



Naturarzt

Naturarzt-NEWSLETTER 10/2011

Königstein, 21. September 2011

Sehr geehrte Dame, sehr geehrter Herr,

bis vor einigen Jahren konnte es einen Aha-Effekt auslösen, bei gewissen, unklaren Symptomen eines Patienten Fragen zu stellen wie: „Gab es vor einiger Zeit vielleicht einen Zeckenstich?“ Oder frei heraus: „Schon einmal an Borreliose gedacht?“ Mittlerweile wird der Borreliose-Verdacht beinahe so inflationär erhoben, dass man eher „auf die Bremse treten“ muss, denn die von Zecken übertragene Erkrankung ist nicht an allem schuld. Ein spannendes Thema – in der *Naturarzt*-Oktoberausgabe und in diesem Newsletter:

Borreliose? – Laborergebnisse und Symptome als Indizien

Die Borreliose scheint zunehmend häufiger aufzutreten. Beschwerden an der Haut oder an den Gelenken sind möglich. In späteren Stadien können auch Herz, Nerven und Gehirn betroffen sein. Schwierigkeiten bestehen bei der Diagnose.

Sinubronchiales Syndrom: Wie Inhalationen helfen

In der kühlen Jahreszeit sind Erkältungen an der Tagesordnung. Meist fängt es mit Schnupfen an. Weil der infizierte Schleim von der hinteren Nase über den Rachen bis in die Bronchien gelangt, kommt oft auch noch Husten hinzu. Einfache Maßnahmen wie Inhalationen können die Beschwerden häufig lindern.

„Tag der Naturheilkunde“: Schwerpunktthema Phytotherapie

Ob als Tee oder Tropfen, Tabletten oder Tinktur, Bäder, Wickel, Einreibungen, Inhalationen – kaum eine Heilkunde erzeugt so viel Sympathie wie die Phytotherapie. Der Deutsche Naturheilbund und viele ihm angeschlossene Naturheilvereine stellen die Pflanzenheilkunde beim vierten bundesweiten „Tag der Naturheilkunde“ in den Mittelpunkt.

Der Oktober-*Naturarzt* bietet eine Reihe weiterer interessanter Themen wie unbekannte Heilwirkungen der Sauna, Ernährung gegen Darmkrebs, Schwangerschaft ohne Probleme überstehen, Phytotherapie und Homöopathie u.a.m. – schauen Sie ins [Inhaltsverzeichnis](#) und in den neuen *Naturarzt*. Eine anregende Lektüre dieses Newsletters wünscht Ihnen

Christoph Wagner, Redaktion Naturarzt

christoph.wagner@naturarzt-access.de

⇒ **Borreliose? – Laborergebnisse und Symptome als Indizien**

Die Lyme-Borreliose ist in unseren Breiten die am häufigsten von Zecken übertragene Erkrankung. Je nach Erregertyp treten die Beschwerden eher an der Haut oder an den Gelenken auf. In späteren Stadien können aber auch Herz, Nerven und Gehirn betroffen sein. Oft lässt sich ein Zusammenhang zum Zeckenstich nicht mehr herstellen. Und die Diagnose ist nicht so einfach wie manchmal dargestellt.

Das Vorliegen von Borreliose-Antikörpern im Blut heißt nicht unbedingt, dass die Beschwerden des Patienten auf eine Borrelien-Infektion zurückzuführen sind! Oft gelingt es dem Immunsystem, die Infektion zu bekämpfen, die dann unbemerkt wieder ausheilt. Der Organismus hat Antikörper gebildet, die sich im Blut nachweisen lassen. Häufig werden daher in solchen Fällen unspezifische, chronische Symptome wie Erschöpfung, Schmerzen u. a. (die viele Ursachen haben können) als Borreliose fehlgedeutet.

Bei Borrelioseverdacht wird zunächst ein sogenannter Screeningtest zur Bestimmung der Immunglobuline IgM (akute Infektionsphase) und IgG (verzögerte Abwehrphase innerhalb von Wochen) durchgeführt. Allerdings sind diese Tests nicht sicher Borreliose-spezifisch, sondern können auch „falsch positiv“ mit anderen Erregern (z. B. während einer Epstein-Barr-Virus-Infektion) reagieren. Deswegen muss bei positivem Ausfall des Screeningtests zur Bestätigung ein sogenannter Western-Blot-Test folgen.

