

Chronische Erkrankungen am Beispiel der Atemwege



Inhalt

Grundlagen	2	Ursachen von Regulationsschwächen	5
Die Nasenhöhle	2	1. Wahrnehmung	6
Temperatur und relative Luftfeuchte	2	2. Reaktionsrichtung	6
Energiebedarf	2	3. Reaktionskraft	6
Grippeviren lieben trockene Luft	3	4. Reaktionsgeschwindigkeit	6
Nasennebenhöhlen	3	Energie - Primärstoffwechsel	6
Atemwege	3	Therapie	6
Schleimhaut	4	Symptomatische Arzneimittel	6
Entzündung	4	Kausale Arzneimittel	7
Erkrankungen der Atemwege	4	Weitere Therapieoptionen	7
Symptome	5	Vorbeugung	8
Heuschnupfen und Asthma	5	Therapie chronischer Erkrankungen	8
Analyse	5		

© Dr. Martin Diefenbach

MEDIZINISCHE INFORMATION

DRELUSO Pharmazeutika Dr. Elten & Sohn

Marktplatz 5

31840 Hess. Oldendorf

Tel.: 05152-942411

info@dreluso.de

Grundlagen

Chronische Erkrankungen haben eine eigene Dynamik. Am Beispiel der Atemwege kann man zeigen, warum es häufig die gleichen Patienten sind, die mit einer Infektion in die Praxis kommen und warum das meist im Frühjahr und in Herbst ist, aber nur selten im richtig kalten Winter oder im Sommer.

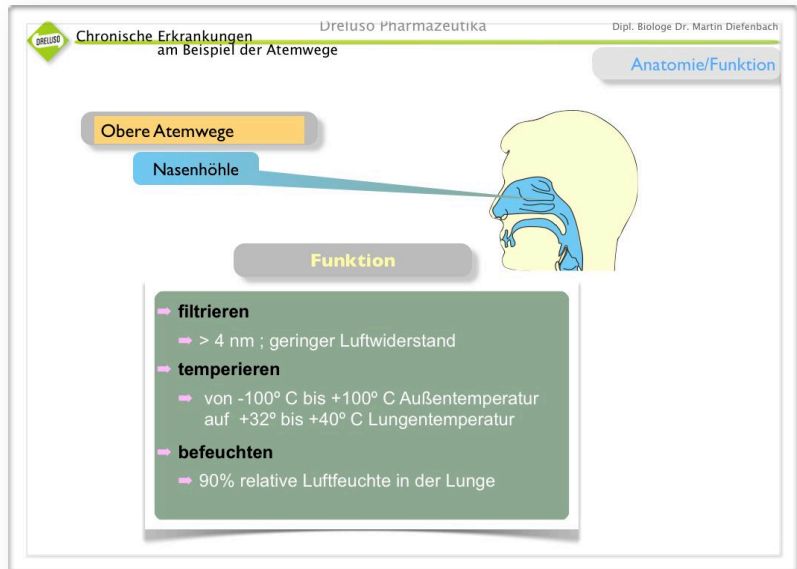
Beginnen wir ganz von vorne mit der Anatomie, welche die Funktion der Atemwege erklärt und in diesem Zusammenhang auch die Symptome einer Erkrankung.

Dann vergleichen wir die üblichen Therapieoptionen. Von der symptomatischen Therapie und anderen, die die körpereigene Abwehr stärken, spezifisch gegen Erreger vorgehen und die Reaktionsfähigkeit verbessern.

Die Nasenhöhle

Die oberen Atemwege beginnen mit der Nase. Von dort gelangt die Luft in die Nasenhöhle. Hier verlangsamt sich die Luftgeschwindigkeit, weil der Querschnitt der Nasenhöhle größer als der Durchmesser der Nasenöffnung ist. Über die drei Nasengänge auf jeder Seite der Nasenhöhle, welche durch die Nasenscheidewand getrennt sind, wird die Luft verwirbelt. Staubpartikel und andere festen Bestandteile aus der Luft werden dabei an die Schleimhaut geschleudert und bleiben haften. Partikel, die größer als 4 nm sind können aus der Atemluft filtriert werden, ohne dass dabei der Atemwiderstand vergrößert wird oder ein Filter verstopfen könnte.

Eine weitere Aufgabe der Nasenhöhle ist es, die Atemluft zu temperieren und anzufeuchten. In der Lunge muss die Luft mindestens 90% relative Luftfeuchte und eine Temperatur zwischen 32° C und 40° C haben. In der Wüste oder der Sauna kann die Aussenluft 100° C betragen und muss gekühlt werden, in der Arktis bzw. in Sibirien sind Temperaturen von - 70° Celsius möglich.



