

UMWELT HAUT ALLERGIE

Selbsthilfeorganisation für Neurodermitis, Allergien,
Asthma, Psoriasis, Umwelterkrankungen & Urtikaria



www.neurodermitis.net

NOVEMBER 2018
AUSGABE 80
SCHUTZGEBÜHR 6,80 €

► **NEUROLINCHENS
ERSTER SCHULTAG**
Die Seite für Kinder

► **HAUT- UND VITALSTOFFE**
von Dr. chem. Bruno Kugel

► **VOM PROTOTYPEN ZUM
MARKTREIFEN ENDPRODUKT**
von Dr. rer. nat. Dominic Kram

Verstopfung

Magen-Darm-Beschwerden

Heuschnupfen

Infekte

Blähungen

Neurodermitis

Allergische Erkrankungen

**Stuhldiagnostik auch
für Säuglinge & Kleinkinder**



Zeit für einen Darm-Check!
Absolut schmerzfrei! Stuhlprobe genügt!



Liebe Mitglieder, liebe Leser,

heute möchte ich mich im Namen des gesamten Vorstandes bei Ihnen bedanken.

Dieser Dank geht vor allem an Sie, ich spreche Sie persönlich an. Sie halten uns seit Jahren die Treue und unterstützen uns dadurch in unserer Arbeit. Treue Mitglieder deren Kinder, die vielleicht der Anlass der Mitgliedschaft waren, schon längst aus dem Haus sind, die vielleicht selbst seit langer Zeit beschwerdefrei sind. Ohne Ihre jahrelange Zugehörigkeit könnten wir nicht existieren. Genau ohne Sie gäbe es die Unabhängigkeit unseres Verbandes nicht mehr. Wir wissen Ihre Treue zu schätzen.

In der schnelllebigen Zeit verlassen viele, nach dem ihnen mit unserer Unterstützung geholfen wurde, umgehend unseren Verband. Schade, denn Sie alle sind ein Glied in unserer Kette. Je mehr (Mit-)Glieder, desto stärker wird die Kette, umso mehr können wir erreichen. Jedes Neumitglied stärkt die Kette, unseren Verband, jeder Austritt erreicht das Gegenteil.

Gerade in der heutigen Zeit ist es schwer sich gegen die Andersdenkenden zu behaupten.

Wir möchten uns weiterhin dafür einsetzen, dass auch eine alternative Heilmethode im Einklang mit der Schulmedizin zum Erfolg führen kann.

Für uns steht an erster Stelle die Suche nach der Ursache, nicht die Behandlung der Symptome. Wir vom Vorstand verstehen Sie, nehmen Ihre Beschwerden ernst, da wir alle selbst betroffen sind. Jeder mit seiner ganz eigenen Geschichte.

Wir wünschen uns, dass wir Ihnen, als unser Mitglied, auch weiterhin zur Seite stehen dürfen. In dieser Ausgabe erhalten Sie wieder viele wertvolle Informationen rund ums Thema Gesundheit. Sie erfahren mehr über Dupilumab und zur Apherese. Sollten Sie sich einer solchen Therapie unterziehen oder bereits unterzogen haben, so würden wir uns (und sicher auch viele Mitglieder) sehr über einen entsprechenden Erfahrungsbericht freuen. Ab dieser Ausgabe lassen wir Sie an der Entwicklung einer neuartigen Neurodermitis-Intensiv-Pflegecreme teilhaben. Wir bieten Ihnen einen interessanten Einblick in alle Entwicklungsprozesse.

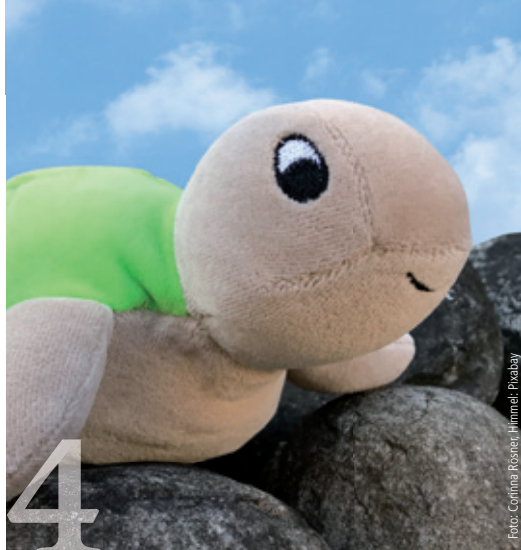
bleiben oder werden Sie gesund

**Ihre
Dorit-Gisela Schmücker**

1. Vorsitzende



Inhalt



4

Foto: Cornelia Rösner, Himmel, Pixabay

Kinder & Familie

Neurolinchens erster Schultag

► Seite 4

14



Foto: Privat

Interview & Erfahrungsbericht

Meine Geschichte: Willst du meinen Bauernhof erben?

► Seite 14–16



15

Foto: Privat

Informationen rund um Ihre Gesundheit

Dagegen ist ein Kraut gewachsen – Wurzelpetersilie

► Seite 18



Foto: Marien-Apothek e Neunkirchen/Hil. Blut

Service BVN

Probanden gesucht!

für die Neurodermitis-Intensiv-Pflegecreme (Prototyp)

► Seite 22–24



Illustration: Olga Serova - stock.adobe.com

18

Rezepte & Ernährung

Rezepte

► Seite 26–27



Foto: Cornelia Rösner

26

Einleitung

Liebe Mitglieder.....	1
Inhaltsverzeichnis.....	2-3

Kinder & Familie

Neurolinchens erster Schultag.....	4
------------------------------------	---

Interview & Erfahrungsbericht

Entspannung tut gut – „Die heilsame Kraft der Musik“	5
Meine Geschichte: Willst du meinen Bauernhof erben?.....	14-16

Fachartikel

Haut- und Vitalstoffe Dr. chem. Bruno Kugel	8-10
Die therapeutische INUSphere® – Neue Wege in der Umweltmedizin ...	12-13
Dupilumap (Dupixent) bei Neurodermitis	20-21

Informationen rund um Ihre Gesundheit

Spezifische Immuntherapie jetzt als Asthmatherapie empfohlen.....	7
Glutenfreie Ernährung bei Gesunden: Ist das schädlich?	11
Dagegen ist ein Kraut gewachsen Wurzelpetersilie	18

Waschbare Stoffbinden und Slipeinlagen von Isabel Fleschhut.....	19
---	----

Vom theoretischen Entwurf über den Prototypen zum marktreifen Endprodukt – (Teil 1) Dr. rer. nat. Dominik Kram	22-24
---	-------

Tipps.....	25
------------	----

Möglichkeiten und Grenzen einer Therapie für ganzheitliche Gesundheit von Hildegard Weiss (HP Psych)	28-29
---	-------

Rezepte & Ernährung

Rezepte „Brot – mal ganz anders“	26-27
Aufstriche zur Rotationsdiät Marzella Vogl, Ernährungsberaterin	27

Service

Tel. Ansprechpartner.....	6
DAK unterstützt das Engagement des Vereins auf Gesundheitsmessen.....	17
Beitrittserklärung & SEPA Lastschriftmandat.....	17-18
Teilnahmeerklärung für Probanden.....	30
Zu guter Letzt	31
Impressum & Vorschau.....	32



*Liebe Mitglieder,
liebe Leser,*

Sie möchten als Proband für die Neurodermitis-Intensiv-Creme teilnehmen?

