

WAS TUN BEI ...

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn

Jost Langhorst, Annette Kerckhoff

6. Auflage



Jost Langhorst, Annette Kerckhoff
Colitis ulcerosa und Morbus Crohn

Was tun bei ...

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn

Naturheilkunde
und Integrative Medizin

Jost Langhorst
Annette Kerckhoff

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

Langhorst, Jost; Kerckhoff, Annette

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn – Naturheilkunde und
Integrative Medizin

Wichtiger Hinweis: Jede Dosierung oder Applikation erfolgt auf eigene Gefahr des Benutzers. Geschützte Warennamen (Warenzeichen) werden nicht besonders kenntlich gemacht.

ISBN 978-3-96562-059-9

© KVC Verlag | NATUR UND MEDIZIN e. V., Essen 2022

6., bearbeitete Auflage

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: Margreff Druck, Essen

Inhalt

Einleitung.....	1
-----------------	---

Der Verdauungstrakt

Der Aufbau des Verdauungstraktes.....	7
---------------------------------------	---

Die Schichten des Verdauungstraktes	11
---	----

Chronisch entzündliche Darmerkrankungen

Definitionen	15
--------------------	----

Symptome.....	16
---------------	----

Diagnose	17
----------------	----

Ursachen	19
----------------	----

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn	21
---	----

Die konventionelle Therapie

Die medikamentöse Therapie	27
----------------------------------	----

Operation.....	30
----------------	----

Naturheilkunde und Integrative Medizin bei CED

Schulmedizin, Naturheilkunde, Komplementärmedizin	33
--	----

Verfahren der Komplementärmedizin.....	35
--	----

Studienlage zur Komplementärmedizin bei CED.....	36
Hintergrund	36
Zur Situation in Deutschland	38
Befragung zur Anwendung von Komplementärmedizin bei CED.....	38
Studie zur naturheilkundlichen Ordnungstherapie bei Patienten mit Colitis ulcerosa.....	42

Naturheilkundliche Ordnungstherapie bei CED

Das Essener Modell.....	45
Zum Einstieg: Ein Erfahrungsbericht.....	47
Verfahren zur Stressreduzierung.....	51
Alltagsstress und vegetatives Nervensystem.....	51
Ausgewählte Therapieformen	53
Ernährung	58
Ernährung zur Erhaltung der Remission	59
Spezielle Empfehlungen	61
Ernährung bei Stenosen	63
Ernährung bei Laktoseintoleranz.....	63
Bewegung	65
Physikalische Therapie.....	69
Reiz und Reaktion (Regulation)	69

Wärme und Kälte.....	70
Wickel und Auflagen.....	71
Feucht-warme Leberauflage	74
Feucht-warme Bauchauflage.....	76
Feucht-warme Bauchauflage mit Kümmelöl.....	77
Kühler Leibwickel.....	78
Kühle Leibwaschungen	80
Anwendungen mit Heilerde.....	81
Mikrobiologische Therapie	82
Pflanzenheilkunde	84
Die wichtigsten Wirkstoffgruppen	86
Die wichtigsten Heilpflanzen bei CED.....	91

Selbsthilfe bei ausgewählten Beschwerden

Anregung der Leber	107
Analfissuren	108
Aphthen und Mundschleimhaut- entzündung.....	109
Appetitlosigkeit.....	111
Blähungen und Flatulenz	112
Durchfall	114
Übelkeit und Erbrechen.....	118
Verdauungsstörungen allgemein.....	119

Nachwort	121
Literatur für Laien	123
Wissenschaftliche Literatur	123
Der Autor	127
Die Autorin.....	128

	Schulmedizin	Naturheilkunde
Wann?	Hochakute Zustände, Notfälle	Schubfreie Zeit, leichtere Beschwerden
Wozu?	Verminderung der Entzündung	Stärkung des Gesamtorganismus und der Psyche; Reduzierung der Medikamentendosis
Wie?	Entzündungshemmende bzw. immunsupprimierende Medikamente, Operation	Ernährungsumstellung, Bewegung, Entspannung, Ordnungstherapie, Hydrotherapie, Pflanzenheilkunde
Motto	Hilfe von außen	Stärkung von innen

Verfahren der Komplementärmedizin

Um eine gewisse Orientierung zu gewinnen, wird heute, entsprechend der Definition der Fachgesellschaften und der ärztlichen Weiterbildungsordnung in Deutschland, vor allem zwischen der klassischen Naturheilkunde und den erweiterten Verfahren unterschieden.

