

WAS TUN BEI ...

Heuschnupfen

Homöopathie und Naturheilkunde

Annette Kerckhoff, Markus Wiesenauer

2. Auflage



Was tun bei ...

Heuschnupfen

Homöopathie und Naturheilkunde

Annette Kerckhoff
Markus Wiesenauer

KVC | VERLAG

KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V.
Am Deimelsberg 36, 45276 Essen
Tel.: (0201) 56305 70, Fax: (0201) 56305 60
www.kvc-verlag.de

Kerckhoff, Annette; Wiesenauer, Markus
Heuschnupfen – Homöopathie und Naturheilkunde

Wichtiger Hinweis: Für Angaben über Dosierungsanweisungen und Applikationsformen kann vom Verlag keine Gewähr übernommen werden. Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht.

ISBN 978-3-945150-57-3

© KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V., Essen
2., bearb. Aufl. 2016
Abbildung S. 48: Peter E. Reiche

Das Werk mit allen Teilen ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Bestimmungen des Urheberrechts ist ohne schriftliche Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert werden.

Umschlaggestaltung: eye-d Designbüro, Essen
Druck: Union Betriebs-GmbH, Rheinbach

Inhalt

Einleitung.....	1
Der Heuschnupfen (Pollinosis)	
<hr/>	
Definition	3
Symptome.....	4
Die allergische Reaktion	6
Das Immunsystem	6
Histamin.....	10
Typ I-Allergien.....	11
Verbreitung und Ursachen	12
Verstärkende Faktoren	13
Komplikationen: Der Etagenwechsel.....	15
Kreuzallergien	15
Diagnoseverfahren	18
Die konventionelle Therapie	19
Vermeidung der Pollen	19
Medikamente	19
Hyposensibilisierung.....	20
Vorbeugung bei Säuglingen und Kindern	21

Der Tipp aus der Wissenschaft für die Praxis

<i>Galphimia glauca</i> bei Heuschnupfen.....	23
Homöopathische Einzelmittel, Pflanzen- heilkunde und Pollenhonig	28

Die Homöopathie

Grundprinzipien	33
Ähnlichkeitsregel und Arzneimittelprüfung.....	33
Potenzierung	35
Darreichungsformen.....	36
Literaturhinweise	37
Homöopathische Arzneimittel bei Heuschnupfen.....	39
Beispiele Zwiebel und Senf	39
Die Modalitäten	40
Die homöopathische Behandlung.....	40
Die einzelnen Arzneimittel (von A–Z)	42
Homöopathische Kombinationsmittel.....	53
Homöopathische Arzneimittel bei Heuschnupfen – Übersicht.....	56
Zur Anwendung und Dosierung homöopathischer Arzneien.....	62
Fragen und Antworten zur homöopathischen Selbsthilfe	64

Allergien aus naturheilkundlicher Sicht

Stärkung der Abwehr	69
Säulen der Gesundheit	69
Ernährung	70
Bewegung	72
Das psychische Gleichgewicht	73
Sauna	74

Was Sie noch tun können

Allgemeinmaßnahmen	77
Vitamine und Spurenelemente	78
Nasenspülungen und Nasenpflege	79
Salzwasserspülungen	79
Nasenpflege mit Öl	81
Heuschnupfenspray	82
Hyposensibilisierung durch Honig	83
Heilpflanzen bei Heuschnupfen	84
Malventinktur	84
Schwarzkümmelöl	85
Zedernöl	86
Brennnessel	87
Grüner Tee	88

Pollenflugkalender	90
Literatur und Quellen	93
Informationen und Adressen.....	96
Die Autoren.....	97

Der Heuschnupfen (Pollinosis)