Nähere Informationen finden Sie auf den Seiten 22, 23, 30 und zusätzlich über unsere Geschäftsstelle:

Bundesverband
Neurodermitis e.V.
Heerstraße 189-191
56154 Boppard

Telefon: 06742 87 13-0
Fax: 06742 87 13-20

www.neurodermitis.net
info@neurodermitis.net



Finde uns auf
Facebook

<https://de-de.facebook.com/BVNeurodermitis>

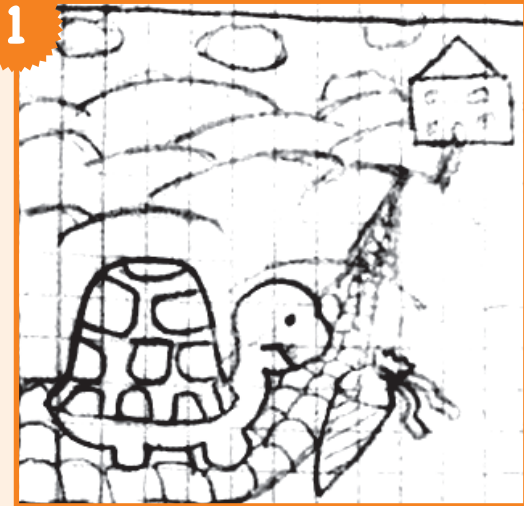


**Mehr Lebensqualität bei Neurodermitis,
irritierter Haut und für Allergiker**



Mehr über unsere Produkte können Sie in meinem
Online-Shop: www.haka.de/Sabine.Schiffer erfahren.

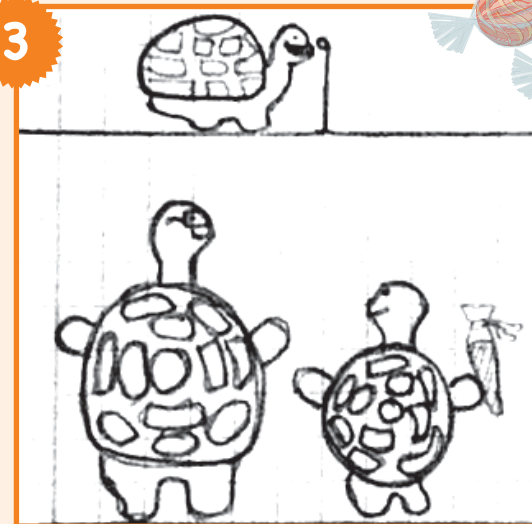
NEUROLINCHENS ERSTER SCHULTAG



1 Heute ist Neurolinchens erster Schultag. Sie ist sehr aufgeregt obwohl sie sich so gut vorbereitet hat. Sogar eine Schultüte hat Neurolinchen gebastelt mit vielen bunten Süßigkeiten. Mit dieser Schultüte macht sie sich dann morgens auf den Weg.



2 Als sie ankommt schaut sie sich das Schulgebäude genau an. Es ist riesig und in schönen Farben angemalt. Als sie reingeht fällt ihr auf, dass es von innen sogar noch schöner ist. Bunt geschmückt mit Lichtern, Girlanden und Bildern von den Schülern. Soweit Neurolinchen weiß soll die Eröffnungsfeier in einer großen Halle stattfinden.



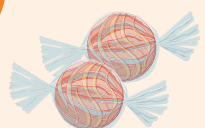
3 Die Feier ist schön, der Direktor hält eine kurze Rede und danach dürfen alle mit ihren Lehrern in die Klassenzimmer. Dort spielten sie ein Vorstellungsspiel, wonach der erste Schultag auch schon vorbei war.



4 Gar nicht so schlimm wie das Neurolinchen befürchtete und freut sich schon auf den zweiten Schultag. Zufrieden schläft Neurolinchen ein.

Wir bedanken uns bei
Kaylee (12 Jahre) und Michelle (15 Jahre)
für diese großartige Geschichte. Kaylee hat die
Bilder gemalt die Ihr jetzt ausmalen könnt.
Viel Spaß dabei.

Was könnte
Neurolinchen noch erlebt haben?
Welche Geschichte fällt Euch dazu ein?
Vielleicht möchtet Ihr uns auch ein Bild von
Neurolinchen malen. Wir freuen uns heute
schon auf Eure Post.



Entspannung tut gut

„Die heilsame Kraft der Musik“

Ganz egal ob bei Wut, Ärger, Einsamkeit, Traurigkeit, Stress, Unruhe oder Nervosität – nichts vermag meine Stimmungslage so zu verbessern, wie die Klänge meiner Lieblingsmusik. Seit es mp3-Player gibt, habe ich meine persönlichen „akustischen Rescue-Tropfen“ immer bei mir.

Für Musik konnte ich mich schon immer begeistern – jedenfalls kann ich mich nicht daran erinnern, dass es je anders gewesen wäre. Als ich acht Jahre alt war, mussten die Kinder-Kassetten den Schallplatten englischsprachiger Künstler weichen. Das war der Anfang. Bis zum heutigen Tag ist daraus eine große Plattensammlung geworden, die Alben verschiedenster Musikrichtungen und Interpreten beinhaltet. Wann immer es möglich ist, nehme ich mir auch einmal zwei oder drei Stunden Zeit, um ausschließlich Musik zu hören. Danach geht es mir immer viel besser und ich kann den „Herausforderungen des Lebens“ viel gelassener und optimistischer begegnen.

Vor Prüfungen, Vorträgen oder unangenehmen Arztbesuchen lindert die mitgebrachte Musik meine Aufregung. Für mich ideal ist auch, dass sich meine beiden größten Lieblingsbeschäftigungen – Musik hören und Kochen – kombinieren lassen. Einige meiner Lieblingsgerichte, gehören für mich sogar untrennbar mit einem bestimmten Lieblings-Album zusammen. Dieses wird jedes Mal, wenn ich das dazugehörige Essen zubereite, angehört. Mein absoluter Lieblingsänger wird mir, sollte er es je erfahren, hoffentlich verzeihen, dass ich eines seiner Alben nicht bei dessen tatsächlichem Titel nenne, sondern als „meine Lasagne-CD“ bezeichne.