Die fünf Säulen der Naturheilkunde (Ernährung, Bewegung, Hydrotherapie, Pflanzenheilkunde und Ordnungstherapie) wurden mit der Zeit „modernisiert“ und ausgedehnt, so dass heute eine ganze Reihe von Verfahren dazu zählen. Auf die fünf Bereiche und ihren Einsatz bei CED gehen wir weiter unten noch ausführlicher ein.

Als erweiterte Verfahren werden folgende Therapien eingestuft: Neuraltherapie, Osteopathie, Akupunktur und Traditionelle Chinesische Medizin sowie „ausleitende“ und „ableitende“ Verfahren (z. B. Schröpfen, Blutegel).

Homöopathie und Anthroposophische Medizin gelten als eigenständige Therapierichtungen.

Studienlage zur Komplementärmedizin bei CED

Hintergrund

Bis vor kurzem wurden in Deutschland keine oder nur wenige Studien zum Einsatz von Komplementärmedizin bei Patienten mit chronisch entzündlichen Darmerkrankungen durchgeführt.

Dies spiegelt sicher auch das über lange Zeit geringe Forschungsinteresse und die schwache Forschungspräsenz der Naturheilkunde wider, die sich traditionell eher als Erfahrungswissenschaft verstand.

In den letzten Jahren stieg das Interesse an komplementärmedizinischen Verfahren in der Bevölkerung, auch unter CED-Patienten. Nicht wenige wurden selbst aktiv, verließen sich dabei jedoch auf Empfehlungen aus dem persönlichen Umkreis oder auf Ratgeber. Die Krankenkassen wiederum forderten wissenschaftliche Nachweise für die Bewertung der einzelnen Verfahren und die Kostenübernahme.

Eine derartige Forschung ist aus verschiedenen Gründen unerlässlich: um die Erfolge komplementärmedizinischer Verfahren bei einzelnen Krankheiten besser einstufen zu können, die Komplementärmedizin in die Kostenübernahme zu bringen, an den Universitäten zu etablieren – vor allem aber, um den Patienten optimal zu versorgen.

Anwendungen mit Heilerde

Heilerde besteht aus naturreinem Löss und ist reich an Mineralien und Spurenelementen. Heilerde ist ein altes naturheilkundliches Mittel, das sowohl innerlich als auch äußerlich eingesetzt wird. Die äußerliche Anwendung erfolgt bei Hautunreinheiten und Gelenkbeschwerden. Die innerliche Anwendung erinnert an die Einnahme von Kohle, denn auch Heilerde hat eine stark absorbierende Wirkung. Aus diesem Grund wird Heilerde vor allem bei Durchfall eingesetzt, andererseits bei starker Gärung, da sie die entstandenen Schadstoffe und Stoffwechselprodukte binden kann.

Heilerde kann bei CED unterstützend bei Durchfall im Rahmen akuter Schübe eingesetzt werden. Außerdem ist sie als dreimonatige Kur zur Entgiftung geeignet. Dafür wird z. B. Luvos Heilerde ultrafein portionsweise 2–3 x täglich in warmem Wasser aufgeschwemmt und zügig getrunken.

Keine Einnahme von Heilerde bei Stenosen! Wegen ihrer absorbierenden Wirkung soll Heilerde mindestens 60 Minuten vor oder nach Medikamenteneinnahme eingenommen werden.

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn sind chronisch entzündliche Darmerkrankungen (CED). Die konventionelle Therapie ist unverzichtbar und stellt die Basis der Behandlung dar. Mit Verfahren der Komplementärmedizin kann man aber die allgemeine Gesundheit stabilisieren, die Lebensqualität verbessern und die nebenwirkungsreichen Medikamente reduzieren.

Colitis ulcerosa und Morbus Crohn stellt ein naturheilkundliches Behandlungskonzept vor, das an der Klinik für Naturheilkunde und Integrative Medizin in Essen erprobt wurde.

Selbsthilfemaßnahmen zu ausgewählten Beschwerden sollen zusätzlich dabei helfen, das Leben mit CED in Zukunft besser zu bewältigen.

ISBN 978-3-96562-059-9



www.kvc-verlag.de