

Immunregulation

## Allergien und Entzündungen balancieren

### Orthomolekulare Medizin

Therapiekonzepte bei Burnout  
und Erschöpfung

### Werbung und Kooperationen

Worauf Sie konkret achten sollten

### Zelle und Matrix

Die ROS-spezifische  
Signaltherapie

# Ganzheitliche Hilfe bei Heuschnupfen

Mit Vitalpilzen der Pollenallergie zu Leibe rücken | Corinna Schaar

*Die Nase läuft immerzu, Niesattacken machen das Leben schwer, und die Augen sind auch noch geschwollen und gerötet: Jeder siebte Deutsche kennt diese Symptome aus eigener Erfahrung. Die Volkskrankheit Heuschnupfen macht sich bei manchen Menschen bereits im Januar bemerkbar, wenn die allerersten Frühblüher ihre Pollen durch die Lüfte schicken. Andere sind erst später betroffen, haben dafür aber mitunter bis zum Spätsommer mit ihrer Allergie zu kämpfen. Zu den vergleichsweise harmlosen Symptomen gesellen sich in vielen Fällen eine ausge dehnte Konjunktivitis, oft auch eine chronische Bronchitis oder sogar allergisches Asthma. Kein Wunder, dass Leistungsfähigkeit und Allgemeinbefinden leiden, was die Lebensqualität oft über mehrere Monate pro Jahr deutlich einschränkt. Generell ist von einem heftigen chronischen Entzündungsgeschehen zu sprechen und damit einhergehend von einer starken Dauerbelastung für den Organismus. Die Schulmedizin begegnet der Krankheit weitgehend hilflos. Umso wichtiger sind ganzheitliche Ansätze wie etwa der Einsatz von Vitalpilzen – dazu später mehr.*

## Überschießendes Immunsystem

Die allergische Rhinokonjunktivitis, wie der Heuschnupfen auch bezeichnet wird, ist eine Allergie vom Typ 1, vom so genannten Soforttyp. Diese häufigste Allergieform ist – wie der Name schon sagt – von einer oft sekundenschnellen Reaktion des Organismus auf das Allergen charakterisiert. Wie bei jeder Allergie hat zuvor ein normalerweise symptomloser Erstkontakt mit dem Allergen stattgefunden. Bei dieser so genannten Sensibilisierung schütten die TH2-Helferzellen den Botenstoff Interleukin-4 aus. Dieser bewirkt wiederum über eine Kausalkette, dass spezifische IgE-Antikörper gegen das Allergen produziert werden.

Erfolgt ein erneuter Kontakt mit dem Allergen, wird sich das Allergen an die IgE-Antikörper binden. Die Folge ist eine massive

Freisetzung von Entzündungsmediatoren – in erster Linie Histamin, aber auch Prostaglandine und Leukotriene sind beteiligt.

## Auf der Suche nach den Ursachen

*Warum es überhaupt zur Überreaktion des Immunsystems auf eigentlich harmlose Substanzen kommt, ist noch immer nicht geklärt.*

Eindeutig zu beobachten ist eine kontinuierliche Ausweitung von Allergien in den Industrienationen, sodass eine erbliche Komponente, vor allem aber Umwelt- und Ernährungsfaktoren diskutiert werden. Möglicherweise spielen auch Impfungen eine Rolle. Dies erscheint insofern nicht abwegig, da durch eine Impfung das Immunsystem kurzzeitig extrem belastet wird, sodass nachfolgende Fehlsteuerungen begünstigt werden könnten. Hinzu kommen Hilfs- und Zusatzstoffe in Impfsen, denen zum Teil selbst ein hohes Potenzial zur Allergieförderung nachgesagt wird.

*Ein eindeutiger Zusammenhang lässt sich erkennen zwischen der Allergieneigung bei Kindern und ihrem Wohnumfeld.*

Kinder, die in ländlicher Umgebung aufwachsen und dort viel mehr Kontakt zu verschiedenen Pollen, aber auch zu Tierhaaren und natürlichen Keimen haben, erkranken signifikant seltener an Allergien als Stadtkinder. Offenbar benötigt das Immunsystem bei Heranwachsenden diese „Lehrzeit“, um zwischen harmlosen Substanzen und tatsächlich gefährlichen, einer Abwehrreaktion bedürftigen Krankheitserregern unterscheiden zu können.