Aber auch während der Erledigung unliebsamer Arbeiten im Haushalt, ist die Musik stets ein willkommener Begleiter, die dann sogar dafür sorgt, dass lästige, aber leider notwendige Tätigkeiten wie Abwaschen, Putzen oder Bügeln leichter zu erledigen sind. Zudem ist Musik – auch für Erwachsene – eine hervorragende Einschlafhilfe. Wenn ich nachts wach liege und ein blöder Gedanke den nächsten zu jagen scheint, hilft die Musik mir, dieses Gedankenkarussell zu stoppen, ruhiger zu werden und schließlich doch in den Schlaf zu finden, um am nächsten Morgen von einem Song geweckt zu werden und gut gelaunt in den Tag zu starten.

gepflegt in den Frühling

Glandol[®] ATOP
Baut die Haut von innen auf

Glandol[®] Creme
Schützt die Haut von außen

Die patentierte Formulierung mit **Omega-3, Omega-6** und **Vitamin D** zielt direkt auf das Immunsystem und die Hautbarriere.

-10% mit Code*: **bvn10**

Glandol[®] ATOP
Düsseldorfer Lebensmittel für kreislaufe medizinische Zwecke (ergänzend Mineralien (Mg)) zur diätetischen Behandlung von atopischer Dermatitis.
Ein wichtiger Baustein für Ihre gesunde Haut
VG-Naturpharma | Inhalt: 60 Kapseln (400 µg)

Glandol[®] Creme
mit essentiellen Omega-3, Omega-6, Vitamin D
Lipidum
e 50g

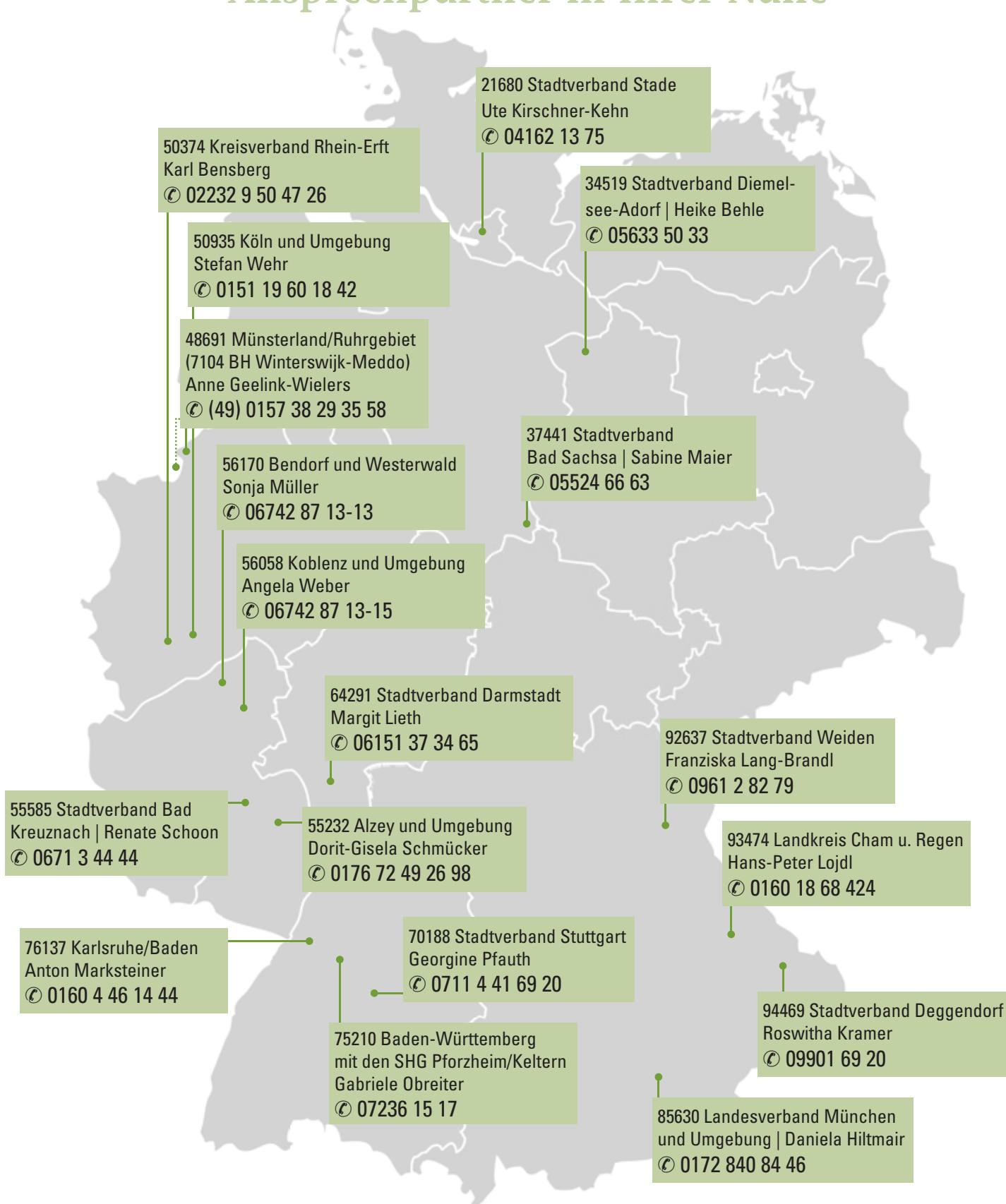
Erhältlich in Ihrer Apotheke oder auf **vitamimix.de**

Frei von: Parabenen, Silikonen, Mineralölen sowie Duft- und Farbstoffen

* Nur gültig auf vitamimix.de für alle Glandol-Produkte

Telefonische

Ansprechpartner in Ihrer Nähe



Besuchen Sie uns auch im Internet unter www.neurodermitis.net oder folgen Sie uns auf Facebook/BV Neurodermitis.

Spezifische Immuntherapie jetzt als Asthmatherapie empfohlen!

Für Asthma-Patienten gibt es jetzt neue Behandlungsempfehlungen! Zur Behandlung von Asthma wird die spezifische Immuntherapie (SIT) nun ausdrücklich in der neu aufgelegten Nationalen Versorgungsleitlinie (NVL) Asthma <https://www.leitlinien.de/nvl/asthma> empfohlen. „Für Astmapatienten ist das fast wie eine Revolution“ beurteilt Prof. Dr. med. Eckard Hamelmann, Vizepräsident der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und Klinische Immunologie (DGAKI) <http://www.dgaki.de/> und Koautor der Leitlinie diese Neuerung. Bei Asthma-Patienten soll der behandelnde Arzt im Rahmen der Asthma-Diagnostik jetzt auch eine allergologische Abklärung vornehmen wenn der Verdacht auf eine Allergie besteht oder wenn eine andere allergische Erkrankung vorliegt. Für die Therapie legt die neue NVL Asthma fest, dass die spezifische Immuntherapie jetzt ausdrücklich zur Stufentherapie gehört. Sie gilt für alle Stufen als zusätzliche Therapieoption,

unabhängig vom Schweregrad. Patienten haben somit ein Anrecht auf Aufklärung über die Möglichkeit einer spezifischen Immuntherapie zur Behandlung ihres Asthmas.

