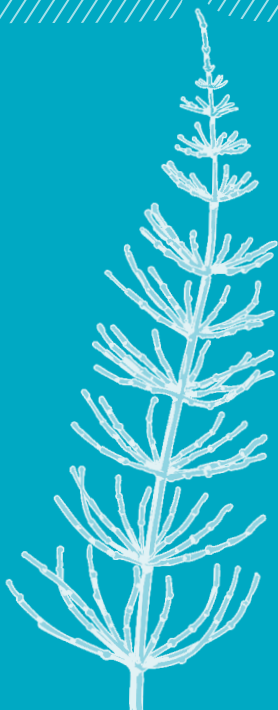


WAS TUN BEI ...

Hautkrankheiten

Naturheilkunde und anthroposophische Medizin

Isabel Bloss



Isabel Bloss
Hautkrankheiten

Was tun bei ...

Hautkrankheiten

Naturheilkunde und
anthroposophische Medizin

Isabel Bloss

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

Bloss, Isabel

Hautkrankheiten – Naturheilkunde und anthroposophische
Medizin

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

ISBN 978-3-96562-090-2

© KVC Verlag | Natur und Medizin e. V., Essen 2024

© Bilder: sabelskaya – Adobe Stock (S. 42), arxichtu4ki –
Adobe Stock (S. 50), Siwaporn – Adobe Stock (S. 67)

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: Rudolf Glaudo GmbH & Co. KG, Wuppertal

Inhalt

Einleitung	1
-------------------------	----------

Teil 1: Die gesunde Haut	3
---------------------------------	----------

Der Aufbau der Haut	3
----------------------------------	----------

Die Oberhaut – Epidermis	4
--------------------------------	---

Lederhaut – Dermis	5
--------------------------	---

Unterhaut – Subkutis.....	6
---------------------------	---

Die Funktion der Haut	7
------------------------------------	----------

Schutzfunktion.....	7
---------------------	---

Weitere Funktionen.....	9
-------------------------	---

Schutz und Pflege der Haut.....	12
--	-----------

Hautpflege von außen	12
----------------------------	----

Hautpflege von innen	13
----------------------------	----

Teil 2: Erkrankungen der Haut	15
--------------------------------------	-----------

Basismaßnahmen	16
-----------------------------	-----------

Entgiftung über die Leber	16
---------------------------------	----

Symbioselenkung.....	18
----------------------	----

Ernährungsmedizin.....	20
-------------------------------	-----------

Homöopathie und anthroposophische Medizin	23
--	-----------

Neurodermitis.....	24
Krankheitsbild	24
Entstehung und Ursachen	24
Symptome und Diagnosestellung.....	26
Die konventionelle Therapie.....	28
Die naturheilkundliche Sichtweise und Behandlung der Neurodermitis	30
Konstitution und Umweltfaktoren	30
Ordnungstherapie.....	31
Hautpflege mit Heilpflanzen.....	33
Stärkung der Barrierefunktion mit Heilpflanzen	34
Vermeiden von Auslösern	35
Homöopathie und Schüßler-Salze	36
Anthroposophische Medizin.....	38
Entgiftung über den Darm	38
Juckreiz und nässende Ekzeme.....	39
Hohe Empfindsamkeit und nervlich- seelische Krisen	41
Akute Ekzeme	41
Rosazea.....	44
Krankheitsbild	44
Entstehung und Ursachen	45
Symptome und Diagnosestellung.....	45
Die konventionelle Therapie.....	46
Zusätzliche Pflegehinweise	47

Die naturheilkundliche Sichtweise und	
Behandlung der Rosazea	48
Unverträglichkeiten erkennen.....	48
Heilpflanzen für die Haut.....	49
Vermeiden von Triggern	51
Homöopathie.....	51
Anthroposophische Medizin.....	53
Entgiftung über die Leber	53
Die seelische Geschlossenheit fördern.....	54
Schuppenflechte (Psoriasis).....	56
Krankheitsbild	56
Entstehung und Ursachen	56
Symptome und Diagnosestellung.....	58
Die konventionelle Therapie	60
Die naturheilkundliche Sichtweise und	
Behandlung der Schuppenflechte	62
Triggerfaktoren erkennen	62
Umstimmende Therapie mit Heilpflanzen	63
Behandlung von Schuppenbildung,	
Entzündung und Juckreiz.....	64
Täglicher Hautschutz	65
Entlastung des Darms.....	67
Homöopathie.....	69
Anthroposophische Medizin.....	70
Entgiftung über Leber und Galle	70
Salbentherapie	70
Spritzentherapie	71