Definition

Heuschnupfen wird auch als *Rhinitis pollinosis* bezeichnet. Die Vorsilbe *rhin-* ist griechisch und bedeutet, wie vom „Rhinozeros“ bekannt, „Nase“. Die Endung *-itis* weist im medizinischen Sprachgebrauch stets auf eine Entzündung hin. *Rhinitis* meint damit eine Entzündung der Nasenschleimhaut. In diesem Fall wird sie durch eine allergische Reaktion auf Pollen (Blütenstaub) verursacht (*pollinosis*). Mit dem Heu selbst hat der Heuschnupfen nichts zu tun, wohl aber mit dem Pollen von Gräsern, die auf Wiesen verbreitet sind. Denn vor allem Pollen von windbestäubten Pflanzen (viele Unkräuter, Bäume, Gräser und Getreide) verursacht allergische Reaktionen, nicht zuletzt, weil die kleinen, glatten Pollenkörnchen durch die Luft transportiert werden.

Unter den Getreidepollen ist es vor allem der Roggenpollen, der Allergien auslöst, unter den Kräutern der Beifußpollen, unter den Bäumen und Sträuchern der Pollen von Birke, Erle und Hasel.

Heuschnupfen sollte auf jeden Fall frühzeitig behandelt werden. Bei einem nicht unerheblichen Teil der Betroffenen entwickelt sich in der Folge ein Asthma bronchiale.

Die allergische Reaktion

Verursacht wird die Entzündung der Nasenschleimhaut durch die allergische Reaktion des Organismus auf Eiweiße, die in pflanzlichem Pollen enthalten sind.

i Eiweiße sind Stoffe, die dem Abwehrsystem häufig zu schaffen machen – ob es sich um Allergien beispielsweise auf Milcheiweiß handelt oder um Unverträglichkeiten von Impfstoffen, in denen tierische Eiweiße enthalten sind.

Das Immunsystem

Der gesunde Körper hat ein Abwehrsystem, das zwischen Selbst und Nicht-Selbst, zwischen „Freund“ und „Feind“ unterscheiden kann. Zur Abwehr „feindlicher“ Substanzen, z. B. Krankheitserreger, besitzt der Körper ein un-

spezifisches und ein spezifisches Abwehrsystem. Das unspezifische Abwehrsystem richtet sich nicht gegen eine bestimmte Substanz oder einen bestimmten Erreger. Das spezifische Abwehrsystem dagegen entwickelt Waffen (Antikörper), die sich nur gegen einen ganz bestimmten körperfremden Eindringling (Antigen) richten.

i Bei einer Allergie kommt es zu einer Überreaktion des spezifischen Abwehrsystems auf eine ganz spezifische allergieauslösende Substanz – im Fall des Heuschnupfens auf den Pollen.

Wie es zu einer solchen allergischen Reaktion, kommt, wird im Folgenden beschrieben und auch in der Abbildung (S. 9) deutlich:

- **Schritt 1:** Eine an sich harmlose Substanz, hier der Pollen, wird im Laufe mehrerer Kontakte vom Körper als „Feind“ eingestuft. Er bildet spezifische Abwehrstoffe, die Antikörper (als Vorbereitung auf einen folgenden Kontakt mit dem Allergen). Die Antikörper binden an so genannte Mastzellen. Dabei handelt es sich um Zellen des unspezifischen

Abwehrsystems, die sich in den Atemwegen, dem Magen-Darmtrakt und der Haut finden. Man spricht in diesem Zusammenhang auch von der „Sensibilisierung“. Warum sich eine Allergie entwickeln kann und das Immunsystem von Freund auf Feind „umschwenkt“, ist nicht abschließend geklärt.

- **Schritt 2:** Beim nächsten Kontakt mit der gleichen Substanz reagiert der Körper nun mit „gezückten Waffen“, ähnlich wie bei Krankheitserregern. Verbinden sich die Pollen (Antigene) mit den Antikörpern zu einem Antigen-Antikörper-Komplex, wird dadurch von den Mastzellen die Ausschüttung von Botenstoffen veranlasst. Einer dieser Botenstoffe ist das Gewebshormon Histamin, das für zahlreiche Körpervorgänge verantwortlich ist.

i **Antigene** sind körperfremde Stoffe, die vom Immunsystem bekämpft werden. Sie lösen eine Immunreaktion oder Immunantwort aus.