Wichtig zu wissen: Die spezifische Immuntherapie ist die einzig kausale Behandlungsform für allergisch bedingte Erkrankungen. Das bedeutet, diese Therapie kann die Ursachen des Asthmas an der Wurzel bekämpfen und nicht nur die Symptome behandeln. Neue Studien haben gezeigt, dass die spezifische Immuntherapie bei allergischem Asthma die Ausbrüche (Exazerbationen) verringern und die Symptomkontrolle verbessern kann. „In Kinderstudien konnte gezeigt werden, dass die Anwendung von Kortikosteroiden durch die spezifische Immuntherapie reduziert werden kann“ betont Prof. Hamelmann, „gerade bei Kindern und Jugendlichen ist dies ein wichtiger Aspekt!“

Kontakt: Prof. Dr. med. Eckard Hamelmann, Kinderzentrum Bethel, Evangelisches Klinikum Bethel: kinderklinik@evkb.de
Prof. Dr. med. Kleine-Tebbe, Pressesprecher, DGAKI: kleine-tebbe@allergie-experten.de, DGAKI-Geschäftsstelle: info@dgaki.de

KANNE BROTRUNK®
Der tägliche Schluck für eine gute Gesundheit.*

wit natürlichen Vitamin B12

nicht pasteurisiert

natürlich bio und vegan

mit lebendigen Milchsäurebakterien

vom Bundesverband Neurodermitis e.V. empfohlen

zur inneren und äußeren Anwendung geeignet

Der **Original Kanne Bio Brottrunk®**
Durch monatelange Fermentation entstehen wichtige Vitamine, Mineralstoffe, Enzyme und vor allem lebende Milchsäurebakterien.

Kanne Bio Brottrunk® – ein probiotischer Beitrag im Rahmen einer gesunden Ernährung.

Informationen zu Kanne Bio Brottrunk® sowie weiteren Produkten finden Sie auf:
www.kanne-brottrunk.de.

EUROPEAN VEGETARIAN UNION
VEGETARISCH
VEGAN

* Kanne Brottrunk® enthält Vitamin B12
Kanne Brottrunk GmbH & Co. Betriebsgesellschaft KG, Bahnhofstraße 68, 59379 Selm-Bork
Tel: 0 25 92 / 97 40 0, Fax: 0 25 92 / 613 70

Haut- und Vitalstoffe



Dr. chem. Bruno Kugel

Der Formenkreis derartiger Erkrankungen und damit verbundener Hautveränderungen ist sehr groß: Neurodermitis, Psoriasis, seborrhoisches Ekzem oder Kontaktekzem, Herpes oder Gürtelrose, Lupus, Lichen ruber, Vitiligo, Asthma uvm. – genau so lang wie die Liste der Ursachen. Teilweise sind Allergien oder echte Autoimmunprozesse damit verbunden; darauf und auf weitere Ursachen möchte ich im Folgenden etwas eingehen und einige Möglichkeiten aufzeigen. Vitalstoffe sind neben Vitaminen Coenzyme, Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren, sekundäre Pflanzenstoffe, essentielle Fettsäuren – eben alles, was unsere körpereigene Regulation verbessern kann.

Allgemeine Ursachen

Bei allergischen Reaktionen vom Typ I bis IV können Sofortreaktionen bis tagelang verspätete Reaktionen auftreten – je nach Toxin bzw. Allergen(menge), Einwirkungsdauer und Empfindlichkeit des Organismus mehr oder weniger heftig auch an Haut und/oder Schleimhäuten der Atemwege.

Die Traditionelle Chinesische Medizin TCM verknüpft den Darm mit der Lunge. Darmschleimhaut und die Lungenschleimhaut sind über die Haut verbunden; daher ist es allermeist ratsam, auch nach

der Darmgesundheit zu schauen, wenn Sie von Hautkrankheiten betroffen sind.

Bei echten Allergien (z.B. auch Heuschnupfen, Nickelallergien, Kontaktallergien) können zwei Untersuchungen mehr Aufschluss darüber bringen, ob die Darmschleimhaut geschädigt ist: ein Zonulintest (erhöhte Zonulinwerte sind ein Maß dafür, wie „undicht“ der Darm ist, also ein wichtiger Marker für den sog. Leaky Gut – also den löchrigen Darm)¹. Ein weiterer Parameter ist z.B. erniedrigtes Alpha-1-Antitrypsin. Fachärzte und Labore können hier weiterhelfen.

Oft ist auch eine Proteinfehlverdauung und damit eine Fäulnisflora im Darm eine der Ursachen. Die entsteht durch giftige Abbauprodukte von Eiweißen: Ammoniak, Schwefelwasserstoff, Skatol, Thioether und Diamine, um nur einige zu nennen. Diese Proteinfehlverdauung beginnt meist schon im Magen: entweder zu wenig Magensäure/Magensaft oder eine Dysbalance zwischen Magensäure/Magenschleim und Verdauungsenzymen wie z.B. Pepsin oder zu wenig Intrinsic Factor (einem notwendigen Baustein zur Aufnahme von Vitamin B12 über die Nahrung). Zu wenig Magensäure hat weitreichende Auswirkungen – einige sind: die Nahrung wird weniger gut aufgeschlossen, Bakterien werden weniger effektiv abgetötet, Eisen (II) ist weniger verfügbar (das salzsaure Medium überführt Eisen in der Nahrung in zweiwertiges und damit bioverfügbares Eisen). Damit gelangt unverdautes Essen in den Dünn- und Dickdarm und wird dort bakteriell abgebaut. Auch eine bakterielle Besiedlung des Magens mit *Helicobacter pylori* kann Probleme verursachen.

Allergien

Bei echten Allergien sind oft Kupfer, Zink und Selen im Mangel. Das muss nicht unbedingt im (Voll-) Blut manifest sein, da unser Stoffwechsel erst einmal innerhalb der Zelle stattfindet. Funktioniert die Regulation dort nicht mehr, weil die Vorräte dauerhaft aufgebraucht sind und kann die Nahrung nicht genug nachliefern, entsteht ein längerfristiger Mangel im Blut. Kupfer ist u.a. für den Sauerstoffhaushalt zuständig und spielt eine wichtige Rolle bei der Synthese von Hämoglobin aus Eisen.

