt. Es gibt zwar eine neue Weiblichkeit, aber noch nicht die neue Männlichkeit. Die Vorstellung, dass die Libido der Frau genauso groß ist wie die des Mannes, flößt immer noch vielen Männern Angst ein und erhöht den Erwartungsdruck. Heute klagen etwa ebenso viele Männer wie Frauen über Lustlosigkeit.

Der Körper ist keine Maschine, sondern ein komplexes Regelwerk, das verschiedensten Einflüssen unterliegt (Tab. 1). Körper-

- Operative Eingriffe, z.B. Prostatovesikulektomie
- Herz-Kreislauf- oder Stoffwechselerkrankungen
- BPH (benigne Prostatahyperplasie)
- Neurologische Erkrankungen wie M. Parkinson
- Rückenmarks- oder Nervenschäden

Tab. 1: Organische Ursachen für eine ED

liche und nervliche Erschöpfungszustände haben eine hemmende Wirkung auf die Erhaltung der Erektion, sie konkurrieren sozusagen mit den stimulierenden Reizen. Bei besonders gestressten Männern ist daher häufig die Aufrechterhaltung der Erektion gestört, da negative Gefühle die Überhand gewinnen. Ein wichtiges Hemmnis ist oft der Mangel an Kommunikation zwischen den Partnern. Potenzprobleme können auch Ausdruck einer gestörten Partnerschaft sein. Psychologen raten daher zu einer Paartherapie.

Die Erektion beginnt im Kopf ...

Die sexuelle Stimulation beginnt im Hypothalamus und wird durch den Neurotransmitter Dopamin an die Erektionszentren weitergeleitet, die durch Freisetzung von Stickstoffmonoxid für eine vermehrte Produktion des Botenstoffes cGMP durch das Enzym Phosphodiesterase sorgen. Dadurch kommt es zur Erschlaffung der glatten Muskulatur sowie zum Einstrom von Blut in den Schwellkörper. So entsteht durch die gleichzeitige Verhinderung des venösen Ausstroms die Erektion.

... und bei Impotenz endet sie dort auch

Im Hypothalamus werden aber nicht nur erregende Stimuli registriert, sondern auch negative Reize (z.B. durch eine Depression), die zur Produktion von Stresshormonen führen, welche die Aufrechterhaltung der Erektion behindern. Zwischen 20 und 40 Prozent der Männer mit unbehandelter schwerer Depression haben eine ED, so die Ergebnisse einer randomisierten placebo-kontrollierten Studie, die auf der First International Consultation on Erectile Dysfunction in Paris vorgestellt worden ist. Eine Zusammenfassung epidemiologischer Studien zeigt eine starke Korrelation zwischen Depression und sexueller Dysfunktion, die unabhängig voneinander die Lebensqualität stark beeinträchtigen. Aus der Literatur wird auch die starke Bidirektionalität der Beziehung zwischen beiden deutlich: Eine Depression kann zu einer ED führen und umgekehrt. Es ist daher wichtig, die Therapie an zwei Seiten anzusetzen, da eine Trennung in Ursache und Folge häufig schwer nachzuvollziehen ist. In einer aktuellen belgischen Studie an 799 Männern korrelierten Alter und sexuelle Aktivität über vier Wochen am stärksten mit einer ED. Weitere starke Einflussfaktoren waren:

- mehr als vier gesundheitliche Probleme
- eine vorhandene Depression
- ein hoher IPSS-Wert als Maß für BPH und
- körperliche Inaktivität

Auch zwischen ED und Schlafstörungen wurde schon ein Zusammenhang beobachtet.

Den Homöopathen interessieren auch die subjektiven Beschwerden

Wenn sich Männer mit erektilen Problemen einer Behandlung unterziehen, ist diese meist einseitig und vernachlässigt die Sicht auf den „ganzen“ Menschen. Wie epidemiologische Studien gezeigt haben, ist das Bild der ED aber eher multifaktoriell zu sehen: Gesundheitliche Probleme, die psychische Verfassung, sogar längere sexuelle Abstinenz können das Risiko für eine ED erhöhen. Die Homöopathie berücksichtigt dagegen alle Faktoren und Probleme, die die Konstitution eines Menschen beeinflussen und letztlich seine psychische und physische Verfassung determinieren. Für die Homöopathie ist beispielsweise eine Erkältung (oder auch eine Erektionsstörung) nicht gleich einer Erkältung: Bei der Befragung des Patienten interessieren genau diejenigen Symptome, die etwas über das subjektive Befinden aussagen.

Ähnliches mit Ähnlichem Heilen

Die richtige Wahl eines homöopathischen Heilmittels richtet sich zudem nach einem weiteren homöopathischen Grundsatz - dass Ähnliches durch Ähnliches geheilt wird. Der Mönchspfeffer etwa bewirkt in hohen Dosen sexuelle Unlust, in homöopathischer Aufbereitung dagegen bewirkt er das Gegenteil. Laut Kommission D wird in der betreffenden Monographie *Vitex agnus-castus* (Mönchspfeffer) bei geistigen und nervösen Erschöpfungszuständen sowie bei sexuellen Störungen empfohlen. Unterstützt wird diese Wirkung von *Acidum picricum* (Pikrinsäure).



Homöopathisches Arzneimittelbild *Vitex agnus-castus*:

- Nervenschwäche und Hypochondrie auf Grundlage sexueller Erschöpfung
- Impotenz, fehlende Erektion
- sexuelle Neurasthenie (psychovegetatives Syndrom)
- Melancholie (durch Sexualstörungen)
- Kalte, geschwollene, harte und schmerzhafte Hoden
- Körperliche und sexuelle Schwäche in Folge von geistiger, seelischer und körperlicher Überanstrengung, sexuellen Exzessen, Onanie, Impotenz sowie Genussucht

Homöopathisches Arzneimittelbild *Acidum picricum*:

- Sexuelschwäche, Onanie, mangelnde oder gesteigerte Libido mit Kraftlosigkeit
- Reichlich Samenergüsse
- Danach große Erschöpfung mit sinnlichen Träumen

Tab. 2: Auszug aus der homöopathischen Fachliteratur

Eine Kombination von *Acidum picricum* und *Vitex agnus-castus* (z.B. **Viragil®**) ist ideal für Männer mit Erektionsproblemen, welche einerseits an Überarbeitung und Stress leiden und daher nervlich angespannt sind (eventuell „Burnout-Syndrom“) und andererseits zu nervösen und geistigen Erschöpfungszuständen neigen. Da sich Störungen der Sexualfunktion oft schleichend entwickeln, sollte wegen der starken Eigendynamik (nervöse Verstimmungszustände → Erektile Dysfunktion) **Viragil®** möglichst schon im Anfangsstadium einer sich möglicherweise fortentwickelnden sexuellen Schwäche eingenommen werden. Sinnvoll ist mitunter auch eine vorbeugende Anwendung bei bestehenden Risikofaktoren wie beruflich oder privat bedingter Überlastung, deren Folgen sich oft erst nach einiger Zeit bemerkbar machen, wenn der Organismus dem äußeren und inneren Druck nicht mehr „stand“ hält.

Der große Vorteil einer homöopathischen Behandlung mit **Viragil®** ist, dass keine Nebenwirkungen bekannt sind und sie daher auch über mehrere Monate durchgeführt werden kann - das kommt der komplexen Ätiologie der ED entgegen. Als sinnvolle Begleitmaßnahme sollte eine nähere Prüfung der auslösenden Faktoren für geistige und nervöse Erschöpfungszustände erfolgen und geklärt werden, ob beispielsweise autogenes Training, Yoga oder Sport Entspannung bringen.

Ganzheitliche Behandlungsmöglichkeiten bei ED:

- Sport beugt Impotenz vor
- Paartherapie
- Entspannungsmethoden (z.B. Yoga, autog. Training)
- Sexuelle Stimulation, z.B. durch Aromatherapie, visuelle Reize, erotische Massagen, Tantra, Kamasutra, aphrodisierende Kochrezepte

Autor: Dr. med. Rüdiger Kuntz

Information für Fachkreise

Viragil®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe: Acidum picrinicum Dil. D4 5,00 g, Vitex agnus-castus Dil. D4 5,00 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Erschöpfungszustände mit sexuellen Störungen bei Männern.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken und Kindern. Wegen des Alkoholgehaltes soll Viragil® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung und Warnhinweis:** Enthält 52 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgrößen, und Pharmazentralnummern:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 03245392; 100 ml, PZN 03245417.

Literatur:

Aufbereitungsmonographie Acidum picrinicum der Kommission D

Aufbereitungsmonographie Vitex agnus-castus der Kommission D

Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, 4. Auflage (1991)

Braun, M. et al.: „Prävalenz von männlichen Erektionsstörungen in Deutschland heute und in der Zukunft“, Akutell Urol 31 (2009): 302-307

Mak, R. et al.: „Prevalence and correlates of erectile dysfunction in a population-based study in Belgium“, Eur Urol 41 (2002): 132-138

Dorcsi, M.: „Homöopathie“, Band 5 Arzneimittellehre, 3. Auflage (1991)

Mulhal, JP et al.: „Current concepts in erectile dysfunction“, Am J Manag Care (2000): 625-632

Mezger, J.: „Gesichtete homöopathische Arzneimittellehre“, 8. Auflage (1988)

Shabsigh, R. et al.: „Sexual dysfunction and depression: Etiology, prevalence and treatment (Review)“, Curr Urol Rep 2 (2000): 463-467

Seftel, AD et al.: „Erectile dysfunction and symptoms of sleep disorders“, Sleep 25 (2002): 643-647



Steierl-
Pharma GmbH

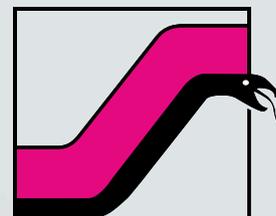
Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Steierl



Erschöpfungsdepression

Nicht nur für uns alle eine gesundheitliche Folge der Pandemie,
sondern auch ein gesellschaftliches Problem

Die Erschöpfungsdepression

Nicht nur für uns alle eine gesundheitliche Folge der Pandemie, sondern auch ein gesellschaftliches Problem

„Jede Impression ohne Expression bedeutet Depression“, sagt ein Sprichwort, das man eingedeutscht auch so übersetzen könnte: „Jeder Eindruck ohne Ausdruck führt ins Niedergedrücktsein.“ Diese Aussage bringt das Problem auf den Punkt: Depressionen haben viel zu tun mit mangelnder Verarbeitung von Erlebtem, vor allem, wenn dieses schmerzhaft und schwer zu ertragen war.

Wenn einem Menschen Schicksalsschläge oder Ungerechtigkeiten widerfahren, wären Gefühle wie Auflehnung und Zorn eine angemessene Reaktion. Gesunde Menschen leisten Widerstand gegen die Widrigkeiten des Lebens und wehren sich. Diese Reaktionen sind natürlich, auch dann, wenn Unabänderliches akzeptiert werden muss, wie z. B. der Verlust des Partners oder der Tod eines Kindes. Bei Depressiven ist die Entwicklung von aggressiven Gefühlen, die sich gegen Gott, das Schicksal oder andere Menschen richten, blockiert. Trauer, Wut, Verzweiflung, Ärger und Enttäuschung werden nicht entwickelt und bleiben in der Psyche stecken. Der Depressive kann diese Gefühle nicht mehr spüren und nicht nach außen zeigen. Doch damit verschwindet die aggressive Energie nicht – im Gegenteil: Sie wendet sich nach innen und belastet einen Menschen, der ohnehin (zu) viel verkraften musste, noch zusätzlich in Form einer depressiven Verstimmung.

Die tieferen Ursachen einer Depression liegen oft in der Kindheit der Betroffenen: Eine unzureichende oder gestörte Bindung an die Bezugsperson, oft die Mutter, sowie häufige Vernachlässigung, Kränkung und Bestrafung des Kindes und das Erleben von Hilflosigkeit fördern die Entwicklung von Depressionen im Erwachsenenalter. Misserfolge, die normal sind und zu jedem Leben dazugehören, werden dann als existentielles Gescheitert- und Wertlossein interpretiert.

Akute und chronische Belastungen, die ein Mensch über längere Zeit nicht verarbeiten kann, führen bei Menschen, die in der Kindheit wenig Liebe und Halt erfahren haben, leichter in eine sog. Erschöpfungsdepression. Eine bewusste Auseinandersetzung mit den Ursachen dieser Erkrankung in Kombination mit gut gewählten Naturheilmitteln hilft auf dem Weg, die Depression zu überwinden.

Ursachen und Symptome einer Depression

Depressionen treten oft episodisch auf. Typisch sind eine gedrückte Stimmung, Freud- und Interesselosigkeit, Antriebslosigkeit sowie eine Verminderung von Aktivität, Konzentrationsfähigkeit und Appetit. Bereits kleine Anstrengungen machen müde, schlafen kann der Patient aber meist trotzdem nur schlecht: Die Einschlafzeit ist verlängert, es kommt zu schlechtem Durch-

schlafen und frühem Erwachen. Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen nehmen ab; man fühlt sich zu nichts mehr im Stande. Oft entwickeln sich Schuldgefühle oder Gedanken über die eigene Wertlosigkeit. Die gedrückte Stimmung bleibt über Tage,



Wochen und Monate relativ konstant erhalten. Betroffene reagieren emotional nur schwach oder gar nicht auf äußere Lebensumstände. Auch über schöne Ereignisse können sie sich kaum freuen. Am Vormittag ist das Tief („Morgentief“) besonders ausgeprägt.

Bei länger dauernden Depressionen kommt es zu Gewichtsverlust und Libidoverlust. Betroffene ziehen sich zurück, pflegen ihre sozialen Kontakte immer seltener und werden anfälliger für körperliche Erkrankungen. In sehr schweren Fällen kann es zu Halluzinationen, Wahnideen, psychomotorischen Hemmungen, mangelhafter Flüssigkeits- und Nahrungsaufnahme und Lebensgefahr durch Suizid kommen.

Depressive Störungen können wiederkehrend auftreten und von Phasen unterbrochen sein, in denen es dem Patienten zeitweise besser geht. Bei der sog. depressiven Anpassungsstörung sind die Symptome weniger stark ausgeprägt und treten vor allem während entscheidender Lebensveränderungen wie Krankheit, Trennung, Todesfall, Arbeitsplatzverlust und ähnlichen „Life events“, auf. Daneben gibt es chronische Depressionsformen wie Zyklothymie und Dysthymie, die in der Regel weniger schwere Symptome verursachen. Zu den häufigsten Depressionsformen gehört die Erschöpfungsdepression. Sie ist eine Reaktion auf Ereignisse, die psychisch nicht verarbeitet werden konnten. Im Unterschied zu anderen Formen ist die Erschöpfungsdepression mit Naturheilmitteln und psychotherapeutischen Interventionen recht gut behandelbar und lässt sich in vielen Fällen vollständig ausheilen.

Mittel und Maßnahmen der Naturheilkunde

Auch bei leichten Erschöpfungs- und „reaktiven“ Depressionen ist eine Psychotherapie oder Psychoanalyse eine wertvolle Basisbehandlung, um das Fortschreiten der Erkrankung zu bremsen und dem Patienten das Eintrainieren eines besseren emotionalen Selbstmanagements zu ermöglichen. Verdrängte

Konflikte aufzudecken und in die Bearbeitung überzuführen, braucht Zeit, Achtsamkeit und sensible Unterstützung durch den Therapeuten. Begleitend dazu haben sich aus der Naturheilkunde folgende Präparate bewährt:

Naturheilkundliche Therapie

Ein gutes Basismittel für die Behandlung erschöpfungsbedingter depressiver Verstimmungen ist **Torniplex®** von Steierl. Die Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen enthält die drei Einzelmittel *Myristica fragrans*, Phosphorus und *Strychnos ignatii*, jeweils als Dilution in der D6. Alle drei arzneilich wirksamen Bestandteile sind hochwirksame homöopathische Nervina; zusammengefasst in einem Präparat ergänzen sie sich ideal und bringen wertvolle Synergieeffekte hervor.

Phosphorus, dessen aus dem Altgriechischen stammender Name „Lichtträger“ bedeutet, ist ein erstrangiges Mittel bei Erschöpfungszuständen des Zentralnervensystems. Es passt gut für Patienten, die gegen alles gleichgültig und geistig träge geworden sind, sich ständig müde fühlen bis hin zur Suizidgefährdung. Menschen, die sich nichts mehr zutrauen, ausgebrannt, lebensüberdrüssig und niedergeschlagen sind, reagieren gut auf homöopathischen Phosphor. Stauffer schätzte das Mittel bei Depressionen „nach schweren Krankheiten und geistiger Übermüdung“, Boericke empfiehlt Phosphorus beim Symptom „schläft spät ein und wacht geschwächt auf. Kurze Schlafperioden und häufiges Erwachen“.

Myristica fragrans, in der Homöopathie auch als *Nux moschata* (Muskatnuss) bekannt, wird von Clarke als „eines der am stärksten wirksamen psychisch sich auswirkenden Arzneimittel der *Materia medica*“ bezeichnet. Stauffer empfiehlt das Mittel bei „körperlicher und geistiger Erschöpfung mit Geistesverwirrung“ sowie „bei Störungen des Intellekts und des Gemütslebens“. *Myristica* ist das Mittel für Menschen, die sich im eigenen Leben fremd geworden sind, alles wie mechanisch erledigen, geistig wie abwesend sind und sich sehr erschöpft fühlen. Auch niedriger Blutdruck und Ohnmachtsanfälle im Rahmen einer Depression und „äußerste Niedergeschlagenheit“ (Boericke) verlangen *Myristica*. Die Muskatnuss ist ein starkes Nervinum und wurde bereits in der arabischen Medizin und von Paracelsus als nervenkräftigendes Mittel geschätzt.



Das dritte Mittel von **Torniplex®**, ***Strychnos ignatii* (Ignatia)**, ist ein Mittel für die sog. neuropathische Konstitution, also für Menschen, denen Belastungen stets primär auf das Gemüt schlagen. Ignatia-Patienten sind sehr widersprüchlich, verschlossen, schweigsam, „behalten allen Kummer für sich“ (Stauffer), fühlen sich missverstanden und vernachlässigt, sind in sich gekehrt, brütend und ziehen sich zurück. Ignatia ist ein gutes Mittel bei „akuten Folgen von Kummer und Gram“ (Stauffer).

Nach Boericke ist beim Ignatia-Patienten die Koordination der emotionalen Funktion beeinträchtigt. Ignatia ist ein gutes Mittel bei introvertierten, brütenden und melancholischen Menschen, denen Lebenszufriedenheit und Lebensfreude als Folge von tiefem Kummer verloren gegangen sind. Ignatia fördert das Aussprechen von belastenden Emotionen und erleichtert so die seelische Verarbeitung von verdrängten Konflikten und die Suche nach Lösungen.



Quelle: H. Zell

Die Dosierung von **Torniplex®** beträgt je nach Schwere des Krankheitsbildes und Konstitution des Patienten 1 bis 3 mal täglich 5 bis 10 Tropfen über mehrere Monate.

Eine Verstärkung der stimmungsaufhellenden Wirkung von **Torniplex®** lässt sich erreichen, wenn man das Mittel mit **Phytocortal® N** und **Hypericum Steierl** kombiniert. Über **Phytocortal® N** wird die Cortisolproduktion in der Nebennierenrinde angeregt, darüber die Stressresistenz verbessert und die Erschöpfung reduziert. Und im Potenzakkord **Hypericum Steierl** findet sich das stimmungsaufhellende Johanniskraut zu jeweils einem Drittel als Urtinktur, Dilution D6 und Dilution D12. Mit dieser Kombination gehört **Hypericum Steierl** zu den effektiv wirksamen **Hypericum-Präparaten** – ohne dass man zur Hochdosis-Phytotherapie mit ihren oft zahlreichen Nebenwirkungen greifen muss. Die Urtinktur von Johanniskraut in **Hypericum Steierl** wirkt auf der pharmakologisch-stofflichen Ebene, die Dilutionen D6 und D12 auf der feinstofflichen Informationsebene, was zu einer tiefwirksamen Stimmungsaufhellung bei depressiven Verstimmungen führt.

Lichttherapie

Vielen depressiven Patienten hilft die Bestrahlung mit einer Vollspektrumlampe, die ein Licht liefert, das dem der Sonne sehr ähnlich ist. Die Helligkeit solcher Lampen beträgt 2500 Lux und entspricht damit dem Licht eines sonnigen Frühlingmorgens. Wer sich solch ein Gerät auf den Schreibtisch stellt und davon täglich 1 – 2 Stunden sein Gesicht bestrahlen lässt, erfährt damit häufig eine deutliche und anhaltende Stimmungsaufhellung.

Ernährung und Orthomolekulare Medizin

Eine oft unterschätzte und übersehene Ursache für depressive Verstimmungen ist Fehlernährung. Depressive Patienten sollten sich vollwertig, basisch und vitalstoffreich ernähren. Kaffee, Alkohol, Weißmehl und raffinierter Zucker können die Symptome einer Depression verstärken. Bereits der konsequente Verzicht auf Kaffee und weißen Zucker wirkt bei vielen Depressiven deutlich stimmungsaufhellend.

Menschen, die durch ein schweres Schicksal, Krankheit und Stress belastet sind, haben zudem einen deutlich höheren Nährstoffbedarf als gesunde und unbelastete Personen. Bei depressiven Verstimmungen empfiehlt sich daher eine tägliche

Information für Fachkreise

Nahrungsergänzung mit folgenden Substanzen:

- 50 mg eines Vitamin-B-Komplexes plus Folsäure
- Vitamin B12, 1 x wöchentlich als intramuskuläre Injektion
- 2 - 6 g Vitamin C
- 600 mg Magnesium
- 30 - 60 mg Zink
- 0,5 - 3 g Phenylalanin mit 50 mg Vitamin B6

B-Vitamine reduzieren Erschöpfungszustände und depressive Verstimmungen, Magnesium wirkt beruhigend und steigert die nervliche Belastbarkeit und Phenylalanin ist eine wichtige Vorstufe zu Norepinephrin, einem Neurotransmitter, der stimmungsaufhellend wirkt.

Wasseranwendungen und Sport

In der Behandlung von Erschöpfungsdepressionen haben sich bromhaltige Bäder bewährt (34 - 36° Celsius, 15 - 20 Minuten). Darunter versteht man am Abend durchgeführte Vollbäder mit einem Badezusatz von sedierend wirkenden Bromsalzen in Verbindung mit wässrigen Auszügen oder ätherischen Ölen aus Baldrian, Melisse und Hopfen. Die Bromsalze durchdringen die Haut, wirkend dämpfend auf das Nervensystem und setzen die Erregbarkeit des zentralen Nervensystems herab. Sie wirken intensiv beruhigend und schlaffördernd. Wenn sich bei Depressiven Schlafdauer und Schlafiefe verbessern, reduziert sich auch ihr Erschöpfungsgefühl. Nach dem Bad sollte der Patient idealerweise zu Bett gehen.

Ein aerobes Training von einer halben Stunde, drei bis vier Mal pro Woche durchgeführt, regt im Gehirn die Produktion von stimmungsaufhellenden Substanzen an. Moderater Sport ist ein wirksames Antidepressivum und kommt auch dem Bewegungsapparat und dem Fettstoffwechsel zugute.

Autorin: Margret Rupprecht

Literatur:

Elvira Bierbach, Michael Herzog: „Handbuch Naturheilpraxis- Methoden und Therapiekonzepte“, Elsevier bei Urban & Fischer, München 2005

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis“, Leer 1973

„Burgersteins Handbuch Nährstoffe“, Haug Verlag in MVS, Stuttgart 2007

„Der Neue Clarke - Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker“, Dr. Grohmann Verlag für homöopathische Literatur, Bielefeld 2001

Otto Gillert, Walther Rulffs: „Hydrotherapie und Balneotherapie“, Pflaum Verlag, München 1990

Christoph Jänicke, Jörg Grünwald: „Alternativ heilen“, Gräfe und Unzer, München 2006

Josef Karl: „Neue Therapiekonzepte für die Praxis der Naturheilkunde“, Pflaum Verlag, München 1995

Karl Stauffer: „Klinische Homöopathische Arzneimittellehre“, Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

Peter Teuschel: „Das schwarze Schaf - Benachteiligung und Ausgrenzung in der Familie“, Klett-Cotta Verlag, Stuttgart 2014

Peter-Hansen Volkmann: „Ökosystem Mensch - Gesundheit ist möglich“, VBN-Verlag, Lübeck 2009

Rolf H. Adler et. all. (Hrsg.): „Uexküll - Psychosomatische Medizin - Theoretische Modelle und klinische Praxis“, Elsevier bei Urban & Fischer, München 2011

Torniplex®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Myristica fragrans Dil. D6 3,34 g, Phosphorus Dil. D6 3,33 g, Strychnos ignatii Dil. D6 3,33 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Nervös bedingte Beschwerden.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5 - 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Torniplex® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Wegen des Alkoholgehaltes soll Torniplex® bei Leberkranken,

Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 66 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10090547.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

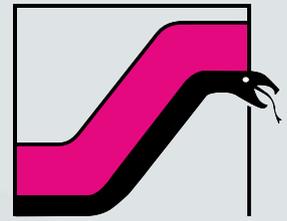
Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

 **Wirksame
Naturarznei**

Information

für Fachkreise



Steierl



Gastritis: Aufstand im Oberbauch

Naturheilkundliche Therapie rezidivierender Magenschmerzen

Gastritis: Aufstand im Oberbauch

Naturheilkundliche Therapie rezidivierender Magenschmerzen

„Wohl gibt es Fürsten, die nach Wahrheit dürsten; doch wenigen ward ein so gesunder Magen, sie zu vertragen“ schrieb der Schriftsteller Friedrich von Bodenstedt im 19. Jahrhundert. Und tatsächlich haben Magenprobleme viel mit dem Thema Wahrheit zu tun, wenn auch weniger im philosophischen als im faktischen Sinne. Denn sie ranken sich um die Frage, ob ein Mensch sich wirklich gesund „ernährt“ - und zwar kulinarisch wie psychisch. Magenschmerzen, seien sie funktionell oder organisch bedingt, haben viel damit zu tun, welche Lebensmittel jemand zu sich nimmt und ob er seit Jahren auch im übertragenen Sinne zu vieles „schluckt“, das ihm eigentlich zuwider ist. Der Magen ist ein nicht zu unterschätzendes psychosomatisches Projektionsfeld und präsentiert demjenigen, den er zwickt, einige unangenehme Wahrheiten über ungesunde Ernährungsweisen und psychische Verdrängungen. Dann braucht es nicht nur gute Heilmittel, sondern auch eine Auseinandersetzung mit der Frage: Wie lebe ich eigentlich? Welche Qualität haben die Nahrungsmittel, die ich esse? Welche Lebensmittel bekommen mir, welche nicht? Welche Gefühle sollte ich besser aussprechen, statt sie immer wieder zu „schlucken“? Chronische Magenbeschwerden sind ein gutes Beispiel dafür, wie sehr eine Krankheit einen Menschen auf sich selbst zurückwirft und ihn zur Auseinandersetzung zwingt. Stellt er sich ihr, wird er nach überstandener Erkrankung gesünder und bewusster sein als zuvor.

Die somatische Seite

Die Medizin bezeichnet Oberbauchbeschwerden, die länger als drei Monate andauern, ohne dass organische Ursachen gefunden werden können, mit dem Begriff der „Funktionellen Dyspepsie“. Umgangssprachlich hat sich auch der Name Reizmagen eingebürgert. In Deutschland klagt jeder Dritte über gelegentliche dyspeptische Beschwerden, doch nur einer von vier Patienten geht zum Arzt. In der Hälfte der Fälle bleiben die Untersuchungen ohne Befund. Als mögliche Ursachen werden eine antrale Hypomotilität, Veränderungen in der viszeralen Schmerzempfindung oder eine Helicobacter-pylori-Infektion diskutiert. Die Beschwerden reichen von retrosternalen Schmerzen, (saurem) Aufstoßen, Mundtrockenheit und Mundgeruch, Zungenbrennen, Schluckbeschwerden, Globussyndrom, epigastrischen Schmerzen und Druckgefühlen, nächtlichen Magenschmerzen, Appetitverlust, schnell eintretenden Völle- und Sättigungsgefühlen, Sodbrennen, Übelkeit und Erbrechen bis hin zu Oberbauchkrämpfen und Blähungen. Bei vielen Patienten lassen sich Störungen der gastrointestinalen Motilität aufzeigen (Dysmotilität), weshalb häufig Prokinetika verordnet werden. Damit bessern sich die Beschwerden zwar in zwei Dritteln der Fälle, kommen aber mit großer Zuverlässigkeit zurück, sobald das Prokinetikum abgesetzt wird.

Die psychosomatische Seite

Das Wissen um den „nur“ funktionellen Charakter ihrer Beschwerden, wirkt auf viele Patienten erst einmal beruhigend, wenn es die Symptome auch nicht beseitigt. Für ein tieferes Verständnis des Beschwerdebildes Reizmagen braucht es den Blick auf die aufrechterhaltenden seelischen Ursachen der Erkrankung.

Im Verständnis der anthroposophischen Medizin treten Empfindungs- und Ich-Organisation aus ihrer mehr bewussten Tätigkeit - dem Geschmackssinn im Mund - im Magen in die unterbewusste Verdauungstätigkeit unterhalb des Zwerchfells. Ein gesunder Mensch spürt die Magenverdauung nicht. Treten im Oberbauch Druck, Unwohlsein und Schmerzen auf, ist das „Untertauchen

des Seelisch-Geistigen in die „Nachtwelt“ des Stoffwechsels behindert“ (Römer), meist durch chronische Sorgen, Stress und verdrängte Konflikte. Magenbeschwerden können Ausdruck einer larvierten Depression oder von Angststörungen sein. Chronisch Magenkrankte erkennt man oft an den vertieft gestreckten nasolabialen und perioralen Falten und einem gräulich-blassen Hautkolorit.



Soziale und berufliche Kränkungen können auf den Magen schlagen. Männer sind von Magenproblemen häufiger betroffen, vor allem bei ehrgeizigem Karrierebestreben und dem Fehlen einer ausgleichenden Privatsphäre. Der Reizmagen-Patient tut oft vieles, um Anderen zu gefallen bei gleichzeitig vorhandenen regressiven Geborgenheitswünschen. Er neigt zu vorauseilendem Gehorsam, ist aber andererseits schnell beleidigt und sauer, wenn seine eigenen Wünsche nicht so erfüllt werden, wie er sich das vorstellt. Er tut sich oft schwer, seine Emotionen zu zeigen (lat.: emovere = herausbewegen) und ist konfliktscheu aus Angst vor Nachteilen, wenn er zeigen sollte, was er fühlt und denkt. Wenn Reizmagen-Patienten sich diese Zusammenhänge selbstkritisch bewusst machen, Ärger zeigen lernen, wo er angebracht ist, Emotionen stärker zulassen und zum Ausdruck bringen, ist das schon die halbe Therapie. Für Magenpatienten gilt auf der Ebene des Psychischen die Regel: von nun an nichts mehr schlucken, was man zum Kotzen findet! Konflikte sollten ausgesprochen, bearbeitet und im Rahmen des Möglichen gelöst werden. Stressreduktion und ein Gleichmaß zwischen Arbeit und Ruhe bessern die Beschwerden ebenfalls.

