

Kortison – Ja oder Nein?

Liebe Leserinnen und Leser,



Wir werden immer wieder gefragt, ob es eine naturheilkundliche Alternative zu Kortison gibt. Die Antwort darauf ist nicht immer leicht. Um Ihnen einen Überblick über Kortison, die Wirkung und Anwendung zu geben hat unsere medizinische Abteilung einen Aufsatz dazu verfasst.

Es mag natürlich sein, dass die Therapeuten unter Ihnen anderer Meinung sind und eine Alternative haben, die wir nicht kennen. Wenn das so ist, dann bitte ich herzlich um Ihre Stellungnahme, denn das Thema ist es sicher wert, umfassend betrachtet zu werden. Ich würde mich freuen, an dieser Stelle bald Ihren Beitrag zur Diskussion veröffentlichen zu könne.

Kortison – Ja oder Nein?

Ein wichtiges endokrinologisches Organ ist die Nebenniere. Sie besteht aus zwei (fast) unabhängig von einander arbeitenden Teilen: Rinde und Mark. Im Mark werden die Katecholamine (Adrenalin, Noradrenalin) gebildet.

Die Rinde ist geteilt in drei Zonen und bildet Steroidhormone (Corticosteroide); die Sexualhormone, Aldosteron und die Glucocorticoide.

Die Ausschüttung der Corticosteroide ist vom Zentralnervensystem gesteuert und verläuft nach einem zirkadianen Rhythmus mit Spitzen zwischen 4 und 8 Uhr morgens.

Die Glucocorticoide sind Cortisol (Hydrocortison), Cortison und Corticosteron. Ihre physiologische Aufgabe ist die Regulation des Kohlenhydrat- und Proteinstoffwechsels.

Die Nebennierenrinde steuert, über negative Rückkopplung durch das Zentralnervensystem kontrolliert, die Reaktion des Organismus auf Stresssituationen. Auslöser für eine vermehrte Ausschüttung von Kortison sind vielfältig: Stress, chemische Substanzen, veränderter Bio-Rhythmus, Traumata.

Physiologisch baut der Körper die situationsbedingte Überproduktion wieder ab und Nebenwirkungen sind kaum zu befürchten. Wird Kortison jedoch in therapeutischen (höheren) Dosen verabreicht, wird erstens der Kontrolleffekt beeinflusst und zweitens ein anderes Transport-Eiweiß als üblich benutzt, sodass hohe Dosen wirken können, die 2 gewünschte Effekte auslösen.

1.1. anti-entzündliche und anti-allergische Effekte

2.2. immunsuppressive Effekte

Die Dosis wird dabei dem Zustand des Patienten einschleichend angepasst und orientiert sich am zirkadianen Rhythmus, d.h. am besten wird die orale Dosis um 8 Uhr morgens genommen. Man unterscheidet zwischen Glucocorticoiden mit mineralcorticoider Wirkung (Kortison, Hydrokortison) und Glucocorticoiden ohne mineralcorticoide Wirkung. Das sind halbsynthetische Analoga der natürlichen Substanzen und umfasst Prednison, Prednisolon, Methylprednisolon, Triamzinolon, Betamethason und Beclomethason.

Anwendungsgebiete von Glucocorticoiden sind: Nebenniereninsuffizienz, rheumatoide Arthritis, rheumatoide Karditis, Nierenerkrankungen, Kollagenosen, schwere allergische Reaktionen, entzündliche Augenerkrankungen, verschiedene Hautkrankheiten (hier meist topische Anwendung), Colitis Ulcerosa, Hirnödeme, einige Krebsarten und Transplantationen. Dabei können jedoch Nebenwirkungen auftreten.

Die unerwünschten Nebeneffekte von Glucocorticoiden teilen sich in zwei Gruppen auf.

1. Durch Beendigung der Therapie kann die behandelte Krankheit wieder aufflackern und, im Falle einer abrupten Beendigung, kann eine akute Insuffizienz der Nebennierenrinde entstehen.
2. Während der Therapie sind Hyperglykämie, Hypertonie, gesteigerte Infektanfälligkeit und gesteigerte Anfälligkeit für Neoplasien, Myopathien (Schwäche der Arm- und Beinmuskulatur), Osteoporose, eine Wachstumshemmung bei Kindern, psychische Störungen und Entstehung von Geschwüren möglich. Besonders gefürchtet ist die Tendenz des Körpers an bestimmten Stellen Fettpolster zu bilden. Dazu gehören der Nacken und die obere Schulterpartie, Fettansammlung am Bauch und das typische Vollmondgesicht. Die Haut wird zur sogenannten Kortison-Haut, dünn, rissig und trocken. Beine und Arme sind unproportional dünn.

Seitdem die Medizin die hervorstechenden Eigenschaften von Kortison entdeckt und therapeutisch angewendet hat sind einige Jahre vergangen. Nach wie vor ist die Wunderwirkung von Kortison unumstritten und oft ist es das Mittel der Wahl. Natürlich hat man in der Zwischenzeit die Art der Anwendung der Erfahrung angepasst. Heute weiß man besser als früher wie man es optimal dosieren und was man beachten muss.

Trotzdem ist das Wort Kortison bei der Bevölkerung mit einer negativen Wertigkeit behaftet. Bei Kortison denkt jeder direkt an aufgeschwemmte Körper, unkontrollierte Gewichtszunahme und dünne, faltige Haut.