Zink wirkt gegen Entzündungen, die oft mit einer Allergie einhergehen. Dies lässt sich wie folgt erklären: liegt ein durchlässiger, „löchriger“ Darm vor, können einzelne Moleküle, die vor allem im Dickdarm, aber auch im Dünndarm durch Stoffwechselprodukte gebildet werden, die Darmwand weiter schädigen und diese durchdringen. Normalerweise schafft es unser Immunsystem recht gut, diese Schadstoffe zu eliminieren bzw. unschädlich zu machen. Gelingt das jedoch nicht und werden zunehmend Enzyme geschädigt, kann die normalerweise gute Immunreaktion sich auch gegen (schon geschwächte) eigene Immunzellen richten. Diese werden dann aufgefressen – der Beginn einer Autoimmunerkrankung. Zink ist notwendig für Entgiftungsprozesse, was Immunreaktionen einschließt. Bei Zinksubstitutionen ist aus Sicht der orthomolekularen Medizin darauf zu achten, dass ein Verhältnis von Zink: Kupfer von etwa 10:1 eingehalten wird, wenn man länger und in größerer Menge Zinkpräparate einnimmt⁶.

Selen ist u.a. ein sehr wichtiges Antioxidans und Bestandteil unseres Entgiftungssystems wie z.B. der Glutathionperoxidase. Vor allem bei Herzkrankungen, aber auch bei vielen immunologischen Prozessen wird Selen benötigt. Unter anderem spielt es eine wichtige Rolle bei der Entgiftung von Schwermetallen, besonders Quecksilber. Vitamin E unterstützt die Wirkung von Selen. Menschen mit Histaminintoleranz haben oft zu wenig Kupfer, Zink und einen Mangel an den Vitaminen B6 und C2.

B6 – Pyridoxin oder in seiner aktiven Form Pyridoxal-5-phosphat – ist unentbehrlich für den Proteinstoffwechsel. Ein Mangel daran macht einen Enzymstoffwechsel schwer bis unmöglich.

Vitamin C (im engeren chemischen Sinn L-Ascorbinsäure) ist unser wichtigstes Vitamin, an fast jedem Prozess in unserem Körper beteiligt und im Hinblick auf Histaminprobleme eine sehr interessante Substanz, weil sie in größeren Mengen als Antihistaminikum wirkt und wir sie nicht selbst aus Glucose herstellen können (Buchtipps: Prof. L. Pauling – das Vitamin-Programm).

Hautkrankheiten und Kollagen

Viele Menschen mit Hauterkrankungen haben eine „Bindegewebsschwäche“, die voller Erwartungen irgendwann mit Kollagenhydrolysat oder Knochenbrühe oder Gelatine behandelt wird.

Daran ist erstmal nichts Verwerfliches, nur: kommt das 1:1 in unseren Zellen bzw. im Gewebe an – also

da, wo es gebraucht wird zum Aufbau des dringend benötigten Kollagens? Nabelbrüche, Leistenbrüche, mangelnde Festigkeit und Elastizität von Unterhautfettgewebe mit Dellen, Faltenbildung und vorzeitiger Alterung, Knötchen oder Flecken können Hinweise auf einen Kollagenmangel sein.

Allgemein wichtig für die Kollagenbildung sind u.a.: Silizium, Vitamin A, C und E, Lysin, Coenzym Q10, Vitamin B5 (Pantothensäure), Biotin, Vitamin B3 (Niacin bzw. Nicotinamid), und einige weitere wie z.B. Vitamin D3, B6 und Magnesium. Gerade Vitamin D3 ist global gesehen sehr wichtig und es haben sich Änderungen in den Empfehlungen ergeben³. Das ist erst einmal sehr unübersichtlich und wenig hilfreich. Daher ist eine gründliche individuelle Anamnese und gezielte Empfehlung wichtig und sinnvoll. Bei Mehrfacherkrankungen ist die Frage: wo liegt der aktuelle Fokus? Ein löchriger (oder entzündeter) Darm, Asthma, Magenschleimhautprobleme/Gastritis/Magengeschwüre, eine Übersäuerung der Zellen, ein verknüpftes Leberproblem (z.B. die nicht-alkoholische Fettleber), Autoimmunerkrankungen wie Hashimoto-Thyreoiditis, eine Pilzbelastung mit Candida (auch in der Wohnung!, evtl. sichtbar an Fußpilz und/oder Nagelpilz), Bakterien, Viren, Parasiten, Schwermetalle wie z.B. Arsen, Pestizide oder auch elektromagnetische Strahlung, Haarfarben, Farbstoffe (Amine wie sie z.B. in Haarfarben vorkommen – p-Phenylendiamin – oder künstliche Azoverbindungen in künstlichen Lebensmittel-Farbstoffen⁷), Nüsse (diese enthalten oft größere Mengen an allergisierendem Cobalt und Nickel) sind häufige Ursachen/Allergieauslöser. Umweltgifte und Umweltchemikalien stören den Kollagenaufbau und verbrauchen Vitalstoffe. Gegebenenfalls ist also der Kollagenmangel auf vielfältige Ursachen zurückzuführen.

Einige Zusammenhänge und Details

Wichtige Antiallergika, die immunmodulierend und auch gegen Hautprobleme wirken können, sind: OPC bzw. Aronia (auch in Verbindung mit anderen sekundären Pflanzenstoffen wie Granatapfel, Zimt, Kurkuma, Ingwer und weiteren), wobei OPC für oligomere Proanthocyanidine steht und oft synonym für Traubenkernextrakt verwendet wird. Dem ist allerdings nicht unbedingt so, denn es kommt in vielen Früchten, Beeren und teilweise auch Gemüse vor. Oft werden auch chinesische Heilpilze wie z.B. Cordyceps bei Asthma eingesetzt, die allgemein immunsystemstärkend und damit auch antiallergen wirken (s.o.). Bei Heilpilzen ist erwähnenswert, dass asiatische Dosierungen teils deut-

lich höher liegen als europäische Empfehlungen. Organischer Schwefel MSM (Methylsulfonylmethan) kann eingesetzt werden, um die Immunität zu verbessern: es ist u.a. Baustein für Glutathion, eins unserer wichtigsten Entgiftungssysteme. Zusätzlich kann es schmerzstillend wirken.

Bei Ekzemen hat sich die innerliche Anwendung von Omega3-Fettsäuren, Nachtkerzenöl und Borretschöl oder auch Schwarzkümmelöl im Wechsel bewährt. Gegebenenfalls sind auch weitere Maßnahmen äußerlich ratsam⁶.

Silizium kann sehr hilfreich und wirksam sein – vor allem dann, wenn es längere Zeit angewendet wird. Zu empfehlen sind neben Heilerde vor allem Siliziumgel oder ein kolloidales Präparat (innerlich und/oder äußerlich), das für eine Mineralisierung im Körper sorgen kann, denn: Silizium spielt eine zentrale Rolle im Aufbau unseres Kollagens und unserer Kollagenfasern, also letztlich unseres Bindegewebes. Auch spielt es eine äußerst wichtige Rolle zur Erhaltung gesunder Haut (und Schleimhaut) und ist wesentlicher Bestandteil unserer Lymphe, also unserer Lymphgefäße und Lymphfollikel. Die Lymphe ist zentrales Entgiftungssystem unseres Körpers!