Präparate der Naturheilkunde

Bei gereiztem und entzündetem Magen:
Gastroplex®

Zur Harmonisierung von Peristaltik, Stoffwechsel und Schleimhautfunktionen des Magens ist **Gastroplex®** ein Basismittel ersten Ranges. Es enthält die arzneilich wirksamen Bestandteile **Chamomilla recutita** Dil. D2, **Daphne mezereum** Dil. D4, **Hydrastis canadensis** Dil. D4 und **Marsdenia cundurango** Dil. D3.



Abb.: Hydrastis canadensis (kanadische Gelbwurz)

Die Hauptleitsymptome von **Chamomilla** sind nach Boericke „geistiger und emotioneller Art“. Chamomilla ist ein gutes Mittel für empfindliche und ungeduldige Menschen. Zu ihren Magensymptomen gehören Übelkeit, saures Aufstoßen, galliges Erbrechen und Krämpfe nach Ärger, ferner drückende Magenschmerzen wie von einem Stein und Blähungen. Chamomilla reduziert akute, subakute und chronische Entzündungszustände von Magen und Darm, bitteren Mundgeschmack, Sodbrennen und Meteorismus. Schleimhautreizungen und Peristaltik werden beruhigt und harmonisiert; unter Chamomilla normalisiert sich das funktionsgestörte Verdauungsgeschehen.

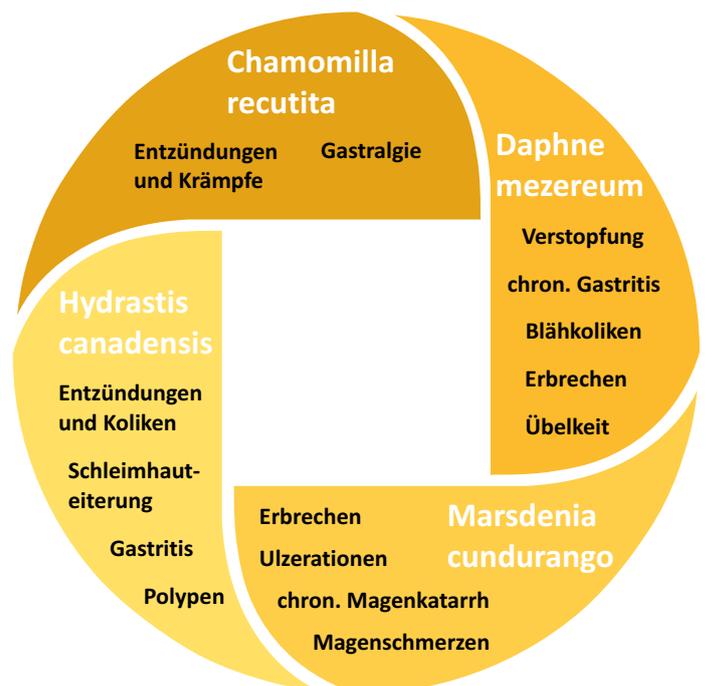


Daphne mezereum ist ein bewährtes Homöopathikum bei Reizmagen, chronischer Gastritis, Magengeschwür und Übelkeit. Weil der Magen Tonusgeber für den gesamten Verdauungstrakt ist, haben Magenranke oft mit Verstopfung zu kämpfen. Mezezeum wirkt auf den Magen antiphlogistisch und tonisierend auf den Darm. Zu seinen Verdauungssymptomen gehören dunkles Erbrechen, Verstopfung im Wechsel mit Durchfällen, bis in den Magen ausstrahlendes Zungenbrennen, chronische Gastritis, brennende Magenschmerzen und Übelkeit, ferner Blähungskoliken und grünlicher Stuhl.

Hydrastis canadensis wirkt besonders auf Schleimhäute und ist ein gutes Mittel für ermüdete, geschwächte Menschen. Es wirkt gut gegen Magen- und Darmerschaffung; man gibt es bei einem wunden Gefühl im Magen, bitterem Mundgeschmack, pulsierenden Schmerzen im Oberbauch, atonischer Dyspepsie, Unverträglichkeit selbst von Brot und Gemüse, zu hartem Stuhl und Magenschleimhautentzündung.

Marsdenia cundurango ist indiziert bei generell schwacher Verdauungstätigkeit, die sich mit Appetitlosigkeit, Übelkeit, Abmagerung, Obstipation und Analfissuren zeigt. Man gibt es bei Magenschmerzen, chronischem Magenkatarrh, Neigung zu Magengeschwür und Erbrechen von Nahrung. Cundurango wirkt kräftigend auf den Magen-Darm-Trakt und verbessert die Verdauungsleistung.

Die Kombination der vier genannten Einzelhomöopathika macht **Gastroplex®** zu einem Basismittel für die Normalisierung und Kräftigung von Schleimhautfunktionen und Peristaltik im Magen und im nachfolgenden Verdauungstrakt. Für den akuten Fall verordnet man sechs Mal täglich fünf Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen z.B. drei mal täglich fünf Tropfen.



Externe Behandlung

Wohltuend bei Reizmagen ist die regelmäßige abendliche Einreibung (vor dem Einschlafen) der Magen- und Sonnengeflechtsregion mit Kupfersalbe (Wala). Die Stärke des Kupfers besteht in seiner Fähigkeit, Krämpfe zu lösen und beruhigend auf die Psyche zu wirken. Die Salbe wirkt durchwärmend und kann über lange Zeit angewendet werden.

Bei starken Magenschmerzen helfen feuchtwarme Auflagen: Man mischt ätherisches Melissenöl und Pflanzenöl im Verhältnis 1 : 10, träufelt die Mischung auf eine angewärmte und feuchte Kompresse, legt diese auf den Oberbauch und bedeckt sie mit einem Wolltuch und einer Wärmflasche.

Auch das gute alte Klistier wirkt bei Magenschmerzen manchmal Wunder. Mit einem Miniklistier kann der Patient zuhause ganz leicht und ohne Hilfe einen kleinen Einlauf durchführen.

Ernährung

Bei Rauchern sind Reizmagen und Gastritis kaum nachhaltig auszuheilen, wenn das Rauchen nicht eingestellt wird. Nikotin aus der Mundhöhle vermischt sich mit Speichel und wird geschluckt; im Magen stellt es eine permanente Schleimhautbelastung dar, die bei starken Rauchern auch zum Ausbruch eines Magenkarzinoms führen kann.

Bei starken Magenbeschwerden bringen Haferschleimsuppen rasche Linderung: Kleine Vollwerthaferflocken werden mit etwas Gemüsebrühe zu einer dünnen Suppe gekocht und in eine Thermoskanne gefüllt. Davon trinkt der Patient vor jeder Mahlzeit ein bis zwei Tassen. Das kleidet die Magenschleimhaut aus und beruhigt sie. Beruhigung bringt auch der altbewährte Kamillentee, während ein Tee aus Eberraute (*Artemisia abrotanum ex herba*) den Appetit anregt. In hartnäckigen Fällen empfiehlt sich eine mehrtägige Tee- oder Schleimfastenkur (2 bis 3 Esslöffel Hafer oder Reis in einem halben Liter Wasser kochen und durchpassieren).

Die Ernährung von Menschen mit empfindlichem Magen sollte biologisch-vollwertig sein und viel Gemüse, Kartoffeln, Vollkornprodukte und Obst enthalten; vergorene Milchprodukte (Joghurt), Hühnereier und fettarme Käsesorten sind empfehlenswert, Fleisch sollte reduziert werden. Gelegentlich etwas Fisch oder Geflügel werden zwar in der Regel gut vertragen, rotes Fleisch hingegen weniger, weshalb man es am besten komplett aus dem Speiseplan streicht. Gutes Kauen, langsames Essen und kleine Portionen entlasten den Magen und erleichtern den Verdauungsvorgang. Vor der Hauptmahlzeit kann man eine Tasse Flor-Essence-Tee verordnen, eine sehr bekömmliche Teemischung aus acht stoffwechsellanregenden (Bitter-) Kräutern, die magenstärkend wirken und das Verdauungsgeschehen harmonisieren.

Aus der orthomolekularen Medizin empfiehlt sich die Gabe eines hochwertigen Vitamin-B-Komplexes und eines Präparats zur Symbioselenkung. Der Magen ist Ausgangspunkt des gastrokologischen Reflexes. Ein Vitamin-B-Mangel sowie Störungen in der Darmflora können daher ihrerseits über Rückkopplungseffekte zu Irritationen in der Magenperistaltik führen. Deshalb: Keine Magentherapie ohne Darmsanierung!

Autor: Margret Rupprecht

Gastroplex®

Zusammensetzung: 10 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Chamomilla recutita Dil. D2 2,5 g, Daphne mezereum Dil. D4 2,5 g, Hydrastis canadensis Dil. D4 2,5 g, Marsdenia cundurango Dil. D3 2,5 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Magen-Darm-Störungen.** Hinweis: Bei Schmerzen, bei Fieber, bei Blutbeimengungen oder Schwarzfärbung des Stuhls, sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 x täglich, je 5 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Gastroplex® darf bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Gastroplex® ist bei Alkoholkranken und bei Überempfindlichkeit gegen Kamille oder andere Korbblütler nicht anzuwenden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 52 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10090553.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Die Hüftgelenksarthrose

Erkennen - Vorbeugen - Behandeln

Die Hüftgelenksarthrose

Erkennen - Vorbeugen - Behandeln

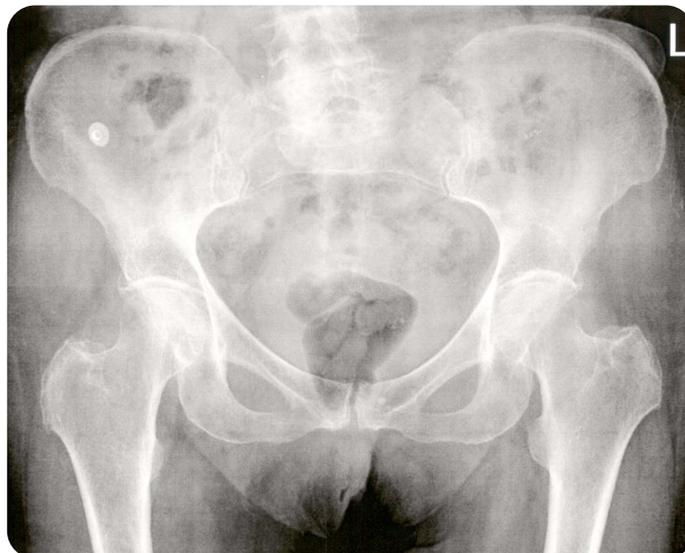
Die Arthropathie des Hüftgelenks (Coxarthrose) ist neben der Kniegelenksarthrose die häufigste Form degenerativer Gelenkerkrankungen. Etwa ein Drittel aller Coxarthrosen wird durch ein Epiphysengleiten verursacht. Das lässt sich bereits im frühen Stadium röntgenologisch nachweisen. Typisch sind ein Knochenbuckel an der dorsalen Kopf-Hals-Grenze oder der sog. Einrollungskopf bei normaler Bildung der Gelenkpfanne. Weitere Ursachen für eine Hüftgelenksarthrose sind die typische Hirtenstabform der Coxa vara infantum oder spontane Hüftkopfnekrosen im Erwachsenenalter.

Ein Sonderfall der Hüftgelenksarthrose ist die Coxa valga. Sie kann schon in jungem Alter zu Belastungsschmerzen führen. Da nur ein kleines Areal des Gelenkkopfes mit der Pfanne artikuliert und der Knorpel dort die ständige Spitzenbelastung nicht aushält, entwickeln sich Gelenkspaltverengungen im Bereich des Pfannenerkers und Verdichtungen des Pfannendaches.

Neben diesen speziellen Fällen entwickelt sich die Hüftgelenksarthrose bei vielen Patienten idiopathisch. Sie ist wie andere Arthroseformen eine Erkrankung der zweiten Lebenshälfte, die als Folge von Gelenkverschleiß und Alterungsvorgängen im Gelenkknorpel auftritt. Solange noch eine dünne Knorpelschicht vorhanden ist, klagen die Patienten nur über Belastungsschmerzen, die oftmals in Oberschenkel und Knie ausstrahlen. Je weiter sich der Knorpel auflöst, desto mehr entwickeln sich auch Bewegungs- und Ruheschmerzen. Wie bei der Kniegelenksarthrose kommt es mit der Zeit zu Bewegungseinschränkung und Kontrakturen, vor allem Beuge-, Abduktions- und Außenrotationskontrakturen. Bei Abduktionskontrakturen scheint das Bein verlängert zu sein. Bei Adduktions- und Beugekontrakturen wirkt es verkürzt. Druck-, Klopf- und Stauchschmerzen sind bei der Hüftgelenksarthrose eher selten.

Wie stark die Stoßdämpferfunktion des Gelenkknorpels vermindert ist, lässt sich im Röntgenbild an den Verdichtungen der gelenkspaltnahen Spongiosa von Kopf und Pfanne erkennen. Im Spätstadium sind Kopf und Pfanne stark deformiert, außerdem finden sich derbe Randwülste und massive Sklerosierungen mit eingeschlossener Geröllzysten. Manchmal ist in den Randbereichen der Pfanne kaum noch ein Gelenkspalt zu erkennen.

In diesen späten Stadien ist der Einsatz eines künstlichen Hüftgelenks die einzige Möglichkeit, den Patienten von seinen chronischen Schmerzen zu befreien. Hierbei werden Kopf und Pfanne des Hüftgelenks gegen Elemente aus Edelmetall, Kunststoff oder Keramik ausgetauscht. Die Prothesen werden entweder zementiert oder unzementiert eingesetzt. Bei der zementierten Variante verbindet ein Kunststoffgemisch Prothese und Knochen. Bei der unzementierten ist die Oberfläche so strukturiert, dass der Knochen gereizt wird, mit ihnen zu verwachsen.



Trotz der verbesserten Operationstechniken haben künstliche Hüftgelenke einige Nachteile: Sie sind nur begrenzt haltbar und belastbar. In manchen, wenn auch sehr wenigen Fällen misslingt die Operation. Das Gelenk kann sich später lockern. Das Infektionsrisiko einer Hüftgelenksoperation ist relativ groß (1-4%). Fazit: Kein Material ist so gut und so belastbar wie der eigene Knorpel und der eigene Knochen. Man sollte sie so lange wie möglich funktionsfähig erhalten.

Alternativmedizinische Behandlungsmöglichkeiten

Eine Hüftgelenksarthrose beginnt zunächst mit Belastungsschmerzen. In diesem frühen Stadium gibt es mehrere konservative Behandlungsmöglichkeiten, die den Schmerz reduzieren und die weitere Degeneration des Knorpels verlangsamen können. Arthrosetherapie ist jedoch eine Langzeittherapie. Medikamente müssen über mehrere Monate bzw. kurmässig mehrmals im Jahr über mehrere Wochen eingenommen werden. Für Verbesserung von Knorpelernährung und Gelenkbeweglichkeit haben sich folgende Präparate bewährt:

Steirocall® und SteiroVit®

Steierl-Pharma hat seit sechs Jahrzehnten einen Komplex homöopathischer Wirkstoffe im Programm, der mittlerweile als ein Standardmedikament der homöopathischen Arthrosetherapie gelten kann: **Steirocall®**. Diese spezifische Kombination für Knochen-, Knorpel- und Gelenkerkrankungen enthält sieben homöopathische Einzelwirkstoffe als Dilution in der D6 oder D12:

Acidum silicicum (Kieselsäure) ist ein ausgesprochenes Knochen- und Bindegewebsmittel. Es verbessert die Ernährung der Gewebe und kann den Organismus anregen, fibröse Gebilde und Narbengewebe wieder zu resorbieren. Gelenk- und Knorpelschmerzen, Knochenverkrümmungen und kraftlose Gelenke bessern sich durch die Gabe dieses Mittels, ebenso wie Gewebeschwächen im Bandapparat der Gelenke, Rheuma und Gicht.

Alchemilla vulgaris (Frauenmantel) schützt das Gewebe vor proteolytischen Enzymen und übt eine festigende Wirkung auf die Gewebe aus. Frauenmantel wird deshalb bei rheumatischen Erkrankungen und Gicht geschätzt.



Alchemilla vulgaris (Frauenmantel)

Calcium carbonicum Hahnemanni hat die für eine Arthrose typischen Knochenverkrümmungen in seinem Mittelbild. Osteoporose (Kalkstoffwechselstörungen), Gelenkentzündungen wie z.B. bei der gereizten Arthrose, Verschlimmerung der Beschwerden infolge von Kälte und Nässe und eine verlangsamte Nutrition sind seine Einsatzgebiete, zu denen auch rheumaartige Schmerzen, Schwellung der Gelenke und Mb. Scheuermann gehören.

Wirbelsäulenerkrankungen, Gelenk- und Muskelrheuma, schlechte Frakturheilung, Osteoporose, Rachitis und Osteomyelitis stehen im Fokus von **Calcium phosphoricum**.

Equisetum arvense (Ackerschachtelhalm) wirkt über das Prinzip der Stoffwechselreinigung. Ackerschachtelhalm senkt die Harnsäure, lindert rheumatische Schmerzen und übt eine festigende Wirkung auf die Gewebe aus.



Equisetum arvense (Ackerschachtelhalm)

Ilex aquifolium (Stechpalme) wird in der Volksmedizin seit langem bei Gicht und Rheumatismus verordnet, auch arthritische Zustände bessern sich durch dieses Mittel.



Ilex aquifolium (Stechpalme)

Symphytum officinale (Beinwell) wird eingesetzt bei Knochen- und Knochenhautveränderungen, Verletzungsfolgen im Stütz- und Bewegungsapparat, zur Anregung der Kallusbildung und volksmedizinisch bei Rheuma.



Symphytum (Beinwell)

Bei der Verordnung von **Steirocall®** empfiehlt sich die Kombination mit dem Vitaminpräparat **Steirovit®**. Das darin enthaltene Vitamin E vermindert die Bildung der Entzündungsstoffe aus Arachidonsäure, die in vielen Nahrungsmitteln enthalten ist. Arachidonsäure erhöht die Entzündungsneigung und verschlimmert Gelenkentzündungen. Ihr Spiegel sollte daher möglichst weit unten gehalten werden.

Gute Erfolge erzielt man mit 3 x täglich 30 – 50 Tropfen **Steirocall®** und 1-2 x täglich 20 Tropfen **Steirovit®**. Eine initiale Einnahmedauer von sechs bis neun Monaten ist empfehlenswert. Später sollte die Therapie kurmäßig dreimal pro Jahr über mehrere Wochen wiederholt werden.

Urtica Urtinktur

Mit der pflanzlich-homöopathischen Urtinktur der Brennnessel ist zusätzlich zum Komplexhomöopathicum **Steirocall®** eine

phytotherapeutische Zusatztherapie von großer antidyskratischer Wirkung möglich. Anwendungsbeobachtungen der letzten Jahre haben gezeigt, dass die Brennnessel eindeutig antiarthrotische und entzündungshemmende Eigenschaften besitzt. Das beruht auf einer Produktionshemmung der für die Entzündung verantwortlichen Zytokine. Sie führt zu einer deutlichen Schmerzlinderung und einer Besserung der Beweglichkeit. Brennnesselzubereitungen greifen bereits in einem frühen Stadium in die Entzündungsreaktion ein, da schon kleine Zytokinmengen eine erhöhte Produktion von Entzündungsstoffen nach sich ziehen. Nimmt der Patient Brennnessel-extrakte, wird dieser Mechanismus im Vorfeld ausgebremst. Es empfehlen sich 3 x täglich 3–5 Tropfen der Urtica-Urtinktur.

Eigenblutbehandlung mit dem Hämoaktivator nach Dr. med. Höveler

Die Verabreichung von reinem Nativblut ist bei der Coxarthrose wenig effektiv. Bessere Erfolge erzielt man mit UV-bestrahltem und aktiviertem Eigenblut nach Dr. med. Höveler. In den ersten vier Wochen gibt man 3 x wöchentlich aktiviertes Eigenblut und ab der 5. Woche 2 x wöchentlich aktiviertes Eigenblut. In der kommenden Zeit werden die Injektionsintervalle größer. Als Zusatz zum Eigenblut empfehlen sich Juv 110 Ampullen von Phönix und die Organpräparate von Wala (Cartilago articularis coxae, Articulatio coxae), ferner Viscum Mali e planta tota und Mandragora officinarum e radice, ebenfalls von Wala. Diese Ampullenkombinationen können die Belastbarkeit des noch vorhandenen Knorpels stabilisieren und eine gewisse Regeneration anregen. Die Eigenblutbehandlung sollte sich mindestens über drei Monate erstrecken und alle sechs bis zwölf Monate wiederholt werden.

Neben diesen therapeutischen Maßnahmen empfiehlt sich eine Ordnungstherapie mit Bevorzugung lactovegetabler Vollwertkost, reichlichem Trinken (Knorpeldurchsättigung!) und gezieltem Bewegungstraining. Wertvolle Sportarten sind Schwimmen und Radfahren. Sie ermöglichen „Bewegung ohne Belastung“, entlasten das Hüftgelenk und regen über eine „Massage“ des Gelenkknorpels die Bildung von Gelenkschmiere an. Die Reduzierung von Übergewicht ist ebenso wertvoll wie die Benutzung eines Gehstocks zur Entlastung der schmerzenden Hüfte. Weiche Schuhsohlen und gummigepufferte Absätze vermeiden harte Schläge auf das Gelenk beim Auftreten. Je intensiver und langfristiger die geschilderten Maßnahmen durchgeführt werden, desto effektiver lassen sich die Schmerzen reduzieren und desto später wird der Einsatz eines künstlichen Hüftgelenks erforderlich.

Autor: Margret Rupprecht

Steirocall®

Zusammensetzung: 10 g enthalten - arzneilich wirksame Bestandteile: Acidum silicicum Dil. D 12 1,4 g, Calcium carbonicum Hahnemanni Dil. D 12 1,4 g, Calcium phosphoricum Dil. D 12 1,4 g, Acorus calamus Dil. D 6 1,0 g, Equisetum arvense (HAB 1934) Dil. D 6 (HAB, V. 2a) 1,0 g, Ilex aquifolium (HAB 1934) Dil. D 6 (HAB, V. 2a) 1,0 g, Symphytum officinale Dil. D 6 1,0 g, Alchemilla vulgaris Dil. D 6 0,6 g. **Anwendungsgebiete:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. Bei während der Anwendung des Arzneimittels fortdauernden Krankheitssymptomen ist medizinischer Rat einzuholen. **Dosierung:** Die Dosierung erfolgt im Rahmen der individuellen Therapie des Patienten. Aufgrund der langjährigen Erfahrungen mit der vorliegenden Kombination empfehlen wir für die therapeutische Anwendung eine Dosierung von 3 x täglich je 30-50 Tropfen. Mit Flüssigkeit verdünnt (z.B. ein halbes Glas Wasser) vor den Mahlzeiten einnehmen. Auch homöopathische Arzneimittel sollten ohne ärztlichen Rat nicht über längere Zeit eingenommen werden. Die Dauer der Behandlung ist nicht beschränkt. Sie richtet sich nach Schwere, Art und Verlauf der Erkrankung und sollte mindestens mehrere Wochen betragen. Zur Vermeidung von Rezidiven kann eine kurmäßige Anwendung, z.B. 2 x jährlich über 2-3 Monate, sinnvoll sein. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken. Wegen des Alkoholgehaltes soll Steirocall® bei Leberkranken, Epileptikern, Hirnkranken oder Hirngeschädigten nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen und aufgrund des Alkoholgehaltes sollte Steirocall® nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren, auch wegen des Alkoholgehaltes, nicht angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 50 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgrößen und Pharmazentralnummern:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 100 ml, PZN 01664908 und 500 ml, PZN 01666497.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

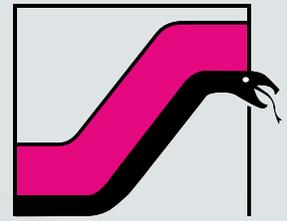
Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Steierl



Ignatia: Nicht ohne die Bohne

Behandlung von psychischen Störungen und Burn-out

Ignatia: Nicht ohne die Bohne!

Ignatia gehört zu den wichtigsten Heilpflanzen für die Behandlung von psychischen Störungen und Burn-out

„In der Hand eines Unerfahrenen ist sie wie ein gezücktes Schwert in der Rechten eines Wahnsinnigen“ schrieb der Heilpflanzenforscher Stein 1797 in seiner Dissertation <De Faba St. Ignatii> über die Ignatiusbohne, und er tat es natürlich, wie zu seiner Zeit üblich, in geschliffenem Latein: „In manu imperiti est sicut gladius strictus in dextra furiosi“. Furios im umgangssprachlichen Sinne, nämlich „wahnsinnig“ erfolgreich ist diese bemerkenswerte Heilpflanze als homöopathisches Einzelmittel oder als arzneilich wirksamer Bestandteil von Komplexmitteln zur Behandlung nervöser Störungen.

Geschenk der Kolonialzeit

Ignatia gehört nicht zu den Heilpflanzen, die bereits in der europäischen Antike und im Mittelalter in Gebrauch waren. Hildegard und Paracelsus kannten sie noch nicht, denn sie hielt erst im 17. Jahrhundert Einzug in die abendländische Medizin. Der dornenlose Kletterstrauch ist durch den Jesuitenpater Camelli im Jahr 1689 nach Europa gebracht worden. Er war es auch, der sie zu Ehren seines Ordensgründers Ignatius von Loyola „Ignatiusbohne“ nannte. Die strauchartige Pflanze ist auf den Philippinen beheimatet. Sie ist immergrün und kann mit ihren hakenförmigen, seitlich zusammengedrückten und holzigen Ranken bis hoch in die Baumwipfel klettern - ähnlich unserem heimischen Efeu, von dem sie sich im Aussehen allerdings stark unterscheidet: ihr Stamm ist dick wie ein Arm, die Zweige gelbbraun und filzig behaart. *Strychnos ignatii*, so ihr botanischer Name, bildet eine zehn bis dreizehn Zentimeter dicke, orangegelbe, hartschalige und vielsamige Beerenfrucht aus, deren bis zu vierzig grauschwarze Samen etwa zwei bis drei Zentimeter dick, unregelmäßig geformt und ziemlich hart sind. Sie schmecken stark bitter, was Ignatia den Beinamen „amara“ einbrachte. In purer Form sind sie giftig - von daher der eingangs zitierte Warnhinweis! Therapeutisch verwendet man heute die getrockneten und reifen Samen.

Relativ bald nach ihrer Einfuhr aus den Philippinen lenkte der Mediziner Johannes Bohn 1698 die Aufmerksamkeit der deutschen Ärzte auf die Ignatiusbohne. Man schätzte sie als fiebertreibendes und magenstärkendes Mittel, musste aber immer wieder zur Vorsicht bei der Anwendung mahnen, da Ignatia in hohen Dosierungen zum Tode führt. Eine zweite Dissertation zur Ignatiusbohne, geschrieben 1802 in Erlangen, gibt uns heute einen guten Einblick in die frühe Einsatz- und Wirkungsweise der Pflanze. Ihr Autor Kvinneht berichtet, dass die Ignatiusbohne bei vorsichtiger Dosierung Erbrechen verursacht, darüber Gifte ausleiten und lindernd auf Krankheiten von Leber, Milz und Darm wirken kann. Außerdem reduziert sie Krampfstände, was den alten Ärzten einen ersten Hinweis auf ihre psychotropen Wirkungen lieferte.

Homöopathisches Nervinum

Heute wird die Ignatiusbohne gerne in Potenzen wie D4, D6, C30 und C200 verabreicht. Damit können toxische Wirkungen jeglicher Art vermieden werden bei gleichzeitig optimaler Entfaltung ihres therapeutischen Potentials. Hahnemann hat noch höchstpersönlich eine Arzneimittelpflichtprüfung von Ignatia durchgeführt und beschrieb die homöopathische Wirkungsweise des Mittels wie folgt:

„Ebenso würde es nicht einzusehen seyn, wie die Ignatzbohne in einer Art Convulsionen so hülfreich hätte seyn können, wenn nicht bekannt wäre, dass sie selbst dergleichen hervorzubringen geneigt wäre.“

Hughes-Donner schreibt in seiner Einführung in die homöopathische Arzneimittellehre, dass Ignatia schon vor Hahnemanns Prüfung mit gutem Erfolg bei Epilepsie angewandt wurde, *„wenn die Anfälle nach heftigen Gemütsregungen kamen“*. Überhaupt: die Convulsionen! Der Begriff bezeichnet tonisch-klonische Muskelkrämpfe, die sich als Folge einer Fehlfunktion des zentralen Nervensystems einstellen. Dabei handelt es sich um meist generalisierte Krämpfe, die von den Krampfbereichen des ZNS, also von Gehirn oder Rückenmark ausgehen. Sie können sich als kurze Muskelzuckungen ebenso äußern wie als anhaltende Krämpfe von starker Intensität. Menschen, die bei der Irisdiagnose eine sog. spasmophile Diathese zeigen, sind besonders anfällig für Krampfstände, die nur auf den ersten Blick ein somatisches Ereignis sind. Dahinter steht in vielen Fällen eine Nervenüberreizung des Sympathicus und des Parasympathicus, also letztlich eine Störung in der Balance des vegetativen Nervensystems. Diese Balance wieder herstellen zu können und dadurch auch eine Besserung von Folgebeschwerden wie Schlafstörungen, Herzbeschwerden und depressiven Verstimmungen zu erreichen, gehört zu den großen Stärken dieser außergewöhnlichen „Psycho“-Pflanze.

Große Schwester von Nux vomica

Ignatia enthält die beiden alkaloidartigen Krampfgifte Strychnin und Brucin, die auch in Nux vomica vorkommen. Tatsächlich sind die beiden Mittel einander sehr ähnlich, obwohl - unverständlichlicherweise - Nux vomica als Heilmittel für nervöse Zustände unter den naturheilkundlich arbeitenden Therapeuten vielfach immer noch „berühmter“ ist als Ignatia. Dabei besitzt Ignatia eine viel stärkere Wirkung auf die Psyche als Nux vomica. Frauen und Kinder, die zu Stimmungsschwankungen neigen und sich viele unnötige Sorgen machen, reagieren besonders gut auf dieses Mittel. Der anthroposophische Heilpflanzenforscher

Heinz-Hartmut Vogel bezeichnet die Ignatiusbohne „gleichsam als die weibliche“ Form einer nervenwirksamen Pflanze, wie sie innerhalb derselben Pflanzenfamilie der Loganiaceen in *Strychnos nux vomica* für die männliche Organisation vorliegt. Beide sind auf das Nervensystem bezogene, die ätherische Organisation im Nervenbereich steigernde Heilpflanzen.“ Wobei Ignatia stärker als Nux auf das vegetative Nervensystem wirkt und daher bei dieser Heilpflanze die Gemütssymptome stark im Vordergrund stehen: ein Hang zu Traurigkeit und stillem Kummer, oft als Folge von seelischen Traumata, die nicht verarbeitet werden konnten, oder von lang andauernder seelischer Überlastung, gegen die ein Mensch sich nicht abzugrenzen vermochte.