## Regulation statt Unterdrückung

Der schulmedizinische Weg, die Allergiesymptome zum Beispiel mittels Antihistaminika zu unterdrücken, kann per se nicht zu einer dauerhaft erfolgreichen Behandlung oder gar Heilung führen. Hinzu kommen Nebenwirkungen, die den Patienten mitunter noch stärker belasten als die Allergie selbst. Gerade bei Heuschnupfen emp-



Corinna Schaar

ist Heilpraktikerin mit eigener Praxis und Mykotherapeutin. Sie ist als Dozentin tätig und bildet Heilpraktiker zu Mykotherapeuten aus.

### Kontakt:

Friedenastraße 9  
D-86415 Mering  
info@vitalpilze.de

fehlen viele Allergologen eine Hyposensibilisierung. Doch angesichts wenig überzeugender Erfolgsquoten, eines gehörigen Aufwands und der steten Gefahr eines anaphylaktischen Schocks ist es nachvollziehbar, dass viele Patienten diese Herangehensweise scheuen. Bleibt aus Sicht der Schulmedizin noch die Vermeidung des Allergenkontakts. Für manche Betroffene besteht die Lösung tatsächlich darin, in der Phase der schlimmsten Beschwerden einen Klimawechsel vorzunehmen – doch in organisatorischer Hinsicht ist dies wohl nur wenigen möglich.

Kosten und Aufwand, die zum Beispiel für Pollenfilter investiert werden, stehen oft in keinem Verhältnis zum Nutzen, den diese Maßnahmen tatsächlich mit sich bringen. Absurd ist der Rat mancher Ärzte, das Immunsystem zu stärken. Denn das Problem besteht ja gerade darin, dass der natürliche Regulationsmechanismus aus dem Lot geraten ist. Wer dem Immunsystem in einer solchen Situation noch mehr „Zündstoff“ liefert, riskiert eine weitere Entgleisung und ein derartiges Ankurbeln der individuellen Reaktionsbereitschaft, dass dies bei Typ-1-Allergikern sogar eine Anaphylaxie auslösen kann.

## Glucane aus Vitalpilzen

Die ganzheitlich denkende Medizin versucht dem Phänomen Allergie deshalb dadurch zu begegnen; dass die körpereigene Abwehr beruhigt und wieder in ein gesundes Gleichgewicht gebracht wird. In diesem Zusammenhang sind insbesondere Glucane aus Vitalpilzen von besonderem Interesse, zeichnen sie sich doch durch eine Regulation und Modulation spezifischer wie auch unspezifischer Abwehrmechanismen aus.

Die Biopolymere in Vitalpilzen sind als „biological response modifiers“ bestens geeignet, ein in welche Richtung auch immer zu weit schwingendes Pendel wieder auf ein harmonisches, gesundes Maß zurückzuführen. Unter den „biological response modifiers“ versteht man natürliche Substanzen, die in der Lage sind, positive Reaktionen des Organismus zu fördern und negative zu unterdrücken

*Ein zentraler Punkt ist dabei die Wiederherstellung der Balance zwischen den Subpopulationen verschiedener T-Zellen im Immunsystem.*

Eine Reihe von Studien konnte bereits nachweisen, dass Vitalpilzextrakte, insbesondere Extrakte der Pilze Reishi, Hericium und Agaricus blazei Murrill, die TH1-Konzentration anheben und die TH2-Konzentration drosseln können. Dies ist insofern wichtig, als dass die beiden Zellgruppen als Antagonisten fungieren. So produzieren die TH1-Zellen solche Zytokine, die eine allergie- und entzündungshemmende Wirkung besitzen, und wirken dementsprechend entgegengesetzt zu den bereits oben genannten TH2-Zellen. Darüber hinaus bewirken die Vitalpilzglucane nachweislich einen