Temperatur und relative Luftfeuchte

Abhängig von der Temperatur kann die Luft unterschiedliche Mengen Wasser transportieren. Bei 0 ° C maximal 5 g/m³ bei 30° C ca. 30 g/m³. Deshalb ist die Luft im Winter trocken und die Nase muss viel Wasser verdunsten.

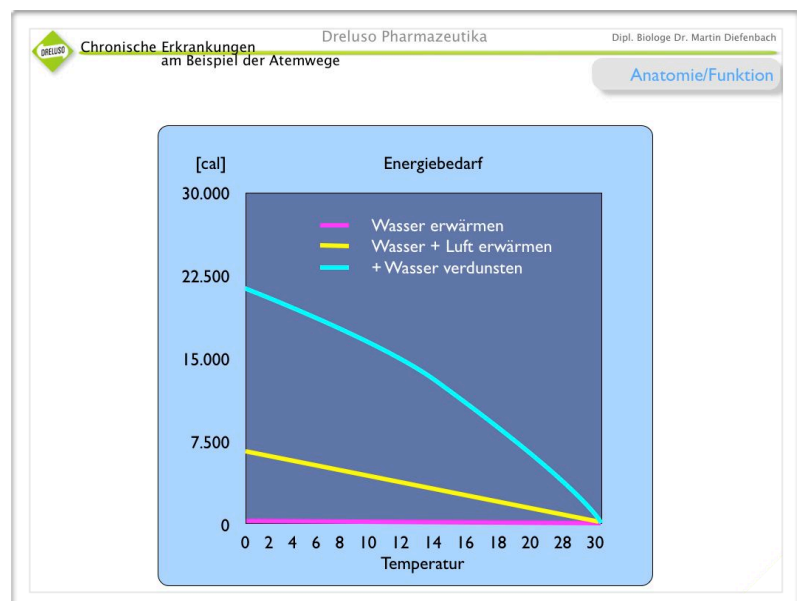
Wenn es kälter wird, muss mehr Energie aufgewendet werden. Die Luft muss stärker angewärmt werden, auch das in der eingeatmeten Luft vorhandene Wasser muss erwärmt und die Luft muss angefeuchtet werden.

Energiebedarf

Der Energiebedarf, der notwendig ist um das in der Luft vorhandene Wasser zu erwärmen ist vergleichsweise niedrig, da mit der Temperatur auch der Wasseranteil sinkt.

Die Luft zu erwärmen kostet zusätzliche Energie. Die meiste Energie wird jedoch benötigt um Wasser zu verdunsten und gegen die entstehende Verdunstungskälte aufzuwärmen.

In der Übergangszeit, zwischen Sommer und Winter, sind die Veränderungen der Aussenbedingungen relativ groß. Wenn es dagegen noch kälter wird, kann der Wassergehalt der Luft nur minimal geringer werden und der Energieaufwand für die Nasenhöhle ist nur wenig höher.



Da der Wassergehalt bei 0° C bereits sehr gering ist, erfordert die Veränderung der Lufttemperatur von z.B. 20° C auf 5° C eine stärkere Anpassung als die Veränderung der Luft von 5° C auf minus 10° C. Weil in geheizten Wohnungen im Winter die Luftfeuchte sehr gering ist, ist auch im Haus ein höherer Energieaufwand zur Anfeuchtung der Atemluft erforderlich.

Die meisten Patienten mit immer wiederkehrenden Erkrankungen reagieren zu langsam auf die Veränderungen der Umwelt. Je größer die erforderlichen Änderungen sind, desto stärker wirkt sich die schlechte Reaktion aus.

Grippeviren lieben trockene Luft

Erschwerend kommt hinzu, dass Influenzaviren bei einer absolut geringen Luftfeuchte besser überleben und die Infektionsgefahr dadurch größer ist. Auch aus diesem Grund ist es sinnvoll die Raumluft anzufeuchten, natürlich unter Vermeidung einer möglichen Schimmelbildung.

Darüber hinaus tragen wir sicher alle Erkältungsviren in unseren Körperzellen, die wie ein Herpes unter Stress aktiv werden. In Situationen eines Energiemangels oder mangelnder Reaktionsfähigkeit können diese ausbrechen und Symptome verursachen.