Die vegetative Nervenschwäche kann sich mit vielen körperlichen und seelischen Symptomen bemerkbar machen. Dazu zählen Widersprüchlichkeit und wechselnde Stimmungslage, Introversion und Verslossenheit, Zittern, Angstzustände, Schlafstörungen, Nervosität und Reizbarkeit, ein schnelles Umschlagen aller Zustände ins Gegenteil, krampfartige Kopfschmerzen, Muskelzuckungen im Gesicht, Kloßgefühl im Hals bis hin zum Globus hystericus, Magenkrämpfe und eine Abneigung auch gegen gewohnte Nahrung, Reizmagen und Reizdarmsyndrom, Restless-legs-Syndrom, spastischer Husten und Stimmritzenkrampf, Menstruationskrämpfe und vegetative Herzbeschwerden. Immer steht das „Verkrampftsein aus Überforderung“ im Zentrum der Beschwerden, was Ignatia heute mehr denn je zu einer wichtigen Heilpflanze in der Behandlung des Burn-out-Syndroms macht.

Ignatia im Kombinationspräparat Torniplex®

Man kann Ignatia als Einzelmittel geben oder im Rahmen eines Komplexmittels, mit dem man häufig zuverlässigere Erfolge erzielt. Ein homöopathisches Komplexmittel ist in der Regel so gut wie die Sinnhaftigkeit seiner Rezeptur. Eine besonders intelligente Kombination liegt in dem Präparat **Torniplex®** vor, in dem Ignatia mit Phosphorus und *Myristica fragrans* kombiniert wird, welche die Wirkung der Ignatiusbohne auf die Psyche abrunden, ergänzen und steigern.



Wann immer man nervöse Störungen und Burn-out-Syndrome behandelt, kommt man um Phosphorus kaum herum, für das die Homöopathie das Bild der Kerze kennt, die an zwei Enden gleichzeitig brennt. Phosphorus ist ein Mittel, das in der Arzneimittelprüfung reizt und überreizt, die Entzündungsneigung steigert, nervöse Schwäche fördert, den Patienten auszehrt, überempfindlich gegen alle Eindrücke macht, dadurch ermüdet und in die Apathie bringt. Patienten, die Phosphorus brauchen, sind blass und kränklich, schlafen schlecht, haben dunkle Ringe um die Augen, neigen zu schwächenden Durchfällen und Atembegriffungen, Herzklopfen, jagendem Puls und unerquicklichem Schlaf mit kurzen Schlafperioden und häufigem Erwachen. Der Phosphorus-Patient wirkt ausgebrannt und erschöpft, hat keine Reserven mehr, seine seelischen und körperlichen Pufferkapazi-

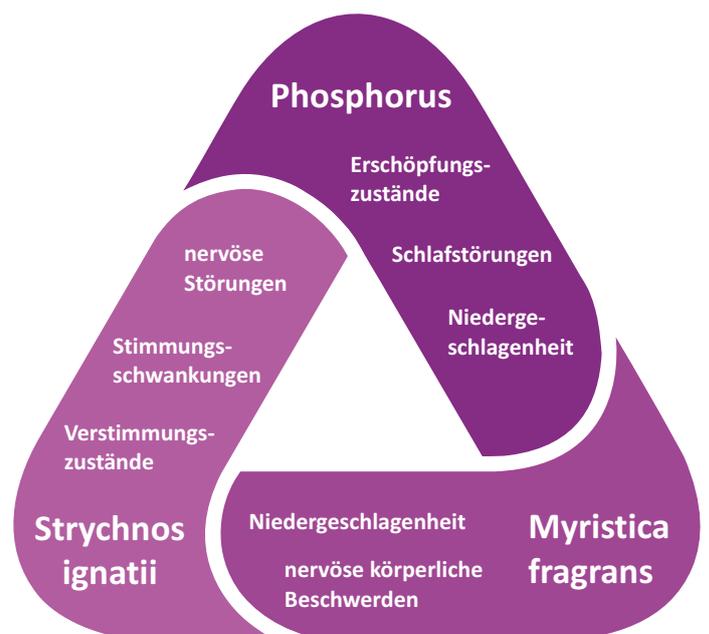
täten sind aufgebraucht. Sein Vegetativum ist ähnlich aus der Balance geraten wie das des Ignatia-Patienten: während bei letzterem die Ursache dafür in einer erhöhten und daher zehrenden Krampfbereitschaft liegt, ist die vegetative Erschöpfung des Phosphorus-Patienten mehr durch den Verlust animalischer Wärme und auslaugender, zu Entzündung neigender Stoffwechselprozesse bedingt.

Als drittes Mittel kommt bei **Torniplex®** *Myristica fragrans* hinzu, in der Homöopathie auch als *Nux moschata* (Muskatnuss) bekannt. Es ist ein Mittel, das man nicht so oft findet und das deshalb den besonderen Wert von Torniplex® ausmacht. Was kann einen Patienten in den Burn-out treiben? Chronische Verkrampfung (Ignatia), zehrende Stoffwechselprozesse (Phosphorus) und ein Herz-Kreislauf-



System, dessen Leistungsfähigkeit nachgelassen hat. Letzteres ist eine Domäne von *Myristica fragrans*; zu seinen Leitsymptomen gehören Ohnmachtsneigung, Gedächtnisschwäche, Schwindel („wie betrunken“), Kopfschmerzen und

das Gefühl, nicht genug Luft zu bekommen - als wenn Gehirn und Organismus zu wenig mit Sauerstoff versorgt würden. Ständige Ohnmachtsneigung und Schläfrigkeit begleiten alle Beschwerden, durchaus vergleichbar mit den Symptomen bei Hypotonie. Homöopathisch potenzierte Muskatnuss wirkt kräftigend auf das Herz-Kreislauf-System und gibt dem Patienten darüber das Gefühl, wieder stärker in seiner Kraft zu sein und sich mehr zutrauen zu können.



Mit dieser Kombination ist **Torniplex®** ein zuverlässig wirkendes Basismittel für die homöopathische Behandlung nervöser Störungen aller Art – auch für Beschwerden im Rahmen einer

latenten oder manifesten Schilddrüsenüberfunktion. Man kann es gut mit Nahrungsergänzungen wie einem Vitamin-B-Komplex und/oder den Magnesium-Orotat-Kapseln der Reinhildis-Apotheke und z.B. einer Daucus carota-Urtinktur zur Verbesserung der Konzentrations- und Gedächtnisleistung kombinieren. Ist eine depressive Komponente vorherrschend, empfiehlt sich parallel zum Einsatz von **Torniplex®** auch die Verordnung von Hypericum Steierl, einem Johanniskraut-Potenzakkord von ausgesprochen stimmungsaufhellender Wirkung. Stehen vegetative Herzbeschwerden im Mittelpunkt, hat sich die ergänzende Gabe von **Tornix®** bewährt.

Torniplex® wird bei akuten Beschwerden mit bis zu 12 x täglich 5 bis 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen mit 1 bis 3 mal täglich 10 bis 15 Tropfen dosiert, gegeben in etwas Wasser. Es ist ohne bekannte Nebenwirkungen und ausgesprochen gut verträglich.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1973

Burgersteins Handbuch Nährstoffe, Haug Verlag in MVS Stuttgart, 2007

Joachim Broy: „Die Konstitution - Humorale Diagnostik und Therapie“, Klaus Foitzick Verlag, München 1992

Der Neue Clarke: „Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker“, 6418 Seiten, Dr. Grohmann Verlag für homöopathische Literatur, Bielefeld 2001

Gerhard Madaus: „Lehrbuch der Biologischen Heilmittel“, Band 7, Mediamed Verlag, Ravensburg 1989

Henning Schramm: „Heilmittel der anthroposophischen Medizin“, Elsevier bei Urban & Fischer, München 2009

Karl Stauffer: „Klinische Homöopathische Arzneimittellehre“, Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

Heinz-Hartmut Vogel: „Wege der Heilmittelfindung“, Band 1. Natur - Mensch - Medizin Verlags GmbH, Bad Boll 2000

Peter-Hansen Volkmann: „Ökosystem Mensch - Gesundheit ist möglich“, VBN-Verlag, Lübeck 2009

Hildebert Wagner, Markus Wiesenauer: „Phytotherapie – Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathika“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart 2003

Torniplex®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Myristica fragrans Dil. D6 3,34 g, Phosphorus Dil. D6 3,33 g, Strychnos ignatii Dil. D6 3,33 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Nervös bedingte Beschwerden.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5 - 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Torniplex® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Wegen des Alkoholgehaltes soll Torniplex® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 66 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10090547.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
Prof. Peter Schönfelder
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Johanniskraut

Pflanzliches Psychopharmakon, bewährtes Wundheilmittel
und eine Labsal für Magen und Darm

Johanniskraut

Pflanzliches Psychopharmakon, bewährtes Wundheilmittel und eine Labsal für Magen und Darm

„Die Zeit heilt alle Wunden.“ Dieser berühmte Satz stammt aus dem 18. Jahrhundert und wurde von niemand Geringerem ausgesprochen als von Voltaire, dem französischen Philosophen der Aufklärung. Wundheilungsprozesse brauchen erfahrungsgemäß eine gewisse Dauer, doch besitzt die Heilkraft der Zeit einen mächtigen Verbündeten: das Johanniskraut (*Hypericum perforatum*). Die auch „Arnika der Nerven“ genannte Heilpflanze ist ein kraftvoller Katalysator für die Regeneration von Haut, Nerven und Seele, wenn diese eine Verletzung erfahren haben.

Johanniskraut gehört zu den ältesten Pflanzen der abendländischen Medizingeschichte. Bereits Hippokrates und Plinius setzten sie ein; Dioskurides, Militärarzt unter Claudius und Nero im 1. Jahrhundert nach Christus, nannte sie bereits „Hyperikon“; das Attribut perforatum (durchlöchert) bezieht sich auf die durchscheinend punktierten Blätter. Hier handelt es sich nicht um echte Löcher, sondern um kleine Sekretbehälter mit einer hellen Flüssigkeit aus ätherischem Öl und Harz, durch die das Licht leichter hindurch scheint als durch ihre grüne Umgebung. Der deutsche Name Johanniskraut rührt von der Tatsache, dass *Hypericum* zur Zeit der Sommersonnenwende um Johanni am schönsten blüht; eine andere häufige Bezeichnung, Hartheu, spielt auf die harten Stängel an, aus denen sich kein Heu machen lässt. Dieser Stängel hat zwei Längsleisten, was im Pflanzenreich äußerst selten ist. Ein drittes Erkennungsmerkmal in der freien Natur ist neben dem zweikantigen Stängel und den punktiert scheinenden Blättern die Tatsache, dass sich die gelben Blüten des Johanniskrauts blutrot verfärben, wenn man sie zwischen den Fingern zerreibt.



Die Pflanze wird zwischen 20 cm und 100 cm hoch; ihre goldgelben Blüten stehen an der Spitze der oberen Äste und bilden einen trugdoldigen Blütenstand. Die Blütezeit kann sich bis September hinziehen.

Johanniskraut: Heilpflanze für die verletzte Psyche

Die gute Wirkung von *Hypericum perforatum* als Antidepressivum bei leichten bis mittelschweren Formen von endogener, neurotischer und larvierter Depression wie auch bei psychovegetativen Störungen, Angstzuständen und nervöser Unruhe ist heute durch intensive klinische und pharmakologische Forschung belegt und wird von der Monographie der Kommission E zu *Hypericum* in diesen Fällen ausdrücklich empfohlen. Es ist mittlerweile sogar erwiesen, dass die Wirksamkeit von *Hypericum*extrakten mit derjenigen von synthetischen Antidepressiva - vor allem Serotonin-Wiederaufnahmehemmern und trizyklischen Antidepressiva - durchaus vergleichbar ist.

Der in Johanniskraut enthaltene arzneilich wirksame Bestandteil Hyperforin hemmt nämlich ebenfalls die Wiederaufnahme von Serotonin und Noradrenalin aus dem synaptischen Spalt in das Axoplasma sowie die Wiederaufnahme von Dopamin, GABA und L-Glutamat. Aber auch die weiteren Wirkstoffe des Johanniskrauts - Hypericine, Flavonoide und Bioflavone - tragen zur antidepressiven Wirksamkeit von *Hypericum perforatum* bei.

Interessanterweise hat schon Paracelsus das Johanniskraut zur Heilung psychischer Wunden bei Depressionen, Melancholie und Hysterie verwendet. Er nannte diese Zustände „*phantasma, eine*

Krankheit ohne ein corpus und Substanz; sondern allein im Geist der Contemplation wird ein anderer Geist geboren, von welchem der Mensch regiert wird.“ Seine antide-

pressive Wirkung besitzt *Hypericum* sowohl in phytotherapeutischer als auch in homöopathisch potenziert Zubereitung, weshalb eine Verordnung als Potenzakkord wie bei dem Arzneimittel **Hypericum Steierl** die Jo-

hanniskrautwirkung deutlich verstärkt, da das Mittel *Hypericum* als Urtinktur, als D6 und D12 enthält.

Homöopathische Arzneimittellehren, z.B. von Clarke, empfehlen potenziertes *Hypericum* ausdrücklich bei „*Niedergeschlagenheit, Schwermut, Hang zum Weinen, Bangigkeit, großer Angst, leichtem Erschrecken, Folgen von Schreck und Schock*“ und für Menschen, die „*Geister und Erscheinungen*“ sehen, was dem paracelsischen „*phantasma*“ sehr nahe kommt.



Die Volksmedizin hat den roten Saft des Johanniskrauts seit jeher als Symbol für das Blut Christi verstanden. Aus diesem Grund, vor allem aber wegen der unübersehbar stimmungsverbessernden Wirkung der Pflanze, ordnet die abendländische Symbolik das Johanniskraut den segensreichen Heilpflanzen zu und verstand es als Inbegriff der Genesung von Kummer und Krankheit. Johanniskraut ist im Übrigen die am besten wirkende Heilpflanze für die Behandlung einer Winterdepression.

Johanniskraut als Wundheilmittel für die verletzte Haut

Äußerlich empfiehlt die Monographie der Kommission E Johanniskraut zur Behandlung und Nachbehandlung von scharfen und stumpfen Verletzungen, Myalgien und Verbrennungen 1. Grades. Eine unschlagbar gute Kombination für die Wundbehandlung, z.B. auch bei einem hartnäckig therapieresistenten Ulcus cruris, ist die Gabe von einigen Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** in Johanniskrautöl. Das gibt es nicht nur in der Apotheke zu kaufen, sondern es lässt sich auch leicht selber bereiten: Man sammelt Johanniskraut-Blüten im Juni / Juli, und zwar mittags zwischen 12.00 und 14.00 Uhr, gibt sie in ein helles Schraubglas, das man bis zum Rand mit kaltgepresstem Bio-Olivenöl oder Bio-Weizenkeimöl so weit auffüllt, dass die Blüten komplett bedeckt sind. Anschließend deckt man das Glas mit einem Baumwolltuch ab und lässt es fünf bis sechs Wochen an der Sonne stehen. Wenn das so entstehende Rotöl eine leuchtend rote Farbe angenommen hat, sieht man es ab, füllt es in dunkle Flaschen und bewahrt diese kühl und lichtgeschützt auf. Zur Behandlung von Sonnenbrand und Brandwunden gewinnt man das Johanniskraut nicht mit Oliven- oder Weizenkeim-, sondern am besten mit Bio-Leinöl, da dieses noch zusätzliche brandstillende Kräfte besitzt.

Für die Wundpflege mischt man - je nach Größe und Schwere der Hautverletzung - 5 bis 10 Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** in je 1 Tee- bis Eßlöffel Johanniskrautöl. Auf ein steriles Tuch gegeben, kann man mit der Mischung sowohl Wunden reinigen als auch einreiben und pflegen bzw. die Mischung für Auflagen verwenden.

Nicht nur seelische, auch körperliche Nervenleiden bessern sich unter Hypericumtherapie besonders gut, wie Neuritiden und Neuralgien, z. B. im Bereich von Trigeminus oder Ischias, ferner Nacken- und Kreuzschmerzen, Schmerzen durch Steißbeinverletzung und Kribbeln in Händen und Füßen. Die Heilpflanze ist bei Hautwunden und Wundheit der Nerven gleichermaßen gut wirksam.



Johanniskraut bei dyspeptischen Beschwerden

Weniger bekannt, aber enorm wirksam ist der Einsatz von Johanniskrautzubereitungen bei Beschwerden des Magen-Darm-Traktes, vor allem bei dyspeptischen Beschwerden und dem Reizdarmsyndrom. Dies wird auch von der Kommission E anerkannt. Für diesen Anwendungsbereich nimmt man am besten Johanniskrautöl, dem einige Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** zugesetzt wurden. Ölige Hypericumzubereitungen wirken antiphlogistisch, z.B. bei Gastritis und entzündlichen Zuständen im Bereich Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse und Darm. Durch die Einnahme der Kombination Johanniskrautöl und **Hypericum Steierl Potenzakkord** reduzieren sich zuverlässig Magen- und Darmschleimhautentzündungen, nervöse Magenbeschwerden, Blähungen, Durchfall und Hämorrhoidalbeschwerden. Diese Ölmischung bringt, äußerlich am After angewendet, Analfisteln und entzündete Hämorrhoiden immer zur Besserung. Clarke lobt übrigens Johanniskraut als „Spezifikum bei blutenden Hämorrhoiden“ in den höchsten Tönen.

Gute Erfahrungen beim Reizmagen- und Reizdarm-Syndrom, vom psychogenen Bauchschmerz bei Kindern bis zu stressbedingten Magen- oder Darmbeschwerden bei Erwachsenen, habe ich mit folgender Anwendung gemacht: Der Patient gibt etwa einen Eßlöffel Johanniskrautöl in seine rechte Hohlhand, träufelt 10 Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** hinein und verreibt diese Mischung im Uhrzeigersinn sanft im Solarplexus-Bereich und rund um den Bauchnabel in kleinen und großen Kreisen: im Akutfall sofort - und kurmässig am besten abends vor dem Schlafengehen und dann über mehrere Wochen. Diese Bauchmassage besitzt einen tief beruhigenden Effekt auf das Darmnervensystem, was sich mit einer besseren Stressresistenz und einem gleichzeitigen Rückgang von Völlegefühl, Meteorismus, Darmkrämpfen, Verstopfung und Durchfällen bemerkbar macht. Der vorher oftmals aufgetriebene Bauch beruhigt sich, wird flacher und die Verdauungsvorgänge laufen ungestörter ab. Eine gesunde Verdauung macht sich ja dadurch bemerkbar, dass man sie eben nicht bemerkt! Und da Verdauung sehr viel mehr „Nervensache“ ist als gemeinhin angenommen, reagiert der Bauchraum auf eine Behandlung mit Johanniskrautzubereitungen besonders dankbar.

Aus der Traditionellen chinesischen Medizin ist der enge Zusammenhang von Lunge und Dickdarm bekannt. Die Johanniskraut-Bauchmassage ist auch für Asthma-Patienten eine gute Therapie, zusammen mit der Einnahme von **Hypericum Steierl Potenzakkord** 3 x täglich 5 – 10 Tropfen auf die Zunge oder in etwas Wasser. Asthma gehört zu den großen psychosomatischen Erkrankungen. Es ist noch viel zu wenig bekannt, wie gut sich diese Erkrankung mit Johanniskraut-Zubereitungen behandeln lässt.

Bei Kindern, die zum Bettnässen neigen, kann man zusätzlich zu Solarplexus- und Nabelgebiet auch die Haut über der Blasenregion einreiben und den Kindern vor dem Einschlafen ein oder zwei Tröpfchen **Hypericum Steierl Potenzakkord** in Wasser geben - eine wertvolle und liebevolle Behandlung für verletzte und wunde Kinderseelen.

Die Humoralpathologie schreibt Hypericum eine humorale Qualität von warm und trocken im zweiten bis dritten Grad zu. Nach Ansicht der alten Ärzte verbessert Johanniskraut die Blutqualität und leitet melancholische Kräfte aus. Die Pflanze ist auch zur Konstitutionstherapie vorzüglich geeignet, und zwar vor allem bei Neuropathischer Konstitution, Atonisch-asthenischer Konstitution, Spasmophiler Diathese und der Skrofulösen Diathese vom erethischen Typ. Manchmal braucht es ein wenig Anlaufzeit, bis die Heilpflanzenwirkung vom Patienten gespürt wird. Das kann gelegentlich auch an einer zu geringen Dosierung liegen. Bei innerlicher Anwendung sollte man zunächst mit einer niedrigen Tropfenzahl beginnen, kann sie aber problemlos um ein paar Tröpfchen erhöhen, wenn eine stärkere Wirkung gewünscht wird.

Die in der Fachliteratur oft diskutierte Photosensibilisierung durch Johanniskrautzubereitungen stellt sich bei Verordnung der üblichen therapeutischen Dosen praktisch so gut wie nie ein: beim **Hypericum Steierl Potenzakkord** schon allein deshalb nicht, weil er zu zwei Dritteln aus potenziertem Johanniskraut in der D6 und D12 besteht. Man sollte allerdings nach einer Haut-einreibung mit Johanniskrautöl kein Sonnenbad nehmen und auch nicht ins Solarium gehen, aber das versteht sich von selbst und ist bei einer Anwendung des Öls vor dem Schlafengehen ohnehin kein Thema.

Wie wenige andere Heilpflanzen ist Johanniskraut in der Lage, Lichtkräfte in sich anzureichern und sie im therapeutischen Einsatz an den Patienten abzugeben. In ihm können sie sich in Nervenkraft umwandeln und darüber sein psychisches und physisches Wohlbefinden in besonderer Weise steigern.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Marianne Beuchert: „Symbolik der Pflanzen“, Insel Verlag, Frankfurt 2004

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1972

Ursel Bühring: „Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde“, Haug Verlag in MVS, Stuttgart 2011

Der neue Clarke: „Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker“, Dr. Grohmann Verlag, Bielefeld 2001

Theodor Dingermann, Dieter Loew: „Phytopharmakologie – Experimentelle und klinische Pharmakologie pflanzlicher Arzneimittel“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart 2003

Volker Fintelmann, Rudolf Fritz Weiß: „Lehrbuch Phytotherapie“, Hippokrates Verlag in MVS, Stuttgart 2009

Susanne Fischer-Rizzi: „Medizin der Erde - Heilanwendung, Rezepte und Mythen unserer Heilpflanzen“, AT Verlag, Aarau 2010

Friedemann Garvelmann: „Pflanzenheilkunde in der Humoralpathologie“, Richard Pflaum Verlag, München 2000

Roger Kalbermatten: „Wesen und Signatur der Heilpflanzen - Die Gestalt als Schlüssel zur Heilkraft der Pflanzen“, AT Verlag, Aarau 2005

Bernhard Kranzberger, Stefan Mair: „Pflanzenmonographien – Heilpflanzen nach Monographie, Gegenwart, Humoralpathologie“, Medien-gruppe Oberfranken, 2015

Gerhard Madaus: „Lehrbuch der Biologischen Heilmittel“, Band 7, Mediamed Verlag, Ravensburg 1989

Mannfried Pahlow: „Das große Buch der Heilpflanzen – Gesund durch die Heilkräfte der Natur“, Nikol Verlag, Hamburg 2013

Paracelsus: Werke. „Band I: Medizinische Schriften“ Hrsg. von Erich Schwabe, Verlag Schwabe & Co., Basel und Stuttgart 1965

Rita Traversier, Kurt Staudinger, Sieglinde Friedrich: „TCM mit westlichen Pflanzen“, Haug Verlag in MVS, Stuttgart 2012

Hildebert Wagner, Markus Wiesenauer: „Phytotherapie – Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathika“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2003

Hypericum Steierl Potenzakkord

Zusammensetzung: 10 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Hypericum perforatum Ø 3,34 g, Hypericum perforatum Dil. D6 3,33 g, Hypericum perforatum Dil. D12 3,33 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Verstimmungszustände.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen 1 bis 3 mal täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Hypericum Steierl Potenzakkord darf nicht eingenommen werden bei gleichzeitiger Behandlung mit einem der unter „Wechselwirkungen“ genannten Arzneimittel, bei bekannter Allergie gegen einen seiner Bestandteile, bei bekannter Lichtüberempfindlichkeit der Haut, von gebärfähigen Frauen, die keine Verhütungsmaßnahmen treffen, bei Alkoholkranken, in der Schwangerschaft und Stillzeit, bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 57 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Hypericum Steierl Potenzakkord bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden Während der Anwendung von Hypericum Steierl Potenzakkord soll eine intensive UV-Bestrahlung (lange Sonnenbäder, Höhensonne, Solarien) vermieden werden. **Nebenwirkungen:** Wie alle Arzneimittel kann Hypericum Steierl Potenzakkord Nebenwirkungen haben. Bei hellhäutigen Personen kann es zur Photosensibilisierung der Hautpartien kommen, die starker Bestrahlung (Sonnen, Solarium) ausgesetzt sind. Allergische Hautausschläge, Magen-Darm-Beschwerden, Müdigkeit oder Unruhe, subjektive Missempfindungen wie z.B. Kribbeln und Erhöhung der Leberwerte sind möglich. Allgemeiner Hinweis: Bei der Anwendung eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung zum Einnehmen, 50 ml, PZN 07419618.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 88
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
©jvimages - fotolia.com
Steierl-Pharma GmbH

Information

für Fachkreise



Das Karpaltunnelsyndrom

Ein Krankheitsbild des PC-Zeitalters und seine naturheilkundliche Therapie

Das Karpaltunnelsyndrom

Ein Krankheitsbild des PC-Zeitalters und seine naturheilkundliche Therapie

„Die Finger sind der Stolz der Hand“, sagt ein senegalesisches Sprichwort. Und wie viel wir mit den Fingern arbeiten, wie fingerfertig wir sind, merken wir meist erst, wenn die Finger anfangen, Probleme zu bereiten, taub zu werden, zu kribbeln und zu schmerzen – die typischen Symptome des Karpaltunnelsyndroms, in der Literatur auch als KTS, Medianuskomppressionsyndrom oder Brachialgia paraesthetica nocturna bekannt.

Anatomie des Karpaltunnels

Der Karpaltunnel ist eine röhrenförmige Höhle zwischen den Handwurzelknochen und einem querverlaufenden Band (Ligamentum carpi transversum) auf der inneren Seite des Handgelenkes. Durch diese Röhre laufen die Sehnen und Sehnenscheiden der langen Beuger des Daumens und der übrigen Finger sowie der Nervus medianus, der sich unter dem Ligamentum in seine Endäste aufteilt; der Karpaltunnel ist also eine höchst sensible Stelle für die funktionelle Versorgung der Hand mit Nervengewebe. Der Nervus medianus, auch Mittelarmnerv genannt, entspringt dem Armnervengeflecht (Plexus brachialis) im Bereich der Schulter, zieht sich den ganzen Arm hinunter und läuft durch den Karpaltunnel bis zur Hand, wo er Daumen, Zeige- und Mittelfinger sowie die Handinnenfläche bis zum Beginn des Ringfingers nerval versorgt.

Symptome eines Medianuskomppressionsyndroms

Ein beginnendes Karpaltunnelsyndrom macht sich zunächst mit uncharakteristischen Mißempfindungen (Kribbeln, Ameisenlaufen) und später mit Schmerzen an der Handinnenseite bemerkbar, also genau im Versorgungsbereich des Nervus medianus. Nach und nach wird die Hohlhandmuskulatur schwächer und magert ab. Ein auffälliges Zeichen ist das Dünnwerden des Daumenballens. Die Sensibilitätsstörungen können sich als Hyperästhesie oder Hypästhesie in den Fingern zeigen, d.h. diese sind entweder überempfindlich oder verlieren mit der Zeit ihre Empfindsamkeit. Die Beschwerden machen sich primär an Daumen, Zeige- und Mittelfinger bemerkbar; der kleine Finger und der Ringfinger sind meist symptomfrei. Wird das Handgelenk stark gebeugt oder gestreckt, empfinden Patienten dies zuneh-



mend als schmerzhaft; nicht selten klagen sie auch über ständige Druckschmerzen in der Innenseite des Handgelenks. Die Schmerzen strahlen oftmals von der Hand in den Arm aus und treten im Anfangsstadium vor allem in der Nacht auf. Morgens fühlen sich die ersten drei Finger steif und kraftlos an. Der fortschreitende Muskelschwund führt zu Schwierigkeiten beim Greifen. Mit der Zeit lässt auch das Tastempfinden nach; die Innenseite der Hand wird zudem gefühllos.

Ursachen

Auslöser für die oben genannten Beschwerden ist der mechanische Druck auf den Medianusnerv. Warum und wodurch entsteht dieser Druck? Eine häufige Ursache ist die chronische Entzündung der Sehnenscheiden der Finger-Beugesehnen, die durch den Karpaltunnel laufen. Bei Menschen, die viele Stunden pro Woche am PC sitzen und Tag für Tag zigtausend Anschläge in die Tastatur tippen, werden die Beugesehnen der Finger ganz besonders beansprucht. Dies kann zu subakuten, akuten und chronischen Sehnenscheidenentzündungen führen. Die Sehnenscheiden quellen auf, nehmen im Karpaltunnel also Raum weg und drücken auf den Medianusnerv, der darauf mit Missempfindungen reagiert. Wird die Sehnenscheidenentzündung chronisch, bildet sich im Karpaltunnel schrumpfendes Narbengewebe. Dieses ist relativ hart und kann den Druck auf den Medianusnerv verschlimmern.

Karpaltunnelbeschwerden entstehen auch dadurch, dass Handgelenke beim Tippen, also vor der Tastatur, bzw. beim Bedienen der Maus, auf einer kalten, harten Unterlage liegen (Schreibtischoberfläche, Schreibunterlage). Das stört die Durchblutung im inneren Handgelenkbereich.

Doch auch andere Ursachen können verantwortlich sein: ein Knochenbruch im Unterarmknochen, vor allem der Speiche (Radius), Brüche oder Arthrosen der Handwurzelknochen oder Ganglien, Lipome und Xantome, also Zysten und Fettgeschwulste in diesem sensiblen Bereich. Sowohl bei Frauen, die die Antibabypille nehmen, als auch bei Schwangeren, kann es zu ödematösen Schwellungen im Handgelenkbereich durch Wassereinlagerungen kommen, die ebenfalls einen Druck auf den Medianusnerv ausüben und die Symptome eines Karpaltunnelsyndroms hervorrufen können. Nach dem Absetzen der Pille bzw. nach der Geburt verschwinden die Symptome wieder.

Von einem Karpaltunnelsyndrom sind vor allem Menschen zwischen dem vierzigsten und sechzigsten Lebensjahr betroffen, drei Viertel von ihnen sind Frauen. Letztlich zählt das Karpaltunnelsyndrom zum großen Bereich des Weichteilrheumatismus.

Das Erkrankungsrisiko steigt, wenn das Handgelenk mechanisch überlastet wird und es berufsbedingt einseitig belastet wird.

Die Symptome eines Karpaltunnelsyndroms können auch entstehen, wenn Menschen nachts mit den Zähnen knirschen oder wenn sie am Arbeitsplatz eine chronisch falsche Sitzhaltung haben. Über Kiefergelenk-, Hals- und obere Brustwirbelsäule wird durch Zähneknirschen und Fehlhaltungen eine Irritation des Armnervengeflechtes hervorgerufen, die sich mit Missempfindungen im Bereich und vor allem am Ende des Medianusnervs äußern kann. Dasselbe machen auch Myogelosen, also Muskelverhärtungen in der Schultermuskulatur als Folge von Stress und Anspannung.