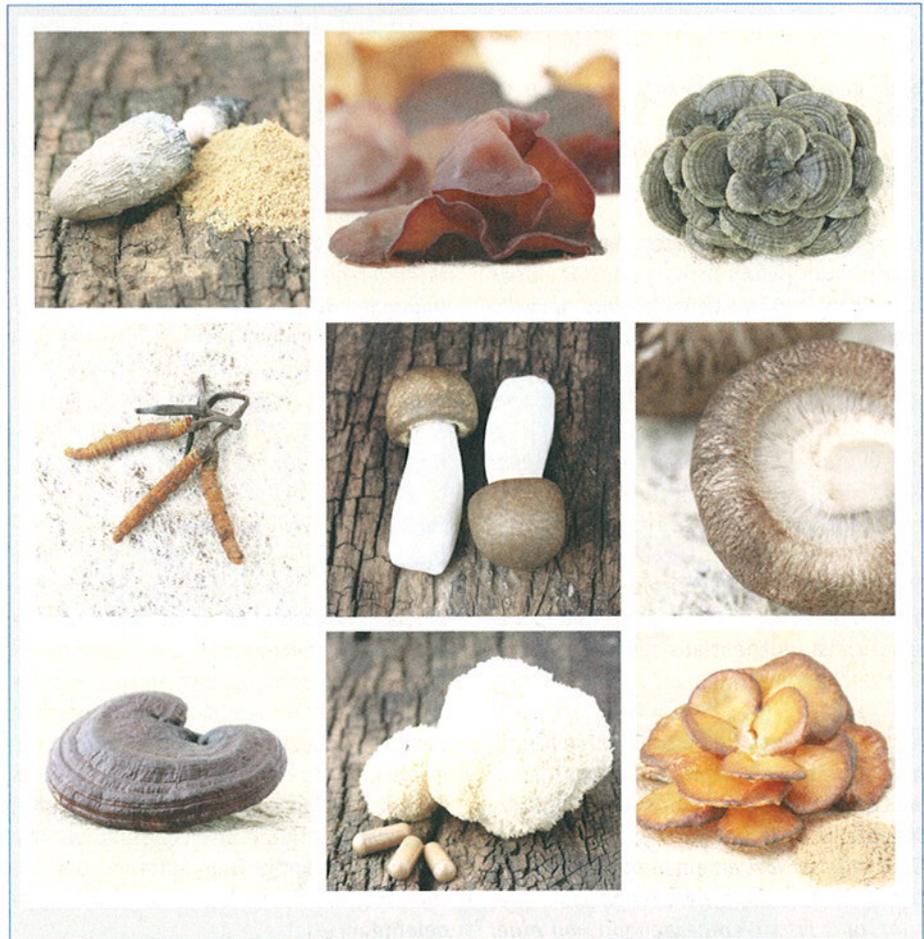


Abb. 1: Neun der wichtigsten Vitalpilze (zeilenweise von links nach rechts): Coprinus, Auricularia, Coriolus, Cordyceps, Agaricus, Shiitake, Reishi, Hericium, Maitake (Fotos: Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.)

Rückgang der eosinophilen Granulozyten, die einen zentralen Marker für Allergien und entzündliche Vorgänge im Körper darstellen.

Der Reishi enthält spezifische Triterpene, die kortisonähnlich wirken und die Ausschüttung von Histamin nebenwirkungsfrei

senken. Der Agaricus blazei Murill gilt als der stärkste Immunmodulator unter allen Vitalpilzen und führt allgemein bei Allergien oft zu erstaunlich schnellen Symptomlinderungen. Dies gilt insbesondere bei Heuschnupfen sowie bei Allergien, deren Symptome sich vorrangig auf der Haut zeigen.

## Krebsbedingte Erschöpfung erfolgreich behandeln

**Cancer-Fatigue** – krebsbedingte Erschöpfung – ist eines der belastendsten Syndrome bei Tumorerkrankungen. Oft hält sie noch viele Jahre nach der Therapie an. So dramatisch die Fatigue für die Patienten ist, so hilflos steht man ihr vielfach gegenüber.

Doch die Spirale aus Erschöpfung, Resignation und Krankheitsverschlimmerung lässt sich durchbrechen: Ein unverzichtbarer Bestandteil der erfolgreichen Therapie ist **S-Acetylglutathion** (Eumetabol®). Es wirkt effektiv dem **Glutathion-Mangel** entgegen, der für die **Cancer-Fatigue**, aber z.B. auch für das **Burn-out-Syndrom** verantwortlich gemacht wird. **Eumetabol® – die logische Konsequenz bei Erschöpfung.**

S-Acetylglutathion (Eumetabol®) gibt es als Rezepturazneimittel (PZN 2152004) in der Apotheke.

Eumetabol® – Bestellhotline Deutschland 06838 8614-20

[www.eumetabol.de](http://www.eumetabol.de)



## Ganzheitliche Herangehensweise

Eine ganzheitliche Herangehensweise erhöht die Chancen auf den Behandlungserfolg bei Allergikern signifikant. Dies beginnt bereits bei der Diagnostik.