Die Rolle der Psychosomatik bei Hauterkrankungen	72
Eine heilende Botschaft	73
Grenzen erkennen und ziehen	74
Die eigene Mitte finden	76
Biographiearbeit	77
Fallbeispiele und Erfahrungen	79
<hr/>	
Neurodermitis.....	79
Rosazea.....	83
Psoriasis.....	86
Die Autorin	89
Hilfreiche Adressen	90

Die naturheilkundliche Sichtweise und Behandlung der Neurodermitis

Konstitution und Umweltfaktoren

Auch die Naturheilkunde sieht im Auftreten einer Neurodermitis gewisse Dispositionsfaktoren als ursächlich an: Häufig ist die Symptomatik vererbt, oder ein Elternteil leidet unter Heuschnupfen oder allergischem Asthma. Darüber hinaus tritt Neurodermitis gehäuft bei Menschen mit blauen Augen, heller Haut, blonden bzw. hellen Haaren auf. Man spricht vom „lymphatischen Typ“. Die Stärkung bzw. Entgiftung über die Lymphwege kann dann im Verlauf eine wichtige Behandlungsoption sein.

Darüber hinaus sind Umweltfaktoren und -gifte wie Schadstoffbelastung der Luft, Klimaveränderung, Hormone in Kosmetik oder Plastikprodukte aus Sicht der Naturheilmedizin mögliche Trigger, um eine atopische Dermatitis zu entwickeln.

Die Naturheilkunde fragt außerdem nach der individuellen Konstitution: Hat die Neigung zur empfindlichen Haut und einer gewissen Dünnhäutigkeit eine Ursache in der Biografie der Patientin/des Patienten? Dazu mehr im Kapitel:

„Die Rolle der Psychosomatik bei Hauterkrankungen“ ab Seite 72.

Man hat in den letzten auch Jahrzehnten beobachtet, dass vor allem Kinder in Städten und eher naturarmer Umgebung erkranken. Kinder, die auf Bauernhöfen aufwachsen und früh mit allen möglichen Allergenen konfrontiert werden, leiden im Durchschnitt etwas seltener an Erkrankungen des atopischen Formenkreises. Eventuell liegt dies an einer Art Desensibilisierung im frühen Kindesalter.

Ordnungstherapie

Die Naturheilkunde kennt zahlreiche Möglichkeiten, um die Neurodermitis sanft zu lindern. Oft sprechen Betroffene auf eine sanfte Therapie besser an als auf die Kortisontherapie der Schulmedizin. Wichtig ist zu verstehen, dass die Anwendung von Kortison lediglich eine symptomorientierte Therapie darstellt, die kurzfristig hilft, aber die Symptome immer wieder nur unterdrückt. Sie folgt daher keinem kausalen Ansatz, der für eine nachhaltige Therapie und Linderung entscheidend ist.

Der naturheilkundlichen Behandlung liegt die Ordnungstherapie zugrunde. Kranke sollten

möglichst nach einem regelmäßigen Rhythmus leben, genug schlafen, Zeit zur Entspannung einplanen und sich häufig bewegen.

Durch die Bewegung wird das oft gestörte Schwitzen reguliert, Giftstoffe und Schlacken werden ausgeschieden. Ideal sind Walking, Jogging oder Radfahren, an möglichst drei bis vier Tagen pro Woche für jeweils 30–40 Minuten. Damit findet eine natürliche Stoffwechselregulation statt, die bei Menschen mit Neurodermitis oft gestört ist.

Zur Ordnungstherapie gehören auch Entspannungsverfahren wie Autogenes Training oder Atemübungen, Bewegungsverfahren wie Qigong oder Yoga. Wie später im psychosomatischen Teil noch deutlich wird, spielt Stress eine entscheidende Rolle bei der Neurodermitis, ebenso die mangelnde Fähigkeit, in sich selbst Ruhe und Sammlung zu finden. Daher sollte ein Entspannungsverfahren möglichst täglich in den Tagesablauf eingebaut werden, um den bei Betroffenen häufig hohen Adrenalin- und Kortisolspiegel immer wieder sanft „herunterzuregulieren“. Durch die erhöhten Stresshormon-Peaks kommen meistens auch starke Juckreizattacken zustande.