Naturheilkundliche Therapiemöglichkeiten

Das wichtigste Ziel in der Behandlung des Karpaltunnelsyndroms ist die frühzeitige und nachhaltige Therapie der entzündlich-rheumatischen Vorgänge im Bereich der Sehnenscheiden. Medikamentös lässt sich dieses Ziel erreichen mit den Präparaten **Steirocartil®** (Tabletten) bzw. **Steirocartil® arthro** (Tropfen). Beide sind eine Kombination von **Ledum palustre** (Sumpfporst), **Pseudognaphalium obtusifolium** (Stumpfbältriges Scheinruhrkraut) und **Ruta graveolens** (Weinraute).

Ledum ist ein Kardinalmittel zur Behandlung rheumatischer Prozesse. Ein weiteres Leitsymptom von Ledum ist die Kälteempfindlichkeit in den schmerzenden Teilen und ein genereller „Mangel an tierischer Wärme“. Das kann man durchaus so verstehen, dass sich das Leben aus dem rheumatisch-degenerativ erkrankten Bereich ein Stück weit zurückgezogen hat und Ledum in der Lage ist, hier wieder Vitalität und Energie hineinzugeben, die Regenerationsprozesse anstoßen können.



Pseudognaphalium obtusifolium hat ebenfalls Schmerzen und Taubheitsgefühle, d.h. einen lokalen Verlust an Lebensenergie in den betroffenen Bereichen im Mittelbild. Zu seinen zentralen Indikationen gehören rheumatisch-degenerative Gelenkbeschwerden.



Das Karpaltunnelsyndrom ist eine degenerative, „kalte“ Krankheit und **Ruta graveolens** ein Homöopathikum, das in der Lage ist, den Kältezustand durch Wärmevermittlung zu neutralisieren. Schmerzen in den Bereichen Knochenhaut, Sehnen, Gelenken und Muskeln



sowie Schmerzen nach mechanischer Überanstrengung, die sich chronifiziert haben, gehören zu den Leitsymptomen von Ruta.

Alle drei Mittel - Ledum palustre, Pseudognaphalium obtusifolium und Ruta graveolens - kann man als „homöopathische Vitalisierungsmittel“ verstehen: sie geben Lebensenergie in degenerativ veränderte, sich taub und lahm anfühlende, schmerzende Sehnen- und Gelenkbereiche. Dort ermöglichen sie ein tiefgreifendes Wiederbeleben von Stoffwechselprozessen, regen die Geweberegeneration an, verbessern die Funktion und bringen Schmerzen zum Abklingen.

Jede KTS-Therapie braucht Johanniskraut, das „Arnika der Nerven“! Zusätzlich zu **Steirocartil®** bzw. **Steirocartil® arthro** ist daher auch die Verschreibung von **Hypericum Steierl** ratsam, einem Potenzakkord aus Hypericum perforatum Urtinktur, D6 und D12.

Als injektive Therapie haben sich subkutane Injektionen (oder Quaddelbehandlungen) entlang des Karpaltunnels sowie lateral und medial davon mit Procain und ggf. mit Lymphmitteln bewährt. Auch mit dem Baunscheidtieren der Handgelenksregion und paravertebral (2-3 mal pro Woche) erzielt man gute Ergebnisse. Das trockene oder blutige Schröpfen im Trapeziusbereich (2 mal wöchentlich über drei bis vier Wochen) kann den Plexus brachialis entlasten und KTS-Symptome bessern, die weniger durch eine Kompression im Karpaltunnel selbst als durch Belastungen des Armnervengeflechtes bedingt sind.

Und nicht zu vergessen: Ein Patient mit Karpaltunnelsyndrom braucht auf jeden Fall für mehrere Wochen bis Monate eine regelmäßige Einreibung des Handgelenks (morgens und abends) mit einer guten Lymphsalbe.

Die medikamentöse Therapie ergänzt man idealerweise mit konservativen Maßnahmen wie folgt:

Eintrainieren einer gesunden, aufrechten Sitzhaltung zur Entlastung des Plexus brachialis

Beim gesunden Sitzen ist der Kopf aufrecht, das Kinn zurück- und die Schulter locker nach hinten genommen, das Brustbein gehoben und das Becken nach vorne gekippt. Die Oberschenkel sollten sich sowohl zum Rumpf als auch zum Unterschenkel jeweils im 90 Grad-Winkel befinden, die Füße werden leicht nach außen gestellt. Erfahrungsgemäß fällt Patienten das Einüben einer guten Sitzhaltung nicht leicht. Ein ergonomischer Stuhl kann hier unterstützend wirken.

Handgelenksentlastung bei der PC-Arbeit

Kalte und harte Unterlagen mag das Handgelenk überhaupt nicht. Beginnende und auch fortgeschrittene Karpaltunnelsyndrome bessern sich oft innerhalb weniger Tage, wenn das Handgelenk beim Tippen weich und warm gelagert wird, z.B. durch eine mit Gel gefüllte Handgelenkstütze vor der Tastatur und der Maus. Bei manchen Patienten ist es schon ausreichend, einen dicken, warmen, mehrfach gefalteten Stoff aus reiner Schurwolle, z.B. einen alten Schal, vor die Tastatur zu legen bzw. vor die Maus und die Schmerzen gehen zurück.

Nahrungsergänzungen

Eine optimale Versorgung mit Mineralstoffen kann helfen die Beschwerden zu bessern. Bewährt hat sich eine Kombination von täglich 50-100 mg Vitamin B6, 200-600 mg Magnesium, 50-100 mg Vitamin B2 und 4-6 Kapseln Gamma-Linolensäure (Nachtkerzenöl).

Entspannung und Wärme

Alles, was entspannt, bessert die Beschwerden: Autogenes Training, leichte Gymnastik und ausreichend Schlaf. Menschen, die stark unter Stress stehen, schlafen nachts manchmal mit „Pfötchenstellung“, d.h. sie beugen und verkrampfen im Schlaf unwillkürlich ihre Handgelenke, was den Karpaltunnel verengt und zusätzlichen Druck auf den Medianusnerv ausübt. Stressreduktion und eine bessere Schlafhygiene sind dann meist schon die halbe Therapie. In Sanitätsfachhäusern gibt es Handgelenkmanschetten, die das Handgelenk wärmen und die nächtliche Pfötchenstellung verhindern.

Im akuten Stadium wird das Karpaltunnelsyndrom mit Kälte behandelt, im chronischen mit Wärme (Infrarotbestrahlung, Fango-Kompressen, Wärmepflaster oder einfach nur das Tragen eines Pulswärmers).

Allmorgendliches Trockenbürsten der Handgelenke, eine Ernährungsumstellung auf basenbildende Vollwertkost und die Erhöhung der täglichen Trinkmenge (Wasser, Tee, ungesüßte Fruchtsäfte) sind eine naturheilkundliche Basistherapie, entsäuern den Organismus und tragen darüber ebenfalls zur Besserung der Beschwerden bei.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Burgerstein: „Handbuch Nährstoffe“, Trias Verlag in Medizinverlage, Stuttgart 2012

Verena Corazza u.a.: „Kursbuch Gesundheit“, Verlag Kiepenheuer & Witsch, Köln 2006

Elvira Bierbach, Michael Herzog: „Handbuch Naturheilpraxis“, Elsevier Verlag bei Urban & Fischer, München 2005

Jürgen Krämer, Joachim Grifka: „Orthopädie und Unfallchirurgie“, Springer Verlag, Berlin 2007

Peter Pitzen, Helmut Rössler, Wolfgang Rütter: „Orthopädie“, Urban und Fischer Verlag, München 2003

Steirocartil®

Zusammensetzung: 1 Tablette enthält - Wirkstoffe: Ledum palustre Trit. D 2 33,33 mg, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. Trit. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 33,34 mg, Ruta graveolens Trit. D 2 33,33 mg. Sonstige Bestandteile: Lactose, Magnesiumstearat, Kartoffelstärke. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenkbeschwerden, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 1 Tablette, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 1 Tablette ein. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden in Schwangerschaft und Stillzeit. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Tabletten zum Einnehmen, 60 Stück, PZN 09282431.



Steirocartil® arthro

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten - Wirkstoffe: Ledum palustre Dil. D 4 3,33 g, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. flor Dil. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 3,34 g, Ruta graveolens Dil. D 4 3,33 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenkbeschwerden, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken, bei Überempfindlichkeit gegen Korbblütler sowie in der Schwangerschaft und Stillzeit. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Wegen des Alkoholgehaltes soll Steirocartil® arthro bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Die Anwendung bei Jugendlichen ab 12 Jahren bis unter 18 Jahren sollte nicht ohne ärztlichen Rat erfolgen und ersetzt nicht andere vom Arzt verordnete Arzneimittel. **Warnhinweis:** Dieses Arzneimittel enthält 58 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 07712991; 100 ml, PZN 07235232.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Laryngitis

Naturheilkunde bei Husten, Heiserkeit und Stimmverlust

Jeden Winter wieder: Laryngitis

Naturheilkunde bei Husten, Heiserkeit und Stimmverlust

Sie sind die klassischen Symptome einer akuten Kehlkopfentzündung: Reizhusten und Heiserkeit bis hin zum Stimmverlust (Aphonie). Da Erkältungen aller Art, vor allem im Winterhalbjahr, jedoch meistens in Form eines Schnupfens die Nase oder in Form einer Bronchitis die unteren Atemwege betreffen, ist die akute Kehlkopfentzündung (Laryngitis) meist Teilsymptom einer Entzündung der Schleimhaut der Luftwege insgesamt. Kühl-feuchte und neblige Herbst- und Wintertage prädisponieren für eine Laryngitis. Sie kann von Viren oder von Bakterien ausgelöst werden; ihr Hauptmerkmal sind gerötete und geschwollene Stimmlippen, welche die Stimme tiefer und trockener klingen oder derart tonlos werden lassen, dass nur noch Flüstersprache möglich ist. Oftmals ist ebenfalls die benachbarte Rachen- und Luftröhrenschleimhaut entzündet.

Eine Kehlkopfentzündung sollte nach spätestens drei Wochen ausgeheilt sein oder sich zumindest deutlich gebessert haben. Ist dies nicht der Fall, muss der Patient an einen HNO-Arzt überwiesen werden, um Ulzerationen und Proliferationen auszuschließen. Bei einer kloßigen Sprache, verstärktem Speichelfluss, einem inspiratorischen Stridor und einer Zyanose, aber auch bei hohem Fieber, ist immer eine sofortige Klinikeinweisung erforderlich, da in diesen Fällen ein Glottisödem, ein Pseudokrapp, eine Epiglottitis oder eine Kehlkopftuberkulose vorliegen kann.

Mittel und Maßnahmen der Naturheilkunde

Ordnungstherapie und physikalische Medizin

Patienten mit Kehlkopfentzündung müssen ihre Stimme schonen, sollten jegliches Sprechen vermeiden und sich nur mit Flüstersprache äußern, um die entzündeten Stimmbänder nicht noch mehr zu reizen. Für die Dauer der Erkrankung sollten Raucher auf Zigaretten verzichten. Auch auf das Vermeiden chemischer und allergener Noxen ist zu achten (Haarspray, histaminreiche Nahrung etc.). Der Hals sollte mit einem Schal warmgehalten werden. In der frühen und hochakuten Phase wirken Wickel mit Quark oder Zitrone, Prießnitz-Halswickel und Salzwasser-Wickel entzündungshemmend. Diese werden folgendermaßen hergestellt: Man streicht eine 1 Zentimeter dicke Schicht Magerquark (Zimmertemperatur), in den man zuvor einen Schuss Essig gegeben hat, auf ein Geschirrtuch. Dieses Tuch legt man um den Hals, lässt den Bereich über der Wirbelsäule aber frei, darüber kommt ein Zwischentuch und dann ein Schal. Alternativ kann man auch ein Baumwolltuch mit Zitronensaft oder mit Salzwasser tränken und um den Kehlkopf herumlegen. Für den Prießnitz-Halswickel taucht man ein Geschirrtuch in kaltes Wasser, wickelt es straff um den Kehlkopf herum, umhüllt es mit einem weiteren, trockenen Leinentuch und dieses wiederum mit einem wärmenden Wollschal. Der Prießnitz-

Wickel bleibt etwa 45 bis 60 Minuten um den Hals. Nach einer Viertelstunde sollte er bereits als warm empfunden werden, andernfalls legt man noch eine Wärmflasche oder ein heißes Kirschkernkissen auf den Hals. Prießnitz-Wickel wirken auf die Region, wo sie angewendet werden, stark stoffwechselanregend und heilungsbeschleunigend. Ergänzend haben sich ansteigende Fußbäder (33° C auf 40° C innerhalb von 15 Minuten) und zur Entsäuerung Vollbäder mit Zusatz von einigen Esslöffeln basisch-mineralischem Körperpflegesalz bewährt.

Komplexhomöopathie

Das homöopathische Hustenmittel **Pulmosan®** ist ein ausgesprochenes Spezifikum bei krampfartigem und trockenem Reizhusten. **Pulmosan®** enthält zu gleichen Teilen und jeweils als Dilution D4 die homöopathischen Einzelmittel

- Atropa belladonna (Tollkirsche),
- Cephaelis ipecacuanha (Brechwurzel),
- Cuprum aceticum (Kupferacetat) und
- Drosera (Sonnentau).

Die vier Einzelmittel besitzen eine ausgesprochene Affinität zu Erkrankungen des Halses und entwickeln als Kombination eine starke Synergiewirkung:

Belladonna hat den Hustenreiz im Kehlkopf in seinem Arzneimittelbild, vor allem den Hustenreiz beim Einatmen. Clarke nennt den „trockenen Husten Tag und Nacht mit Kitzeln im Halsgrübchen“, den Reizhusten beim Hinlegen und in der Nacht sowie die raue, heisere und schwache Stimme unter den Atemwegssymptomen.



Atropa belladonna (Tollkirsche)

Trockene Schleimhäute sind das Thema von **Ipecacuanha**. Der Ipecacuanha-Patient klagt darüber, dass er „keinerlei Absonderung herausbekommen kann“. Unter den Atmungsorganen gehören die „aphonische Störung der Stimme“ und der „Husten durch Trockenheit des Halses“ zu den Leitsymptomen, auch das Husten beim Zubettgehen, das Menschen mit Laryngitis besonders häufig quält. Sobald sie sich hinlegen, verstärkt sich der Hustenreiz.

Zu den Leitsymptomen von **Cuprum aceticum** gehört der krampf- und anfallartige Husten, auch der häufige, heftige und trockene Husten, vor allem in der Nacht.

In der Homöopathie zählt **Drosera** zu den Klassikern unter den Hustenmitteln, gerade auch bei nächtlichem Reizhusten. Zu seinen Leitsymptomen gehören nach Clarke „tief im Rachen eine raue, scharrige, zum Hüsteln reizende Trockenheitsempfindung“, Stechen im Hals, heisere Stimme, Stimmverlust und Räusperzwang. „Es scheint eine ständige Spannung im Kehlkopf zu sein“ oder ein Kribbeln im Kehlkopf, was zum Hüsteln reizt. Auch hier findet sich die Verschlimmerung des Reizhustens durch Hinlegen und Zubettgehen.



Drosera (Sonnentau)

Pulmosan® ist ein speziell auf Husten und Heiserkeit zugeschnittenes Komplexhomöopathikum, mit dem sich das Beschwerdebild gut erfassen und nach dem Simile-Prinzip breitbandig auskurieren lässt. Als Dosierung verordnet man 3 x täglich 20-30 Tropfen, am besten vor den Mahlzeiten und in etwas Wasser.

Eine Kehlkopfentzündung kann isoliert auftreten, entwickelt sich aber häufig im Rahmen eines grippalen Infektes. In diesem Falle empfiehlt sich parallel zum Einsatz von **Pulmosan**® auch die Verordnung eines Erkältungsmittels: **Grippinfekt**®. In der Behandlung grippaler Infekte spielen die drei Einzelhomöopathika

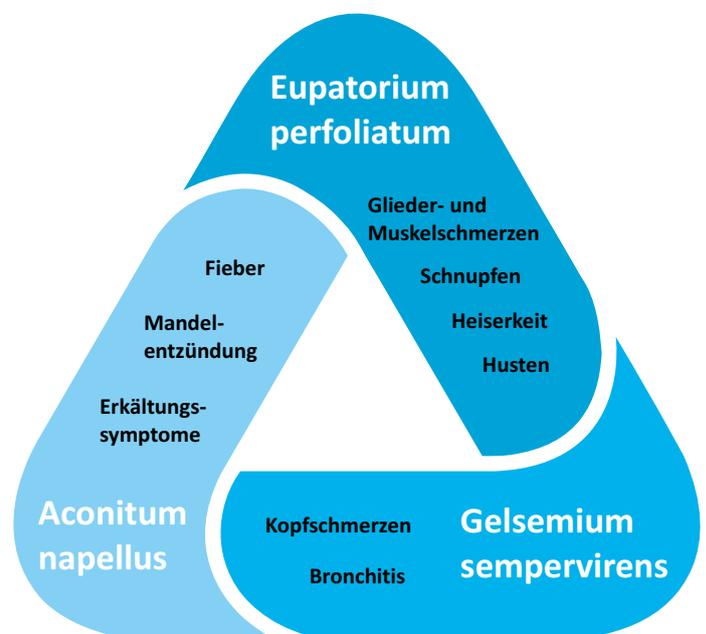
- Aconitum napellus,
- Eupatorium perfoliatum und
- Gelsemium sempervirens

eine zentrale Rolle, da ihre Prüfsymptome genau auf die Symptome von Erkältungskrankheiten passen. **Grippinfekt**® enthält alle drei Heilpflanzen zu gleichen Teilen als Dilution D4.

Aconitum napellus ist ein schnell wirkendes Mittel, das bei plötzlich einsetzenden Symptomen rasch wirkt. Zu seinen wichtigsten Symptomen gehören plötzliche Entzündungsprozesse durch kalte, trockene Luft, Unruhe, Atembeschwerden, Husten beim Atmen und ansteigendes Fieber.

Eupatorium perfoliatum, der Wasserhanf, wird bei Abgeschlagenheitsgefühl, Kopfschmerzen mit innerem Wundheitsgefühl, Husten mit Wundheitsgefühl bis in Luftröhre und Bronchien hinunter sowie Schmerzen in den Gliedmaßen eingesetzt. Der Hals fühlt sich wund, trocken und heiser an; das Sprechen fällt schwer. Wegen des Wundheitsgefühls hinter dem Brustbein ist das Einatmen mühsam und unangenehm.

Gelsemium sempervirens, der gelbe Jasmin, ist das Mittel für entkräftete Patienten, die unter starker Ermüdung leiden. Mattigkeit ist ebenso typisch für dieses Mittel wie ein Kloßgefühl im Hals und Schmerzen vom Rachen bis zum Ohr.



Grippinfekt® wird beim Auftreten der ersten Erkältungssymptome mit 5-10 Tropfen alle halbe bis ganze Stunde (maximal 12 mal täglich) dosiert, ab dem zweiten oder dritten Tag mit drei mal täglich 10 Tropfen, am besten in etwas Wasser vor den Mahlzeiten.

Neuraltherapie

Eine Laryngitis lässt sich mit Injektionen waagrecht in die Schleimhaut-Umschlagfalten zwischen den oberen und unteren Weisheitszähnen rechts und links gut beeinflussen. Pro Seite gibt man eine Mischinjektion aus 1-1,5 ml Procain oder Lidocain zusammen mit einer Traumeel-Ampulle (Dentalkanüle, Stichtiefe 1-1,5 cm gut aspirieren!). Bei akuter Laryngitis die Injektion täglich bis alle zwei Tage durchführen bis zum Abklingen der Beschwerden.

Ausleitungsverfahren

Mehrmaliges Baunscheidtieren des sog. „toxischen Dreiecks“ (Schulterdreieck) und der Nackenzone im Abstand von 3-7

Information für Fachkreise

Tagen, alternativ 2 x wöchentlich trockenes Schröpfen (insgesamt 6-8 mal im toxischen Dreieck). Bei heißen Gelosen wird nicht trocken, sondern blutig geschröpft.

Akupunktur

Die traditionelle chinesische Medizin betrachtet alle Erkrankungen des Halses als „Obstruktionen der Kehle“ und unterscheidet nicht nach Lokalisationen wie z. B. Mandeln, Rachen oder Kehlkopf. Über folgende Akupunkturpunkte kann man entzündliche Erkrankungen des Halses zum Abklingen bringen:

Lu 5, Lu 11, Di 18, Ma 9, Ma 43, Ma 44, Dü 2, Dü 17, 3E 2, 3E 3, 3E 5 und Ren 22, Ex Jinjin + Ex Yuye.

Chiropraktik

Mehr als 90 % der Patienten mit chronischer Laryngitis weisen Beweglichkeitseinschränkungen der Kopfgelenke und der oberen Halswirbelsäule auf. Über einen erhöhten Muskeltonus und einen daraus resultierenden Lymphstau wirken sie dem Ausheilen von Infekten im Kehlkopfbereich entgegen. Der Hypertonus und die gestaute Lymphe bessern sich durch sanfte Mobilisationen mit und ohne Impuls im Bereich von Atlas, Axis und HWS.

Ernährung und orthomolekulare Medizin

Für alle Atemwegsinfekte - und so auch für die Kehlkopfentzündung - gilt hinsichtlich der Ernährung: nährstoffreiche Vollwertkost mit hohem Frischkostanteil; Milch und Milchprodukte sind zu meiden, da sie die Verschleimung fördern und ihr Eiweiß eine Belastung für das Darmimmunsystem darstellen kann.

Bei akuten Erkältungen empfehlen sich bis zum Abklingen der Symptome hochdosiert Vitamin C im höheren Grammbereich (10 g) für einige Tage, ferner 60-100 mg Zink und 200 µg Selen. Antientzündlich wirken auch Omega-3-Fettsäuren.

Eine ganz einfache antientzündliche Maßnahme ist kaltgeschleudertes Bio-Honig, den der Patient langsam im Mund zergehen lässt. Honig wirkt sich außerdem beruhigend bei Reizhusten aus, vor allem bei quälendem Hustenreiz im Liegen.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Elvira Bierbach, Michael Herzog (Hrsg.): „Handbuch Naturheilpraxis – Methoden und Therapiekonzepte“, Urban & Fischer Verlag bei Elsevier, München 2005

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1973

Ursel Bühring: Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde. Sonntag Verlag, Stuttgart 2005

„Der Neue Clarke. Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker“, Dr. Grohmann Verlag für homöopathische Literatur, Bielefeld 2001

Wolfgang Gerok, Christoph Huber, Thomas Meinertz, Henning Zeidler: „Die Innere Medizin“, Schattauer Verlag, Stuttgart 2000

Rudolf Probst u.a.: „Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde“, Thieme Verlag, Stuttgart 2008

Gotthard Schettler, Heiner Greten: „Innere Medizin“, Thieme Verlag, Stuttgart 2005

Karl Stauffer: „Klinische Homöopathische Arzneimittellehre“, Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

Hildebert Wagner, Markus Wiesenauer: „Phytotherapie - Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathika“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2003

Pulmosan®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Atropa belladonna Dil. D4 2,5 g, Cephaelis ipecacuanha Dil. D4 2,5 g, Cuprum aceticum Dil. D4 2,5 g, Drosera Dil. D4 2,5 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Besserung der Beschwerden bei krampfartigem Husten.** **Dosierung:** Die Dosierung erfolgt individuell. Zur Orientierung können folgende Angaben herangezogen werden: Bei akuten Zuständen nehmen Erwachsene 10-20 Tropfen ein, bei chronischen Verlaufsformen 20 Tropfen 3 x täglich. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 51 Vol.-% Alkohol. Bei Fieber, Kopfschmerzen, eitrigem oder blutigem Auswurf ist ein Arzt aufzusuchen. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vorliegen sollte Pulmosan® in der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 2400258.

Grippinfekt®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Aconitum napellus Dil. D4 3,33 g, Eupatorium perfoliatum Dil. D4 3,33 g, Gelsemium sempervirens Dil. D4 3,34 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Grippale Infekte.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5 - 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Grippinfekt® darf nicht angewendet werden bei bekannter Überempfindlichkeit gegen Eupatorium perfoliatum und andere Korbblütler. Aufgrund des Alkoholgehaltes darf das Arzneimittel außerdem nicht bei Alkoholkranken angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 52 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Grippinfekt® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen zur Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen, sollte Grippinfekt® nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10198718.



Steierl-
Pharma GmbH

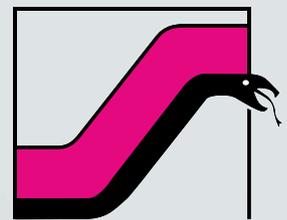
Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Steierl



Angriff auf die Magenschleimhaut

Die Helicobacter pylori - Gastritis und ihre naturheilkundliche Therapie

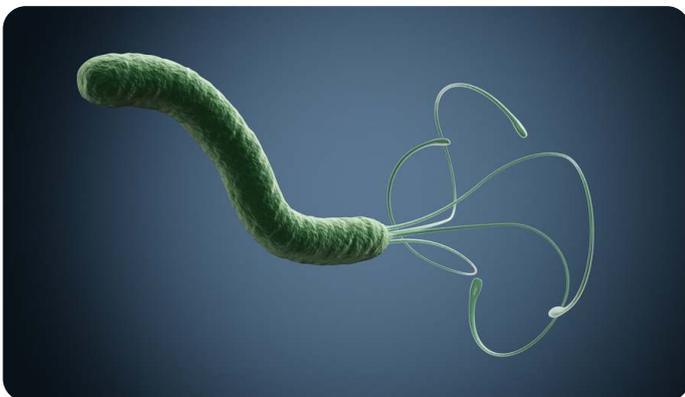
Angriff auf die Magenschleimhaut

Die Helicobacter pylori - Gastritis und ihre naturheilkundliche Therapie

„Alle Kultur kommt aus dem Magen“ pflegte Friedrich der Große zu sagen, und man möchte ergänzen: vor allem die Esskultur. Womöglich hatte der alte Fritz bei seinem Ausspruch durchaus kulinarische Hintergedanken, allerdings meinte er wohl eher die raffinierte Zubereitung von Wachteln und Kapauen als eine obst- und gemüsereiche Frischkost. Verlust von Esskultur, das bedeutet heute: Denaturierte Nahrungsmittel mit viel Zucker, weißem Mehl und E-Zusatzstoffen bei gleichzeitigem Mangel an Vitaminen, Mineralstoffen und Basen. Und das hat Folgen – vor allem für Magen und Darm.

Chronische Magenbeschwerden wurden lange als Folge einer Übersäuerung angesehen oder man sprach ihnen psychosomatische Ursachen zu. Der Magen ist wie der Darm eben auch ein psychosomatisches Projektionsfeld, was zu Begriffen wie Stressmagen oder Reizmagen geführt hat. Doch viel öfter als man denkt sind die Ursachen für therapieresistente Magenbeschwerden tatsächlich organischer Natur und gehen auf eine chronische Infektion mit dem Magenkeim Helicobacter pylori zurück. Man glaubte lange, im Magen könnten sich wegen des hohen Säuregehaltes keine Bakterien halten, doch das stellte sich als Irrtum heraus. Es war daher eine gastroenterologische Revolution, als zwei australische Forscher 1983 den Magenkeim Helicobacter pylori fanden; 2005 erhielten sie für ihre bahnbrechende Entdeckung den Nobelpreis.

Helicobacter pylori ist ein 2,5 – 3,5 µm langes gramnegatives Bakterium mit einer selektiven Affinität zum Oberflächenepithel des Magens sowie zu magenschleimhautähnlichen Gewebsumwandlungen im Bereich von Speiseröhre, Zwölffingerdarm und Enddarm.



Ursachen und Übertragungswege

Die Helicobacter pylori - Infektion zählt zu den chronischen Infektionen. Man schätzt, dass weltweit durchschnittlich 50 %

der Menschen mit Helicobacter infiziert sind. Die Übertragung erfolgt durch den Kontakt von Mensch zu Mensch über orale-ale, fäkal-orale oder gastral-orale Wege wie beispielsweise Küssen, unsaubere WCs oder Kontakt mit Erbrochenem. Auch eine gastral-gastrale Übertragung über Endoskopie wurde in Einzelfällen beobachtet. Reservoir und Aufenthaltsort des Bakteriums ist der menschliche Magen. Die Infektion erfolgt meist in der Kindheit und persistiert lebenslang. Ein niedriger sozialer und ökonomischer Status durch schlechte hygienische Bedingungen und ein Zusammenleben auf engem Raum fördern die Infektion, weshalb in Entwicklungsländern etwa 80–90 % der Bevölkerung infiziert sind, in Deutschland dagegen etwa 40 %. Viele Menschen, die den Keim in sich tragen, bleiben ein Leben lang symptomfrei; etwa 10–20 % der Infizierten entwickeln eine Gastritis bzw. ein Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwür.

Der Naturheilarzt Peter-Hansen Volkmann weist auf einen weiteren Punkt hin: Durch den häufigen Einsatz von Antibiotika kommt es zu einer negativen Auslese überlebender Darmkeime. Wie eine Studie nachweisen konnte, waren auch sechs Monate nach Abschluss einer Antibiose negative Veränderungen im Keimspektrum der Probanden nachweisbar. Giftstoffe aus dem Bakterienstoffwechsel der Darmschleimhäute begünstigen die Entwicklung unerwünschter Keime auch im oberen Verdauungstrakt, beispielsweise Helicobacter pylori oder Protozoen. Die tägliche Zufuhr von Nahrungsmittelchemikalien verstärkt diesen pathologischen Prozess.

Üblicherweise hemmt ein stark saures Milieu das Bakterienwachstum, nicht jedoch bei Helicobacter pylori: Das Bakterium weist an einem Pol 4–6 Geißeln auf; dadurch ist es sehr mobil und kann die visköse Schleimschicht durchdringen. Außerdem bildet der Keim das Enzym Urease, welches den im Magen vorkommenden Harnstoff in NH_4 und CO_2 spaltet. Darüber kann Helicobacter an seiner Oberfläche die Magensäure neutralisieren, was die Behandlung der Infektion nicht gerade erleichtert. Eine Helicobacter-pylori-Infektion provoziert eine humorale Immunantwort mit Bildung von IgA- und IgG-Antikörpern und einer zellulären Immunantwort, allerdings sind diese Immunmechanismen nicht imstande, das Bakterium zu eliminieren. Unbehandelt besiedelt es den Magenraum daher lebenslang.

Symptome und Diagnose

Eine Helicobacter-pylori-Infektion macht sich zunächst mit den Symptomen einer akuten Gastritis bemerkbar, wie unspezifischen Oberbauchschmerzen, Erbrechen und Übelkeit. Die Säuresekretion nimmt ab; innerhalb von wenigen Wochen entwickelt sich aus der akuten eine chronische Gastritis mit häufig wieder-

kehrenden epigastrischen Schmerzen, Völlegefühl, Appetitmangel, wiederkehrender Übelkeit und Neigung zu Blähungen im Wechsel mit asymptomatischen Phasen.