Besser und in jedem Fall schonender als mit dem schulmedizinischen Pricktest lässt sich mit einem energetischen Testverfahren (Kinesiologie, Bioresonanztherapie usw.) zunächst das zugrunde liegende Allergen zweifelsfrei identifizieren.

*So manche vermeintliche Pollenallergie ist in Wirklichkeit eine Reaktion auf Schimmelpilze zum Beispiel im Wohnumfeld.*

Hier wäre der erste Schritt der Behandlung eine Behebung der Ursache, sofern dies möglich ist, oder notfalls auch eine räumliche Veränderung.

Übrigens ist auch Heu oft mit Schimmelpilzen belastet, vor allem dann, wenn es zu feucht vom Feld eingefahren wird. Eine vermeintliche Reaktion auf Heustaub ist also oft nichts anderes als eine Reaktion auf eine extrem hohe Pilzsporenkonzentration.

Ein unverzichtbares Element einer regulierenden Behandlung ist zudem die Einbeziehung der Darmflora – nicht nur bei Nahrungsmittelallergien, die mit Magen-Darm-Symptomen einhergehen, sondern auch bei atemwegsassoziierten Allergien wie dem Heuschnupfen. Als wichtigstes Immunorgan ist der Darm wesentlich beteiligt an der Ausprägung jeglicher allergischer Symptome.

*Darmsanierungsmaßnahmen sind bei schweren Dysbalancen oft notwendig.*

In leichteren Fällen zeigt sich immer wieder, dass Vitalpilze auch hier innerhalb kurzer Zeit erstaunliche Verbesserungen bewirken können. Besonders hervorzuheben ist in diesem Zusammenhang der Hericium, der die Schleimhäute der Verdauungsorgane

stärkt und auf diese Weise das Immunsystem reguliert.

## Bericht aus der Praxis

Eine 72-jährige Patientin stellte sich vor, die vor vier Jahren plötzlich mit heftigen Allergiesymptomen zu kämpfen hatte. Seither litt sie jedes Jahr von Ende Januar bis in den Frühsommer hinein unter einer dauerhaft laufenden Nase mit wässrigem Sekret, vor allem aber unter geröteten und juckenden Augenbindehäuten mit vermehrtem Tränenfluss.

Schulmedizinisch war zuvor mittels Pricktest eine positive Reaktion auf Frühblüher wie Birke, Erle, Haselnuss und Gräser festgestellt worden. Inzwischen zeigten sich auch Kreuzallergien mit Nüssen und Meeresfrüchten. Die Behandlung mit Antihistaminika führte zu einer lediglich geringgradigen Besserung der Beschwerden, dafür stellte sich allerdings eine starke und ständige Müdigkeit ein. Cortisonhaltige Präparate schufen zwar kurzfristig Erleichterung, wurden von der Patientin aber aufgrund der befürchteten Nebenwirkungen eigentlich abgelehnt.

Die naturheilkundliche Behandlung dieser Patientin fokussierte sich auf die Gabe von Vitalpilzextrakten: Von Hericium-Extrakt und Reishi-Extrakt wurde jeweils dreimal täglich eine Kapsel eingenommen (entsprechend je 900 mg Extrakt als Tagesdosis), und zwar in Form einer Langzeitkur, beginnend bereits vor dem Auftreten erster allergischer Symptome im November und bis zum Juni des Folgejahres durchgehend. Bei akuten Beschwerden wurde die Patientin zusätzlich akupunktiert.

Bereits im ersten Behandlungszyklus besserten sich die Beschwerden schon deutlich; vor allem dauerten sie nicht mehr so lange an. Nach dem zweiten Behandlungszyklus sind die Beschwerden so weit zurückgegan-

gen, dass sie die Patientin kaum noch belasten. Sie kann sich wieder unbeschwert in der Natur aufhalten und ihre geliebten Spaziergänge und Fahrradtouren unternehmen. Eine Fortführung dieses Therapieansatzes ist ihr empfohlen worden und wird möglicherweise noch eine weitere Linderung bringen.

## Fazit

Für eine Erfolg versprechende Therapie von Heuschnupfenpatienten führt an einem regulativen Behandlungsansatz kein Weg vorbei. Viele Vitalpilze eignen sich sehr gut, einem aus dem Lot geratenen körpereigenen Abwehrsystem dabei zu helfen, wieder in ein harmonisches Gleichgewicht zu finden. Besonders die von Natur aus enthaltenen Glucane und Biopolymere scheinen zur Modulation des Immunsystems geeignet zu sein. Auch der gesunden Zusammensetzung der Darmflora sollte große Aufmerksamkeit geschenkt werden.