Nasennebenhöhlen

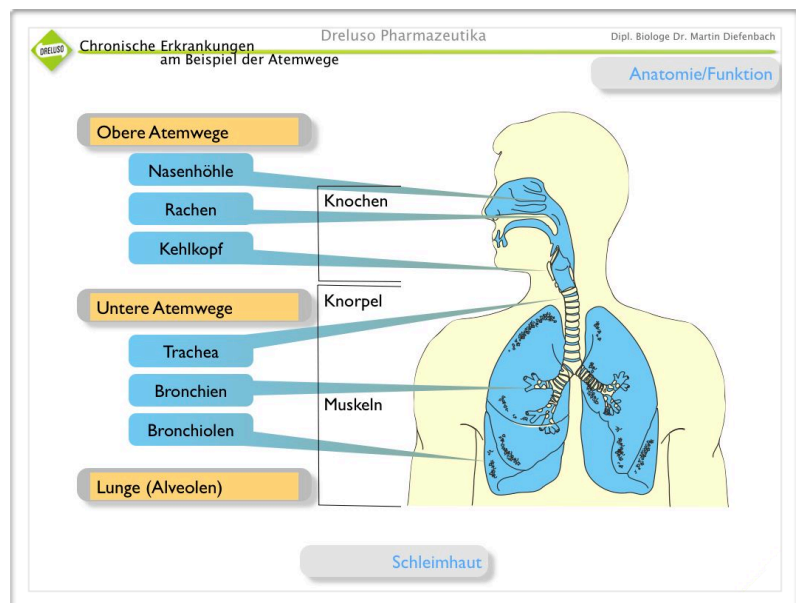
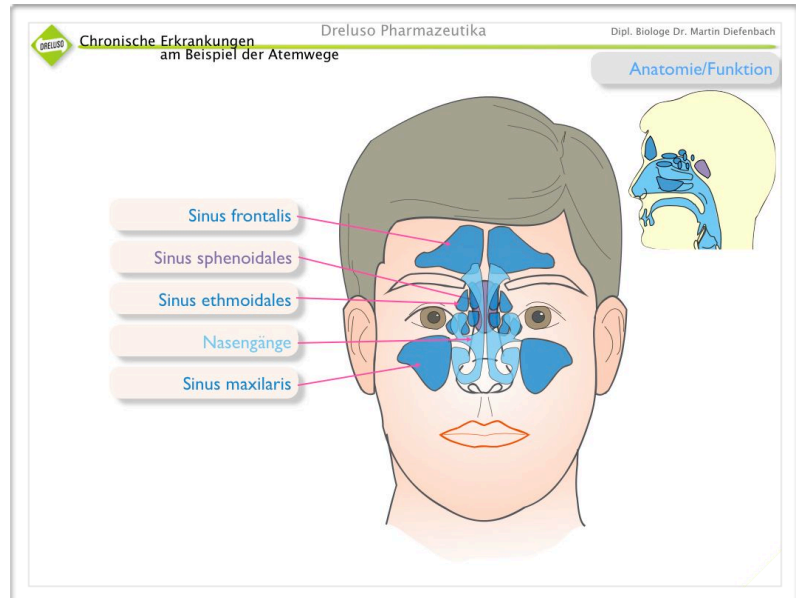
Anatomisch gehören auch die Nasennebenhöhlen zu den Atemwegen. Die Funktion der Nasennebenhöhlen ist jedoch nicht klar. Tatsächlich sind die Nasennebenhöhlen über kleine Öffnungen (Ostien) mit der Nasenhöhle verbunden. Wenn die Ostien verschlossen sind, fehlt der Gasaustausch und das Mikroklima in den Nasennebenhöhlen verändern sich. In manchen Fällen verbessern sich dadurch die Lebensbedingungen vorhandener Bakterien, so dass es zu einem pathogenen Wuchern dieser Bakterien kommen kann.

Die Kieferhöhle (Sinus maxillaris) ist die geräumigste Nasennebenhöhle. Sie grenzt oben mit einer dünnen Lamelle an die Augenhöhle, mittig an die Nasenhöhle und unten an den harten Gaumen. Die Stirnhöhle (Sinus frontalis) ist in ihren Ausmaßen sehr variabel. Sie ist der Augenhöhle und den Siebbeinzellen benachbart. Das Siebbeinlabyrinth (Sinus ethmoidales) besteht aus etwa 10 kleineren Hohlräumen, den vorderen und den hinteren Siebbeinzellen. Die Keilbeinhöhle (Sinus sphenoidalis) befindet sich im Körper des Keilbeins. Sie ist von außen am schwersten zugänglich und öffnet sich in eine Bucht, die eine Verbindung zum oberen Nasengang herstellt.

Atemwege

Anfangen in der Nasenhöhle, geht die Luft über den Rachen (Pharynx), den Kehlkopf (Larynx), die Luftröhre (Trachea), die großen Bronchien und die kleinen Bronchien bis zu den Alveolen, in denen der Gasaustausch stattfindet. Die oberen Atemwege werden von Knochen begrenzt und die unteren von Knorpel und glatter Muskulatur, wobei der Knorpelanteil in Richtung Alveolen abnimmt.