Schließlich ist es bei Erkrankungen mit Viren der Herpesfamilie (Lippenherpes, Genitalherpes, Mononukleose, Pfeiffer'sches Drüsenfieber, Windpocken/Gürtelrose) möglich, kurweise L-Lysin zu substituieren^{4,5}. So lassen sich oft ein Ausbruch bzw. unangenehme Folgen vermeiden und man ist schneller wieder symptomfrei. Auch hier gibt es weitere Zusammenhänge: ein Gegenspieler von L-Lysin ist L-Arginin.

Fazit

Bei all diesen Hinweisen ist eines wichtig: Ausdauer, Geduld und behutsames Herausfinden der für Sie richtigen Dosis begleitend zu einer angemessenen Ernährung. Sie werden vermutlich nicht innerhalb weniger Tage oder Wochen gesund. Aber Sie können sich durch konsequenten Einbau wichtiger Nährstoffe (über die Ernährung und/oder mit Hilfe von Vitaminpräparaten) und durch Meiden individuell wichtiger Störfaktoren und Schadstoffe eine deutlich bessere Lebensqualität und in Einzelfällen auch dramatische Verbesserungen Ihres Gesundheitszustandes insgesamt schaffen. Eine konsequente Einnahme über Monate liefert nach eigenen Erfahrungen und Beobachtungen nahezu immer einen Effekt in die richtige

Richtung. Bei alledem: das ist nur ein Teil eines komplexen individuellen Ansatzes, der immer körperliche, geistige und seelische Aspekte miteinbeziehen sollte, um möglichst erfolgreich zu sein. Bitte erst informieren und ggf. durch einen Orthomolekularmediziner oder TCM-Therapeuten (das sind nur zwei von vielen Möglichkeiten) beraten lassen, auch aus folgendem Grund: im Zuge dieser Maßnahmen können Reaktionen vorkommen, die man in der Komplementärmedizin auch als Erstverschlimmerung (Herxheimer-Reaktion, Heilkrise) bezeichnet: viele Gifte werden mobilisiert und die Entgiftungsorgane, vor allem Lymphe, Leber und Nieren, sind gefordert. Sind sie überlastet können sich z.B. Hautsymptome verschlimmern. Daher ist die Begleitung durch einen kompetenten Therapeuten dringend empfehlenswert – gerade, wenn bekannt ist, dass die Entgiftungs- oder Organleistung reduziert ist oder eine starke Schwermetall-, Pilz- oder andere Belastung vorliegt. Ggf. sollte die Dosis angepasst oder das Therapieregime überdacht werden.

Literatur (Auswahl):

- 1.) *Immunsystem und Cu, Zn, Se (auch: Zn:Cu-Verhältnis):* <https://www.i-gap.org/app/dokumente/immun3.pdf>
- 2.) *www.mikrooek.de - „Leaky Gut sicher diagnostizieren – mit Zonulin“*
Histaminintoleranz und Vitalstoffe: <https://www.zentrum-der-gesundheit.de/histaminintoleranz.html> bzw.: *Jarisch, R., Histaminintoleranz – Histamin und Seekrankheit, 2. Auflage, Thieme-Verlag.*
- 3.) *Paul Veugelers, John Ekwaru, „A Statistical Error in the Estimation of the Recommended Dietary Allowance for Vitamin D“, Nutrients, 2014; 6 (10): 4472 (Ein statistischer Fehler bei der Einschätzung der empfohlenen Tagesdosis für Vitamin D) bzw. https://grassrootshealth.net/document/vitamin-d-toxicity/*
- 4.) *Burgersteins Handbuch Nährstoffe, Trias Verlag, 2012.*
- 5.) *Dr. U. Gröber, Orthomolekulare Medizin – ein Leitfaden für Apotheker und Ärzte, 3. Auflage 2008, S. 261-65; ISBN: 978-3-8047-1927-9.*
- 6.) *Dr. P.-H. Volkmann: Orthomolekulare Therapie-hypoallergen: der naturheilkundliche Patientenratgeber, VBN-Verlag 2006 sowie www.vbn-verlag.de*
- 7.) *Liste häufiger Allergene bzw. Verursacher allergieähnlicher Symptome (J. Lueger, comed 3/2017, S. 7 http://archiv.comed-online.de/fileadmin/flipbooks/COmed_3-2017/HTML/files/assets/common/downloads/CO.med%202017.pdf bzw. www.tk-online.de):*
 - *Azofarbstoffe: E102 Tartrazin, E110 Gelborange, E122 Azorubin, E123 Amarant, E124 Cochenillerot, E129 Allurarot, E151 Brillantschwarz BN*
 - *Konservierungsstoffe: E210-212 Benzoesäure und ihre Salze, E220-228 Schwefeldioxid und Sulfite*
 - *Antioxidationsmittel: E310-312 Gallate, E320 BHA, E321 BHT*

Glutenfreie Ernährung bei Gesunden: Ist das schädlich?

Glutenfreie Ernährung ist gesund! Das denken viele, die sich glutenfrei ernähren. Andere wiederum meinen, an einer Glutenunverträglichkeit zu leiden. Die Experten der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie (DGAKI) sehen das allerdings anders. **„Eine glutenfreie Diät, ohne dass eine nachgewiesene Zöliakie besteht, kann schädlich sein“** stellt Prof. Dr. Jörg Kleine-Tebbe von der DGAKI fest. Die Allergie-Fachgesellschaft hat dazu eine aktuelle Position¹ erarbeitet.

Die Zöliakie ist eine chronische Darmerkrankung, die auf einer Gluten-Unverträglichkeit beruht². Sie ist selten und erfordert strikten Glutenverzicht. Eine freiwillige glutenfreie Ernährung kann eine bislang unerkannte Zöliakie allerdings „maskieren“, das heißt, sie ist dann nicht mehr zu diagnostizieren. Auch Essstörungen, wie zum Beispiel eine Orthorexia nervosa (Zwang, sich besonders gesund zu ernähren), können auftreten, so die DGAKI-Experten. **„Zudem kann es durch glutenfreie Ernährung sowohl zu Verstopfungen, bis hin zu möglichen Enddarmkrankungen, als auch zu Fettstoffwechselstörungen kommen“**, so Prof. Kleine-Tebbe.

Unterschätzt wird von Vielen aber auch eine weitere Gefahr. **„Glutenfreie Kost kann zu Nährstoffmangel führen und womöglich auch zu Schwermetallbelastungen“** betont Prof. Kleine-Tebbe. Auch die eingeschränkte Lebensqualität und die deutlich höheren Kosten sprechen gegen einen freiwilligen Verzicht auf Gluten ohne medizinischen Grund. **„Wir raten dringend davon ab, vorschnell auf eine glutenfreie Ernährung umzustellen“**, mahnt Prof. Kleine-Tebbe. Bei Vermutung einer angeblichen „Glutenunverträglichkeit“ sind aus Sicht der DGAKI zunächst eine Reihe anderer Diagnosen zu berücksichtigen.