Nicht zu vergessen ist eine gründliche Anamnese, die so manche vermeintliche Pollenallergie als chronische Schimmelpilzbelastung enttarnen kann. In diesem Fall steht die Ursachenbehebung an erster Stelle.

## Literaturhinweis

- Döll, Michaela: *Vitalpilze für ein gesundes Leben: Immunstärkend – Stoffwechselanregend – Entgiftend*. München: Herbig, 2012.  
 Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.: *Vitalpilze: Naturheilkraft mit Tradition – neu entdeckt*. 2009.  
 Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.: *Therapeuten Newsletter Spezial 2013: Heuschnupfen – mit Vitalpilzen helfen*  
 Gesellschaft für Vitalpilzkunde e.V.: *Newsletter 2010: Ohne Niesen durch das Frühjahr*. [http://www.vitalpilze.de/lang/de/newsletter/38\\_fruhhjahr.pdf](http://www.vitalpilze.de/lang/de/newsletter/38_fruhhjahr.pdf)  
 Lelley, Jan I.: *Die Heilkraft der Pilze: Wer Pilze isst lebt länger*. Goch: Boss Druck und Medien, 2008.

**Jetzt unseren Katalog anfordern!**

Einfach unentberlich - der Katalog für Praxisbedarf von methatec

208 Bestellseiten mit nützlichen Informationen über allgemeinen Praxisbedarf, Liegen und Instrumenten bis hin zu Therapiegeräten!



**methatec**

Gesellschaft für Praxisbedarf  
 mbH + Co., Handels KG  
 Der Partner für Praxisbedarf  
 Gerlenhofer Straße 4  
 D-89233 Neu-Ulm

Fordern Sie noch heute Unterlagen an!  
 vertrieb@methatec.de – www.methatec.de  
 oder einfach über eine unserer  
**gebührenfreien Servicenummern**  
 Tel: 0800-383 383 0 Fax 0800-38 3 383 1

**www.KinesiologieSchule.de**  
**Kinesiologie-Ausbildungen + Kurse** u.a. Neurale Integration (NICE), System. Kinesiologie  
 Tel. 030-791 1641  
 Mandiro Ordyniak #KINSCHU

**Der Königsweg der Kinesiologie**  
 Finden Sie auf der Geist-Körper-Seelen-Ebene die optimale Möglichkeit...  
 in der P...  
 in psych...  
 tischer...  
 Selbst...  
 Neue S...  
 Infos u...  
 www.N...

**Lab**

23.-24...  
**Nichti**  
 Grundl...  
 gnosti...  
 pie. V...  
 tioner.

vernetztes Hormonsystem gesteuert. Hormonelle Imbalancen haben daher oft weitreichende klinische Folgen: Adipositas, Burnout, Depressionen, Hautprobleme, Infektanfälligkeit, Libidoverlust, Osteoporose, Schlafstörungen ... Neben den endokrinologischen Grundlagen vermittelt das Seminar die nötigen Kenntnisse für den praktischen Einsatz der Hormondiagnostik aus dem Speichel und widmet sich den therapeutischen Möglichkeiten zur Beeinflussung des endokrinen Systems. Referenten: Apothekerin Marie Greiff, Dr. Volker Schmiedel, Hp Jürgen Amler, Dipl.-Biol. Diana Krause #LS

9.-10.3.2013  
**Mikrobiologie des Darmes**  
 Grundlagen – Diagnostik – Therapie. Dieses Grundlagenseminar bietet eine Einstiegshilfe in die mikroökologische Diagnostik und Therapie für die tägliche Praxis. Der Inhalt reicht von der Einführung in die intestinale Mikroökologie über individuelle kasuistische Befundinterpretationen bis hin zu sinnvollen Strategien zur Therapie von

darmassoziierten Erkrankungen. Referenten: Prof. Dr. Detlev G. S. Thilo-Körner, Dr. Andreas Ruffer, Dipl.-Biol. Diana Krause

9.+10.11.2013  
**Nahrungsmittelunverträglichkeiten und -allergien**  
 Differentialdiagnostik und Therapie. Immer mehr Menschen reagieren auf Nahrungsmittel...  
 #LS