Die Atemwege sind komplett mit einer Schleimhaut ausgekleidet, unter der sich in den oberen Atemwegen (Nasenhöhle bis einschließlich Kehlkopf) ein schwellfähiges Bindegewebe befindet, im Bereich der Bronchien dagegen glatte Muskulatur.



Schleimhaut

Größere Partikel (> 4 nm) in der Atemluft werden in der Nasenhöhle aufgrund ihrer Trägheit auf den Schleim geschleudert, wo sie haften bleiben.

Im weiteren Verlauf der Atemwege, angefangen im Bronchus, verästeln sich die Atemwege immer weiter, so dass auch kleinere Partikel aus dem Luftstrom herausgefiltert werden und an dem von der Schleimhaut erzeugten Schleim kleben bleiben. Zur Reinigung der Atemwege wird, mit Hilfe der in die Schleimhaut integ-

rierten Flimmerepithelien, der Schleim ständig in Richtung Rachen transportiert (Mukoziliäre Clearance), wo er verschluckt wird.

Entzündung

Gesunde Atemwege sind in der Lage, alle Schadstoffe in ausreichender Geschwindigkeit aus den Atemwegen zu entfernen, so dass keine Symptome auftreten. Erst wenn Viren, Bakterien oder Schadstoffe bereits Schleimhaut zerstört haben, kommt es zur Entzündung, die einem Notfallprogramm gleichkommt:

Erkrankungen der Atemwege

Erkrankungen der oberen Atemwege			
Bezeichnung der Erkrankung	ursächlich	Begleitumstände	Folge (Symptome)
Erkältung	Viren	Reflektorische Minderdurchblutung der Atemwege (Kalte Füße) ⇒ Temperaturerniedrigung in den Atemwegen ⇒ schwache immunologische Abwehrkraft	Erst trockener Husten und Niesen, Halsschmerzen, Flüssiges Sekret der Nase. Dann produktiver Husten mit viel Schleim, der fester wird.
Akute Sinusitis	Bakterien	Auf eine Erkältung aufgesetzt Sekretstau in der Nasenhöhle verstopft die Ostien ⇒ fehlende Belüftung und Drainage der Nebenhöhlen ⇒ optimales Milieu für Bakterien	Kopfschmerzen, Nervenschmerzen, Zahnschmerzen ⇒ auch Fieber
Chronisch rezidivierende Sinusitis	Schleimhautdefekt als Folge akuter Erkrankungen	Narbenbildung oder anatomische Anomalien führen zu Sekretstau, der mechanisch zur Entzündung reizt und Nährboden für Bakterien sein kann	Mehrere akute Sinusitiden innerhalb kurzer Zeit
Allergische Rhinitis	Reizstoffe	Immundefekt, Ernährung, Darmflora, IgE	Kribbeln in der Nase, flüssiger Schnupfen, Konjunktivitis
Erkrankungen der unteren Atemwege			
Bezeichnung der Erkrankung	ursächlich	Begleitumstände	Folge (Symptome)
Akute Bronchitis	Viren (90%) Bakterien (10%)	Meist als Erkältung begonnen sind größere Teile des Bronchus betroffen	Husten, Fieber, Schnupfen, Schmerzen in der Brust, Atemnot
Chronische Bronchitis	Schleimhautdefekt als Folge akuter Erkrankungen	Schleimhautdefekte als Folge akuter Entzündungen und Noxen führen zu Schleimstau und Reizung der Schleimhaut.	Mehrere akute Bronchitiden innerhalb kurzer Zeit
Asthma	Vegetative Reizung, Allergene, Bronchitis	Entzündung der Atemwege mit Überreaktion der Bronchialmuskulatur. Vorgeschichte mit akuten Erkrankungen der Atemwege.	Atemnot aufgrund eines Bronchospasmus, Expiration behindert.
Lungenemphysem	Fremdstoffe (Staub-lunge)	Über eine Vernarbung der Bronchien wurde die Elastizität der Lunge (Atemvolumen) reduziert.	Sauerstoffnot, Husten
Pneumonie Lungenentzündung	Entzündung der Alveolen; Bakterien	Meist Folge einer akuten Bronchitis die sich bis in die Alveolen ausgebreitet hat	Brustschmerzen, Fieber, Müdigkeit, Herzflattern, Schwäche

Je nach Ursache und Lokalisation in den Atemwegen können die einzelnen Symptome unterschiedlich ausgeprägt sein. Inspektion und Auskultation sind die wichtigsten diagnostischen Verfahren, die in bestimmten Fällen um apparative Möglichkeiten wie Spirometrie, Plethysmographie, Endoskopie, Röntgen etc. erweitert werden können.