Der diagnostische Nachweis geschieht beim Gastroenterologen mittels invasiver und nicht-invasiver Verfahren, beispielsweise einer Endoskopie mit Entnahme von Biopsien oder dem ^{13}C -Atemtest. Hier wird oral zugeführter ^{13}C -markierter Harnstoff im Magen durch die Urease von *Helicobacter pylori* gespalten. Das dadurch verstärkt entstehende $^{13}\text{CO}_2$ wird verstärkt über die Lungen abgeatmet, was sich mittels Massenspektrometrie messen lässt.

Häufig wird eine *Helicobacter pylori* - Infektion mit Antibiotika und Säurehemmern behandelt. Ein trotzdem auftretendes Therapieversagen wird durch eine unregelmäßige Medikamenteneinnahme seitens des Patienten sowie Resistenzen gegen die eingesetzten Antibiotika erklärt.

Naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten

Für den Naturheilkundler stellt sich dabei allerdings folgende entscheidende Frage: Wenn praktisch beinahe jeder Zweite mit *Helicobacter pylori* infiziert ist, aber nur ein kleiner Prozentsatz der Infizierten an einer akuten und chronischen Gastritis durch *Helicobacter* erkrankt, ist dann die Tatsache, ob man erkrankt oder nicht, nicht primär eine Frage des Milieus - ähnlich wie bei Mykosen und getreu dem Satz „*Der Erreger ist nichts, das Milieu ist alles.*“? Und hat die Therapieresistenz einer *Helicobacter pylori* - Gastritis, auch trotz Antibiotika-Therapie, möglicherweise ihre Ursachen in einer Fortsetzung der schon vor der Erkrankung praktizierten schlechten Ernährungsgewohnheiten?

Die naturheilkundliche Basistherapie ist deshalb eine konsequente Umstellung auf vollwertige, frische und nach Möglichkeit biologisch angebaute Kost, die reich ist an Vitaminen und Mineralien und optimalerweise mit einem Basenpulver kombiniert wird. Auch sollten Nahrungsmittelallergien abgeklärt werden.

Die zweite Frage lautet: Lässt sich eine *Helicobacter pylori* - Infektion überhaupt ohne Antibiotika und rein naturheilkundlich behandeln? Ja, das ist möglich, in ausschließlicher Weise aber nur bis zu einem bestimmten Grad, und der ist abhängig vom Stuhlbefund: Proben mit Extinktionswerten $< 0,15$ sind als negativ zu bewerten, Proben mit Extinktionswerten $\geq 0,15$ als positiv. Ein positives Testergebnis zeigt *Helicobacter pylori* - Antigene in der Stuhlprobe an, ein negatives Testergebnis zeigt ein Fehlen der Antigene oder eine unterhalb der Nachweisgrenze liegende Konzentration der Antikörper an.

Bei Werten zwischen $0,15$ und $1,5$ können naturheilkundliche Maßnahmen ausreichend sein, bei Werten über $1,5$ ist erfahrungsgemäß eine Therapie mit Antibiotika und Säurehemmern erforderlich; eine alternativmedizinische Behandlung sollte aber auch in diesem Fall zusätzlich eingesetzt werden.

Mit der Kombination folgender Mittel und Maßnahmen lässt sich eine durch *Helicobacter* entzündete Magenschleimhaut wirkungsvoll behandeln:

Komplexhomöopathie: Gastroplex®

Zur Harmonisierung von Peristaltik, Stoffwechsel und Schleimhautfunktionen des Magens ist **Gastroplex®** ein Basismittel ersten Ranges. Es enthält die arzneilich wirksamen Bestandteile **Chamomilla recutita** Dil. D2, **Daphne mezereum** Dil. D4, **Hydrastis canadensis** Dil. D4 und **Marsdenia cundurango** Dil D3.



Zu den Magensymptomen von **Chamomilla** gehören Übelkeit, saures Aufstoßen, galliges Erbrechen und Krämpfe nach Ärger, ferner drückende Magenschmerzen wie von einem Stein und Blähungen. Chamomilla reduziert akute, subakute und chronische Entzündungszustände von Magen und Darm, bitteren Mundgeschmack, Sodbrennen und Meteorismus. Schleimhautreizungen und Peristaltik werden beruhigt und harmonisiert; unter Chamomilla normalisiert sich das funktionsgestörte Verdauungsgeschehen.

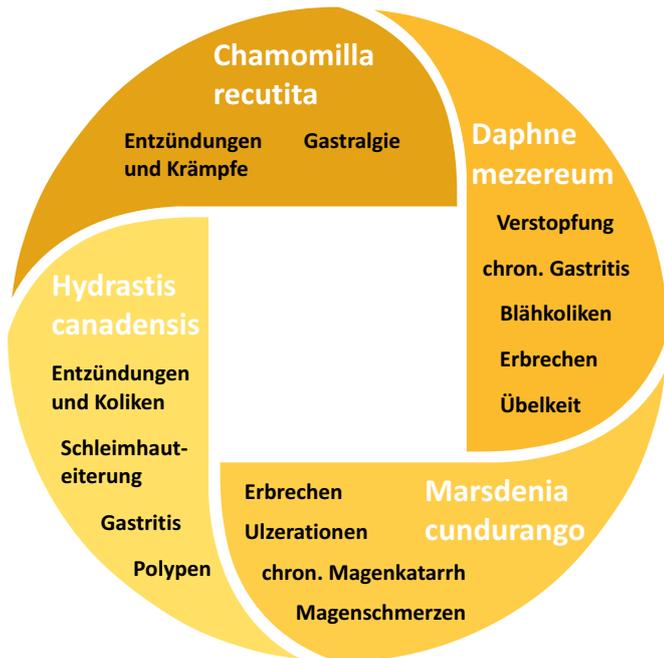
Daphne mezereum ist ein bewährtes Homöopathikum bei Reizmagen, chronischer Gastritis, Magengeschwür und Übelkeit. Weil der Magen Tonusgeber für den gesamten Verdauungstrakt ist, haben Magenranke oft mit Verstopfung zu kämpfen. Mezereum wirkt auf den Magen antiphlogistisch und tonisierend auf den Darm. Zu seinen Verdauungssymptomen gehören dunkles Erbrechen, Verstopfung im Wechsel mit Durchfällen, bis in den Magen ausstrahlendes Zungenbrennen, chronische Gastritis, brennende Magenschmerzen und Übelkeit, ferner Blähungskoliken und grünlicher Stuhl.

Hydrastis canadensis wirkt besonders auf Schleimhäute und ist ein gutes Mittel für ermüdete, geschwächte Menschen. Es wirkt gut gegen Magen- und Darmerschaffung; man gibt es bei einem wunden Gefühl im Magen, bitterem Mundgeschmack, pulsierenden Schmerzen im Oberbauch, atonischer Dyspepsie, Unverträglichkeit selbst von Brot und Gemüse, zu hartem Stuhl und Magenschleimhautentzündung.



Marsdenia cundurango ist indiziert bei generell schwacher Verdauungstätigkeit, die sich mit Appetitlosigkeit, Übelkeit, Abmagerung, Obstipation und Analfissuren zeigt. Man gibt es bei Magenschmerzen, chronischem Magenkatarrh, Neigung zu Magengeschwür und Erbrechen von Nahrung. Condurango wirkt kräftigend auf den Magen-Darm-Trakt und verbessert die Verdauungsleistung.

Information für Fachkreise



Die Kombination der vier genannten Einzelhomöopathika macht **Gastroplex®** zu einem gut passenden Präparat für die Normalisierung und Kräftigung von Schleimhautfunktion und Peristaltik im Magen und im nachfolgenden Verdauungstrakt. Es ist ein Basismittel für die Behandlung der *Helicobacter pylori*-Gastritis, weil es sämtliche damit in Zusammenhang stehende Einzelsymptome nach dem Simile-Prinzip erfasst und zur Ausheilung bringt.

Für den akuten Fall verordnet man bis zu sechs Mal täglich fünf Tropfen **Gastroplex®**, bei chronischen Verlaufsformen drei mal täglich fünf Tropfen. Die Einnahme sollte noch mehrere Wochen nach Abklingen der Symptome fortgesetzt und in den folgenden Monaten mehrmals für einige Wochen wiederholt werden, um die Magenschleimhaut nachhaltig zu stärken.

Hypoallergene Darmsanierung

Über eine Darmsanierung lässt sich auch der Magen sanieren, weil er sich in dem Maße erholt, wie sich toxische Stoffwechselprodukte von pathogenen Keimen in Dünn- und Dickdarm reduzieren. Gute Erfahrungen bei *Helicobacter*-Gastritis macht man mit der dünnarmspezifischen Symbioselenkung mit dem Präparat ODS 1K in Kombination mit der dickdarmspezifischen Symbioselenkung ODS 2 von hypo-A. Normalisiert sich die Dünn- und Dickdarmflora, erholt sich über Rückkopplungseffekte auch die Resistenz der Magenschleimhaut, so dass sie sich besser gegen das Eindringen von *Helicobacter pylori* wehren kann - so lange, bis dessen Keimzahlen sich wieder in einem unerheblichen Bereich bewegen.

Neuraltherapie

Bewährt hat sich das Quaddeln entlang des linken vorderen Rippenbogens und im Bereich des Magen-Alarmpunkts sowie links paravertebral im Magensegment (Dosierung: je Quaddel etwa 0,5 ml Procain, Nadelstärke Nr. 20, 1 bis 2 x wöchentlich).

Gute Ergebnisse lassen sich auch mit der Injektion an die Magen-grube nach Huneke erzielen: Man geht mit der Spritze 2 bis 3 Querfinger unterhalb der Brustbeinspitze vorsichtig unter gleichzeitigem sanftem Stempeldruck bis an die Linea alba, die der Nadel einen deutlich spürbaren Widerstand leistet, aber nicht tiefer! Dosierte wird mit ca. 2 ml Procain oder Lidocain.

Bei Rauchern ist eine Gastritis kaum nachhaltig auszuheilen, wenn das Rauchen nicht eingestellt wird. Nikotin aus der Mundhöhle vermischt sich mit Speichel und wird geschluckt; im Magen stellt es eine permanente Schleimhautbelastung dar, die bei starken Rauchern nicht nur eine *Helicobacter*-Infektion aufrechterhalten, sondern auch zum Ausbruch eines Magenkarzinoms führen kann. Eine Weile verzichtet werden sollte auch auf Alkohol, Kaffee, Zitrusfrüchte und Pfannengerichte.

Eine positive Wirkung bei *Helicobacter*-Gastritis konnte durch 3 x täglich 1 Tasse Rooibos-Tee und 1 bis 3 TL Manuka-Honig pro Tag beobachtet werden. Bewährt hat sich weiterhin morgens nüchtern und abends vor dem Schlafengehen 2 x 1 Eßl. Luvos® ultra fein Heilerde auf 1 Tasse lauwarmes Wasser, in kleinen Schlucken getrunken. Aus der orthomolekularen Medizin hat sich folgende Kombination zur Behandlung sowohl einer *Helicobacter pylori*-Gastritis wie auch von Magengeschwüren als heilsam erwiesen: Täglich 1-2 g Vitamin C in retardierter Form oder als Kalzium- oder Natriumascorbat, jeweils mit dem Essen eingenommen, bei nachgewiesenem Zinkmangel 30-60 mg Zink, ferner 100-200 mg Pantothenäure, 100-200 µg Selen und ca. 30-50 g Aminosäuren. Alle fünf Nährstoffe, über mehrere Tage bis Wochen gegeben, fördern die Reparaturprozesse der Magenschleimhaut.

Autor: Margret Rupprecht

Gastroplex®

Zusammensetzung: 10 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Chamomilla recutita Dil. D2 2,5 g, Daphne mezereum Dil. D4 2,5 g, Hydrastis canadensis Dil. D4 2,5 g, Marsdenia cundurango Dil. D3 2,5 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Magen-Darm-Störungen.** Hinweis: Bei Schmerzen, bei Fieber, bei Blutbeimengungen oder Schwarzfärbung des Stuhls, sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 x täglich, je 5 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Gastroplex® darf bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Gastroplex® ist bei Alkoholkranken und bei Überempfindlichkeit gegen Kamille oder andere Korbblütler nicht anzuwenden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 52 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10090553.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Carduus marianus

Mariendistel in der Leber- und Entgiftungstherapie

Carduus marianus

Mariendistel in der Leber- und Entgiftungstherapie

Sie ist die Leberpflanze schlechthin: *Carduus marianus*. Die Marien-, Frauen- oder Milchdistel genannte Pflanze ist arzneilich wirksamer Bestandteil homöopathischer Komplexmittel zur Leberregeneration und Entgiftung.

Carduus ist bei den alten Römern die Bezeichnung für eine Distel; das Attribut *marianus* kommt aus der christlichen Tradition und hat seinen Ursprung in der Legende, dass die weißen Streifen auf den Blättern von der Milch der Gottesmutter Maria herühren. Schon immer hat die Volksheilkunde um Bäume und Pflanzen gerne Legenden gewoben: Einer alten Sage nach soll die Jungfrau Maria, als sie auf der Flucht nach Ägypten das hungrige Jesuskind stillte, ein paar Tropfen Milch verloren haben, die auf eine Mariendistel tropften. Die Distel fühlte sich dadurch geehrt und wollte die Erinnerung an dieses Ereignis festhalten. Seither zeigen ihre Blätter die charakteristische weiße Streifung. Die bisher namenlose Pflanze nannte sich fortan Mariendistel oder Lady's Milk.

Mariendistel liebt die Wärme. Ihre Heimat ist der mediterrane Raum und der Nahe Osten. Sie wächst gerne an sonnigen, trockenen Steinhängen und kann bis zu anderthalb Metern hoch werden. Der Stängel ist aufrecht, ästig und bräunlich-glänzend. Besonders bemerkenswert sind die Blätter, deren glänzend-grüne Fläche entlang der Nerven von weißlich gefleckten Streifen durchzogen ist und deren Rand kräftige, gelbliche Dornen aufweist. Am Stängelende findet man einen großen, purpurfarbenen Blütenkopf, aus dem sich bräunliche Früchte entwickeln. Die Mariendistel blüht im Juli und August.

Carduus marianus wird schon vom griechischen Naturforscher Theophrast im 4. vorchristlichen Jahrhundert erwähnt; die Römer kannten sie ebenfalls. Hildegard von Bingen hat sie verordnet, Lonicerus wie auch Matthiolus empfahlen sie gegen Seitenstechen und „alle Gebrechen der Leber“. Ab dem 18. Jahrhundert ist Mariendistel eine wichtige Pflanze bei akuten



und chronischen Leber- und Milzaaffektionen, zur Anregung der Pfortaderzirkulation und Gallensekretion, bei abdominellen Blutstockungen und ihren Folgeerscheinungen wie Ikterus, Hämorrhoiden sowie schwacher und unregelmäßiger Menstruation.

Hildegard von Bingen empfahl für die arzneiliche Verwendung Wurzel, Kraut und Früchte. Heute verwendet man meist nur die getrockneten Samen, die aufgrund ihrer ausgesprochen guten Verträglichkeit für eine Langzeitbehandlung der Leber und für mehrwöchige Entgiftungstherapien gut geeignet sind.

Eine Heilpflanze für die emotionale Abgrenzung

Mariendistel ist eine Heilpflanze, die auf somatischer und psychischer Ebene die Unterscheidungsfähigkeit stärkt. Diese Fähigkeit ist ablesbar an der Ausbildung ihrer Gestalt. Für einen Menschen, der sich stark abgrenzt, verwendet der Volksmund manchmal die Redeweise, dass er „seine Stacheln ausfährt.“ Die Betrachtung einer Mariendistel lässt ähnliche Assoziationen entstehen. Die Pflanze ist vom Grund bis zur Blüte mit zahlreichen Stacheln ausgestattet. Sie ist eine Respekt einfordernde Persönlichkeit, die sich Menschen und Tiere mit ihren spitzen Auswüchsen erfolgreich „vom Hals hält.“ Sie ist an den Blättern und Blütenköpfen derart mit scharfen und harten Stacheln übersät, dass sogar die Ernte der reifen Blütenköpfchen für die Weiterverarbeitung zur Arznei trotz Schutzkleidung bisweilen eine schmerzhaft Angelegenheit ist. Es ist, als wolle die Pflanze sagen: „Rühr' mich nicht an und lass mich in Ruhe!“

Der Schlüssel zur Heilpflanzenpersönlichkeit findet sich in den spezifischen Besonderheiten ihrer Gestalt. Es ist immer das Außergewöhnliche, was den zuverlässigsten Hinweis auf die hervorstechendste Wesenseigenschaft gibt. Das Hervorstechendste bei der Mariendistel ist - im wahrsten Sinne des Wortes - ihre reichliche Ausstattung mit Stacheln und ihre damit sichtbar zum Ausdruck gebrachte Fähigkeit zur Abgrenzung. Wenn ein Mensch nicht gut spüren kann, was ihm nicht gut tut, und die Fähigkeit verloren hat, sich energisch dagegen abzugrenzen, erhält er durch Mariendistel ein Stück weit die Fähigkeit zurück, die eigene Persönlichkeit vor Übergriffen und Ausbeutung zu schützen und auf klare und entschiedene Weise Nein zu sagen.

Carduus „schärft die Wahrnehmungsfähigkeit für Probleme im Zusammenhang mit der Polarität von Öffnung und Abgrenzung und kann zu einem bewussteren Umgang damit führen.“ (Schramm). Denn wer seinen eigenen Bereich nicht ausreichend schützen kann, wird ausgenutzt und verliert im Laufe der Zeit an Vitalität und Lebenskraft. Insofern ist Mariendistel die große Unterscheiderin. Sie stärkt die Differenzierungsfähigkeit der

Psyche für Einflüsse, die emotional nützlich oder emotional schädlich für das Individuum sind.

Die Leber als Unterscheiderin auf somatischer Ebene

Auf der Körperebene erfüllt die Leber dieselbe Funktion: In jeder Sekunde muss sie die Entscheidung treffen, welche Substanzen aus dem Pfortaderblut für den Organismus zuträglich sind, bzw. welche auf ihn toxisch wirken. Letztere werden für die Ausscheidung über Nieren und Darm aufbereitet und eliminiert. In der Praxis lässt sich manchmal beobachten, dass Menschen trotz gesunder Lebensweise keine guten Leberwerte haben. Andere, die täglich nicht wenig Alkohol trinken und weniger gesund leben, weisen Leberwerte im optimalen Bereich auf.

Möglicherweise liegt der Grund dafür nicht nur in der individuellen Schwäche oder Robustheit des Organs, sondern es besteht ein innerer Zusammenhang zwischen dem Grad an psychischer Abgrenzungsfähigkeit und dem Grad der Entgiftungsfähigkeit der Leber. Das würde erklären, warum eine Carduus-Therapie bei manchen Patienten nicht nur die Leberwerte bessert, sondern auch die Konfliktfreudigkeit steigert. Hier scheint es mehr Zusammenhänge zu geben, als bisher bekannt war. Auf jeden Fall lohnt sich eine sensible Beobachtung des psychischen Reaktionsverhaltens, darunter insbesondere der Abgrenzungsfähigkeit von Patienten während einer Carduus-Therapie.

Auf der pharmakologischen Ebene steht das Silymarin, Hauptwirkstoff der Mariendistelsamen, im Mittelpunkt der Carduus-wirkung: Silymarin verbessert die Struktur der Leberzellmembran, so dass Gifte nicht mehr so leicht in das Zellinnere eindringen können. Auch hier lässt sich wieder beobachten, dass Carduus die Fähigkeit stärkt, Schädliches „außen vor“ zu lassen. Silymarin unterstützt ferner die Regenerationsfähigkeit der Leber und die Neubildung von Leberzellen. Diese Eigenschaften machen die Mariendistel zum wichtigsten pflanzlichen Heilmittel für die Behandlung von toxischen Leberschäden, z.B. nach chronischem Alkoholmissbrauch, langdauernder Einnahme leberschädigender Arzneimittel, durch Umweltgifte, Überlastung des Organismus mit Stoffwechselschlacken sowie bei Lebererkrankungen wie Fettleber, Hepatitis und Zirrhose.

Carduus marianus in der Komplexhomöopathie: Hepaplex®

Will man die entgiftende Wirkung von Carduus marianus steigern, verordnet man am besten ein Komplexhomöopathikum, in dem Carduus von weiteren leberwirksamen Heilpflanzen ähnlicher Wirkungsrichtung ergänzt und synergistisch unterstützt wird. Eine interessante Rezeptur findet sich in dem Kombinationsmittel **Hepaplex®**, das Silibum marianum, so der zweite gebräuchliche Arzneiname von **Carduus marianus**, als Dil. D1



gemeinsam mit **Berberis vulgaris** Dil. D3, **Chelidonium maius** Dil. D4, **Veronica virginica** Dil. D4 und dem aus der Spagyrik kommenden Lebermittel **Stannum metallicum** Dil. D10 enthält.

Hepaplex® ist in gleicher Weise ein potentes Hauptmittel für die Lebertherapie wie ein zentraler Bestandteil der umfassenderen Steierl-Entgiftungstherapie (Ausleitungssset Steierl), bei der es mit dem Lymphmittel **Humoval®**, dem Magen- und Darmmittel **Gastroplex®** und dem Nierenmittel **Nephroplex®** kombiniert wird, um eine verstärkte Entgiftung über die vier Kanäle Lymphe, Leber, Darm und Nieren zu erreichen.

Das erste Einzelmittel von Hepaplex®, **Berberis vulgaris**, ist ein bewährtes Homöopathikum zur Behandlung einer Leberschwäche, die sich mit Obstipation („Stühle wie Schafskot“) und Hämorrhoiden bemerkbar macht. Auch das, was die Naturheilkunde mit dem Wort „Leberdepression“ bezeichnet, gehört zu den typischen Berberis-Symptomen: Teilnahmslosigkeit an der Außenwelt, Schwermut, Unlust zu sprechen, Melancholie, Ängstlichkeit und die „geistige Abspannung mit Schwerbesinnlichkeit und Gedankenschwäche“. Auch Lebersymptome wie durchfallartiger Stuhlgang und häufige Blähungen gehören zum Mittelbild.



Chelidonium maius ist nach Carduus marianus die zweite große Leberpflanze. Zu ihren Indikationen gehören vor allem Gallensteine, Hämorrhoiden und Obstipation. Schon in der Antike gab man das Mittel bei Gelbsucht. Ein wichtiges Leitsymptom ist ein anhaltender, drückender Schmerz am unteren Winkel des rechten Schulterblattes - immer ein sicherer Hinweis auf Funktionsstörungen im Leber-Galle-Gebiet im Sinne einer Leberkongestion. Chelidonium ist ein sogenanntes rechtsseitiges Mittel. Man



gibt es bei Stichen in der Leber, drückenden, ziehenden oder stechenden Schmerzen in der Lebergegend und Spannungsgefühlen im rechten Hypochondrium. Viele weitere Symptome einer gestörten Leberfunktion wie starke Blähungen, Gespanntheit und Härte des Bauches, chronische Darmkatarre, Leberkopfschmerz, Hepatitis, Ikterus, Leberverfettung, schmerzhafte Leberschwellung und Venenleiden reagieren äußerst positiv auf Chelidonium maius - und ganz besonders, wenn Carduus und Chelidonium gemeinsam gegeben werden.

Veronica virginica, in den homöopathischen Repertorien meist als *Leptandra virginica* geführt, zählt so zentrale Lebersymptome wie Aszites, Diarrhoe, Dysenterie und Dyspepsie, Gallenkolik,

Ikterus, Lebererkrankungen wie Hepatitis, den Leberkopfschmerz und die Obstipation zu ihren Leitsymptomen. Zu den Gemütssymptomen gehören depressive Verstimmungen als Folge von Leberfunktionsstörungen. Weitere Indikationen sind eine gelb belegte Zunge, schießende oder drückende Schmerzen sowie Druckgefühle in der Lebergegend, Galleerbrechen, Schmerzen an der Leberrückseite und in Wirbelsäulennähe, Hämorrhoiden und schwarze, harte Stühle, die einen teerartigen, galligen, unverdauten Eindruck machen.

Der fünfte arzneilich wirksame Bestandteil in Hepaplex® ist potenziertes Zinn, **Stannum metallicum**. Zinn ist ein gutes Mittel für die bei Leberbelastung so häufig auftretende Adynamie. Die Patienten sind ängstlich, entmutigt und menschenscheu. Ihnen fehlt der Antrieb, um mit Energie an die Erledigung ihrer Alltagsaufgaben zu gehen. Die allgemeine Schwäche und Muskelschwäche ist ein Leitsymptom für Stannum und im Rahmen der Leberschwäche ein typisches Symptom. Grund ist unter anderem, dass die Glukoneogenese bei Leberfunktionsstörungen verlangsamt abläuft. Den Mitochondrien der Zellen wird nicht ausreichend Zucker für die ATP-Produktion und damit für die Energiebereitstellung in der Muskulatur zur Verfügung gestellt; so erklärt sich die oft generalisierte Erschöpfung bei Lebererkrankungen. Zinn wirkt diesem Prozess entgegen.

Mit dieser Zusammensetzung ist Hepaplex® sowohl für die Behandlung einer geschwächten Leberfunktion und von Lebererkrankungen wie Hepatitis, Fettleber und Zirrhose wie auch im Rahmen einer umfassenden Entgiftungstherapie ein zuverlässig wirkendes komplexhomöopathisches Arzneimittel, mit dem sich das Leberparenchym regenerieren und die Entgiftungsleistung der Leber dauerhaft steigern lässt. Die Leber ist ein ausgesprochen regenerationsfähiges Organ. Wenn ihre natürliche Regenerationsfähigkeit mit der Kombination der oben genannten Einzelmittel - darunter die Königspflanze für die Leber, *Cardus marianus* - über einige Wochen, am besten kurmäßig wiederholt, zusätzlich unterstützt wird, kann sich die Leber, dieser große Schiedsrichter im Reigen der Organe, auch nach jahrelanger Belastung von Grund auf und nachhaltig erholen.

Autor: Margret Rupprecht

Hepaplex®

Zusammensetzung: 10 ml enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: *Berberis vulgaris* Dil. D3 1,20 ml, *Chelidonium majus* Dil. D4 0,01 ml, *Silybum marianum* Dil. D1 1,20 ml, *Veronica virginica* Dil. D4 2,39 ml, *Stannum metallicum* Dil. D10 2,40 ml. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Besserung der Beschwerden bei Leber-Galle-Störungen.** Hinweis: Bei Gelbsucht, Entfärbung des Stuhls und Gallensteinen ist ein Arzt aufzusuchen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6 x täglich, je 5 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich je 5 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Hepaplex® ist bei Alkoholkranken nicht anzuwenden. Nicht anwenden in der Schwangerschaft, Stillzeit und bei Kindern unter 12 Jahren. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 46 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Hepaplex® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Aufgrund des Bestandteils Schöllkraut (*Chelidonium*) und da zur Anwendung des Arzneimittels bei Kindern keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vorliegen, soll Hepaplex® deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. In der Schwangerschaft und Stillzeit soll Hepaplex® aufgrund des Bestandteils Schöllkraut (*Chelidonium*) nicht eingenommen werden. **Nebenwirkungen:** Wie alle Arzneimittel kann Hepaplex® Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem Behandelten auftreten müssen. Sehr selten (weniger als 1 Behandler von 10.000) sind während der Behandlung mit Schöllkrautpräparaten Anstiege der Leberfunktionswerte (Transaminasen) und des Bilirubins bis hin zu einer arzneimittelbedingten Gelbsucht (medikamentös-toxische Hepatitis) beobachtet worden. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10298940.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Immer müde und erschöpft

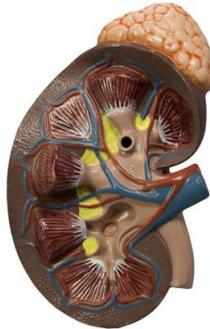
Nebenniereninsuffizienz in der stressgeplagten Gesellschaft

Immer müde und erschöpft

Nebenniereninsuffizienz in der stressgeplagten Gesellschaft

Die Erkältungswellen des Winters liegen hinter uns, aber nicht jeder fühlt sich schon wieder so wie vor der Infektion. Die Erholung zieht sich ungewöhnlich lange hin, vielleicht ist der nächste Infekt sofort auf den vorherigen gefolgt. Der Husten will nicht aufhören oder die Nebenhöhlen sind chronisch verstopft. Schnell wird über eine Schwäche des Immunsystems nachgedacht, doch es empfiehlt sich, den Blick auch einmal auf die Nebennieren zu richten.

Die Nebennieren sind kleine pyramidenförmige Organe, die nicht größer als eine Walnuss sind, und oben auf den Nieren sitzen. Sie bestehen aus dem Nebennierenmark, das Katecholamine produziert, und der Nebennierenrinde, die die Steroidhormone Cortisol (Glucocorticoid) und Aldosteron (Mineralokortikoid) sowie Sexualhormone (Androgene) und auch g-Strophanthin synthetisiert.



Die Bildung von Cortisol wird vom Hormon ACTH gesteuert, das im Hypophysenvorderlappen der Hirnanhangsdrüse gebildet wird. Dieses wiederum wird vom Corticotropin-releasing Hormone (CRH), einem Hormon des Hypothalamus gesteuert. Aldosteron, ein wichtiges Hormon bei der Regulation des Wasser- und Elektrolythaushalts wird im Rahmen des Renin-Angiotensin-Aldosteron-Systems reguliert.

Cortisol - nicht nur Stresshormon

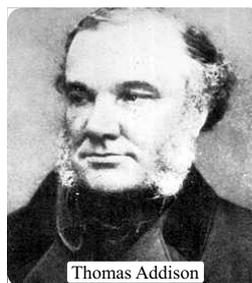
Das Cortisol wird gerne als Stresshormon bezeichnet, ist jedoch eine Art Aktivitätshormon, das die Energieversorgung des Körpers an die äußerlichen Erfordernisse anpasst, ähnlich wie die Schilddrüsenhormone. Morgens geht der Cortisolspiegel hoch, um uns in die Tagesaktivität zu bringen und genügend Energie dafür bereit zu stellen, zum Abend sinkt der Spiegel rapide ab, damit sich der Stoffwechsel und wir uns auf die Nachtruhe einstellen, in der viele Regenerations- und Stoffwechselfprozesse ablaufen.

Von dieser zentralen Position in der Körpermitte aus werden nicht nur die Funktionen des Körpergewebes, der Organe und der Drüsen kontrolliert, sondern auch bestimmt, was wir denken und fühlen. Die Hormone, die wir in den Nebennieren produzieren, beeinflussen die Verwertung von Kohlenhydraten und Fetten in Energie, die Verteilung gespeicherter Fette, die Regulierung des Blutzuckers, die ordnungsgemäße Funktion des Herz-Kreislauf-Systems und des Verdauungstraktes. Die entzündungshemmend und antioxidativ wirkenden Hormone

der Nebennieren minimieren die negativen und allergischen Auswirkungen von Alkohol, Medikamenten, Nahrungsmitteln und Erregern aus der Umwelt. Nach der Lebensmitte werden in den Nebennieren die meisten Sexualhormone produziert, die bei Männern und Frauen im Körper zirkulieren. Allein schon diese Hormone haben zahlreiche physische, emotionale und psychologische Auswirkungen, vom Ausmaß der Libido bis zur Tendenz, leicht zuzunehmen. Die Anfälligkeit für bestimmte Krankheiten und die Fähigkeit, chronische Beschwerden zu überwinden, wird entscheidend von den Nebennieren beeinflusst. Je chronischer eine Erkrankung ist, desto schwächer ist bei den Betroffenen die Reaktion der Nebennieren.