Antikörper sind Abwehrstoffe, die sich gegen ein ganz bestimmtes Antigen richten.

Homöopathische Arzneimittel bei Heuschnupfen – Übersicht

Allium cepa	
Hergestellt aus	Zwiebel
Bezug zu	Atemwege
Augensymptome	Bindehautentzündung, brennende, rote Augen; mildes Augensekret; Lichtscheu
Nasensymptome	Scharfes, brennendes, stark reizendes, wässriges Nasensekret, heftiger Niesreiz
Modalitäten	Besser im Freien; schlechter in der Wärme
Potenz und Dosierung	D6, 3–4 x täglich 5 Globuli

Arundo	
Hergestellt aus	Grasrohr (Wasserrohr)
Bezug zu	Augen, Atemwege
Augensymptome	Starker Juckreiz
Nasensymptome	Starker Juckreiz, Fließschnupfen mit Niesanfällen
Sonstige Symptome	Extremer Juckreiz im Gehörgang und Rachenbereich
Modalitäten	Schlechter in der Wärme
Potenz und Dosierung	D6, 3–4 x täglich 5 Globuli

<i>Cardiospermum</i>	
Hergestellt aus	Ballonrebe
Bezug zu	Haut, Schleimhäute; Stütz- und Bewegungsapparat
Augensymptome	Allergische Reaktion; Entzündungen; starker Juckreiz
Nasensymptome	Allergische Reaktion; Entzündungen; starker Juckreiz
Sonstige Symptome	Andere Haut- und Schleimhauterscheinungen aufgrund von Allergien, z. B. Neurodermitis, Schuppenflechte, Nesselsucht
Modalitäten	Besser im Freien; schlechter in der Wärme
Potenz und Dosierung	D3, 3–4 x täglich 5 Globuli

<i>Euphrasia</i>	
Hergestellt aus	Augentrost
Bezug zu	Schleimhäute
Augensymptome	Starke Bindehautentzündung; brennendes Augensekret; rote, geschwollene Lidränder; ständiges Tränen
Nasensymptome	Mildes, anfangs wässriges, dann schleimiges Nasensekret

<i>Euphrasia</i>	
Sonstige Symptome	Große Lichtempfindlichkeit
Modalitäten	Besser durch Kälte, schlechter abends
Potenz und Dosierung	D6, 3–4 x täglich 5 Globuli

<i>Galphimia glauca</i>	
Hergestellt aus	<i>Thryallis glauca</i>
Bezug zu	Atemwege; Haut
Augensymptome	Entzündete, rote Bindehäute; Tränen und Brennen der Augen
Nasensymptome	Starker Fließschnupfen; häufiges Niesen; Jucken, Kribbeln, Brennen der Nase; Trockenheit
Sonstige Symptome	Neigung zu asthmatischen Beschwerden, allergische Hauterkrankungen
Modalitäten	Schlechter durch Wärme und Schwitzen
Potenz und Dosierung	D4 oder D6, 3–4 x täglich 5 Globuli

Heuschnupfen ist die häufigste allergische Erkrankung. Konventionell behandelt man die Beschwerden vor allem mit antiallergischen oder entzündungshemmenden Substanzen. Leider unterdrückt diese Art von Therapie die Symptome nur, ohne die Ursache – die überschießende Reaktion des Immunsystems auf die Pollen – beseitigen zu können.

Die Verbreitung der Erkrankung, der Leidensdruck der Betroffenen und häufige Nebenwirkungen bei der konventionellen Therapie erlauben die Frage nach einer Behandlungsalternative aus dem Bereich der Naturheilkunde und der Homöopathie.

Was tun bei Heuschnupfen stellt diese Alternativen vor und gibt Ratschläge zur Vorbeugung und unterstützenden Selbsthilfe.

ISBN 978-3-945150-57-3



www.kvc-verlag.de