Symptome

Husten

Ausgelöst durch mechanische und chemische Rezeptoren in den oberen und dem oberen Teil der unteren Atemwege ist Husten ein der Mukoziliären Clearance nachgeschalteter Reflex mit dem Ziel, Schleim und Fremdstoffe aus den Atemwegen zu entfernen.

Der Trick beim Husten ist, dass zunächst langsam, bei weit gestellten Bronchien, eingeatmet wird. Dann schließt sich der Kehlkopf, die Bronchien verengen sich und das Zwerchfell sowie die Zwischenrippenmuskulatur und Bauchmuskulatur bauen einen enormen Druck auf, der sich bei plötzlichem Öffnen des Kehlkopfes explosionsartig abbaut. Die hohe Strömungsgeschwindigkeit in den enggestellten Atemwegen erzeugt eine hohe Reibung, durch die Fremdstoffe mitgerissen werden.

Ist der Husten erfolgreich, spricht man von produktivem Husten, andernfalls von Reizhusten, je nach Ausprägung auch von Krampfhusten.

Ödem

In den oberen Atemwegen, besonders der Nasenhöhle, schwillt das schwellfähige Bindegewebe an. Das verengt die Atemwege und führt dazu, dass Fremdstoffe leichter aus der Atemluft gefiltert werden.

Spasmus

In den unteren Atemwegen verkrampft die glatte Muskulatur und der Querschnitt der Atemwege wird verengt. Dadurch wird die Atmung flacher und Fremdstoffe gelangen nicht mehr so leicht in tiefere Regionen der Lunge.

Sekretion

Es wird mehr Schleim gebildet, so dass Fremdstoffe leichter haften bleiben und schneller entfernt werden können. Im Verlauf einer Entzündung verändert sich die Konsistenz des Schleimes von zunächst flüssig in fest. Möglicherweise dient der feste Schleim, ähnlich wie der Schorf bei einer Hautverletzung, dem Schutz des zerstörten Gewebes. Es werden auch vermehrt weiße Blutkörperchen in den Bronchialschleim ausgeschieden, besonders bei bakteriellen Infektionen.

Heuschnupfen und Asthma

Heuschnupfen und Asthma sind primär allergische Reaktionen, die lediglich eine besondere Ausprägung in den Atemwegen haben. Im Rahmen dieses Artikels sind sie nicht weiter Thema.

Analyse

Bei wiederkehrenden Infektionen der Atemwege muss es eine Quelle für Erreger geben.

Dazu kommt eine Reaktionsschwäche, da die Reaktion zu Symptomen führt.

Die Reaktionsschwäche kann lokal bedingt sein - durch anatomische Besonderheiten oder generell. Bei einer genetisch bedingten Störung des Schleimaufbaus (Mukoviszidose) können die Atemwege nicht ausreichend reagieren, es kann aber auch eine allgemeine Schwächung vorliegen oder eine Schwächung des Immunsystems.

Viele Krankheiten haben ihre Ursache in der falschen Reaktion auf veränderte Bedingungen. Wenn die Atemwege sich nicht ausreichend schnell an Veränderungen der Aussenluft anpassen, ist das zunächst keine Schwäche des Immunsystems, sondern eine Regulationsschwäche.

Ursachen von Regulationsschwächen

Für jede Regulation und dafür notwendige Reaktion sind die nachfolgend aufgeführten Voraussetzungen notwendig.

Das Diagramm zeigt die Analyse von chronischen Erkrankungen am Beispiel der Atemwege. Es ist in drei Hauptbereiche unterteilt:

- Erregerreservoir**
 - Tonsillen
 - Zähne als Depot
- Anatomische Besonderheiten**
 - Verletzungen
 - Vernarbungen
 - Nasensecheidewandverkrümmung
- Genetisch bedingte Ursachen**
 - Mukoviszidose
- Allgemeine Schwäche**
 - Schlaflosigkeit, Immunschwäche

Zusätzliche Informationen im Diagramm:

- ✓ Es handelt sich um eine **Infektion**
- ✓ Es gibt eine **Reaktionsstörung (-schwäche)**
- Ist die Schwäche spezifisch/lokal?
- Ist die Schwäche generell/systemisch?

Quelle: Dreluso Pharmazeutika, Dipl. Biologe Dr. Martin Diefenbach.

1. Wahrnehmung

Das Immunsystem sollte Erreger rechtzeitig erkennen, bevor sie sich schon stark vermehren. Bei kleinen Kindern muss es erst noch lernen, weshalb gerade Kinder im Kindergartenalter sehr häufig an Infektionen der Atemwege leiden. Das ist normal und sollte nicht zu stark unterdrückt werden.

Eine Änderung der Luftfeuchte und Temperatur der Atemluft muss wahrgenommen werden.