Die Nebenniereninsuffizienz ist ein Krankheitsbild, das schon in der medizinischen Fachliteratur des 19. Jahrhunderts beschrieben worden ist. Seit den 30er Jahren des letzten Jahrhunderts existiert eine Behandlungsmethode für diese Erkrankung. Dennoch ist dem einen oder anderen Therapeuten die Krankheit nicht so geläufig, denn in die ICD-10 Klassifizierung hat lediglich die Addison-Krankheit Einzug gefunden. Eine Nebenniereninsuffizienz, die sich einwandfrei labordiagnostisch darstellen lässt, hat keine ICD-Ziffer und wird daher weder offiziell als Krankheit anerkannt, noch ihre Behandlung als notwendig erachtet.

Auch John F. Kennedy litt unter Mb. Addison



Thomas Addison

Eine zu geringe Produktion von Nebennierenhormonen wird als Hypoadrenie oder auch Hypocortisolismus bezeichnet. Wenn die Nebennieren ihre Produktion fast vollständig eingestellt haben, spricht man von der Addison-Krankheit, benannt nach Sir Thomas Addison, der die Krankheit 1855 zum ersten Mal beschrieben hat. Wenn Sie nicht behandelt wird, kann sie tödlich verlaufen. Patienten mit Morbus Addison, wie der ehemalige US-Präsident John F. Kennedy, müssen in der Regel lebenslang Kortikosteroide einnehmen, um die Funktion der Nebennieren aufrecht zu erhalten. 4 von 100.000 Menschen sind betroffen, etwa 70 Prozent der Erkrankungen beruhen auf Autoimmunprozessen.

Hypoadrenie oder auch Hypocortisolismus ist nicht mit Morbus Addison zu verwechseln. Er geht mit einem breiten Spektrum kräftezehrender Beschwerden einher. Ein Cortisolmangel bewirkt, dass es große Schwierigkeiten macht, morgens aus dem Bett zu kommen, schließlich fehlt das physiologische morgendliche Cortisolhoch. Man ist ständig müde, auch wenn man



lang genug geschlafen hat, die Bewältigung der täglichen Aufgaben erfordert deutlich mehr Anstrengung als gewöhnlich. In der Regel leiden die Patienten unter einer schweren lang andauernden Erschöpfung. Sie fühlen sich ständig müde und ausge-
laugt, zum Teil geradezu ausgebrannt. Das kann so weit gehen, dass sie nur wenige Stunden am Tag das Bett verlassen können.

Mit einem Hypocortisolismus wird man immer stressanfälliger und benötigt eine lange Zeit, um sich von einer Krankheit, Verletzung oder von einem seelischen Schock zu erholen. Die Libido lässt nach. Frauen haben stärkere Beschwerden während der Menstruation, fühlen sich aufgedunsen, griesgrämig und haben Krämpfe. Viele Menschen mit Nebennierenschwäche verspüren ein ausgeprägtes Verlangen nach Salz oder nach salziger Nahrung und nach anregenden Getränken wie Kaffee. Auch psychisch macht sich der Hypocortisolismus bemerkbar. Glücksgefühle werden seltener empfunden, Depressionen, Ängste und Konzentrationsstörungen treten auf. Ebenso steigen Allergieneigung und Infektanfälligkeit.

Während man morgens und tagsüber müde und schlapp ist, bessert sich das Befinden am Abend oft merklich. Nach dem Abendessen kommt noch einmal ein Energieschub und bringt einen dazu, bis weit nach Mitternacht wach zu bleiben. Das unterscheidet den Hypocortisolismus von der Schilddrüsenunterfunktion.

Bei vielen Krankheiten, die mit einer Nebenniereninsuffizienz einher gehen, ist die Genesungszeit länger als sonst. Chronische oder periodisch auftretende Bronchitis, Lungenentzündung, chronische Erkrankungen der Nasennebenhöhlen, Grippe und Allergien führen zu einer Schwächung der Nebennieren und andererseits führt eine geschwächte Nebenniere zu einer größeren Anfälligkeit für eben diese Krankheiten. Über diesen Zusammenhang wurde bereits im Jahr 1898 geschrieben, aber erst in den 1930er Jahren wiesen Ärzte darauf hin, wie wichtig die Nebennieren dafür sind, Infektionen abzuwehren.

Die Verursacher des Hypocortisolismus

Hauptursachen für eine Nebenniereninsuffizienz sind Schlafmangel, langes Wachbleiben, auch wenn man müde ist, eine beständige Situation der Machtlosigkeit, das längere Aushalten einer Zwickmühlensituation und schlechte Ernährung. Begünstigt wird die Nebennierenschwäche zum Beispiel durch ständige Drucksituation zu Hause oder am Arbeitsplatz, ein starkes emotionales Trauma, den Tod einer nahestehenden Person, langwierige und immer wiederkehrende Infektionen der Atemwege oder der Lunge, größere Operationen, nach denen man sich nicht wieder vollständig erholt hat oder die dauerhafte Müdigkeit hinterlassen. Verlust des Arbeitsplatzes, Umzug ohne Unterstützung der Familie und von Freunden, starke chemische Beeinträchtigungen (dazu gehören auch Medikamenten- oder

Alkoholmissbrauch) sind ebenfalls starke Stressoren für die Nebennieren. Folgende Lebenssituationen können eine Nebenniereninsuffizienz begünstigen: Studium, Mutter eines oder mehrerer Kinder ohne Unterstützung von Familie oder Freunden, alleinerziehendes Elternteil, unglückliche Ehe, freudlose oder stressige Arbeitsbedingungen, Schichtarbeit mit ständig wechselndem Tag- und Nachtrhythmus und vieles mehr.

Immer wiederkehrende Stresssituationen machen uns anfällig für eine Insuffizienz der Nebennieren. Der Patient hat beispielsweise eine Bronchitis, die er noch nicht ganz überwunden hat und kurz danach stirbt sein Vater. Drei Monate später wird ein jüngerer Kollege befördert, obwohl er eigentlich an der Reihe war. Zwei Monate später hat er einen Autounfall und man wundert sich, warum er so lange braucht, um sich von den Unfallfolgen zu erholen. Jedes traumatische Ereignis führt im Körper zu einer Reaktion der Nebennieren. Zum Zeitpunkt des Unfalles war die Nebenniere kaum noch in der Lage, auf die Situation zu reagieren. Wäre der Unfall das erste Ereignis gewesen, wäre der Patient wahrscheinlich schnell wieder auf dem Damm gewesen.

Interaktion: Nebenniere und Schilddrüse

Zu bedenken ist auch, dass Nebenniere und Schilddrüse in einem funktionellen Zusammenhang arbeiten. Wenn ein Cortisolmangel besteht, entwickelt sich häufig eine subklinische Hypothyreose als Adaption des Körpers an die Nebennierenschwäche. Wird nun die Schilddrüse mit Thyroxin substituiert, fordert die Hypophyse über eine erhöhte ACTH-Ausschüttung die Nebennieren auf, mehr Cortisol zu produzieren. Eine Thyroxin-Substitution erhöht also den Cortisolbedarf. Die Nebenniere ist allerdings schon so erschöpft, dass sie das gar nicht mehr leisten kann und die Symptome der Nebennierenschwäche treten erst jetzt richtig zu Tage. Bevor man also eine Schilddrüsenunterfunktion behandelt, sollte man auf jeden Fall vorher die Nebenniere betrachten und ggf. behandeln.

Der DHEA-Spiegel steht ebenfalls in einem wichtigen funktionellen Zusammenhang mit dem Cortisolspiegel. Bei fortschreitender Nebennierenerschöpfung sinkt das DHEA immer weiter ab, wird regelrecht verbraucht. Da es auch eine wichtige Vorstufe für unsere anderen Steroidhormone wie Testosteron und Estradiol ist, kommt es hier nicht selten zu Mängeln, die sich wieder stark auf Wohlbefinden, Psyche, Immunsystem und Körpergewicht auswirken können.

Diagnostiziert wird die Nebenniereninsuffizienz durch eine Messung des Cortisolspiegels im Speichel. Vorteil dieser Untersuchung ist neben der unkomplizierten Probengewinnung, dass die Hormone im Speichel die aktive Cortisolmenge widerspiegeln. Im Blut sind die Hormone an Transporteiweiße gebunden und größtenteils inaktiv. Am einfachsten ist es, den Cortisolmorgen- und -abendwert zu bestimmen. Bei einer Nebenniereninsuffizienz flacht der normalerweise hohe Morgenspiegel ab und erreicht oft nur noch ein Drittel der sonst üblichen Menge. Abends hingegen sinkt der Wert nicht genügend ab und die Menschen finden nicht in den Schlaf. Man

Information für Fachkreise

kann auch vier oder fünf zusätzliche Werte tagsüber messen, die Untersuchung wird dann natürlich entsprechend teurer. Für die Therapieentscheidung sind zusätzliche Bestimmungen nicht zwingend notwendig. Empfehlenswert wäre auch, den DHEA-Wert bestimmen zu lassen, um den Vorstufenmangel ggf. mitbehandeln zu können. Speichelhormonbestimmungen führt z. B. das Labor Dres. Hauss in Eckernförde durch (www.hauss.de/ die Bestimmung kostet rund 33,- EUR).

Naturheilkundliche Therapie



Die Therapie der Nebenniereninsuffizienz erfordert eine Umstellung der Lebensgewohnheiten, der Ernährung und eine medikamentöse Intervention. Zunächst einmal ist es wichtig, ausreichend zu schlafen und möglichst vor 22.00 Uhr ins

Bett zu gehen. Ist dieser Zeitpunkt überschritten, können sich die Nebennieren nicht ausreichend erholen. Wenn möglich sollte auch oft bis 9.00 Uhr geschlafen werden. Stressfaktoren, Energierüber und ungesunde Lebensführung sollten soweit wie möglich abgestellt bzw. minimiert werden.

Therapeutisch hat sich eine Kombination aus Phyto-C® und Phytocortal® N, mit einer Dosierung von jeweils 3 x täglich 30-50 Tropfen, bewährt. Phytocortal® N steigert über eine sanfte Stimulation der Nebennieren die körpereigene Cortisolproduktion. Zur Unterstützung der Regulation in der Hypophyse hat sich die zusätzliche Gabe von Phyto-C® bewährt. Wenn die Patienten unter Einschlafstörungen leiden, sollte auf die Abenddosis verzichtet werden.

Auf der Mikronährstoffebene sollte auf eine ausreichende Versorgung mit Vitamin C, Vitamin B5 (Pantothensäure) und mit Magnesium geachtet werden.

Autorin: Christiane Pies



**Steierl-
Pharma GmbH**

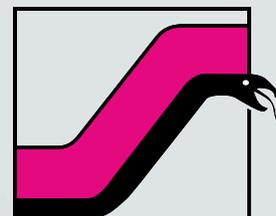
Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Steierl



Osteoporose und Klimakterium

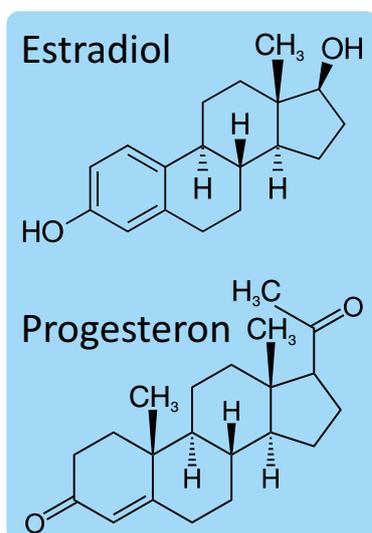
Ursachen, Risikofaktoren und naturheilkundliche Behandlungskonzepte zur Vorbeugung und Therapie

Osteoporose und Klimakterium

Ursachen, Risikofaktoren und naturheilkundliche Behandlungskonzepte zur Vorbeugung und Therapie

Das Thema ist heikel und wird unter naturheilkundlich orientierten Therapeuten kontrovers diskutiert: Hormone und ihre Ersatztherapie in und nach den Wechseljahren. Endokrinologische Studien der letzten Jahrzehnte haben zahlreiche neue Forschungsergebnisse insbesondere zur Wirkung von Estradiol und Progesteron erbracht, deren unterschiedliche Wirkungen auf den Knochenstoffwechsel heute besser bekannt sind als je zuvor.

Und so entwickelt sich eine postklimakterische Osteoporose: Bis ins vierte Lebensjahrzehnt herrscht bei der Frau eine ausgeglichene Balance zwischen den aufbauenden Knochenzellen (Osteoblasten) und den abbauenden Knochenzellen (Osteoklasten), deren gegenläufige Funktionen in Orthopädievorlesungen oft mit dem Merksatz „Klasten klauen, Blasten bauen“ beschrieben wird. Mit Beginn der Wechseljahre beginnt nun allmählich die Tätigkeit der Osteoklasten diejenige der Osteoblasten zu überholen. Dabei ist Östrogen, insbesondere das Estradiol, primär mit der Osteoklastenfunktion verbunden und Progesteron mit der Osteoblastenfunktion - man könnte Progesteron durchaus als Wachstumsfaktor für Osteoblasten bezeichnen. Östrogen verlangsamt hingegen die Aktivität der knochenabbauenden Osteoklasten und erhöht gleichzeitig die Speicherung und Absorption von Calcium. Bei einem Östrogenmangel wird also weniger Calcium aus dem Darm resorbiert; als Folge zieht der Körper permanent Calcium aus den Knochen, um darüber seinen Blutcalciumspiegel konstant zu halten. Je länger der Östrogenspiegel einer Frau jedoch hoch bleibt, desto stärker bleiben ihre Knochen – aber nur deshalb, weil die Abbauprozesse langsamer vonstatten gehen. Zur Knochenneubildung, also für den Ersatz von bereits verloren gegangener Knochen substanz, trägt Östrogen kaum etwas bei. Um Knochen substanz zu erhalten und bereits abgebaute Substanz wieder aufzubauen, braucht es den Knochenwachstumsfaktor Progesteron mit seiner anregenden Wirkung auf die Osteoblastentätigkeit. Dafür eignet sich am besten das natürliche, bioidentische Progesteron und nicht seine biochemisch veränderten Formen, die sog. Gestagene.



Will man die Ursachen für eine postklimakterische Osteoporose auf den Punkt bringen, kann man sagen: der Östrogenmangel führt zu einem verstärkten Abbau und der Progesteronmangel zu einem unzureichenden Wiederaufbau von Knochen substanz. Daraus wird aber auch deutlich, dass sich ein chronischer Progesteronmangel gravierender auf den Knochenstoffwechsel auswirkt als der Östrogenmangel, denn eine älter werdende Frau kann mit einem reduzierten Östrogenspiegel, was ihre Knochen gesundheit betrifft, ganz gut leben, solange sie einen gut gefüllten Progesteronspiegel besitzt, also darauf achtet, immer ausreichend mit dem Knochenwachstumsfaktor Progesteron versorgt zu sein. Ein Progesteron-Östrogen-Verhältnis (im Speicheltest) von 100 bis 200 : 1 schützt also nicht nur vor Östrogendominanz mit ihrem erhöhten Risiko für Brustkrebs, sie ist auch eine notwendige Voraussetzung für den Erhalt und die Regeneration von Knochen substanz.

Diese Ausführungen lassen vermuten, dass Osteoporoseprophylaxe grundsätzlich eine Hormontherapie braucht. So ist es aber nicht, wie noch auszuführen sein wird. Denn der Knochenstoffwechsel bei älter werdenden Frauen lässt sich sehr lange und sehr oft sogar ausschließlich auch mit Komplexhomöopathie und den richtigen Vitamin- und Mineralstoffgaben plus etwas Sport positiv und in ausreichender Weise beeinflussen.

Risikofaktoren für die Entwicklung einer Osteoporose

So unterschiedlich Frauen sind, so unterschiedlich ist auch ihr Risiko, an Osteoporose zu erkranken. Die oben angeführten Ursachen des Östrogen- und Progesteronmangels begünstigen zwar die Knochenentkalkung, andererseits gibt es auch viele ältere Frauen, die trotz niedriger Hormonspiegel nicht an Osteoporose erkranken. Denn man kann bis zu einem gewissen Grad erstens mit anderen Maßnahmen gegensteuern und zweitens spielen noch weitere Risikofaktoren eine nicht unerhebliche Rolle. Besonders osteoporosegefährdet ist der Frauentyp der „kühlen Blondes aus dem Norden“: knabenhaft schlank, sportlich, mit kleinem Busen, selbständig, erfolgsorientiert und von eher nervöser Konstitution. Bei schlanken, hellhäutigen Frauen ist die Ausschüttung von ACTH verringert, das im Vorderlappen der Hypophyse gebildet wird und die Hormonproduktion der Nebennierenrinde steuert, also auch die des Östrogens und der Mineralokortikoide, was den Knochenabbau begünstigt. Bei diesem Frauentyp ist auch der Ausstoß von Adrenalin erhöht, was die allgemeine Aktivität anregt, die Stimulation der Nebennierenrinde aber herabsetzt. Bei ihnen setzt die Menopause häufig früher ein, weshalb sie schon in

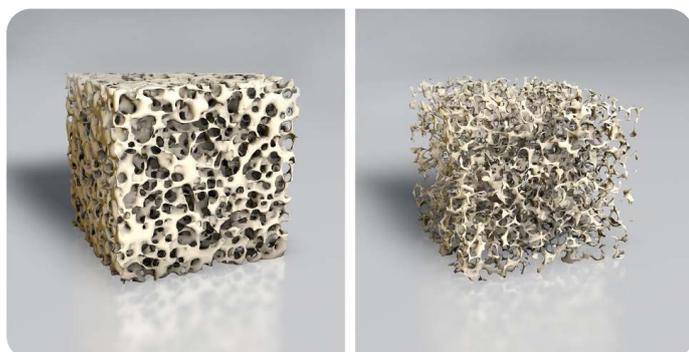
jüngeren Jahren in Hormonmangelzustände geraten. Bei dunkelhaarigen, molligen Frauen sind hingegen die Östrogenspiegel höher und auch die Versorgung mit Mineralokortikoiden besser. Sie sind deshalb weniger anfällig für Osteoporose.

Weitere Risikofaktoren sind die **langjährige Einnahme einer Antibabypille**, welche die Östradiolproduktion herabsetzt, der reichliche **Konsum von Kaffee und Alkohol** (Alkohol verbraucht bei seinem Abbau sehr viel Vitamin D und Parathormon), ferner **phosphorhaltige Nahrungsmittel** (eine hohe Zufuhr von Phosphorsäuren verhindert die Einlagerung von Calcium in den Knochen) und ein **durch Nikotinkonsum reduzierter Vitamin D- und Vitamin C-Spiegel**. **Magersüchtige Patientinnen** sowie Frauen, die **kurz hintereinander mehrere Schwangerschaften** hatten, deren **Eierstöcke entfernt** wurden oder deren **letzte Menstruationsblutung bereits vor dem 45. Geburtstag** lag, haben ebenfalls ein deutlich erhöhtes Risiko für Osteoporose. Zu den Risikofaktoren zählt ferner die **regelmäßige Einnahme von entzündungshemmenden und blutverdünnenden Medikamenten** wie Cortison und Heparin. Wenn Patientinnen über unklare Rückenschmerzen, rheumaähnliche Gelenksbeschwerden und häufige Müdigkeit klagen, sollte man immer zu einer Knochendichtemessung raten. Dies gilt auch für Frauen, die schon deutlich kleiner sind als in ihrem Pass steht, abends immer mindestens zwei Zentimeter kleiner sind als morgens und schon an Erkrankungen des Stützskeletts gelitten haben wie Rachitis, Morbus Bechterew oder Morbus Scheuermann.



Naturheilkundliche Behandlungskonzepte

Osteoporoseprophylaxe geht auch ohne Hormonersatztherapie. Ausschlaggebend für die Frage, ob bioidentisches Estradiol und bioidentisches Progesteron im Verhältnis 1 : 200 substituiert werden sollten, ist vor allem die Knochendichtemessung. Solange die Knochendichte in Ordnung oder nur leicht reduziert ist, reichen andere Maßnahmen zum Erhalt der Knochenfestigkeit erst einmal aus. Eine leichte Abnahme der Knochendichte mit zunehmendem Alter ist normal, was Millionen Frauen beweisen, die nie Hormone eingenommen haben und trotzdem ohne Ermüdungsbrüche, Witwenbuckel und Knochenschmerzen alt geworden sind.



Dennoch ist es jeder Frau zu empfehlen, mit Ende vierzig oder Anfang fünfzig eine Knochendichtemessung vornehmen zu lassen, auch wenn sie noch keine Beschwerden hat. Denn es ist gut zu wissen, wo man steht, und den Prozess der altersbedingten Knochenentkalkung mit wiederholten Messungen etwa alle drei bis fünf Jahre genauestens zu beobachten, um - vor allem beim Vorliegen der o. g. Risikofaktoren - rechtzeitig die entsprechenden therapeutischen Maßnahmen vorzunehmen.

Komplexhomöopathie

Der aufbauende Knochenstoffwechsel lässt sich gut mit homöopathischen Heilmitteln anregen, beispielsweise mit **Osteoplex®**. Es ist sowohl als Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, als auch als flüssige Verdünnung zur intramuskulären, intravenösen und subcutanen Injektion erhältlich. Die Bandbreite der Indikationen von **Osteoplex®** ist ausgesprochen groß: Sie reicht von herabgesetzter Knochendichte über Ermüdungsbrüche, Osteoporose mit oder ohne pathologischer Fraktur und Osteopenie bis hin zur generellen Osteoporoseprophylaxe bei Patientinnen, die familiär bedingt oder aufgrund der genannten Faktoren ein höheres Risiko für Osteoporose besitzen bzw. einfach nur vorbeugen wollen. **Osteoplex®** ist ein „Knochenmittel“ par excellence, denn es enthält die vier wichtigsten Einzelmittel der Homöopathie für die Pflege der Knochenfestigkeit:

- **Acidum silicicum** D12 (Kieselsäure)
- **Calcium carbonicum Hahnemanni** D12 (Austernschalenkalk)
- **Calcium phosphoricum** D12 (Calciumhydrogenphosphat)
- **Symphytum officinale** D8 (Beinwell)

Acidum silicicum ist ein wichtiges Mittel für chronische Krankheiten und langsam fortschreitende Krankheitsprozesse. Es wirkt strukturfestigend. Zu seinen Leitsymptomen gehören Knochenschmerzen, Rückenschmerzen, Haltungsschwäche und Steifheit des Rückens. Bei Frakturen fördert Acidum silicicum die Kallusbildung und die Neubildung von Knochengewebe.

Calcium carbonicum Hahnemanni ist ein wichtiges Mittel für Knochen, die, wie Clarke schreibt, im wahrsten Wortsinn „sauer“ geworden sind. Übersäuerung führt zum Abbau von Calcium aus dem Knochen - diesem Vorgang wirkt Hahnemanns Calcium carbonicum entgegen. Es fördert die Mineralisierung des Knochens und reduziert darüber Kreuz- und Rückenschmerzen, die als Folge einer herabgesetzten Knochendichte entstanden sind.

Calcium phosphoricum hat sich schon in der Behandlung von gestörter Knochenentwicklung bei Kindern bewährt, wenn die Knochen „dünn und brüchig“ sind, wie Clarke schreibt. Es ist ein probates Mittel für Menschen, die an Zähnen und Knochen Entmineralisierungserscheinungen zeigen. Calcium phosphoricum regt den Einbau von Calcium in die Knochen an und beschleunigt darüber auch die Heilung von Frakturen.

Symphytum officinale ist das große Knochenmittel der Homöopathie und Phytotherapie. Die auf deutsch auch Beinwell genannte Pflanze hat sich bewährt bei Frakturen aller Art, Knochen- und Gelenkschmerzen, Knochenentzündungen, schlecht heilenden Knochenbrüchen, Rückenschmerzen und

Buckelbildung. Beinwell wirkt anregend auf die Bildung und Verknöcherung des Kallus.

Das Tropfenpräparat **Osteoplex®** wird bei akuten Zuständen mit bis zu 120 Tropfen täglich (z.B. 3 x 40 Tropfen) über vier bis sechs Wochen dosiert. Diese Kur sollte jedes Quartal wiederholt werden, und zwar über Jahre. Injektionen mit **Osteoplex® Injekt** werden je nach Schwere einer schon vorhandenen Osteoporose 1 mal monatlich bis 3 x wöchentlich mit jeweils 2 ml durchgeführt.

Bei schlanken und nervösen Frauen, aber auch bei Patientinnen mit starker Stressbelastung sollte man **Osteoplex®** mit **Phyto-C®** zur Harmonisierung der Hypophysentätigkeit und mit **Phyto-cortal® N** zur Regeneration der Nebennierenrinde im monatlichen Wechsel kombinieren, um die hormonelle Balance im hypophysär-hypothalamischen Regelkreis wiederherzustellen und darüber den Knochenstoffwechsel zur normalisieren.

Orthomolekulare Medizin

Zur Prophylaxe und Therapie einer herabgesetzten Knochendichte empfiehlt es sich feststellen zu lassen, ob die Patientin mit allen für den Knochenstoffwechsel wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen optimal versorgt ist, und eventuell vorhandene Mängel auszugleichen. Dabei handelt es sich um alle B-Vitamine, Folsäure, Vitamin C, Vitamin D, Vitamin K und ferner um Calcium, Magnesium, Zink, Kupfer, Bor, Silizium, L-Arginin, L-Lysin und Omega-3-Fettsäuren.

Weitere Maßnahmen

Diätetisch empfiehlt sich eine vollwertige, basenreiche, lakto-vegetabile Kost mit täglich etwas Rohkost sowie das Trinken von 2 Litern Neutralflüssigkeit pro Tag (Mineralwässer mit hohem Calciumgehalt und Kräutertees, z.B. aus Ackerschachtelhalm oder Brennnessel). Äußerlich haben sich Einreibungen über der Wirbelsäule mit 0,1% Phosphoröl bewährt (2 - 3 x pro Woche). Morgens kann die Patientin zusätzlich 1 Messerspitze Aufbaukalk 1 und abends 1 Messerspitze Aufbaukalk 2 von Weleda einnehmen. Ein kranker Darm erschwert die Resorption von Calcium, weshalb eine Darmsanierung oftmals ratsam ist.

Unerlässlich zur Vorbeugung und Behandlung einer Osteoporose ist mindestens 3 x wöchentlich ein altersgerechter Sport, da regelmäßige Zug- und Druckbelastung am Knochen die Tätigkeit der knochenbauenden Osteoblasten anregt. Frauen, die jenseits der fünfzig ihre Knochendichte erhalten möchten, können dieses Ziel nur mit regelmäßigem Sport erreichen. Zusammen mit einer komplexhomöopathischen Anregung des aufbauenden Knochenstoffwechsels bei gleichzeitig stets gut gefüllten Vitamin- und Mineralstoffdepots lässt sich die Knochendichte in vielen Fällen zurückgewinnen und über viele Jahre stabil halten.

Autor: Margret Rupprecht

Osteoplex®

Zusammensetzung: 10 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Acidum silicicum Dil. D12 2,5 g, Calcium carbonicum Hahnemanni Dil. D12 2,5 g, Calcium phosphoricum Dil. D12 2,5 g, Symphytum officinale Dil. D8 2,5 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Unterstützung der Behandlung von Knochenerkrankungen bei Kalkstoffwechselstörungen.** Hinweis: Bevor die Behandlung mit Osteoplex® begonnen wird, sollte geklärt werden, ob die Krankheitszeichen nicht auf einer spezifisch zu behandelnden Grunderkrankung beruhen. Der Patient soll angehalten werden, medizinischen Rat einzuholen, wenn die Beschwerden trotz vorschriftsmäßiger Dosierung unvermindert anhalten.

Dosierung: Die Dosierung erfolgt individuell. Zur Orientierung können folgende Angaben herangezogen werden: Bei akuten Zuständen je 5-10 Tropfen alle halbe bis ganze Stunde, jedoch höchstens 12 x täglich. Bei chronischen Verlaufsformen je 5-10 Tropfen 1-3 x täglich. **Gegenanzeigen:** Da für die Anwendung von Osteoplex® bei Kindern keine ausreichenden Erfahrungen vorliegen, sollte Osteoplex® bei Kindern unter 12 Jahren nicht eingesetzt werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vorliegen, sollte Osteoplex® in der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 36 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. Hinweis: Bei der Anwendung eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 100 ml, PZN 7772869.



Steierl-
Pharma GmbH

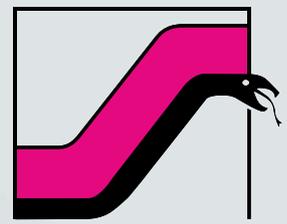
Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Steierl



Rückenschmerzen

Das Kreuz mit dem Kreuz: Naturheilkundliche Therapie

Rückenschmerzen

Das Kreuz mit dem Kreuz: Naturheilkundliche Therapie

„Die Schmerzen sind's, die ich zu Hilfe rufe: Denn es sind Freunde, Gutes raten sie“, schreibt Goethe in seiner „Iphigenie“ - sozusagen eine poetische Vorwegnahme der neuzeitlichen Interpretation von Krankheit als Weg. In der Tat ist es sinnvoll, sich mit der Funktion und dem Grund des Schmerzes auseinanderzusetzen. Weniger nach lokalen und mehr nach systemischen Ursachen zu fahnden, erweist sich vor allem in der Behandlung chronischer Rückenschmerzen als oft erfolgreicher Weg. Die Therapie der häufig vorliegenden Azidose ist dabei ein ebenso wichtiger Schritt zur Verbesserung von Lebensqualität und Beweglichkeit der Betroffenen, wie die Anregung der Geweberegeneration mit Mitteln aus dem Bereich der Komplexhomöopathie.

In der Diskussion um die Ursachen chronischer Rückenbeschwerden finden sich in Fachliteratur und Laienpresse in erster Linie äußere Faktoren:

- Muskelverspannungen
- Osteoporose
- Degeneration von Bandscheiben und Zwischenwirbelgelenken
- entzündliche Gelenkerkrankungen
- Missbildungen wie Skoliose oder Mb. Scheuermann

So „ursächlich“ viele dieser Ereignisse auch sein mögen: Als Erklärungsmodell bleiben sie trotzdem ein Stück weit an der Oberfläche. Schaut man tiefer, wird sich als gemeinsame Ursache bei sehr vielen Patienten eine latente Azidose finden und damit ein entscheidender Faktor für die Degeneration der am Schmerzgeschehen beteiligten Gewebe.