Anthroposophische Medizin

In der anthroposophischen Therapie geht es bei der Neurodermitis darum, die übersteigerte Tätigkeit des Nerven-Sinnes-Systems wieder in Einklang mit der Leiblichkeit zu bringen bzw. sie etwas zu reduzieren. Gleichzeitig heißt dies, die „Aushäusigkeit“ der Sinne, wie Rudolf Steiner es nannte, etwas zurückzunehmen und damit die eigene Mitte wieder zu stärken, um mehr bei sich zu sein. Viele Neurodermitis-Betroffene haben ihre „Fühler“ im Außen und können sich schlecht abgrenzen. Diese Aufgabe übernimmt dann sozusagen stellvertretend die Haut mit ihrer Symptomatik. Es geht um die Stärkung der Ich-Kräfte, um damit wieder mehr ins eigene Spüren zu kommen.

Entgiftung über den Darm

Eine grundlegende Maßnahme zur Harmonisierung der wichtigsten Stoffwechselorgane wie Leber, Niere, Dünn- und Dickdarm ist auch in der anthroposophischen Medizin die Entgiftung. Ein zentrales Mittel ist **Aquilinum comp.** (Globuli oder Ampullen, WALA). Es enthält u. a.

Die Autorin

Dr. med. Isabel Bloss ist Ärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilmedizin, anthroposophische Medizin, klassische Homöopathie und TCM/Akupunktur. Sie war knapp 20 Jahre als niedergelassene Ärztin, darunter über 10 Jahre in eigener Praxis, tätig und betreibt seit 2021 ihre Praxis in einem Online-Format (www.praxis-dr-bloss.de). Hier berät sie bundesweit chronisch kranke Erwachsene, Jugendliche und Kinder. Isabel Bloss ist seit ihrem Studium auch als Medizinjournalistin und Autorin tätig.

Natur und Medizin e. V. – Eine starke Gemeinschaft

Ob Pflanzenheilkunde, Schüßler-Salze oder Blutegeltherapie – die Komplementärmedizin ist ausgesprochen vielseitig. Natur und Medizin e. V. und seine fast 20.000 Mitglieder unterstützen die Carstens-Stiftung seit 40 Jahren dabei, Naturheilkunde und Homöopathie wissenschaftlich zu erforschen.

Das Ziel ist eine integrative Medizin, in der moderne Erkenntnisse und traditionelles Wissen, Hochschulmedizin und Naturheilkunde gemeinsam wirken.

Unser Auftrag besteht darin, die Bevölkerung über Nutzen und Anwendung von Naturheilkunde und Homöopathie zu informieren. Ein exklusives Ratgeberangebot, Bücher aus dem eigenen Verlag und die Mitgliederzeitschrift sowie vielfältige Informationen auf unserer Internetseite und in den sozialen Medien liefern fundiertes Wissen und geben Tipps zur Selbsthilfe.

Mit Ihren Mitgliedsbeiträgen, Buchkäufen und Spenden ermöglichen Sie nicht nur wichtige und wegweisende Forschung, sondern Sie tun etwas Gutes für Ihre eigene Gesundheit.

Werden Sie Mitglied, spenden Sie für die Komplementärmedizin, empfehlen Sie uns weiter! Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns bei Fragen oder Empfehlungen gerne an – wir freuen uns, dass Sie sich engagieren!

Weitere Informationen erhalten Sie unter:

Natur und Medizin e.V., Am Deimelsberg 36, 45276 Essen
Telefon: 0201/56305 70 | www.naturundmedizin.de |
www.kvc-verlag.de | www.carstens-stiftung.de

Aus naturheilkundlicher Sicht sind Erkrankungen der Haut ein Zeichen für Störungen, die den gesamten Organismus und die Psyche betreffen und daher auch eine ganzheitliche Behandlung erfordern. In der Therapie spielen die Ernährungstherapie, Heilpflanzen, die Entgiftung und Ordnungstherapie eine wichtige Rolle. Auch Homöopathie und anthroposophische Medizin zeigen gute Therapieerfolge. Dieser Ratgeber soll helfen, unser größtes Organ und seine Funktionen zu verstehen. Die Entstehung und Ursachen von Neurodermitis, Rosacea und Psoriasis werden erklärt und heilende Therapieverfahren vorgestellt.

ISBN 978-3-96562-090-2

www.kvc-verlag.de