2. Reaktionsrichtung

Die richtige Reaktion soll verhindern, dass die Erreger weiter in die Atemwege eindringen und sie letztlich wieder aus den Atemwegen befördern. Darüber hinaus soll das Klima in den Atemwegen das Wachstum von Erregern nicht begünstigen.

3. Reaktionskraft

Die notwendige Energie für jede Reaktion stammt aus der Verbrennung von Zucker und Fetten mit Sauerstoff in den Zellen. Da Sauerstoff nicht gespeichert werden kann, ist eine kontinuierliche Versorgung mit Sauerstoff notwendig. Wenn diese gestört ist, wird Energie anaerob freigesetzt und Milchsäure gebildet. Der Körper geht eine Sauerstoffschuld ein und wird übersäuert.

4. Reaktionsgeschwindigkeit

Unter Sauerstoffmangel sinkt der pH-Wert in der Zelle und die Geschwindigkeit des Stoffwechsels wird geringer. Weil Enzyme für ihre optimale Reaktionsgeschwindigkeit einen optimalen pH-Wert benötigen, sinkt der Zellstoffwechsel und die Antwort der Zelle ist ebenfalls langsamer.

Damit die Zellen ausreichend Sauerstoff erhalten, ist ein trainiertes Herz-Kreislaufsystem notwendig, das auf den veränderten Bedarf reagiert und den Zellen ausreichend Sauerstoff bringt.

Energie - Primärstoffwechsel

Der Primärstoffwechsel bzw. der Energiestoffwechsel ist die Basis des Säure-Basen-Haushaltes, aber das ist Thema eines anderen Vortrages. Zusammengefasst geht es um folgendes:

Alle Energie, die Organismen auf der Erde zum Leben benötigen, stammt letztlich aus der Sonne und wird mit Hilfe von Kohlendioxid und Wasser durch Reduktion gespeichert. Durch Oxidation kann die Energie in den Körperzellen wieder freigesetzt werden, wobei Kohlendioxid und Wasser entstehen. Bei Sauerstoffmangel der Zelle wird weniger Energie freigesetzt, der Körper hat weniger Kraft und reagiert langsamer. An-

Chronische Erkrankungen am Beispiel der Atemwege

Dreluso Pharmazeutika

Dipl. Biologe Dr. Martin Diefenbach

Allgemeine Schwäche

Analyse

Warum	Erkennung	Lernen	Immunsystem
Wie	Steuerung	Mikronährstoffe	Sekundärstoffwechsel
Wie	Steuerung	Training	Herz-Kreislauf-System
Womit	Kraft	Energie	Primärstoffwechsel

Reduziertes biochemisches Reaktionsvermögen

Der Säure-Basen-Haushalt

steht in enger Beziehung mit dem Energiestoffwechsel

stelle von Kohlendioxid wird Milchsäure gebildet, die den Körper säuert und wieder abgebaut werden muss.

Therapie

Die Therapie von Atemwegserkrankungen ist vielseitig, aber primär symptomorientiert. Dabei wird versucht die mukoziliäre Clearance wieder zu normalisieren (Sekretolytika, Mukolytika), die Atmung zu erleichtern (Spasmolytika), Schadstoffe zu entfernen (Bakterien - Antibiotika) und die Entzündung zu reduzieren (Kortikoide, Antiallergika).

Symptomatische Arzneimittel

Expektorantien verbessern den Schleimtransport in den Atemwegen. Sie verflüssigen festen Schleim und steigern die Transportgeschwindigkeit. Es gibt nur wenige chemisch definierte expektorierende Wirkstoffe wie Bromhexin, Ambroxol (ein Stoffwechselprodukt des Bromhexins) und N-Acetylcystein (NAC). Die meisten Expektorantien sind pflanzlichen Ursprungs und entweder etherische Öle, Schleim- oder Saponindrogen (Tabelle).

Antitussiva lindern den Hustenreiz. Das kann sinnvoll sein bei unproduktivem Husten, wenn der Husten ohne Funktion ist und den Patienten lediglich schwächt.

Spasmolytika werden vor allem bei Atemnot angewendet, seltener bei einer Infektion der Atemwege.

Nasentropfen enthalten oft α -Mimetika, die die Gefäße verengen und dem Ödem in der Nasenhöhle entgegen wirken. Sie können dazu führen, dass die Nasenschleimhaut und die Atemluft zu trocken werden.

Antiallergika reduzieren die Entzündungssymptomatik, sind bei einer Infektion aber nur begrenzt sinnvoll.

Antiphlogistika reduzieren die Entzündungsreaktion und können eine überschüssige Reaktion abmildern.

Kausale Arzneimittel

Kausale Arzneimittel sind solche, die der Ursache der Erkrankung nachgehen und den Körper unterstützen. Anders als die symptomatischen Arzneimittel wird nicht die Entzündungsreaktion des Körpers geschwächt, sondern die Ursachen therapiert.