Latente Azidose führt zu chronischer „Materialermüdung“

Weil sich eine latente Azidose laboranalytisch schwer nachweisen lässt, wird die Übersäuerung der Gewebe immer noch weitgehend unterschätzt. Der Körper bildet im Rahmen der Zellatmung laufend Säuren, die über Niere, Lunge, Darm und Haut ausgeschieden werden. Ob diese Elimination jedoch vollständig gelingen kann, hängt maßgeblich vom Angebot an freien Basen ab. In der ersten Phase der Entsäuerung werden diese freien Basen im Organismus zur Abpufferung benutzt. Bei chronischer Übersäuerung infolge säureüberschüssiger Ernährung sinkt die

Basen-Puffer-Kapazität im Blut. Es kommt zur Verschiebung des Kalium-Wasserstoff-Quotienten. Später werden die temporär überschüssigen Säuren im Bindegewebe und im Knorpel zwischen- bzw. endgelagert. In einem weiteren Stadium greifen die Regelkreisläufe auf körpereigene Mineralstoffreserven zurück. Sie bauen die in Knochen, Knorpel und Zähnen eingelagerten Mineralsalze ab und nutzen sie zur Neutralisierung des Säureüberschusses. Die Entmineralisierung, vor allem der „harten“ Körpergewebe, führt allmählich zu einer Degeneration der betroffenen Gewebe. Strukturverlust von Knochen, Bandapparat und Knorpel durch übersäuerungsbedingte Entmineralisierung ist ein schleichender Grund für Bandscheibenerkrankungen und arthrotische Degeneration.

Das Volksleiden Rückenschmerz geht in weit höherem Maße auf eine säureüberschüssige Ernährung zurück als auf mechanischen Verschleiß. Man kann es auch andersherum formulieren: Ein Bewegungsapparat, der reichlich mit basischen Vitalstoffen versorgt ist, besitzt gegenüber mechanischer Belastung eine höhere Resistenz und wird lange nicht so schnell mit Reizerscheinungen reagieren wie ein Skelettsystem mit starken Entmineralisierungserscheinungen.

Die Wasserbindungsfähigkeit des Gewebes auf hohem Niveau halten

Die Substanzen des Zwischenzellraumes reagieren ausgesprochen empfindlich auf Änderungen des Säure-Basen-Gleichgewichtes. Die Eiweiß-Zucker-Bausteine (Proteoglykane) können Wassermoleküle an sich binden und spielen darüber eine zentrale Rolle für den Grad der Gewebedurchsättigung. Je stärker ein Organismus übersäuert ist, um so mehr nimmt die Wasserbindungsfähigkeit der Proteoglykane ab. Das Gewebe wird insgesamt trockener. Die Folge ist ein Verlust an Elastizität und Flexibilität der Bindegewebsstrukturen, was sich am Bewegungsapparat als erstes bemerkbar macht. Je mehr der Säuregehalt in Gelenkknorpel und Gelenkflüssigkeit steigt, desto stärker nimmt, durch den sinkenden Wassergehalt, die Knorpelernährung, -durchsättigung und in der Folge die Elastizität des Knorpels ab. Mechanische Belastung führt im übersäuerten und dadurch trockeneren Gewebe dann erheblich schneller zum Gelenkverschleiß. Bandscheibenerkrankungen oder die Bildung einer Arthrose - nicht nur an Knie und Hüfte, sondern gerade auch im Bereich der kleinen Wirbelgelenke - entwickeln sich eher in einem übersäuerten und trockenen Organismus als in Geweben, die durch regelmäßige Zufuhr basischer Mineralstoffe konstant von Säuren entlastet werden und dadurch ein hohes Maß an Wasserbindungsfähigkeit und Elastizität behalten.

Basische Mineralstoffe lindern den Schmerz

In einer Studie mit Rückenschmerzpatienten zwischen 20 und 75 Jahren, die bei 2 von 5 Schmerzparametern (Rückenschmerzen im Sitzen, Stehen, Liegen, bei Bewegung, während der Nacht) eine Schmerzintensität >6 auf einer visuellen Analogskala von 0 bis 10 angaben, wurde über einen Zeitraum von vier Wochen eine tägliche Basensubstitution durchgeführt. Weitere Diät-empfehlungen oder sonstige Anwendungen, z.B. Massagen, erfolgten nicht. Schmerzmittel durften nach Bedarf weiter verwendet werden, ihre Einnahme wurde jedoch dokumentiert. Die Ergebnisse dieser Studie konnten eindeutig belegen, dass die Zufuhr basischer Mineralstoffe eine schmerzlindernde Wirkung besitzt. Neun von zehn Studienteilnehmern berichteten über eine deutliche Verbesserung ihrer Schmerzsymptomatik. Auch die Bewegungseinschränkung und die vorher bestehenden Behinderungen bei der Ausübung alltäglicher Tätigkeiten gingen um mehr als die Hälfte zurück. Als besonders erfreulich konnte festgestellt werden, dass die Studienteilnehmer weniger Schmerzmittel aus der Gruppe der nichtsteroidalen Antirheumatika benötigten. Die Rücken- und Körperbeweglichkeit war sichtbar besser und die allgemeine Lebensqualität nahm unter der Basensubstitution wieder zu. Begleitend durchgeführte Laboruntersuchungen wiesen eine deutliche Zunahme der Pufferkapazitäten innerhalb der Zellen nach.

„Neuprogrammierung“ des Gewebes durch Komplexhomöopathie

Die Ergebnisse der Studie lassen den Schluss zu, dass chronische Rückenschmerzen in nicht unerheblicher Weise auf eine Störung des natürlichen Säure-Basen-Gleichgewichts im Sinne einer Azidose zurückgehen. Die Zufuhr einer basischen Mineralstoffmischung bei Rückenschmerzpatienten kann Schmerzsymptomatik und Schmerzmittelverbrauch deutlich reduzieren und stellt eine sinnvolle Terrainsanierung des Bindegewebes dar, die nicht nur die Strukturen des Bewegungsapparates im Rahmen des Möglichen regeneriert, sondern auch den übrigen Organen zugute kommt. Basensubstitution ist allerdings nur die halbe Therapie. Ob bei jüngeren Patienten mit einer langjährigen Rückenschmerz-Biographie oder bei Senioren, die von Wirbelsäulenarthrose geplagt werden: Basensubstitution mag zwar kurzfristig die Schmerzen reduzieren, reicht allein aber nicht aus. Ebenso wichtig ist die homöopathische Behandlung. Sie bewirkt eine „Löschung“ der Schmerzinformation und eine Anregung der Regeneration von Knochen, Knorpel, Synovialschicht und Bandapparat im Sinne einer restitutio ad integrum - so weit, wie es in jedem einzelnen Fall noch möglich ist.

Basensubstitution ist Rückenschmerztherapie auf substantieller Ebene, Komplexhomöopathie wirkt auf die Informationsebene im Sinne einer Löschung des degenerativen und „Installation“ des regenerativen Programms. So können kurzfristige Therapieerfolge im Organismus nachhaltig verankert werden.

Komplexhomöopathie bei Rückenschmerzen: Steirocartil® arthro

Ein maßgeschneidertes Mittel für die komplexhomöopathische Behandlung von unspezifischen Rückenschmerzen und Rückenschmerzen als Folge von Gicht, Rheuma und Arthrose ist **Steirocartil® arthro** mit seinen Einzelhomöopathika *Ledum palustre* Dil. D4, *Pseudognaphalium obtusifolium* Dil. D1 und *Ruta graveolens* Dil. D4. Die Prüfsymptome dieser drei Mittel lesen sich geradezu wie eine Litanei der typischen Beschwerden von rüchenschmerzgeplagten Patienten:



Zu den klinischen Symptomen von **Ledum palustre** gehört mit der Gicht die stärkste Ausformung von Gewebeübersäuerung. Säure macht die Gewebe kalt, weil sie die Durchblutung verschlechtert. Und so schreibt bereits Hahnemann über *Ledum*, „dass diese sehr kräftige Arznei größtenteils nur für langwierige Übel, bei welchen vorzüglich Kälte und Mangel an tierischer Wärme vorwaltet, passend ist.“ *Ledum* ist ein



ausgesprochenes Gelenkmittel und passt vor allem gut bei „Säureschäden“ im Gelenkbereich. Zu seinen Symptomen gehört die „Schmerzhaftigkeit von Rücken und Lenden wie Steifigkeit nach Sitzen“ und „Reißen vom Kreuz bis in den Hinterkopf, vorzüglich abends“.

Pseudognaphalium obtusifolium, auch als *Gnaphalium polycephalum* bekannt, zählt Gicht, Ischialgie, Lumbago, Neuralgie des



Nervus anterior femoralis und Rheumatismus zu seinen klinischen Symptomen. Es zählt zu den wichtigsten homöopathischen Mitteln zur Behandlung von Störungen des Ischiasnervs, insbesondere, wenn sich Taubheitsgefühle mit Schmerzen abwechseln. Eine typische Indikation ist auch die Gefühllosigkeit des unteren Teils des Rückens bei Lumbago sowie Schmerzen, die vom Rücken aus dumpf oder schießend in die Beine einstrahlen, besonders der intensive Schmerz im Verlauf des Nervus ischiadicus.

Ruta graveolens ist ein wichtiges Arthrose-, Rheuma- und Ischiasmittel der Homöopathie. Es passt sowohl bei Rücken-

schmerzen als Folge einer Arthrose der kleinen Wirbelgelenke als auch bei rheumatischen Prozessen der Wirbelsäule und akuter wie chronischer Ischialgie. Bereits Hahnemanns Prüfung hat „Zerschlagenheits-schmerz, vor allem in den Knochen“ als wichtiges Leitsymptom ergeben. Schmerzen und Stiche im Kreuz, Rückenschmerzen beim Liegen, Sitzen und Gehen, Kreuzschmerzen, welche sogar die Atmung behindern sowie Stiche im Kreuz beim Stehen, Bücken, Sitzen und in Rückenlagen gehören zu den Indikationen von Ruta. Auch Schmerzen im Bereich Lendenwirbel, Hüftknochen, Sakrum und Steißbein verlangen das Mittel. Oft führen die Rückenschmerzen zu Schwächegefühlen in Knien und Beinen.



Beim Vorliegen der genannten Symptome dosiert man **Steirocartil® arthro** im akuten Fall mit bis zu 12 mal täglich 10 bis 20 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen mit 1 bis 3 mal täglich 5 bis 15 Tropfen.

Entsäuerung und Phytotherapie

Zur Gewebeentsäuerung steht heute eine große Bandbreite an Präparaten zur Verfügung. Man ergänzt ein Basenpulver idealerweise mit einer entwässernden und entgiftenden Heilpflanze, z.B. Betula (Birke) oder Urtica (Brennnessel) als Tee oder Urtinktur, kombiniert mit reichlichem Trinken von Neutralflüssigkeit.

Wenn chronische Rückenschmerzen zu depressiven Verstimmungszuständen führen, sind Johanniskrautpräparate hilfreich, um die Stimmung aufzuhellen und dem Patienten mehr Zutrauen zu geben, dass er sich aus seiner Schmerz- und Belastungssituation wieder herausarbeiten kann. Gute Erfolge erzielt man mit dem Hypericum Steierl Potenzakkord, der Johanniskraut als Urtinktur sowie in den Potenzen D6 und D12 enthält.

Äußerlich lässt sich der Schmerzprozess durch analgetisch und hyperämisierend wirkende Heilpflanzen durchbrechen, z.B. eine Rosmarin- oder Kampfersalbe. Als Externa empfehlen sich auch Salben aus Beinwellwurzel (Symphyti radix) oder Arnika bzw. das Einreiben mit einer Weinrautensalbe (Rutae graveolentis herba) vor der Bestrahlung mit Rotlicht oder einer Heilsonne. Als Interna haben sich zusätzlich Enzympräparate bewährt.

Zur Muskelentspannung und zum Abbau von Schonhaltungen empfiehlt sich die äußere Einreibung mit folgender bewährter Mischung:

Angelicae tinct. (20.0)
Symphyti tinct. ese rad. (20.0)
Caryophylli tinct. (10.0)
M. D. S.: Äußerliche Einreibung

Zuhause kann der Patient seine Beschwerden durch feuchte Wärme wie heiße Kompressen, Beinwell-, Ingwer-, Kartoffel- und Senfwickel oder auch mit einem heißen Kirschkerndäckchen auf der Lendengegend lindern.

Eine ruhige Lagerung ist übrigens nicht die beste Therapie für Rückenschmerzen: Patienten sollten auf keinen Fall in einem zu weichen Bett liegen, sondern in Bewegung bleiben, z.B. durch leichte Kreisbewegung zu Musik, langsame Spaziergänge oder Feldenkrais-Übungen. Das regt die Bildung der Synovialflüssigkeit in den kleinen Wirbelgelenken an, entkrampft die großen und kleinen Rückenmuskeln und beschleunigt darüber die Rückkehr von der Schonhaltung zur Normalhaltung.

Autor: Margret Rupprecht

Steirocartil® arthro

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten - Wirkstoffe: Ledum palustre Dil. D 4 3,33 g, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. flor Dil. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 3,34 g, Ruta graveolens Dil. D 4 3,33 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenkbeschwerden, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken, bei Überempfindlichkeit gegen Korbblütler sowie in der Schwangerschaft und Stillzeit. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Wegen des Alkoholgehaltes soll Steirocartil® arthro bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Die Anwendung bei Jugendlichen ab 12 Jahren bis unter 18 Jahren sollte nicht ohne ärztlichen Rat erfolgen und ersetzt nicht andere vom Arzt verordnete Arzneimittel. Warnhinweis: Dieses Arzneimittel enthält 58 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 07712991; 100 ml, PZN 07235232.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

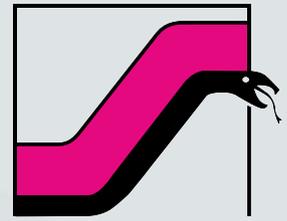
Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
Steierl-Pharma GmbH
©mangostock - fotolia.com

Information

für Fachkreise



Steierl



**Schlafstörungen in den
Wechseljahren**

Schlafstörungen in den Wechseljahren

Naturheilkundliche Behandlungsmöglichkeiten mit Komplexhomöopathie, orthomolekularer Medizin und Ordnungstherapie

Die senile Bettflucht sei, so weiß Wikipedia zu berichten, eine Scherzbezeichnung für ein vermindertes Schlafbedürfnis im Alter, das durch ein frühes Erwachen gekennzeichnet ist und weist darauf hin, dass das individuelle Schlafbedürfnis des Menschen im Alter abnimmt und sich Senioren, die früh wach werden, dennoch normalerweise als ausgeruht empfinden. Was für Hochbetagte vielleicht stimmen mag, trifft meist nicht für Frauen im fünften und sechsten Lebensjahrzehnt zu, deren frühes Erwachen - oft kombiniert mit Einschlaf- und Durchschlafstörungen - auf das deutliche Absinken insbesondere der Hormone Progesteron und Melatonin zurückzuführen ist. Über eine sich verschlechternde Schlafqualität in den Wechseljahren klagen fast drei Viertel aller Frauen in dieser Lebensphase. Neben Hitzewallungen gehören Schlafstörungen zu den häufigsten klimakterischen Beschwerden.

Endokrinologische Hintergründe

Viele Frauen in den Wechseljahren brauchen lange, bis sie nach dem Zubettgehen endlich einschlafen, wachen in der Nacht häufiger auf, haben danach Probleme mit dem Wiedereinschlafen und sind oft am frühen Morgen, zwei oder drei Stunden vor der üblichen Aufstehzeit, zwar immer noch müde, gleichzeitig jedoch hellwach. Chronische Erschöpfung, Konzentrationsstörungen und Stimmungsschwankungen sind die Folge. Das Problem kann viele Ursachen haben, unter anderem auch Hitzewallungen, Nachtschweiß, Sorgen, Ängste, Stress und Depressionen.



Forschungen der letzten Jahrzehnte haben herausgefunden, dass insbesondere das Absinken des Hormons Progesteron für die Verschlechterung der Schlafqualität entscheidend mitverantwortlich ist. Eine Studie aus Frankreich mit 21 Teilnehmerinnen, die bioidentisches Progesteron bekamen, konnte belegen, dass Frauen aus der Progesterongruppe eine deutliche Verbesserung

ihrer Schlafqualität zeigten. Sie schliefen schneller ein, wurden weniger oft wach und bekamen insgesamt 40 Minuten mehr Nachtschlaf. Diese Effekte kann zwar auch eine allopathische Schlaftablette erzielen, doch im Unterschied zu dieser verändert natürliches Progesteron die normale „Schlafarchitektur“ der verschiedenen Tief- und Traumschlafphasen nicht; Hangover-Effekte werden dadurch vermieden. Der Begriff bezeichnet die Müdigkeit am Vormittag nach der Einnahme einer Schlaftablette, weil deren Inhaltsstoffe nicht bis zum Morgen, sondern oft erst am Mittag abgebaut sind.

Körpereigenes Progesteron hingegen führt zu einem normalen Schlafrhythmus ohne belastende Nach- und Nebenwirkungen. Dass Progesteron müde macht und leicht sedierend wirkt, ist schon lange bekannt. Das macht auch Sinn, denn es ist genau dieses Hormon, das nach der Empfängnis für die Aufrechterhaltung der Schwangerschaft sorgt und eine Schwangere auf natürliche Weise zur Ruhe kommen lässt. Wenn in den Wechseljahren die Eisprünge seltener werden und irgendwann ganz ausbleiben, fällt auch der progesteronbildende Gelbkörper - das zu Fettgewebe umgebaute Follikelbläschen - weg, und die Bildung des natürlichen Progesterons nimmt rapide ab. Aber, und das ist für die Therapie von entscheidender Bedeutung: Progesteron wird nicht nur im Gelbkörper der Eierstöcke, sondern lebenslang, wenn auch in geringerem Maße, in der Nebennierenrinde produziert. Diese Tatsache lässt sich therapeutisch nutzen, um die körpereigene Progesteronbildung auch nach den Wechseljahren anzuregen.

Ein weiterer Aspekt: Die Produktion des Schlafhormons Melatonin in der Zirbeldrüse nimmt im Laufe des Lebens ebenfalls ab. Liegt die Höhe der nächtlichen Melatoninausschüttung bei zehnjährigen Kindern noch bei 120 pg/ml, sinkt sie bei Frauen und Männern zwischen dem vierzigsten und fünfzigsten Lebensjahr auf Werte von 15 bis 20 pg/ml ab. Das klingt dramatisch, doch lässt sich einem altersbedingten Melatoninmangel mit einigen ordnungstherapeutischen Maßnahmen durchaus effektiv entgegenwirken.

Naturheilkunde bei wechseljahresbedingten Schlafstörungen

Für einen besseren Schlaf: Steirofemin®

Die Homöopathie kennt vier Einzelmittel, die, teilweise schon seit Hahnemanns Zeiten, für die Behandlung von Wechseljahresbeschwerden wie Schlafstörungen bekannt sind: Cimicifuga, Ignatia, Sanguinaria und Sepia officinalis. Ihre exakt in dieselbe Richtung zielende und einander synergistisch ergänzende Wir-

kung ist der Grund für die Rezeptur des Wechseljahresmittels **Steirofemin®**, das die vier Einzelwirkstoffe als Dilution in den Potenzen D3, D4, D6 und D8 enthält. Ein weiterer Vorteil: Das Medikament ist ein Tropfenpräparat, enthält also die vier Wirkstoffe in einem Wasser-Alkohol-Gemisch und ist daher frei von Laktose und allergisierenden Füll- und Hilfsstoffen, die das Vegetativum belasten könnten. Dies wäre insbesondere in der Behandlung von Schlafstörungen höchst kontraproduktiv.

Cimicifuga racemosa, Wanzenkraut, hat nach Clarke die „*hartnäckige Insomnie*“ unter ihren Schlafsymptomen. Schlaflosigkeit „*mit erregtem Gehirn*“, „*kann sich nicht mehr ausruhen*“ und ein stets „*sehr ruheloher Schlaf*“ sind weitere Indikationen, bei denen Cimicifuga lindernd und schlaffördernd wirkt. Auch in weiteren Arzneimittellehren der Homöopathie taucht immer wieder die Schlaflosigkeit auf, wenn von Cimicifuga die Rede ist; so hebt Boericke dieses Leitsymptom ebenfalls hervor.



Strychnos ignatii, die Ignatiushöhle, ist nach Boericke ein wichtiges Mittel für „*Frauen von empfindlicher, leicht erregbarer Natur*“. Wenn ihr Schlaf immer sehr leicht und störanfällig ist und die Schlaflosigkeit durch kleinste Sorgen deutlich verschlimmert wird, ist Strychnos ignatii, auch als Ignatia bekannt, das Mittel der Wahl. Schlaflosigkeit, die von innerer Unruhe und Grübeln verschlimmert wird, reagiert besonders gut auf dieses Mittel.

Sanguinaria canadensis, die kanadische Blutwurzel, hat „*geistige und körperliche Trägheit*“ als Folge von schlechtem Schlaf in seinem Mittelbild. Nächtliche Schlaflosigkeit zählt zu ihren Leitsymptomen in diesem Bereich, vor allem dann, wenn „*das geringste Geräusch stört*“, man aber eigentlich schlafen müsste, da man sehr müde ist - eine typische Situation für Frauen in den Wechseljahren.



Sepia officinalis, die homöopathisch potenzierte Tinte des Tintenfisches, ist neben Ignatia ein weiteres großes Frauenmittel der Homöopathie, gerade was Schlafstörungen angeht. „*Schläfrigkeit am Tage, sie schläft gleich ein, wenn sie zum Sitzen kommt*“, nennt Clarke unter den Schlaf-Symptomen und listet weitere Indikationen auf wie allzu zeitige Schläfrigkeit am Abend bei gleichzeitig spätem Einschlafen „*wegen Munterkeit*“. Clarke widmet den Schlafstörungen, die eine der Hauptindikationen von Sepia sind, gleich zwei ganze Seiten und nennt dabei auch „*zeitiges Erwachen*“, „*Schlaflosigkeit nachts wegen zuströmender Gedanken*“, unruhiger und ermüdender Schlaf, Schlaf ohne Erquickung und „*geringer Nachtschlaf*“. Für schlafgestörte Frauen in den Wechseljahren ist Sepia eines der besten homöopathischen Ein- und Durchschlafmittel.

Patientinnen mit klimakterisch bedingten Schlafstörungen nehmen täglich 40 Tropfen Steirofemin® ein, die sie in einen

halben Liter Wasser geben und über die zweite Tageshälfte verteilt trinken sollten. Akute Schlafstörungen in der Nacht werden mit 3 bis 5 Tropfen behandelt, die direkt pur auf die Zunge geträufelt werden können.

Anregung der Progesteronproduktion in der Nebennierenrinde

Chronische Schlafdefizite als Folge eines klimakterisch bedingten Progesteronmangels lassen sich behandeln, wenn man das zweite progesteronproduzierende Organ mit ausgewählten Heilpflanzen sanft anregt: die Nebennierenrinde. Im Unterschied zu den gelbkörperbildenden Eierstöcken, die im Laufe des sechsten Lebensjahrzehnts ihre Arbeit einstellen, ist die Nebennierenrinde eine lebenslang hochaktive Hormondrüse.

Der sanfte, aber sehr wirksame Weg zur Stimulation der Nebennierenrinde mit Pflanzenextrakten in hoher Verdünnung ist in der ärztlichen Praxisanwendung entstanden und mündete in der Entwicklung des Arzneimittels **Phytocortol® N**. Optimale Stufen sind hierbei die 4. bis 6. Dezimalpotenz. Bei dieser Verdünnung sind die Formkräfte der Pflanzen besonders gut in der Lage, die ermüdeten Formkräfte des Hormonsystems zu regenerieren. Das Tropfenpräparat **Phytocortol® N** enthält die drei Heilpflanzen Bellis perennis (Gänseblümchen), Chelidonium majus (Schöllkraut) und Dioscorea villosa (Wilde Yamswurzel) jeweils als Dilution in der Potenz D5, also ebenfalls als hypoallergenes und damit gut verträgliches Tropfenpräparat.

Die adaptogene Wirkung der drei Pflanzen erklärt sich über ihre sanft anregende und regenerierende Wirkung auf die Nebennierenrinde, wobei für Frauen im Klimakterium vor allem der Bestandteil Wilde Yamswurzel von besonderem Interesse ist, da er im Körper wie im Labor die Basis für die Produktion von körpereigenem bzw. bioidentischem Progesteron darstellt.

Die Gabe von **Phytocortol® N** kann sich über mehrere Wochen bis Monate erstrecken oder rezidivierend erfolgen. Bewährt hat sich eine Dosierung von 3 x täglich 30-50 Tropfen, in etwas Wasser vor den Mahlzeiten eingenommen.

Die Kombination von **Steirofemin®** und **Phytocortol® N** ist bei vielen Patientinnen ausreichend, um auch in und nach den Wechseljahren deutlich besser zu schlafen, so dass eine Hormonersatztherapie vermieden werden kann. Vor allem auch dann, wenn man die beiden Präparate mit einigen flankierenden Maßnahmen aus den Bereichen Ernährungsmedizin, orthomolekulare Medizin und Ordnungstherapie kombiniert.

Weitere Maßnahmen

Was zur Anhebung des Melatoninspiegels meist zuverlässig funktioniert, ist der Verzehr tryptophanreicher Lebensmittel am Abend oder unmittelbar vor dem Schlafengehen. Tryptophan ist eine essentielle Aminosäure und eine Hormonvorstufe von Melatonin. Je höher am Abend der Tryptophanspiegel im Körper ist, desto leichter kann der Organismus, Melatonin bilden. Ein gesundes, tryptophanreiches Abendessen, das die Schlaf-

qualität definitiv verbessert, enthält beispielsweise ein wenig von folgenden Lebensmitteln: Eier, Emmentaler Käse, etwas Fisch, ein paar Cashewnüsse, Hühnerbrust, Thunfisch, Haferflocken oder etwas Honig. Besonders tryptophanreich sind Bananen. Wer eine halbe Stunde vor dem Zubettgehen eine ganze Banane isst, wird umgehend spüren können, dass er müder wird und leichter einschläft. L-Tryptophan gibt es auch als Nahrungsergänzung, die unmittelbar vor dem Schlafengehen eingenommen wird. Sie kann allerdings zu einem heftigen und mitunter belastenden Traumerleben führen. Physiologischer ist daher eine natürliche Tryptophanzufuhr über entsprechende Lebensmittel.

Auch Melatonin selbst, also nicht nur seine Vorstufe Tryptophan, kommt in einigen Lebensmitteln wie Champignons, Mais, Reis, Hafer und getrockneten Tomaten vor. Den höchsten Melatoningehalt haben Cranberries (bis zu 9.600 µg/100 g Trocken-gewicht). Abends vor dem Fernseher statt Kartoffelchips eine Handvoll getrockneter Cranberries zu knabbern, ist nicht nur gesünder im Sinne der Vitaminversorgung, sondern fördert auch ein schnelleres Einschlafen. Frauen, die unter Schlafstörungen leiden, sollten nach Möglichkeit auf anregende Getränke wie Kaffee, schwarzer Tee und Cola ganz verzichten. Ein grüner Tee zum Frühstück wird in der Regel gut vertragen, obwohl auch er ein wenig aufmunternd wirkt. Alkohol am Abend kann zwar das Einschlafen erleichtern, stört aber das Durchschlafen und führt zu häufigerem nächtlichen Erwachen.

Ganz wichtig: Die Produktion des Schlafhormons Melatonin wird durch Dunkelheit angeregt und durch Helligkeit gestört. Licht führt zu einem umgehenden Abbau des Melatoninspiegels. Deshalb sollte man sich am Abend keinem grellen Licht mehr aussetzen und nach 20:00 Uhr nicht mehr auf's Handy oder den Computerbildschirm schauen. Optimal ist ein Abdunkeln des Schlafzimmers mit speziellen, komplett lichtundurchlässigen Übergardinen oder Verdunklungsstoffen für die Fensterscheibe. Frauen, die zu frühzeitigem Erwachen neigen, schlafen in einem vollständig abgedunkelten Schlafzimmer pro Nacht oft ein bis zwei Stunden länger als in Räumen, in denen im Sommer bereits ab fünf Uhr die ersten Lichtstrahlen hinein scheinen.

Und nicht zuletzt noch eine unterstützende Maßnahme aus dem Bereich der Naturkosmetik: eine beruhigende Bodylotion mit Lavendel und Aloe vera. Das großflächige Einreiben des Körpers mit dieser Lotion am Abend - unmittelbar vor dem Schlafengehen - besitzt neben der pflegenden Wirkung auf die Haut auch eine tief entspannende Wirkung auf den gesamten Organismus, was sich mit schnellerem Einschlafen, besserem Durchschlafen und längerem Schlaf in den frühen Morgenstunden bemerkbar macht. Die langsame und retardierte Abgabe des Lavendels bei der Resorption über die Haut besitzt einen spürbar sedierenden Effekt für etwa sechs bis zehn Stunden.

Autorin: Margret Rupprecht

Literatur (Auszug):

Jessika Biesemann: „Das kleine Buch vom guten Schlaf“, Copenrath Verlag, Münster 2001

Bernd Kleine-Gunk: „Das Frauen-Hormone-Buch“, Trias Verlag, Stuttgart 2010

Susan Love: „Das Hormonbuch - Was Frauen wissen sollten“, Fischer Verlag, Frankfurt 2005

Hilke D. Morgenthal: „Das Wechseljahre Buch - Symptome, Ursachen, Abhilfe“, BM Media Verlag, Friedrichsdorf 2020

Rina Nissim: „Naturheilkunde in der Gynäkologie - Ein Handbuch für Frauen“, Orlanda Frauenverlag, Genf 2007

Rüdiger Schmitt-Homm, Simone Homm: „Handbuch Anti-Aging und Prävention“, VAK VerlagsGmbH, Kirchzarten 2014

Anneliese Schwenkhagen, Katrin Schaudig: „Kompass Wechseljahre“, Trias Verlag, Stuttgart, 2015

Peter-Hansen Volkmann: „Ökosystem Mensch - Gesundheit ist möglich“, VBN-Verlag, Lübeck 2009

Hans-Werner Wahl: „Die neue Psychologie des Alterns - Überraschende Erkenntnisse über unsere längste Lebensphase“, Kösel Verlag, München 2017

Katja Wenzel: „Die Schlaf-Formel für Frauen“, Kjelst und Weigelt Verlag, 2019

Jonathan Wright, Lane Lenard: „Bioidentische Hormone - Das Standardwerk“, VAK VerlagsGmbH, Kirchzarten 2013

Andrej Zeyfang, Ulrich Hagg-Grün, Thorsten Nikolaus: „Basiswissen Medizin des Alterns und des alten Menschen“, Springer Verlag, Berlin und Heidelberg 2013

Steirofemin®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe: Cimicifuga Dil. D3 1,88 g, Ignatia Dil. D4 1,97 g, Sanguinaria Dil. D6 0,99 g, Sepa dil. D8 2,05 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Wechseljahresbeschwerden wie Hitze-**

wallungen, Schweißausbrüche, Herzklopfen, innere Unruhe, Schlafstörungen und depressive Verstimmungen. Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Gegenanzeigen:** Keine bekannt. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vorliegen, sollte Steirofemin® in Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 100 ml, PZN 15246563.