Zugegeben, es gibt diese Menschen. Aber in der Gesamtmenge derer, die mit Kortison behandelt werden, sind sie die absolute Minderheit. Eben die, die man sieht! Und vor allem die, die schon sehr lange kontinuierlich mit Kortison behandelt werden.

Denn man sollte folgendes wissen: Je kürzer die Behandlungszeit und je kleiner die Dosen, desto kleiner ist die Gefahr von unerwünschten Nebeneffekten. Bei der Einnahme gibt es einiges zu beachten: Kortison sollte morgens eingenommen werden und zwar am Besten mit einer Mahlzeit, da es sonst magenreizend sein kann. Magenkranke und Diabetiker sollten es nur nach Absprache mit ihrem Arzt nehmen. Hier gilt das Schaden-Nutzen-Prinzip. Bei bakteriellen Infekten sollte gleichzeitig ein wirksames Antibiotikum gegeben werden. Und das Wichtigste für die Meisten: Gewichtszunahme ist erst nach wochenlanger Anwendung zu erwarten und bei örtlicher Anwendung (Spray oder Salbe) ist auch das nicht zu befürchten.

Bei vielen Menschen tritt ein automatischer Abwehrmechanismus in Kraft, sobald der Arzt eine Kortisontherapie vorschlägt. Viele fragen sich, ob nicht auch eine alternative Heilmethode den

gleichen Effekt haben könnte.

Ja, es gibt diese alternativen Heilmethoden. Weihrauch ist in der ayurvedischen Medizin wegen seiner kortisonähnlichen Wirkung bekannt. Akupunktur und andere Behandlungsmethoden können sicherlich einen ähnlichen Effekt bewirken.

Die Frage ist nur, ob man auch die Zeit hat sie anzuwenden und auf das Ergebnis zu warten. Erreicht man im Akutfall in kurzer Zeit eine genügend hohe Dosis?

Fast immer muss man als erstes sein Leben umstellen, damit sich die Situation, die den Arzt zur Kortisontherapie gebracht hat, erst gar nicht mehr präsentiert. Dazu gehören die Umstellung der Ernährung, Stressabbau, Bewegung, Vermeiden von Schadstoffen, etc. Unterstützen können Sie das natürlich mit vielen alternativen Methoden und mit der Zeit kann es ihnen besser gehen. Das Problem wird sich eher nicht mehr präsentieren und Sie brauchen dann in Zukunft auch kein Kortison mehr. Da liegt der Ansatz aber nicht darin Kortison durch etwas Natürliches zu ersetzen (und dabei ist Kortison natürlich), sondern wieder ein „natürliches Leben“ zu führen.

Es gibt natürlich auch Situationen, bei denen haben Sie keine andere Wahl. Das trifft zum Beispiel bei genetischen Defekten zu oder bei falschen Reaktionen des Immunsystems. Da kann man auch mit Naturheilkunde wenig machen.

Jetzt nehmen Sie einem Asthmatiker mal sein Kortisonspray weg. Bei einem akuten Asthmaanfall hilft Kortison in Sekundenschnelle. Es wirkt schneller, als jedes alternative Heilmittel und ist dabei noch eine körpereigene Substanz. Es gibt noch viele andere Situationen oder Krankheiten bei denen Kortison das Leben erleichtert oder sogar gerettet hat. Bei einer drohenden Abstoßungsreaktion auf ein Nieren-Transplantat hilft Kortison das Organ zu behalten. Das ist ziemlich sicher. Da riskiert niemand wieder an die Dialyse zu müssen, weil er Angst vor den Nebenwirkungen von Kortison hat und deshalb lieber Vitamine und Kräuter nimmt.

Kortison ist durch seine immunsuppressive Wirkung in der Lage die Bildung von Antikörpern zu verhindern. Diese Antikörper blockieren eine bestimmte Funktion. Die Behandlung mit Kortison verschafft uns ein antikörper-freies Intervall. Die noch vorhandenen Antikörper werden abgebaut und es werden noch keine neuen Antikörper gebildet. Für eine gewisse Zeit (im günstigsten Fall für immer) ist diese Funktion nicht mehr blockiert und das verfolgte Ziel könnte erreicht werden. Vielleicht kann man die gleiche Wirkung sogar mit pflanzlichen Mitteln erreichen, aber gewiss nicht in der gleichen Zeit und nicht so sicher. Das muss jeder Betroffene für sich selbst abwägen.

Der Einsatz von Kortison sollte von jedem Arzt verantwortungsbewusst entschieden werden. Es ist kein Medikament was man einfach mal so verschreibt und natürlich muss man den Nutzen gegen den möglichen Schaden abwägen.

Wenn es erst mal so weit ist, dass Kortison zum Mittel der Wahl wird, sollte einem spätestens klar werden, dass man den Moment des Einsatzes der „natürlichen“ Mittel lange verpasst hat. Bis auf einige Fälle, auf die man keinen Einfluss hat, wurde der Körper in der Vergangenheit schlecht behandelt.

Das heißt nicht, dass man für die Zukunft keinen besseren Körperzustand finden kann, im Gegenteil. Nur jetzt, um diesen kritischen Moment zu überbrücken, braucht der Körper Kortison.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln