

36. Jahrgang

Nr. 6-8/13

Juni - August 2013



NATUR- Heilkunde

DER FREIE ARZT

*Zeitschrift für
freiheitliche Ordnung
im ärztlichen Beruf*

JOURNAL für die Ganzheits-Medizin®



**Herpes-
Simplex-Virus**

**Haut - Krebs - Stress
Säure-Basen-Haushalt**

Neurodermitis und Schuppenflechte – wenn die Haut aus dem Lot gerät

Fachbeitrag von Corinna Schaar, Heilpraktikerin

Als Autoimmunkrankheiten bezeichnet man eine Gruppe derjenigen Erkrankungen, bei denen der Organismus mit immunologischen Abwehrmechanismen gegen körpereigene Strukturen vorgeht. Mehr als 60 dieser Erkrankungen sind inzwischen bekannt – zu den häufigsten gehören die rheumatoide Arthritis, bei der Gelenkstrukturen zerstört werden, die gegen die Myelinscheiden der Nervenzellen gerichtete Multiple Sklerose und Diabetes Typ 1 mit der Zerstörung der insulinproduzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse. Weniger bekannt ist, dass auch hinter einigen Hauterkrankungen eine Autoimmunreaktion steht. Dies gilt insbesondere für das atopische Ekzem, auch als Neurodermitis bezeichnet, und die Psoriasis (Schuppenflechte).

Bei beiden Erkrankungen erweist sich eine nachhaltig erfolgreiche Behandlung als echte Herausforderung für die Betroffenen und die Therapeuten, sind doch die zugrunde liegenden Ursachen nur schwer zu ermitteln. Genetische Faktoren werden ebenso wie Umwelteinflüsse verantwortlich für eine Krankheitsveranlagung gemacht; was jedoch tatsächlich zum Ausbruch der Krankheit führt, bleibt nicht selten im Verborgenen. Umso wichtiger ist eine ganzheitliche Therapie, die körperliche ebenso wie psychische Aspekte mit einbezieht.

Neurodermitis: Juckreiz ohne Ende

Dass Juckreiz mindestens so schwer zu ertragen ist wie Schmerz – davon weiß jeder Neurodermitis-Patient ein Lied zu singen. Besonders hart trifft es kleine Kinder, denen man die fatalen Folgen des Kratzens noch nicht erklären kann. So bleibt vielen betroffenen Eltern nichts anderes



Reishi

übrig, als ihren Nachwuchs in Spezialkleidung zu stecken und mit Handschuhen zu versehen, so dass die mechanische Zerstörung der Haut so gut wie möglich unterbunden wird. Das Hauptaugenmerk sollte dennoch darauf liegen, den Juckreiz schnell und effektiv zu mildern, denn seine quälende, permanente Präsenz beeinträchtigt das Allgemeinbefinden wesentlich.

Die atopische Dermatitis ist eine chronische Entzündungsreaktion der Haut, die typischerweise in Schüben auftritt. Oft sind die Betroffenen zugleich Allergiker, und der Kontakt zu einem Allergen kann einen Neurodermitis-Schub auslösen. Aber auch die mechanische Reizung der Haut, Infektionen oder plötzliche Klimaveränderungen zum Beispiel bei Reisen können dazu führen, dass die Haut reagiert. Psychischer Stress, von dem auch kleine Kinder betroffen sein können, ist ein weiterer wichtiger sogenannter Trigger für die atopische Dermatitis.

Im wahrsten Sinne dünnhäutig

Typischerweise sind vor allem die Beugeseiten der großen Gelenke, also die Ellenbogenbeugen und die Kniekehlen, betroffen – ein gutes Abgrenzungskriterium zur Schuppenflechte, die sich in der Regel eher an den Streckseiten der Gelenke manifestiert. Allerdings können beide Krankheiten in ausgeprägter Form auch den gesamten Körper betreffen, und speziell bei der Neurodermitis sind oft auch der Hals

Corinna Schaar



und das Gesicht befallen. Ein Neurodermitis-Schub zeigt sich mit geröteten, schuppenden und zum Teil nässenden Ekzemen. Auch in den Phasen dazwischen ist die Haut meist sehr dünn, trocken und empfindlich gegenüber jeglichem mechanischen und chemischen Reizen.

Was die Laborparameter angeht, so sind die hohen Werte an Immunglobulin E (IgE) charakteristisch, wie sie auch bei Allergikern vorkommen. Das IgE ist zusammen mit verschiedenen Zytokinen für die Hautreaktionen verantwortlich. Zusätzlich wirken T-Lymphozyten und das Gewebshormon Histamin förderlich auf den entzündlichen Prozess. Spätestens zusammen mit den durch das Kratzen entstandenen Wunden kommt es zu einem Teufelskreis aus weiteren Entzündungen, Wundheilungsstörungen und noch mehr Juckreiz.

Schulmedizinisch werden im akuten Schub vor allem kortisonhaltige Salben eingesetzt. Sie haben zwar den Vorteil, oft relativ schnell den Juckreiz zumindest zu lindern; eine der häufigsten Nebenwirkungen ist jedoch, dass Kortison die Haut auf Dauer noch dünner und damit noch empfindlicher macht. Die Gefahr eines weiteren Neurodermitis-Schubs steigt auf diese Weise eher noch an. Mittel- und langfristig sollte eine Therapie deshalb insgesamt regulierend auf den empfindlichen Organismus einwirken. Hier ist der Einsatz von Vitalpilzen sehr Erfolg versprechend.

Schuppenflechte: Belastender Panzer

Im Vergleich zur Neurodermitis ist bei der Schuppenflechte der Juckreiz oft als harm-



Maitake

los gering zu bezeichnen. Viel belastender für die meisten Psoriasis-Patienten ist die auf den ersten Blick ins Auge stechende optische Veränderung der Haut: Die betroffenen Hautareale sind scharf begrenzt und oft mit dicken, silbrig-weißen Schuppen bedeckt, was vor allem beim Auftreten an den Händen und am Kopf anderen Menschen sofort auffällt. Bisweilen bilden sich regelrechte weiße Panzer auf der Haut. Hinzu kommen Risse oder Blasen, die sehr schmerzhaft sein können. Psoriasis-Patienten leiden darunter, wenn ihnen nicht die Hand gegeben werden mag und Blicke sie spüren lassen, dass ihre Erkrankung auch ein optischer Makel ist.

Keine Ansteckungsgefahr

Eine Sorge vor Ansteckung ist indessen unbegründet. Die Schuppenflechte ist ebenso wie das atopische Ekzem eine Autoimmunreaktion, die sich in diesem Fall gegen die Keratinozyten (Oberhautzellen) richtet. Aufgrund dessen kommt es zu einer unkontrolliert schnellen Vermehrung dieser Zellen, so dass sich die Haut um ein Vielfaches schneller erneuert als normal. Die Folge: An den betroffenen Stellen – vornehmlich die Streckseiten von Knien und Ellenbogen, aber auch die gesamte Körperoberfläche und sogar die Nägel können befallen werden – wird die Haut dicker und schuppt. In einigen Fällen greift die Krankheit auf die Gelenke über (Psoriasis arthropathica) und es kommt vor allem in Finger- und Zehngelenken zu Schwellungen, Bewegungseinschränkungen und schmerzhaften Arthritiden.

Je nach Verlauf und Schwere der Erkrankung können verschiedene Salben und auch physikalische Therapien helfen, die Beschwerden zu lindern oder zeitweise so-

gar ganz verschwinden zu lassen. Die psychische Komponente sollte speziell bei dieser Hauterkrankung nicht vernachlässigt werden. Oft hat sich gezeigt, dass das Thema Abgrenzung bei Psoriasis-Patienten eine zentrale Rolle spielt. Wird es erfolgreich bearbeitet, ist manchmal sogar dauerhafte Symptombefreiheit zu erreichen.

Das Potenzial der Vitalpilze

Wesentlich für die Hautgesundheit allgemein ist eine gute Versorgung des Körpers mit notwendigen Bioaktivstoffen. Vitalpilze bieten hier den Vorteil, dass in ihnen eine Vielzahl dieser Substanzen in natürlicher Form und damit in guter Bioverfügbarkeit vorhanden ist. Durch ihre ausgleichende (adaptogene) Wirkung auf die körpereigene Abwehr sind Vitalpilze darüber hinaus in ganz besonderem Maße dafür geeignet, das Immunsystem zu regulieren und bei Autoimmunprozessen beruhigend zu wirken. Deshalb sollten sie bei Menschen, die unter Neurodermitis oder Psoriasis leiden, die Nahrung regelmäßig ergänzen.

Besonders hervorzuheben sind **Reishi, Maitake, Agaricus blazei Murrill und Shiitake**, die auf die Produktion und Ausschüttung von Immunbotenstoffen positiven Einfluss nehmen können. Der Reishi wirkt zudem entgiftend und kann nach-

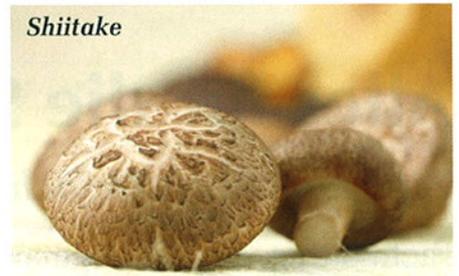


Agaricus

weislich die chronischen Entzündungszustände bei Neurodermitis lindern. Vielen Praxisberichten zufolge wird der Agaricus blazei Murrill mit gutem Erfolg unter anderem bei der Schuppenflechte eingesetzt.

Der **Auricularia** hat sich allgemein bei Entzündungen der Haut bewährt und

Shiitake



begünstigt die zügige Abheilung von Wunden – unabhängig davon, ob es sich um verletzungsbedingte oder autoimmunologische Entzündungen handelt. Auf der Unterstützung der Ausleitungsorgane und der Förderung des Lymphflusses beruht die gute Wirkung des Polyporus umbellatus für eine gesunde und widerstandsfähige Hautstruktur.

Darm- und Hautgesundheit

Nicht zu vergessen: Zwischen der Gesundheit von Haut und Darm besteht eine enge Verbindung. Eine intakte Darmflora ist wichtig für einen gesunden Stoffwechsel und eine gute Entgiftungsleistung aller beteiligten Organe. Vitalpilze regulieren dank ihrer Bioaktivstoffe, aber auch dank der hochkonzentriert enthaltenen Ballaststoffe die Darmfunktion oft besonders schnell und effektiv. Nicht selten zeigen sich schon nach wenigen Wochen der Einnahme erstaunliche Verbesserungen im Hautbild, die bei angepasster Fortführung der Mykotherapie dauerhaft erhalten bleiben.

Welcher Pilz beziehungsweise welche Kombination mehrerer Vitalpilze im Einzelfall die richtige ist, bedarf der genauen Anamnese. Deshalb ist es für jeden Patienten grundsätzlich ratsam, den Rat eines erfahrenen Mykotherapeuten einzuholen und nicht auf Verdacht selbst auszuprobieren, welcher Pilz passen könnte.

Autorin: Corinna Schaar
Heilpraktikerin und Mykotherapeutin
Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.
Haydnstraße 24, D-86368 Gersthofen
Tel: 0800 / 00 77 889, www.vitalpilze.de
E-Mail: info@vitalpilze.de

DER ALGO 3 COMPLEX

Wertvoller Bestandteil der Produkte von

1/ REMINERALISIERUNG mit seiner hohen Konzentration an **Golfstrom-Meerwasser** bei Bréhat und mit einzigartigen Ressourcen.

2/ DURCHFUECHTUNG mit einer Rotalge: **Chondrus Crispus**.

3/ SCHUTZ GEGEN FREIE RADIKALE mit einer Braunalge: **Alaria Esculenta**

algologie
FRANCE



Weitere Informationen über Thalasso International Kaiserstr. 7 66111 Saarbrücken
Email: info@thalasso-international.eu • Internet: www.thalasso-international.eu