**Steierl-
Pharma GmbH**

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

 **Wirksame
Naturarznei**

Information

für Fachkreise



Vitalisieren, Schmerz reduzieren

Naturheilkundliche Therapie von Arthrosebeschwerden

Vitalisieren, Schmerz reduzieren

Naturheilkundliche Therapie von Arthrosebeschwerden

Schmerz ist ein sinnhaftes Geschehen. Diese Aussage mag seltsam klingen für Menschen, die einen Heilberuf gewählt haben. Doch schon Immanuel Kant schrieb im 18. Jahrhundert „*Der Schmerz ist der Stachel der Tätigkeit und in dieser fühlen wir alle erst unser Leben.*“ Mit dem Begriff der Tätigkeit meinte Kant die Einheit von körperlicher, seelischer, geistiger und sozialer Aktivität. Und so gibt es auch vier Formen des Schmerzes: körperlichen Schmerz, seelischen Schmerz, Schmerz durch Sinnverlust als Folge einer Unfähigkeit, etwas zu erreichen oder zu verhindern, und sozialer Schmerz in Form von Vereinsamung und Isolation. All diese Schmerzformen können, sofern sie nicht rechtzeitig Heilung erfahren, in die Krankheit führen. Andererseits ist die Auseinandersetzung mit dem Schmerz auch eine wichtige Quelle zu individueller Reifung und zu einer selbst kontrollierten Einbindung in die Gesellschaft. Schmerz kann auf diese Weise zum „*Diener der Identitätsfindung*“ werden (Heine).

Doch was passiert, wenn keine Auseinandersetzung mit dem Schmerz stattfindet und ein Mensch seine bisherige Lebensführung vom Schmerz nicht infrage stellen lässt, sondern ihn nur betäuben will? Bei anhaltendem Stress werden verstärkt übergeordnete nervöse Zentren zugeschaltet, vor allem das „Gefühlszentrum“, das limbische System. Dies hat eine erhöhte reflektorische Freisetzung proinflammatorischer Neurotransmitter und -peptide aus terminalen vegetativen Nervenfasern zur Folge. Es entsteht eine entzündliche Reaktionslage, die sich bis zur neurogenen Entzündung im Bereich von Akupunkturpunkten weiterentwickeln kann. Das ist der Grund, warum bei bestimmten Krankheitsbildern bestimmte Akupunkturpunkte schmerzen. Chronischer Stress bewirkt tiefgreifende und langfristige biochemische Funktionsverschiebungen im Nervensystem und in den Geweben, die man sich als chronische, destruierende Mikroentzündungen vorstellen kann. Gegenregulierende antiinflammatorische Prozesse sind irgendwann zu schwach, um Entzündung und Schmerzen einzudämmen. Verstärkt werden diese Vorgänge von einer häufig vorhandenen latenten Gewebsazidose infolge langjähriger Fehlernährung mit denaturierter, übersäuernder Nahrung. Diese Regulationsstörungen ereignen sich bereits viele Jahre vor Ausbruch einer chronischen Krankheit oder gar einer Tumorerkrankung. Hinzu kommen Alterungsprozesse, die ohnehin verlangsamend auf die psychophysische Regenerationsfähigkeit wirken. Je nach genetischer Disposition entwickelt sich beispielsweise ein malignes Geschehen oder „nur“ ein rheumatisch-arthrotisches. Rheuma und Arthrose gehören zu den großen Volkskrankheiten im Bereich des Bewegungsapparates. Da ihre Ursachen als systemische anzusehen sind, ist auch die Therapie im Idealfall eine systemische und zielt nicht nur auf die lokalen Beschwerden, sondern nimmt den ganzen Menschen in den Fokus.

Therapieempfehlungen aus der Naturheilkunde

Komplexhomöopathie

Für die Behandlung von arthrotischen Schmerzen mit Beziehung zur gichtisch-rheumatischen Diathese hat sich eine Kombination von *Ledum palustre* (Sumpfporst), *Pseudognaphalium obtusifolium* (Stumpfblätriges Scheinruhrkraut) und *Ruta graveolens* (Weinraute) bewährt, wie man sie in den homöopathischen Arzneimitteln **Steirocartil® / Steirocartil® arthro** findet. **Steirocartil® ist ein Tablettenpräparat**, das *Pseudognaphalium obtusifolium* als Trit. D1 und *Ledum palustre* sowie *Ruta graveolens* als Trit. D2 enthält, während es sich bei **Steirocartil® arthro** um eine Mischung flüssiger Verdünnungen mit *Pseudognaphalium* als Dil. D1 und *Ledum* und *Ruta* als Dil. D4 handelt. Im Tropfenpräparat sind *Ledum* und *Ruta* also ein wenig höher potenziert als bei den Tabletten.

Ledum ist ein Kardinalmittel zur Behandlung der rheumatischen Diathese. Der *Ledum*-Schmerz beginnt nach Boericke in den Füßen und steigt nach oben. Interessant ist auch, dass bei der



Arzneimittelprüfung ein Hautauschlag auftreten kann. Das Mittel treibt die krankmachenden Agenzien von innen nach außen, so wie Hahnemann es immer als Idealfall bezeichnete. Ein weiteres Leitsymptom von *Ledum* ist die Kälteempfindung in den schmerzenden Teilen und ein genereller „Mangel an tierischer Wärme“. Das kann man durchaus so verstehen, dass sich das Leben aus dem arthrotisch erkrankten Bereich ein Stück weit zurückgezogen hat und *Ledum* in der Lage ist, hier wieder Vitalität und Energie hineinzugeben, die Regenera-

tionsprozesse anstoßen können. Arthrotische und gichtische Beschwerden im Sprunggelenk, aber auch in Knien und Hüftgelenken fordern das Mittel geradezu, ebenso wie Gichtanfalle im großen Zeh, Klamm-, Lähmungs- und Taubheitsgefühle, Steifigkeit, entzündliche oder ödematöse Schwellungen der Füße und Schmerzen im Bereich von Kreuzbein und unterer Wirbelsäule.

Pseudognaphalium obtusifolium hat ebenfalls Schmerzen und Taubheit, d. h. einen lokalen Verlust an Lebensenergie in den betroffenen Bereichen im Mittelbild. Zu seinen Indikationen gehört der für Arthrose so typische Anlaufschmerz, also

Schmerzen bei Gelenkbewegungen nach längerer Ruhe. Rheumatische Beschwerden in Sprunggelenken und Knie, Ellenbogen und Schultern, Hüftgelenken, Lendengebiet und Wirbelsäule sind Indikationen für seinen Einsatz. *Pseudognaphalium obtusifolium* ist außerdem ein zentrales Mittel für die Behandlung akuter und chronischer Ischiasschmerzen.



Keine Arthrosetherapie ohne **Ruta graveolens**! Arthrose ist eine degenerative, kalte Krankheit und *Ruta* ist ein Homöopathikum, das in der Lage ist, den Kältezustand durch Wärmevermittlung zu neutralisieren. Schmerzen in den Bereichen Knochenhaut, Sehnen, Gelenken und Muskeln, Zerschlagenheitsgefühle, Schmerzen nach mechanischer Überanstrengung, Verrenkung, Gliederschwäche, die sich chronifiziert haben, gehören zu den Leitsymptomen von *Ruta*. Es ist das Mittel für Menschen, deren Bewegungsapparat und Psyche unter Gefühlen von starker Mattigkeit und Schwäche bis hin zur Verzweiflung leiden, die sich körperlich, aber durchaus auch seelisch „wie geprellt“ fühlen.



Alle drei Mittel - *Ledum palustre*, *Pseudognaphalium obtusifolium* und *Ruta graveolens* - kann man als „homöopathische Vitalisierungsmittel“ verstehen: sie geben Lebensenergie in erkaltete, sich taub und lahm anfühlende, schmerzende Gelenkbereiche. Dort ermöglichen sie ein tiefgreifendes Wiederbeleben von Stoffwechselprozessen, regen die Geweberegeneration an, verbessern die Gelenkfunktion und bringen die Schmerzen zum Abklingen. Mit der Verordnung eines Steirocartil®-Präparates erhält der Patient alle drei Homöopathika in einer fein und sinnvoll abgestimmten Zusammenstellung und Potenzierung.

Schmerzlinderung durch Entsäuerung

Basische Mineralstoffe können in der Therapie chronischer rheumatischer Schmerzen echte „Analgetika“ sein. Eine seit Jahren bestehende latente Azidose führt zu chronischer „Materialermüdung“ im Bereich der Gelenke und hat Schmerzen zur Folge. Weil sich eine Azidose laboranalytisch schwer nachweisen lässt, wird die Übersäuerung der Gewebe immer noch weitgehend unterschätzt. Der Körper bildet im Rahmen der Zellatmung ständig Säuren, die über Niere, Lunge, Darm und Haut ausgeschieden

werden. Ob diese Elimination jedoch vollständig gelingen kann, ist letztlich - auch - ein mathematisches Problem: In der ersten Phase der Entsäuerung werden freie Basen im Organismus zur Abpufferung benutzt. Bei chronischer Übersäuerung infolge säureüberschüssiger Ernährung sinkt die Basen-Puffer-Kapazität im Blut. Es kommt zur Verschiebung des Kalium-Wasserstoff-Quotienten. Später werden die temporär überschüssigen Säuren im Bindegewebe und im Knorpel zwischen- bzw. endgelagert. In einem weiteren Stadium greifen die Regelkreisläufe auf körpereigene Mineralstoffreserven zurück. Sie bauen die in Knochen, Knorpel und Zähnen eingelagerten Mineralsalze ab und nutzen sie zur Neutralisierung des Säureüberschusses. Die Entmineralisierung vor allem der „harten“ Körpergewebe führt allmählich zu einer Degeneration der betroffenen Gewebe.

Strukturverluste in Knochen, Bandapparat und Knorpel durch übersäuerungsbedingte Entmineralisierung sind der tiefere und eigentliche Grund für eine arthrotische Degeneration. Ein Bewegungsapparat, der reichlich mit basischen Vitalstoffen versorgt ist, besitzt gegenüber mechanischer Belastung eine deutlich höhere Resistenz und wird lange nicht so schnell mit Schmerzerscheinungen reagieren wie ein Skelettsystem mit starken Entmineralisierungserscheinungen. Umgekehrt lässt sich positiv feststellen: Basische Mineralstoffe, vor allem Präparate auf Citratbasis, lindern den Schmerz. Auch Bewegungseinschränkungen und die vorher bestehenden Behinderungen bei der Ausübung alltäglicher Tätigkeiten gehen zurück. Eine gute Basenmischung kann den Schmerzmittelbedarf oft deutlich reduzieren.

Ergänzend kann man eine Urtinktur oder einen Frischpflanzenpreßsaft aus Birke (*Betula*) einsetzen, der als Aquaretikum die Durchspülung der Nieren anregt und die Ausscheidung von gepufferten Säuren über die Harnwege unterstützt. Birke ist von alters her eine wertvolle Heilpflanze für die Bindegewebsreinigung und in Kombination mit einem Basenpulver, reichlichem Trinken von Neutralflüssigkeit und einer Ernährungsumstellung auf basenbildende Vollwertkost gut geeignet, der säurebedingten Gewebeerstarrung entgegenzuwirken.

Wer gerne einen Tee verschreibt, wird gute Erfolge erzielen mit einem alten Rheumatee aus der Zeit der humoralpathologischen Ära, den Joachim Broy wiederentdeckt hat:

Tee zur Ausscheidung bei Gicht und Rheuma

Rp.	
Stip. Dulcamarae	20,0
Lign. Sassafras	
Rad. Sarsaparillae	aa 25,0
Rad. Liquiritiae	ad 100,0

M. f. spec.

D. S.: Rheumatee

Zwei Esslöffel auf einen Liter Wasser, auf die Hälfte einkochen. Mindestens drei Tassen täglich trinken, ca. drei Wochen lang.

Physikalische und balneotherapeutische Maßnahmen

Arthrosepatienten können sich viel Gutes tun mit sog. Baseneinläufen: Für einen Einlauf oder ein Klistier gibt man 3 g Natriumbicarbonat oder 1 gehäuften Teelöffel Bullrich-Salz oder Kaiser-Natron-Pulver auf $\frac{1}{2}$ - $\frac{3}{4}$ l körperwarmes Wasser. Am leichtesten funktioniert der Einlauf mit einer Klistierpumpe aus Gummi, die man über die Apotheke oder den medizinischen Fachhandel erhalten kann.

Äußerst wirkungsvoll sind auch sog. Basenbäder: Hierzu löst man 100 g Natriumbicarbonat für ein Vollbad mit körperwarmem Wasser auf. Die Badedauer sollte $\frac{1}{2}$ Stunde betragen, anschließend ist eine Ruhepause von einer Stunde empfehlenswert. Ein Basenbad funktioniert, indem es die Säuren aus dem Säureschutzmantel der Haut abpuffert. Zum Aufbau eines neuen Säureschutzmantels schiebt der Organismus neue Säuren aus dem Gewebe auf die Hautoberfläche - eine ganz simple Methode der Entsäuerung und Entgiftung. Eine alte, aus Ungarn stammende und wirkungsvolle Variante des Basenbades ist das Zuckerrübensirupbad. Zuckerrübensirup ist nicht nur reich an basischen Mineralstoffen, sondern enthält auch viele Elektrolyte, die während des Badens vom Körper aufgenommen werden. In ein Vollbad gibt man 3 Eßlöffel Zuckerrübensirup. Ideal zum Entsäuern sind 3 Vollbäder pro Woche als Dauertherapie.

Nicht wenige Arthrosepatienten und Rheumatiker sind immer wieder auf Schmerzmittel angewiesen. Anstelle der üblichen Analgetika empfiehlt sich ein Versuch mit dem homöopathischen Schmerzmittel **Diluplex®**, das sich mit seinen drei arzneilich wirksamen Einzelbestandteilen Colocynthis, Mezereum und Ranunculus bulbosus (jeweils in der D4) als eine gute Alternative zu allopathischen Schmerzmitteln erwiesen hat. In Kombination mit konsequenter Entsäuerung kann mit **Diluplex®** oftmals eine beachtliche Schmerzlinderung erreicht werden.

Autor: Margret Rupprecht

Steirocartil®

Zusammensetzung: 1 Tablette enthält - Wirkstoffe: Ledum palustre Trit. D 2 33,33 mg, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. Trit. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 33,34 mg, Ruta graveolens Trit. D 2 33,33 mg. Sonstige Bestandteile: Lactose, Magnesiumstearat, Kartoffelstärke. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenksbeschwerden, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 1 Tablette, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 1 Tablette ein. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden in Schwangerschaft und Stillzeit. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Tabletten zum Einnehmen, 60 Stück, PZN 09282431.

Steirocartil® arthro

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten - Wirkstoffe: Ledum palustre Dil. D 4 3,33 g, Pseudognaphalium obtusifolium ex herba rec. flor Dil. D 1 (HAB, Vorschrift 3a) 3,34 g, Ruta graveolens Dil. D 4 3,33 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Rheumatische und degenerative Gelenk- und Wirbelsäulenbeschwerden.** Hinweis: Bei akuten Gelenksbeschwerden, die z.B. mit Rötung, Schwellung oder Übererwärmung einhergehen sowie bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5-10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5-10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken, bei Überempfindlichkeit gegen Korbblütler sowie in der Schwangerschaft und Stillzeit. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Wegen des Alkoholgehaltes soll Steirocartil® arthro bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. Die Anwendung bei Jugendlichen ab 12 Jahren bis unter 18 Jahren sollte nicht ohne ärztlichen Rat erfolgen und ersetzt nicht andere vom Arzt verordnete Arzneimittel. Warnhinweis: Dieses Arzneimittel enthält 58 Vol.-% Alkohol. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 07712991; 100 ml, PZN 07235232.



Diluplex®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten - Wirkstoffe: Colocynthis Dil. D 4 3,5 g, Mezereum Dil. D 6 3,5 g, Ranunculus bulbosus Dil. D 4 3,0 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Nervenschmerzen, besonders Ischiasschmerzen und Schmerzen zwischen den Rippen.** **Gegenanzeigen:** Nicht anwenden bei Alkoholkranken. Bei Leberkranken und in der Schwangerschaft und Stillzeit sollte Diluplex® wegen des Alkoholgehaltes nicht ohne besonders sorgfältige Beobachtung eingesetzt werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichenden Erfahrungen vor. Es soll deshalb, auch wegen des Alkoholgehaltes, bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Warnhinweis:** Enthält 58 Vol.-% Alkohol. **Dosierung:** Die Dosierung erfolgt individuell. Zur Orientierung können folgende Angaben herangezogen werden: Bei akuten Zuständen je 5-10 Tropfen alle halbe bis ganze Stunde, jedoch höchstens 12 x täglich; bei chronischen Verlaufsformen je 5-10 Tropfen 1-3 x täglich. **Darreichungsform, Packungsgrößen und Pharmazentralnummern:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 0577610; 100 ml, PZN 0577627.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Information

für Fachkreise



Wintergrippe

Der grippale Infekt und seine naturheilkundliche Therapie

Wintergrippe

Der grippale Infekt und seine naturheilkundliche Therapie

„Alles kommt vom Himmel, nur nicht Erkältung und Fieber“ weiß der Babylonische Talmud zu berichten. Friedrich Nietzsche hat die Beobachtung weitergedacht und kam zu der Erkenntnis, „Zufriedenheit hält einem sogar eine Erkältung vom Leib“. Dass man sich „einen Schnupfen holt“, weiß der Volksmund seit langem. Holen ist ein aktiver Prozess, der im Fall der bekannten Redewendung den Schnupfenpatienten nicht aus der Verantwortung entlässt. Eine stabile, robuste Psyche und ein abwehrstärkendes Ernährungsverhalten ist eine wirksame Form der Grippeprophylaxe, der man gar nicht genug Aufmerksamkeit schenken kann, will man die kalte Jahreszeit ohne Husten, Schnupfen und Heiserkeit überstehen.

Mit dem Winter kommt auch immer die Zunahme der Erkältungskrankheiten, die als grippale Infekte von einer echten Grippe abzugrenzen sind. Bei grippalen Infekten handelt es sich um Infektionen mit Rhinoviren, die sich auf unterkühlten Schleimhäuten wesentlich schneller ausbreiten können als auf warmen, gut durchbluteten, weshalb grippale Infekte im englischen Sprachraum auch mit *Common cold disease* bezeichnet werden.

Der Rhinovirus ist ein typischer Picornavirus, von dem etwa hundert verschiedene Serotypen bekannt sind. Ist der Virus in die Schleimhautzelle eingedrungen, beginnt bereits nach fünf bis sieben Stunden die Virusproduktion. Rhinoviren sind weltweit verbreitet, humanspezifisch und die häufigste akute Infektionskrankheit des Menschen, die für 60 - 70 % aller Erkältungskrankheiten verantwortlich ist. Da Rhinoviren eine Teilimmunität auslösen, sind Kinder und Jugendliche besonders häufig betroffen, während die Infektionsrate mit zunehmendem Alter nachlässt. Die Übertragung geschieht durch Tröpfcheninfektion und Personenkontakt, kann also durch Händeschütteln und das Berühren von Türklinken übertragen werden, wenn man anschließend mit der Hand den Mund abwischt oder beim Naseputzen die Nasenschleimhaut berührt.



Eine Virusinfektion mit Rhinoviren ist bereits ein bis vier Tage nach dem ersten Erregerkontakt nachweisbar, hält etwa drei bis fünf Tage an und ist erst nach drei Wochen vollständig überwunden. Hauptvermehrungsorte sind Nase und Luftröhre, die sich mit Hyperämie, Schleimhautschwellung und der Sekretion von Schleim und Flüssigkeit gegen die Viren wehren. Nach einer Inkubationszeit von zwei bis vier Tagen setzen die typischen Erkältungssymptome ein: Abgeschlagenheitsgefühl, Gliederschmerzen, rauer und trockener Hals, Halsschmerzen, Schluckbeschwerden, Kopfschmerzen, verstopfte und laufende Nase



mit zuerst wässrigem, später schleimigem Sekret, Atemnot, Fieber und oft auch eine leichte Bronchitis mit trockenem Husten. Die Rekonvaleszenz dauert in der Regel ein bis zwei Wochen. Patienten, die über eine robuste Abwehr verfügen, haben leichtere Verläufe, bei abwehrschwachen Personen kann es zu Komplikationen kommen im Sinne einer bakteriellen Superinfektion. Dann sind eitrige Nasennebenhöhlenentzündungen, Kehlkopfentzündungen, Mittelohrentzündungen und noch weitere

Virusinfekte, z. B. mit Herpes simplex, nicht selten.

Die Naturmedizin ermöglicht nicht nur eine symptomatische Therapie, sondern verfügt auch über ein breites Spektrum an arzneilich wirksamen Substanzen, die zwar nicht die Viren bekämpfen, aber durch eine sofortige, kräftige Ankurbelung der körpereigenen Abwehr den grippalen Infekt beschleunigt zur Abheilung bringen.

Mittel und Maßnahmen aus der Naturheilkunde

Komplexhomöopathie

In der Behandlung grippaler Infekte spielen die drei Einzelhomöopathika *Aconitum napellus*, *Eupatorium perfoliatum* und *Gelsemium sempervirens* eine wichtige Rolle, da ihre Prüfungssymptome genauestens auf die Symptome von Erkältungskrankheiten passen. Ein Standardmittel, das alle drei Pflanzen zu gleichen Teilen als Dilution D4 enthält, ist das Präparat **Grippinfekt®**, das man nicht nur im akuten Fall verschreiben, sondern dem Patienten auch als Basisausstattung für die Hausapotheke empfehlen sollte. Wer **Grippinfekt®** schon beim leisesten Verdacht auf eine Erkältung einnimmt, kann den Krankheitsverlauf damit ebenso gut kupieren und als „stille Feiung“ ablaufen lassen wie schwere Verläufe schneller zum Abklingen bringen. Der Grund: Das Prinzip *Similia similibus* wird von der Kombination aus *Aconit*, *Eupatorium* und *Gelsemium* praktisch perfekt bedient.

Aconitum napellus, der Blaue Sturm- oder Eisenhut, wächst im kalten und zügigen Gebirge. Er enthält also bereits als Pflanze Qualitäten, dem Zugwind und der Auskühlung zu widerstehen. Aconit ist ein schnell wirkendes Mittel, das bei plötzlich einsetzenden Symptomen rasch wirkt. Zu seinen wichtigsten Symptomen gehören plötzliche Entzündungsprozesse durch kalte, trockene Luft, Unruhe, Empfindlichkeit gegen Licht und Geräusche, Atembeschwerden, Husten beim Atmen, Krupp-Husten, Kurzatmigkeit, Tachykardie, ansteigendes Fieber mit Kältewellen, neuralgische Beschwerden vor allem im Gesicht, brennende Kopfschmerzen, ein schwerer und sich heiß anführender Kopf sowie Schwindel beim Aufstehen.



Eupatorium perfoliatum, der Wasserhanf, wurde bereits vom römischen Militärarzt Dioskurides bei infektiösen Prozessen eingesetzt. Zu den homöopathischen Indikationen gehören Knochenschmerzen, Abgeschlagenheitsgefühl, Kopfschmerzen mit innerem Wundheitsgefühl, schmerzende Augäpfel, Husten mit Wundheitsgefühl bis in Luftröhre und Bronchien hinunter sowie Schmerzen in den Gliedmaßen. Ein wichtiges Leitsymptom ist der starke Durst. Der Husten ist trocken, hackend und geht oft mit Krampfanfällen einher. Der starke Fieberanstieg wird von Schmerzen begleitet. Der Patient fühlt sich steif und wie zerschlagen, die Knochen tun ihm weh, er friert und leidet unter starkem Durst und pochenden Kopfschmerzen, außerdem ist er lichtempfindlich und hat ein gerötetes Gesicht. Schon bald beginnt ein Fließschnupfen. Der Geruch von Speisen löst Übelkeit und oft auch Erbrechen aus. Der Hals fühlt sich wund, trocken und heiser an; das Sprechen fällt schwer. Wegen des Wundheitsgefühls hinter dem Brustbein ist das Einatmen mühsam und unangenehm.



Gelsemium sempervirens, der gelbe Jasmin, ist in homöopathischer Potenzierung ein großes Neuralgiemittel und bessert die (Nerven-)Schmerzen im Rahmen grippaler Infekte. Erkältungen, die mit Kopfschmerz einhergehen, werden durch die Gabe von Gelsemium sofort leichter erträglich. Gelsemium ist das Mittel für entkräftete Patienten, die unter Schwindel, Benommenheit, Taubheitsgefühlen, Zittern, starker Ermüdung und Apathie sowie allgemeiner Muskelschwäche leiden. Dumpfheit und Mattigkeit sind ebenso typisch für dieses Mittel wie typische Grippesymptome, darunter Orbitalneuralgien, seröse Entzündungen, Niesen und Völlegefühl an der Nasenwurzel, trockene Nasenschleimhaut mit anschließender Schwellung der Nasenmuscheln, heißes Gesicht, Schluckbeschwerden, geschwollene Mandeln, Kloßgefühl im Hals und Schmerzen vom Rachen bis zum Ohr. Der Patient ist schlaflos durch Erschöpfung

und nervöse Erregung; es kommt zu Zittern während des Fieberanstiegs.

Grippinfekt® wird beim Auftreten erster Erkältungssymptome mit 5 – 10 Tropfen alle halbe bis ganze Stunde (maximal 12 mal täglich) dosiert, am besten in etwas Wasser. Patienten, die im Rahmen von Erkältungskrankheiten dazu neigen, auch eine Nebenhöhlen- und/oder Mittelohrentzündung zu entwickeln, sollten **Grippinfekt®** mit **Otimed®** kombinieren. **Otimed®** enthält Pulsatilla pratensis und Calcium jodatum, jeweils als Dilution D4, und kann Sinusitiden sowie Otitiden bereits im Anfangsstadium kupieren bzw. bei fortgeschrittenen Verläufen zügig zum Abklingen bringen. **Otimed®** ist ein ausgezeichnetes Lymphmittel und hat sich als alleiniges und als Zusatzmittel bei Erkältungskrankheiten, gerade auch bei Kindern, seit vielen Jahren bewährt.

Spezielle Therapie für die Nase

Bei akuter Rhinitis empfiehlt sich zusätzlich eine Akupunkturbehandlung folgender Punkte: Lu 7, Di 4, Di 11, Bl 12, Bl 13, 3E 5, Gb 20 und Du 14. Ist die Nasenschleimhautentzündung bereits chronifiziert, arbeitet man über die Punkte Lu 7, Lu 9, Di 4, Ma 36, Mi 3, Mi 6, Mi 10, Bl 13, Bl 17, Bl 20, Bl 23, Bl 43, Ni 3, Gb 34, Gb 41 und Du 12.

Auf konventionelle Tropfen zur Abschwellung der Nasenschleimhaut sollte man verzichten, da sie nur das Symptom der verstopften Nase unterdrücken, dabei aber die Schleimhautabwehr schädigen und auch die spätere Schleimhautregeneration erschweren. Eine freie Nase macht ebenso gut die pflanzliche Nasenpflegesalbe **Nasulind®** mit ihren ätherischen Ölen aus frischer Pfefferminze und Thymus.

Bei akuter Rhinitis hilft eine Eigenbluttherapie mit zu Beginn 3,0 bis 5,0 ml EB, alternativ 2,0 ml EB plus 1 – 2 Ampullen Quentakohl® D5. Dies kann kurzfristig zu einem leichten Fieberanstieg und stärkerer Müdigkeit führen, beschleunigt die anschließende Abheilung allerdings ganz erheblich. In schweren Fällen kann man die Eigenbluttherapie nach 24 Stunden noch einmal wiederholen. Bei chronischer Rhinitis arbeitet man mit 0,5 ml EB plus Pascotox forte-Injektogas®, Juniperus-Injektogas®, Infekt 2-Injektogas® mit Wiederholungen nach 24 und 48 Stunden.

Ernährungsempfehlungen und Nahrungsergänzung

Milch und Milchprodukte sind bei grippalen Infekten zu meiden, da sie die Verschleimung fördern. Wenn der Appetit nicht komplett darniederliegt, empfiehlt sich eine Kost mit viel frischem Obst und Salat, außerdem heiße Hühnerbrühe, die eine ganze Weile mit einigen Scheiben frisch aufgeschnittenem Ingwer geköchelt wurde.

An den ersten Tagen eines akuten Infekts braucht der Patient zur Unterstützung seiner körpereigenen Abwehr idealerweise täglich Vitamin A (Cave: Schwangerschaft), Vitamin C (am besten in Form einer Injektion), Vitamin E, einen hoch dosierten Vitamin-B-Komplex, Zink, Kupfer und Selen. Größere Mengen Eisen sind während einer akuten Infektion kontraindiziert, da ein Eisenüberschuss das Wachstum von Bakterien unterstützt.

Was sonst noch hilft ...

Altbewährt und immer wieder gut sind Nasenspülungen mit lauwarmem Salzwasser (1 Eßlöffel Salz auf 1 Liter Wasser mithilfe eines Nasenspülkännchens). Die Spülungen unterstützen die Schleimhäute beim Ausschwemmen der Viren.

Ansteigende Fußbäder kann der Patient bequem zuhause durchführen. Hierzu stellt man die Füße in eine entsprechend große Schüssel mit 33 Grad heißem Wasser und kippt über 15 Minuten kochendes Wasser so lange nach, bis die Temperatur auf 40 Grad angestiegen ist. Diese einfache Therapie regt über die Fußreflexzonen die allgemeine Abwehr an.

Es mag vielleicht als altmodisch gelten, hilft aber seit Jahrhunderten: der Aderlass. Ein bis zwei kleine Aderlässe von 150 bis 180 ml, an den ersten Tagen einer Erkältung durchgeführt, sind eine kräftige Ausleitung, die zu einer ebenso kräftigen Umstimmung führt. Auch das trockene Schröpfen des „toxischen Dreiecks“ (Schulterdreiecks) - bei heißen Gelosen auch blutiges Schröpfen - wirkt manchmal Wunder. Diese Verfahren sind alt, aber aus der Mode kommen sollten sie nie.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Elvira Bierbach, Michael Herzog (Hrsg.): „Handbuch Naturheilpraxis – Methoden und Therapiekonzepte“, Urban & Fischer Verlag bei Elsevier, München 2005

Burgersteins Handbuch Nährstoffe. Haug Verlag in Medizinverlage Stuttgart, Stuttgart 2007

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1973

Ursel Bühring: „Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde“, Sonntag Verlag, Stuttgart 2005

Der Neue Clarke - Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker, Dr. Grohmann Verlag für homöopathische Literatur, Bielefeld 2001

Wolfgang Gerok, Christoph Huber, Thomas Meinertz, Henning Zeidler: „Die Innere Medizin“, Schattauer Verlag, Stuttgart 2000

Robert F. Schmidt, Florian Lang, Manfred Heckmann: „Physiologie des Menschen mit Pathophysiologie“, Springer Verlag, Berlin 2011

Karl Stauffer: „Klinische Homöopathische Arzneimittellehre“, Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

Hildebert Wagner, Markus Wiesenauer: „Phytotherapie – Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathika“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2003



**Steierl-
Pharma GmbH**

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Bildnachweis:
©drubig-photo - fotolia.com
©di studio - fotolia.com
Steierl-Pharma GmbH

Grippinfekt®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Aconitum napellus Dil. D 4 3,33 g, Eupatorium perfoliatum Dil. D4 3,33 g, Gelsemium sempervirens Dil. D 4 3,34 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch.

Anwendungsgebiete: Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Grippale Infekte**. Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5 - 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Grippinfekt® darf nicht angewendet werden bei bekannter Überempfindlichkeit gegen Eupatorium perfoliatum und andere Korbblütler. Aufgrund des Alkoholgehaltes darf das Arzneimittel außerdem nicht bei Alkoholkranken angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 52 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Grippinfekt® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen zur Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen, sollte Grippinfekt® nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10198718.

