

4 FACHLEUTE – 4 BEHANDLUNGSSTRATEGIEN

Immunsystem



HP Peter Germann
Gesundheitshaus Viriditas/Phytaro –
Heilpflanzenschule Dortmund
Im Karrenberg 56
44329 Dortmund
Internet: www.phytaro.de



HP Natascha Lobisch
Berrenrather Str. 230
50939 Köln
E-Mail: willkommen@praxislobisch.de

1

Phytotherapie: Mehr als nur Immunregulation

Bei der phytotherapeutischen Immunregulation ist es i. d. R. nicht alleine mit der Stärkung des Abwehrsystems getan. Auch sollte man den Lymphtransport und die Leber als Hauptentgiftungsorgan mitunterstützen. Neben dem Einsatz von Heilpflanzen sind Milieusanierung, pH-Wert-Regulation und Symbiontenunterstützung wichtige Bestandteile einer allumfassenden naturheilkundlichen Abwehrstärkung.

Beispiele für Heilpflanzen

Für seine besonders abwehrstärkende Wirkung ist der Rote Sonnenhut (*Echinacea purpurea*) bekannt. Auf dem Höhepunkt einer Infektionskrankheit ist er jedoch als Reiztherapeutikum mit Vorsicht anzuwenden, *Echinacea* Ø (Fa. Ceres), 3 × tgl. 3 Tr.

Dem Sonnenhut ebenbürtig ist der Durchwachsene Wasserdost (*Eupatorium perfoliatum*). Neben der Steigerung der körpereigenen Abwehr macht er u. a. Fieber erträglich, *Contramutan N Saft* (Fa. MCM Klosterfrau), 1 × tgl. 1 EL.

Abwehrsteigernd und gleichzeitig stark entgiftend ist die Meisterwurz (*Imperatoria ostruthium*). Sie wirkt auch einem all-

gemeinen Schwächezustand entgegen, *Imperatoria* Ø (Fa. Ceres), 3 × tgl. 3 Tr.

Immunstimulierend und bakteriostatisch wirkt die Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*), vorrangig durch ihre Senfölykosidverbindungen, *Angocin Anti-Infekt N* (Fa. Repha Arzneimittel), 3 × tgl. 4 Tbl. oder mehr.

Keimtötend, entzündungshemmend sowie immunstärkend wirkt das ätherische Öl des Bergbohnenkrauts (*Satureja montana*). Bei grippalen Infekten oder prophylaktisch einmalig 1 Tr. auf 1 Würfelzucker träufeln und dieses im Mund zergehen lassen. Aufgrund der massiven Schärfe sollte dieses ätherische Öl bei Kindern nicht zur Anwendung kommen.

Für die Unterstützung des Lymphtransports empfehlen sich Walnuss (*Juglans regia*) und Braunwurz (*Scrophularia nodosa*). Beide wirken lymphentgiftend und positiv auf den Lymphfluss, *Itires spag.* (Fa. Pekana), 3 × tgl. 20 Tr.

Um die Entgiftungskapazität der Leber zu steigern, empfehlen sich Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) und die Mariendistel (*Carduus marianus*), *Taraxacum comp.* (Fa. Ceres), 3 × tgl. 3 Tr. ■

2

Abwehr-Qi stärken mit „Jade-Wind-Schild“

In der Chinesischen Medizin spielt das Wei-Qi (Abwehr-Qi) eine wichtige Rolle für das Immunsystem. Es schützt den Körper vor den äußeren pathogenen Faktoren Wind, Kälte, Hitze und Feuchtigkeit. Kontrolliert wird die Zirkulation des Wei-Qi von der Lunge. Die Lunge ist auch verantwortlich für das Öffnen und Schließen der Hautporen, über die pathogene Faktoren in den Körper eindringen können.

Ist die Lunge geschwächt, kann daraus also eine Schwäche des Abwehrsystems resultieren. Demnach ist die Stärkung der Lunge eine wichtige Behandlungsstrategie, um das Immunsystem zu unterstützen. Dabei ist auch die Stärkung der Milz wichtig. Denn im Fünf-Elemente-Zyklus bringt das Element Erde (Milz) das Element Metall (Lunge) hervor. Daraus resultiert die Behandlungsmethode: Die Mutter (Milz) tonisieren, um das Kind (Lunge) zu stärken. Hierfür empfiehlt sich die Rezeptur *Yu Ping Feng San* (Jade-Wind-Schild-Pulver).

Zusammensetzung und Wirkung der Rezeptur (Dosierung als Dekokt)

Die angegebene Dosis ist die Tagesdosis. Diese wird 1 × tgl. gekocht und in 3 Portionen über den Tag verteilt getrunken. Die Kaiserarznei *Huang Qi* (*Astragali Radix*), 6–20 g, stärkt das Abwehr-Qi sowie das Qi von Lunge und Milz und festigt die Oberfläche gegen das Eindringen pathogener Faktoren. Der Assistent *Bai Zhu* (*Atractylodes Macrocephalae Rhizoma*), 9–15 g, stärkt die Milz und festigt ebenfalls die Oberfläche. *Fang Feng* (*Saposhnikoviae Radix*), 6–9 g, vertreibt Wind von der Oberfläche. Bei Infektanfälligkeit oder Heuschnupfen durch Lungen-Qi-Schwäche sollte man mit der Einnahme der Rezeptur Ende August beginnen und sie mind. 1 Monat lang fortführen.