Quellen:

1. Reese I, Schäfer C, Kleine-Tebbe J et al. Nicht-Zöliakie-Gluten-/Weizen-Sensitivität (NCCGS) — ein bislang nicht definiertes Krankheitsbild mit fehlenden Diagnosekriterien und unbekannter Häufigkeit. Positionspapier der Arbeitsgruppe Nahrungsmittelallergie der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie (DGAKI). Allergo Journal 2018;27:147-51
Kostenfreier Download: <http://www.dgaki.de/wp-content/uploads/2018/08/Reese-I-et-al-Nicht-Zoeliakie-Gluten-Weizen-Sensitivitaet-NCCGS-DGAKI-Positionspapier-Allergo-Journal-8-2018.pdf>

Die sensitive Universal-Waschmittel & Reinigungsmittel

DERMA Fluid
www.derma-fluid.de

✓ Für Babys ✓ Für Allergiker ✓ 100% Vegan

Die therapeutische INUSphere® – Neue Wege in der Umweltmedizin

Die Idee, dass „kranke bzw. vergiftete Körpersäfte“ die Gesundheit des Menschen beeinträchtigen ist eine uralte Erkenntnis, mit der sich bereits die Summerer 4000 v. Christus beschäftigten. Der Aderlass war schon den Ärzten im alten Ägypten bekannt. In der Geschichte gibt es zahlreiche Gelehrte, die sich mit diesem Thema auseinandersetzten (u.a. Hippokrates, 460–377 v. Chr.). Eine der bekanntesten aus dieser Riege ist Hildegard von Bingen (1098–1179 n. Chr.), die in ihrem medizinischen Lehrbuch „*Causa et crurae*“ zum Aderlass folgendes geschrieben hat: **„Wenn bei einem Menschen die Gefäße mit Blut überfüllt sind, müssen sie durch einen Aderlass von dem schädlichen Schleim und den durch die Verdauung gelieferten Fäulnisstoffen gereinigt werden...“**. In der modernen Medizin der heutigen Zeit spielt der klassische Aderlass natürlich keine Rolle mehr. Die zugrunde liegende Idee aber, durch geeignete Maßnahmen schädigende Stoffe und Substanzen aus dem Körper zu transportieren und damit Heilungs- und Regenerationsprozesse zu unterstützen ist aktueller denn je.

Als man vor 16 Jahren im INUS Medical Center in Cham als Erster damit begann, sich mit der Anwendung der Apherese als Doppel-Membran-Filtration bei Umwelterkrankungen zu beschäftigen, betrat man damit Neuland. Unter der Leitung des erfahrenen Nephrologen und Umweltmediziners Dr. Richard Straube (er kann bis dato auf die Erfahrung von mehr als 30.000 durchgeführten Apheresen zurückgreifen) wurde akribisch und wissenschaftlich fundiert damit begonnen Erkenntnisse zu diesem Einsatzspektrum der Apherese zu sammeln, zu dokumentieren und auszuwerten. Viele Jahre der Forschung und Tests sowie das Wissen aus mehr als 12.000 durchgeführten Apheresen im INUS Medical Center in Cham/Bayern führten zu richtungweisenden Aussagen bezüglich der richtigen Anwendung der Therapie mit dem richtigen Filter und dem optimalen Gerät. Seit etwa drei Jahren arbeitet das Team an einer eigenen Studie mit mehr als 1.300 Patienten und über 178.000 einzelnen Markern um zu

belegen wann und mit welchem Filter die Doppel-Membran-Filtration hilfreich und erfolgreich ist. Eine wissenschaftliche Ausarbeitung zu diesem Themenspektrum mit einem derart umfangreichen Datenmaterial ist bislang nicht existent und stellt aufgrund des enormen Wissensvorsprungs auf diesem Gebiet ein Alleinstellungsmerkmal dar. In erster Linie kommt dieses umfangreiche Erfahrungswissen den Patienten zu Gute, die darauf basierend von einer hohen und tiefgreifenden Behandlungs- und Therapiekompetenz profitieren.

Die therapeutische INUSphere®/ Umweltapherese® in der Umweltmedizin

Grundlegend für die INUSphere® ist die im Jahr 1980 von Nephrologen entwickelte Doppelmembranfiltrationsapherese. Die INUSphere® definiert Dr. Straube als **„... ein biophysikalisches Ausleitungsverfahren mit geschlossenem Blut/Blutplasmakreislauf beruhend auf den Gesetzen der Thermodynamik, dessen Therapieeffekte auf der extracorporalen Elimination von, an Proteine gebundenen, Fremdstoffen, pathogenen Substanzen, durch Fremdstoffeinfluss erzeugtem Pathoprotein, veränderten pathogenen Zellen des Blutes sowie inflammatorischen und proinflammatorischen Proteinen besteht. Hierfür werden selektive Plasmatherapieverfahren verwendet. Auf eine Substitution von Eiweißen und/oder Elektrolyten kann verzichtet werden“**.

Basierend auf den Gesetzen der Thermodynamik können mit diesem biophysikalischen Ausleitungsverfahren ausgeleitet werden:

- Fremdstoffe, die mit Proteinen reagiert haben (= künstlich veränderte eigene Eiweiße mit krankhaftem und schädigendem Charakter),
- Sekundäres Pathoprotein und proinflammatorische (proentzündliche) Eiweiße,
- Toxische Stoffe wie Schwermetalle, Lösungsmittel und Umweltnoxen sowie
- Rheologische (die Fließeigenschaft des Blutes verändernde) Proteine



INUS MEDICAL CENTER AG
TAGESKLINIKUM-CHAM

Die pathogenen Proteine, Substanzen und Stoffe werden aus dem separierten Plasma entfernt mit Hilfe der Adsorption (= Herausziehen bzw. Anheften), Präzipitation (= Ausfällung) und Filtration. Das Plasma wird dann durch einen Spezialfilter geleitet, der den eigentlichen Effekt erzielt. Im Anschluss daran wird das „gereinigte“ Plasma ohne wesentlichen Volumenverlust und unter Beibehaltung wichtiger lebensnotwendiger Eiweiße, Mineralien und Elektrolyte wieder zurück in den Körper geleitet. Eine Substitution mit diesen „guten“ Stoffen ist daher nicht notwendig. Somit unterscheidet sich die INUSphere® in diesem Punkt von dem klassischen Plasma-Aderlass oder dem Plasmaaustausch, bei denen das separierte (abgetrennte) Patientenplasma teilweise oder ganz verworfen wird, wobei neben pathogenen (krankmachenden) auch alle anderen, lebensnotwendigen Eiweiße eliminiert werden und daher eine Substitution (Ersatz) mit Elektrolyten, Humanalbumin (menschliches Eiweiß) oder Frischplasma erforderlich ist mit teilweise unangenehmen Nebenwirkungen und starken Reaktionen.