Fällt der Screening-Test negativ aus, sollte er bei klinischem Verdacht wiederholt werden, weil die Antikörper manchmal erst nach sechs Wochen auftreten. Bei einigen Patienten bleiben IgM-Antikörper auch nach der akuten Infektionsphase erhalten, was dann die Unterscheidung zwischen früher und später Krankheitsphase erschwert!

Ein schneller spezifischer Borreliennachweis ist mit der sogenannten Polymerase-Kettenreaktion (PCR), einer Methode zur Vervielfältigung und dem Nachweis der bakteriellen Erbsubstanz, aus der Gehirn-Rückenmarksflüssigkeit (Liquor), Gelenkflüssigkeit, Haut oder Blut möglich.

Entscheidend sind alles in allem nicht nur die Laborergebnisse, sondern das klinische Bild des Patienten: Im ersten Stadium (Tage bis Wochen nach dem Zeckenstich) die Gelenkschmerzen und eventuell die typische Wanderröte (die aber nicht bei jedem auftritt); im zweiten Stadium (Wochen bis Monate später) neurologische Symptome wie Gesichtsmuskellähmungen und Schmerzen und Gefühlsstörungen, aber auch Herzrhythmusstörungen; im dritten Stadium (meist Jahre später) abermals Gelenkbeschwerden (Arthritis) sowie Hauterscheinungen wie eine typische bläuliche Schwellung, gefolgt von einer Verringerung des Unterhautgewebes (Atrophie).

Die frühzeitige Diagnose und Therapie ist sicher sinnvoll. Verschiedene Antibiotika können zum Einsatz kommen. Ihre Besonderheiten sowie Vor- und Nachteile erläutert Priv.-Doz. Dr. Dr. Dr. Christoph Raschka in Naturarzt 10/2011. Außerdem schildert er die Optionen einer naturheilkundlichen Therapie, u. a. mit pflanzlichen und homöopathischen Mitteln.

⇒ Sinubronchiales Syndrom: Wie Inhalationen helfen

In der kühlen Jahreszeit sind Erkältungen an der Tagesordnung. Meist fängt es mit Schnupfen an. Weil der infizierte Schleim von der hinteren Nase über den Rachen bis in die Bronchien gelangt, kommt oft auch noch Husten hinzu. Einfache Maßnahmen wie Inhalationen mit Sole oder ätherischen Ölen können die Beschwerden jedoch häufig lindern.

Man kann sich eine Solelösung aus Salz auch selbst herstellen: Für Nasenduschen beispielsweise gibt es 500-ml-Kannen zum direkten Spülen der Nase, in denen man drei Gramm Salz lösen muss. Das Salz gibt es fertig abgepackt in Drei-Gramm-Portionen aus der Apotheke. Dieses wird mit warmem Leitungswasser aufgeschüttelt und durch ein Nasenloch hinein-, durch das andere hinausgespült. Von der Technik her lehnt sich diese Methode an die indische Yoga-Heilmethode an, die Nase mit einer Ölkanne zu reinigen.

Die Nasendusche empfiehlt sich zur vorübergehenden Behandlung der akuten Sinusitis. Gegen die Daueranwendung bei chronischer Sinusitis hegen Experten Bedenken: dass möglicherweise wertvolle Stoffe, die die Schleimhaut produziert, mit ausgespült werden. Die Anwendung der Nasendusche über mehrere Wochen während der Heuschnupfensaison hat sich jedoch in entsprechenden Studien als unbedenklich erwiesen und führte zu einer deutlichen Verminderung des Medikamentenbedarfs.

Dampftöpfe, in denen die Sole-Lösung lediglich erwärmt und verdampft wird, eignen sich für die längerfristige Anwendung nicht, weil nur wenig Salz auf die Schleimhaut gelangt. Die in der Apotheke erhältlichen Dampftöpfe setzt man auf Mund und Nase auf. Für die akute Behandlung leisten sie gute Dienste, wenn ätherische Öle wie Latschenkiefer oder Eukalyptus zugesetzt werden. Bei Daueranwendung trocknen diese jedoch die Schleimhaut zu sehr aus. Das Gleiche gilt für Kamillendampfbäder über der heißen Schüssel: Akut, wenn der Schnupfen fließt, wirken sie schleimlösend und entzündungshemmend, längerfristig dagegen stark austrocknend.