Vorsicht: Bei Fülle-Zuständen wie Nässe-Hitze oder Hitze-Toxinen ist die Rezeptur kontraindiziert. Nässe-Hitze oder Hitze-Toxine finden sich z. B. bei chronischen Entzündungen oder Autoimmunerkrankungen. Zeichen dafür sind u. a. eine rote Zunge mit gelbem Belag und ein beschleunigter Puls. ■

stärken

3



HP Karl Vetter
Wagnerstr. 10
76709 Kronau
E-Mail: info@naturheilpraxis-vetter.de

Eigenbluttherapie für das unspezifische Immunsystem

Die Eigenbluttherapie wirkt als unspezifische Reiztherapie, die das körpereigene Abwehrsystem anregt und die Selbstheilungskräfte mobilisiert. Spezielle Wirkungsschwerpunkte erzielt man durch die Häufigkeit und Dauer der Behandlung sowie durch die Wahl eines geeigneten Zusatzmittels. Kontraindikationen sowie mögliche Erstreaktionen und -verschlimmerungen sind zu beachten (s. DHZ 3/2009, S. 31–33).

Intramuskuläre und subkutane Injektion

Am geläufigsten ist die intramuskuläre Injektion von Eigenblut. Hierzu entnimmt man eine geringe Menge Blut aus der Ellenbeugenvene und injiziert es sofort in den Gesäßmuskel. Ist die intramuskuläre Injektion kontraindiziert (z. B. bei Markumarpatienten), injiziert man in das subkutane Fettgewebe.

Nach Bedarf kann man das Blut zur Wirkungsverstärkung mit Homöopathika oder Phytotherapeutika anreichern. Für die Stärkung des Immunsystems empfiehlt sich z. B. Schwörtox® A Amp. (Fa. Schwörer). Meist wird eine Injektionsserie verabreicht, z. B. 10 Behandlungen über 5 Wochen verteilt, wobei man

den Eigenblutanteil mit jeder Injektion steigern kann, z. B. mit 0,5 ml Blut beginnen, pro Injektion um 0,5 ml steigern bis 3 ml und dann wieder zurück.

Für eine allgemeine Steigerung der Immunabwehr empfiehlt sich auch die Eigenblutbehandlung mit Ozon-Sauerstoff (s. DHZ 4/2014, S. 32).

Potenzierte Eigenblutbehandlung

Zur Immunstärkung eignen sich auch Eigenblut-Nosoden. Diese kann man über darauf spezialisierte Apotheken oder Firmen beziehen (bei Herstellung der Nosode durch Heilpraktiker nach AMG keine Abgabe an den Patienten). Man stellt die Nosode aus 1 Tr. Blut nach dem Prinzip der homöopathischen Potenzierung her. Sie enthält alle Informationen über das geschwächte Immunsystem oder eine evtl. vorliegende Erkrankung.

Für die Stärkung des Immunsystems verordnet man die Nosode in C3, C6 und C9 in der angegebenen Reihenfolge je 1 × 5 Tr. pro Woche, z. B. Mo., Mi. und Fr. ■

4



HP Elmar Stapelfeldt
Immanuel Krankenhaus Berlin
Königstr. 63
14109 Berlin
E-Mail: e.stapelfeldt@immanuel.de

Gesundheitsförderung in der Ayurveda-Medizin

Die Abwehrleistung ist nach Ayurveda nicht allein Aufgabe spezialisierter Blutzellen, sondern besteht in der Optimierung sämtlicher körperlicher und mentaler Funktionen. Insgesamt bilden diese „bala“ aus, die Kraft des Körpers, negative Einflüsse zu kompensieren. Entsprechend kommen bei der Abwehrstärkung und Immunregulierung auch alle Therapiebereiche der Ayurveda-Medizin zum Einsatz.

Da im Ayurveda Verdauung, Stoffwechsel und Ausscheidung die wichtigsten Grundmechanismen zur Gesundheitserhaltung darstellen, ist die Ernährung die Basis für eine gute Abwehr. Tägliche Reinigungsmaßnahmen und eine den Naturrhythmen angeglichene Lebensführung mit ausreichend Ruhe und angemessener Bewegung (meist auf Basis von Yoga-Übungen) sind ebenfalls wichtig. Die Psyche hat einen bedeutenden Einfluss auf die Abwehrleistung. Daher sind Atemübungen und Meditation sowie generell eine ethische Lebensführung, die ein harmonisches Gefühlsleben unterstützt, zu empfehlen.

Bei Bedarf kommt das ayurvedische Ausleitungskonzept („pancakarma“) zum Einsatz, um pathogene Ablagerungen zu besei-

tigen. Zusätzlich fördern manuelle Anwendungen, insbesondere Massagen mit geeigneten medizinierten ayurvedischen Ölen, die Funktionen v. a. von Bewegungsapparat, Nervensystem und Haut.

Heilpflanzen für Immunregulation

Folgende Heilpflanzen sind empfehlenswert (jeweils 2- bis 3-mal tgl. 3–5 g Pulver in etwas warmem Wasser auflösen und einnehmen): Das Holz der Guduci-Winde (*Tinospora cordifolia*) und das Rhizom der Gelbwurz (*Curcuma longa*) sind die bekanntesten Immunregulanzien im Ayurveda und wirken besonders auf Blutgewebe, Leber-Galle-System und Haut. Die Ashvaganda-Wurzel (*Withania somnifera*) wird für Bewegungsapparat sowie Nervensystem eingesetzt und fördert den Schlaf und die innere Gelassenheit. Bei Atemwegsbeschwerden wirkt sie funktionsregulierend. Für die interessanteste Substanz bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Allergien und Autoimmunprozessen halte ich jedoch Pippali-Früchte (*Piper longum*).

Achten Sie bei der Mittelwahl auf zertifizierte Produkte, die gängigen Reinheitsgeboten entsprechen. ■