Kausale Arzneimittel bei Atemwegserkrankungen (Auswahl)

- (1) **Antibiotika**
- (2) **Immunmodulatoren**
Impfung, Echinacea ...
- (3) **Homöopathika**

Homöopathische Komplexarzneimittel wirken einerseits spezifisch im Bereich der Atemwege und zusätzlich konstitutionsverbessernd (Bronchiselect, Sinuselect).

Im Falle von bakteriellen Infektionen sind Antibiotika sinnvoll anwendbar und unterstützen den Körper in seiner Abwehrleistung. Allerdings sind die wenigsten Erkrankungen der Atemwege tatsächlich bakteriell bedingt. In den Fällen, in denen keine bakterielle Infektion vorliegt, schaden Antibiotika mehr als dass sie nützen.

Gegen Grippeviren kann man impfen, jedoch nur im Vorfeld, nicht wenn die Erkrankung bereits ausgebrochen ist. Das unspezifische Immunsystem kann durch bestimmte Stoffe stimuliert werden und die Abwehr gegen Viren und Bakterien setzt früher ein.

Homöopathische Arzneimittel verbessern die Reaktionsfähigkeit des Körpers und damit die Abwehrleistung. Anders als bei rein symptomatisch orientierten Arzneimitteln wird die Reaktion des Körpers nicht unterdrückt, sondern in die richtigen Bahnen gelenkt. In der Folge lassen die Symptome auch nach und die Erkrankung kann schneller überwunden werden werden.

Weitere Therapieoptionen

Die Inhalation oder Spülung mit Salzlösungen kann die Schleimkonsistenz in den Atemwegen verbessern. Spülungen werden mit Isotoner Kochsalz- oder verdünnte Meerwasserlösungen (Nordsee = 3,2% Salz; Ostsee = 1% Salz) durchgeführt. Zur Inhalation werden auch hypertone Solen (bis 2,6 % Salz) angewendet, die der Schleimhaut osmotisch Wasser entziehen (abschwellen) und den Schleim verflüssigen.

Die bisher vorgestellten Arzneimittel, mit Ausnahme der Antibiotika und der Homöopathika, wirken ausschließlich symptomorientiert. Aber gerade bei chronischen Prozessen macht es wenig Sinn, nur die Symptome zu unterdrücken und nicht das Grundübel der Erkrankung anzugehen.

Unter bestimmten Umständen kann es sein, dass eine anatomische Besonderheit mitverursachend für eine chronische Sinusitis ist. Hier kann es sinnvoll sein, durch Korrekturen der Nasenscheidewand diese Veranlagung zu verändern.

Atemübungen verbessern die Sauerstoffversorgung und sorgen damit für mehr Energie in den Zellen.

Symptomorientierte Arzneimittel bei Atemwegserkrankungen (Auswahl)

(1) Expektorantien (Mukolytika, Sekretolytika, Sekretomotorika)

a. Chemisch definiert

Ambroxol, Bromhexin
NAC (N-Acetylcystein)

b. Pflanzlich

Etherische Öle

Kiefernadel, Eukalyptus, Pfefferminze, Rosmarin, etc. .. alles etherische Öle aus Blättern und Kraut.

Anwendung: perkutan (Salbe, Gel), oral (Kapseln) und inhalativ (Inhalation mit heißem Wasserdampf)

Wirkung: antientzündlich, sekretolytisch, sekretomotorisch, spasmolytisch, desinfizierend

Schleimdrogen

Eibischwurzel, Isländisches Moos, Malvenblüten bzw. -blätter und Spitzweigerichkraut

Anwendung als Lutschpastille, Tee, Saft

Wirkung: hustenreizlindernd, schleimergänzend

Saponindrogen

Efeublätter, Schlüsselblumenblüten (Primelblüten), Rote Seifenwurzel, Wollblumen

Fertigarzneimittel zur oralen **Anwendung**

Wirkung: schleimverflüssigend, hustenreizlindernd

(2) Antitussiva

Pflanzenextrakte aus Sonnentau (Drosera), Spitzweigerich (Plantago) und Efeu (Hedera)

Aus dem Schlafmohn Morphine (Codein, DHC, Morphin, Dextromethorphan), Noscapin

(2) Spasmolytika

Bronchospasmolytika: β -Mimetika = Sympathikomimetika, Theophylline, Anticholinergika

(3) Nasentropfen

Abschwellende Nasentropfen : α -Mimetika

(4) Antiallergika

Antihistaminika, Mastzellenstabilisatoren

(5) Antiphlogistika

Kortikoide, NSAR

(2) Chirurgische Maßnahmen

(3) Physikalische Therapie

Vibrationsmassage

Atemübungen

Sole-Inhalation

(4) Reaktionskraft - Sauerstoff

Gelum Tropfen

Gelum Tropfen helfen die bei Sauerstoffmangel entstandene Milchsäure abzubauen und den pH-Wert in der Zelle zu normalisieren. So kann die Zelle mehr Sauerstoff aufnehmen, mehr Energie bereitstellen und schneller reagieren.