30.11.-1.12.2013  
**Tatort Darmschleimhaut**  
 Von Allergien bis zu chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen. Als größte Körperoberfläche steht die Darmschleimhaut bei vielen Erkrankungen im Fokus: vom Leaky-gut-Syndrom über Malassimilationen bis hin zu akuten oder chronischen Schleimhautentzündungen. Die klinischen Folgen sind dabei ebenso vielfältig wie die möglichen Auslöser. Entsprechend komplex gestalten sich Diagnostik und Therapie. Das Seminar schlägt eine Brücke zwischen klassischer Gastroenterologie und Naturheilkunde. Referenten: Dr. Volker Schmiedel, Prof. Dr. Jost Langhorst, Hp Hans-Joachim Reimelt, PD Dr. Andreas Schwarzkopf, Dr. Andreas Ruffer #LS

23.3.2013  
**Einführung in das Medizinrad**  
 Die Arbeit mit dem Medizinrad ist eine unendliche Bereicherung für Körper, Geist und alle Aktivitäten im Leben. Begeben Sie sich auf eine intensive Reise

Ihrer Seele und lernen Sie Potenziale zu nutzen. #BM

27.-28.4.2013  
**Intensivseminar: Das Medizinrad**  
 Mit einem Blick in das Vorleben lassen sich oft Auswirkungen für das Hier und Jetzt herauslesen. Das Medizinrad hilft, Schwierigkeiten, Hindernisse und Blockaden der Gegenwart und der Zukunft zu überwinden. #BM

**Mykotherapie**  
 15.-16.3.2013  
**Ausbildung zum Mykotherapeuten**  
 Einsatz von Vitalpilzen zur Prävention und Therapie. Ort: Strasslach bei München Mehr Infos unter www.vitalpilze.de oder unter der kostenfreien Tel.-Nr. 0800-0077889

**Neue Homöopathie**  
 13.-14.7.2013  
**Praxisorientierte neue Homöopathie**  
 PraNeoHom®- Berater/Therapeut, Ausbildungsbeginn 13.-14.7.2013 Basis I. Infos unter www.altkemper-akademie.de #NBR

**NLP**

**NEULAND**  
 systemisch orientiertes NLP

... persönlich und beruflich einen Schritt weiter gehen!

**Dr. Doris Gruber**  
**Marlies Holitzka**

www.neuland-nlp.de  
 info@neuland-nlp.de  
 069 - 954 11 994  
 06062 - 955 6 353

**Psychotherapie**  
 9.-10.3.2013  
**Entwicklungspsychologie und Neurosenlehre**  
 HP Axel Maertsch

**Salutogenese**  
 12.-13.4.2013  
**Einführungsseminar Salutogene Kommunikation;**  
 Zentrum für Salutogenese in Bad Gandersheim; TG: 190,- Euro. Infos und Anmeldung über #SFS

3.-5.5.2013  
**8. Symposium für Salutogenese:**  
 „Berührung und Salutogenese“, Zentrum für Salutogenese in Bad Gandersheim; TG: 180,- Euro Infos und Anmeldung über #SFS

29.7.-1.8.2013  
**Training der Selbstheilungsfähigkeit;**  
 Zentrum für Salutogenese in Bad Gandersheim; TG: 270,- Euro. Infos und Anmeldung über #SFS

**Schamanismus**  
 17.-20.6.2013  
 Schamanistisches Arbeiten Großes Sommercamp Erleben Sie eine der ältesten Heilmethoden der Menschheit - Schamanismus bietet eine Chance, handfeste Lösungsansätze für jede Problematik im Leben zu finden und ihre Einsatzmöglichkeiten sinnvoll zu nutzen. #BM

2.3.2013  
**HUNA-Coach-Spirituelle Psychologie,**  
 hawaiianischer Schamanismus Heilungs-/Schicksalsblockaden lösen. Selbstheilungskräfte freisetzen für ein erfülltes Leben auf allen Ebenen des Daseins. Info: Tel. 08072-374919 und www.naturheilkundeschule.net #STE

**System. Aufstellungsarbeit**  
 Der nächste Aus- u. Fortbildungszyklus in Systemischer Aufstellungsarbeit geleitet von Heinz Stark (Institut für Systemisch Integrative Therapie) beginnt am 6. März 2013. Intro-Seminare 2012/13 in Gohrde, Bremen, Aachen, Stuttgart. www.starkinstitute.com Tel. 05855-978233.