Für die chronische Sinusitis ist die Soleanwendung mit elektrischen Verneblern (PariBoy u.a.) die schonendere Methode. Das Inhalat kommt aus einer feinen Düse und befeuchtet die trockene Schleimhaut nachhaltig. Denn nur bei einer feuchten Schleimhaut können Flimmerhärchen und Schleimdrüsen gut funktionieren. Wenn beim sinubronchialen Syndrom die Bronchien mitbetroffen sind, geben elektrische Düsenvernebler ein ausreichend fein vernebeltes Inhalat ab, das die tieferen Bronchialabschnitte erreicht. Inhalate aus Dampftöpfen dagegen erreichen lediglich die obere Luftröhre und sind deshalb bei tiefer sitzender Verschleimung der Bronchien nicht so gut wirksam.

Neben der symptomatischen Therapie der chronischen Sinusitis bzw. des sinubronchialen Syndroms sind ganzheitliche Ansätze erforderlich, um nachhaltigen Erfolg zu erzielen. Dazu gehört sowohl, mögliche Ursachen bzw. Faktoren (z. B. Magensäure-Rückfluss) auszuschließen, als auch, den Organismus insgesamt umzustimmen. Erklärungen und Tipps dazu liefert Lungenfacharzt Dr. med. Volker Brauner in Naturarzt 10/2011.

⇒ „Tag der Naturheilkunde“: Schwerpunktthema Phytotherapie

Ob als Tee oder Tropfen, Tabletten oder Tinktur, Bäder, Wickel, Einreibungen, Inhalationen – kaum eine Heilkunde erzeugt so viel Sympathie wie die Phytotherapie. Der Deutsche Naturheilbund und viele ihm angeschlossenen Vereine stellen die Pflanzenheilkunde beim vierten bundesweiten „Tag der Naturheilkunde“ in den Mittelpunkt: „Pflanzen heilen – natürliche Schätze entdecken“ lautet das Motto.

29 Naturheilvereine füllen in diesem Jahr die Idee mit Leben und bieten ein interessantes Programm: Vorträge, Workshops, Ausstellungen, aber auch Kräuterwanderungen, Teeverkostungen, Aromaproben und anderes mehr. Kompetente Referenten und erfahrene (Phyto-)Therapeuten wurden dafür engagiert. Der Aktionstag findet bei den meisten Vereinen am zweiten Oktoberwochenende statt (8./9.10.2011).

Die Pflanzenheilkunde war und ist weltweit die Volksmedizin. Zwar geriet das Potenzial dieser Naturheilweise in modernen Zeiten teilweise arg in Vergessenheit. Doch Hightechmedizin und Pharmakologie konnten die Zunahme der Volkskrankheiten nicht verhindern. Und es ist ihnen nicht gelungen, die Sehnsucht der Menschen nach ganzheitlichen, naturnahen und verträglichen Behandlungsformen zu verdrängen.

In der Naturheilkunde hat die Phytotherapie den gleichen Stellenwert wie die Ernährung, die Bewegung und die Wasseranwendungen – Themen der vorangegangenen Aktionstage. Die Losung des Naturheilbunds „Der Natur und dem Leben vertrauen“ trifft auch in der Pflanzenheilkunde den Kern, denn bekanntlich ist gegen jedes Leiden ein Kraut gewachsen. Heilpflanzen werden daher nicht nur in der Therapie häufig gewünscht, sondern sind ebenso in der Selbstmedikation sehr beliebt.

Wie in den Vorjahren gibt der Naturheilbund wieder eine gezielt zum Aktionstag erstellte Broschüre heraus. Unter dem Titel „Pflanzen heilen Körper und Seele“ zeigt sie dem Leser auf über vierzig Seiten anhand vieler Pflanzenbeschreibungen den Weg und auch die Grenzen der Selbstmedikation.

Die Broschüre kann beim Deutschen Naturheilbund, Christophallee 21, 75177 Pforzheim (Tel. 07231 / 46 29 282) gegen 5 Euro (inkl. Versandkosten) bestellt werden. Termine und detaillierte Programme des Aktionstages finden Sie auf der Internetseite www.naturheilbund.de.

Der *Naturarzt- Ihr Gesundheitsratgeber*

... erscheint monatlich als unabhängiger Ratgeber für Laien und Therapeuten. Er liegt im Zeitschriftenhandel aus. Weitere Informationen: www.naturarzt-online.de Außerdem finden Sie die Zeitschrift bei Facebook unter

www.facebook.com/pages/Naturarzt-Ihr-Gesundheitsratgeber/172150646148552