Vorbeugung

Die Abwehrkräfte sind nicht immer gleich gut wirksam. Die Immunlage hängt von vielen Dingen ab. Dazu gehören ein gesunder Darm, einen ausgewogene Ernährung, ein ausgeglichener Säurebasenhaushalt, ausreichend Schlaf, ein gesundes Herz-Kreislaufsystem u.s.w.. Insgesamt also eine gute Konstitution.

Jede Erkältung ist das Zeichen einer schlechten Konstitution. Deshalb sollten die Symptome der Atemwegserkrankungen als Problem des gesamten Organismus verstanden werden. Die primäre Aufgabe des Heilkundigen ist es die Konstitution und damit die Selbstregulation zu verbessern. Die Intensität der Therapie und Beratung richtet sich nach der Schwere der Erkrankung und dem Leidensdruck der Patienten.

Kinder sind viel häufiger erkältet als Erwachsene. Der Grund liegt einerseits darin, dass das Immunsystem erst mal alle Viren erkennen lernen muss und die Abwehr dadurch weniger spezifisch einsetzt, andererseits sind die Atemwege viel kürzer und enger und die Schleimhaut weniger dick.

Um die Abwehr des Körpers zu optimieren, müssen viele Dinge ineinander greifen. Neben einer vielseitigen Ernährung und der gesunden Verdauung ist ein trainiertes und flexibles Herz-Kreislaufsystem wichtig. In den meisten Fällen ist ein moderates Training durch aktiven Sport sinnvoll. Aber auch „passiver Sport“ durch Kneippanwendungen und Sauna verbessern die Abwehrfähigkeit durch Abhärtung (= Steigerung der Vigilanz).

Therapie chronischer Erkrankungen

Weitgehend verzichten sollte man auf die Anwendung von fiebersenkenden Arzneimitteln. Fieber ist primär eine natürliche Abwehrreaktion, die mit einer Steigerung der Aktivität des Immunsystems einhergeht. Insbesondere Rhinoviren sind hitzeempfindlich und können mit Fieber besser bekämpft werden. Erst bei sehr hohen Temperaturen von 40° C und mehr können fiebersenkende Arzneimittel sinnvoll eingesetzt werden.

Bei ständig wiederkehrenden Beschwerden hilft eine Analyse, die krankmachenden Faktoren zu erkennen und im Vorfeld bereits zu beheben.

Sofern einem die Therapie mit homöopathischen Einzelmitteln nicht vertraut ist, kann man sehr einfach homöopathische Komplexmittel einsetzen. Im Unterschied zu anderen arzneilichen Therapien wird der Körper durch Homöopathie angeregt, sich selbst zu wehren und die Symptome der Entzündung gezielter einzusetzen.

Bei akuten und chronischen Rhinitiden und Sinusitiden hat sich das homöopathische Komplexmittel Sinuselect N besonders bewährt. Es lindert auch die Symptome und sorgt für eine selbstregulierte Abschwellung der Nasenschleimhaut. Dadurch wird die Drainage und Belüftung der Nasennebenhöhlen verbessert, ohne dass die Schleimhäute austrocknen.

Sind die unteren Atemwege betroffen empfiehlt sich die Gabe von Bronchiselect, das in gleicher Dosierung wie Sinuselect gegeben wird. Insbesondere bei Husten und bei Heiserkeit ist die Wirkung von Bronchiselect besonders schnell zu bemerken.

Da die Abwehr einer Infektion die Aufgabe des Immunsystems ist, sollte man die Immunantwort mit Toxiselect stimulieren.

Ausführliche Informationen zur Dosierung von Komplexmitteln finden Sie auf der Homepage der Fa. DRELUSO. Bei starken Erkältungen werden im Rahmen einer therapeutischen Empfehlung auch alle drei Präparate kombiniert angewendet (Kasten).

Die drei Arzneimittel werden auch kombiniert als Cocktail, den der Apotheker bereits zusammensetzen kann, angewendet. In schweren Fällen z.B.:

30 ml Sinuselect (N1)
+ 30 ml Bronchiselect (N1)
+ 100 ml Toxiselect (N2)
160 ml Cocktail

In den ersten Tagen werden 3 bis 4 mal täglich 40 bis 60 Tropfen eingenommen und nach ca. einer Woche nur noch 3 mal täglich 20 bis 30 Tropfen.