Entscheidend für eine optimale und effektive Wirkung der INUSphere® als Umweltapherese® ist die Kombination aus Filter und Gerätetechnologie. In der Umwelttherapie muss mit speziellen Filtern gearbeitet werden, die über so genannte intelligente Membranen verfügen. Nicht zu verwechseln mit anderen Verfahren, bei denen andere Filter eingesetzt werden, wie z.B. die Lipidapherese. Entsprechende Filtersysteme und Geräte wurden exklusiv von den Experten im und für das INUS Medical Center entwickelt unter Berücksichtigung der Ergebnisse und Erkenntnisse jahrelanger Forschungen. Die therapeutische INUSphere® ist zur Behandlung und Therapie vieler klinischer Krankheitsbilder der Umweltmedizin ein hochwirksames, effektives Verfahren und kann als Alternative zum Einsatz einiger schwerwiegender Medikamente gesehen werden. Unter Beachtung des Grundsatzes, dass die Auswahl der Verfahren und ihre Dosierung dem Patienten und seinem zugrundeliegenden Problem anzupassen sind, ist es ein schonendes und gut verträgliches therapeutisches Verfahren. Dies besonders in der Ausführung eines dafür qualifizierten Therapeuten.

Innere Medizin

Umweltapherese® zur
sanften Blutreinigung

Umweltmedizin

Hyperthermie

Orthomolekulare Medizin

Nephrologie

**Einziges
internationales Zentrum für
Umweltapherese®**



Was führt Sie zu uns?

- Stoffwechselerkrankungen
- Erkrankungen des Immunsystems
 - Metabolisches Syndrom
 - Chronische Entzündungen
 - Erkrankungen des Darms
- Degenerativ entzündliche Erkrankungen
 - Chronische Infektionen
 - Toxische Belastungen
 - Genetik
 - Chronische Müdigkeit
- Migräne, Schwindel, Tinnitus
 - Neurodermitis
- Umweltbedingte Erkrankungen



**Individuelle Medizin mit
naturheilkundlichem
Schwerpunkt!**



**Jetzt mit speziell ausgebildeten und
qualifizierten Therapeuten auch in:
Hamburg, Berlin, Erfurt und Bonn!**

... nähere Infos auf unserer Website:

www.Gesundheitspark-cham.de

...in Cham, direkt am Volksfestplatz!

Tel.: 09971-20032-30

Meine Geschichte

„Möchtest du meinen Bauernhof erben?“

„Du“, das bin ich, Matthias, zum Zeitpunkt der Fragestellung 38 Jahre, verheiratet mit meiner Frau Silke, Familienvater von 9 Kindern. Gestellt wurde die Frage vor 10 Jahren von einer alten Dame, welche bereits auf dem ca. 300 Jahre alten Dreiseitenhof im vogtländischen Hartmannsgrün geboren wurde, jedoch kinderlos und ohne nähere Anverwandte ihren Lebensabend verbrachte.

Wir nahmen das Angebot an, obgleich ich vorerst eher an eines unserer Kinder dachte.

Als Kind wuchs ich auf einem Bauernhof auf, welcher meinen Großeltern gehörte, jedoch im Zuge der Verstaatlichung in der ehemaligen DDR dann in eine Landwirtschaftliche Produktionsgenossenschaft (LPG) eingebracht wurde. Unter diesen Bedingungen verloren im ehemaligen Osten Viele die Lust auf das Führen eines eigenen Landwirtschaftsbetriebes und erlernten andere Berufe. Nach der Wiedervereinigung fehlten also zwei Generationen Landwirte und die bestehenden Nachfolgebetriebe der Genossenschaften bewirtschafteten tausende von Hektar in großem Stil.

Anfang bis Mitte der 90er Jahre wurden unsere ersten Kinder geboren. Neu für uns war damals, dass unsere Kinder plötzlich Allergien zeigten, welche es aus unserer Sicht zu DDR-Zeiten nicht gab. Außer dem typischen Heuschnupfen kannte ich im Bekanntenkreis keinerlei Allergien. Allerdings gab es damals, vor der Wende, auch nur die Lebensmittel, welche jahreszeitbezogen aktuell waren, z.B. Gurken erst ab Mitte Juni. Auch die heute üblichen langen Haltbarkeitszeiträume gab es so nicht. Auf der Suche nach Ursachen begannen wir mit dem Anbau von Obst und Gemüse im heimischen Garten, zwei Gewächshäuser wurden errichtet und auf ca. 200 m² erfolgte der Anbau nach biologischen Grundsät-



Unser Bauernhof vor der Modernisierung.

zen zur Selbstversorgung. Wir merkten, dass Gemüse auch noch wirklich Geschmack entwickeln kann und taten uns als Familie etwas Gutes, positiver Nebeneffekt war die sinnvolle, naturnahe Beschäftigung und – die Kinder lernten auch noch was dabei! Lediglich der Anbau von Kartoffeln bereitete uns Mühe. Die Nachbargrundstücke wurden als Viehweide oder Pferdekoppel genutzt und die Wühlmäuse der Umgebung nutzten unseren Garten als verkehrsberuhigte Zone – Kartoffelanbau unmöglich!

Von einem befreundeten Bauer bekamen wir ein Stück Feld zur Verfügung gestellt worauf wir nun auch diese Lücke der Selbstversorgung schließen konnten. Das erste Saatgut bezogen wir vom Julius-Kühn-Institut Groß Lüsewitz. Um die Sortenvielfalt zu erhalten wurden bereits damals 10 bis 15 verschiedene Kartoffelsorten angebaut, wobei alle anfallenden Arbeiten ohne „Technik“ und dafür mit viel Mühe einhergingen. Dies praktizierten wir fast 20 Jahre mit recht gutem Erfolg, wobei der Ertrag ausschließlich zur Selbstversorgung genutzt wurde. Brot wurde auch so ziemlich alles selbst gebacken.

Der Erbfall trat 2010 ein und nun stellte sich die Eingangs gestellte Frage: **Was also tun mit einem Bauernhof?**

Direkt angebunden an den Hof sind 3,5 ha Ackerland, die anderen Flächen wurden an andere Verwandte vererbt. Dankbar waren wir, dass die verpachtete und bis dahin konventionell bewirtschaftete Ackerfläche für den Eigenbedarf aus der Pacht herausgelöst werden konnte.

Gebrauchte Technik wurde angeschafft und das Abenteuer konnte beginnen. Meine eigentliche Tätigkeit an einer Berufsbildenden Schule reduzierte ich auf 70%. Damit begann unsere „Passion“ (lt. Wörterbuch: starke, leidenschaftliche Neigung zu etwas; Vorliebe, Liebhaberei oder auch leidenschaftliche Hingabe). Angebaut werden seitdem jeweils im Wechsel Kartoffeln (derzeit über 40 verschiedene Sorten), Getreide (Rotkorn- und Gelbmehlweizen, Nackthafer, Waldstaudenroggen) und einjährige Blümmischungen (Bienenweide und natürliche Gründüngung).

Meist ist Leidenschaft aber auch mit Leiden verbunden. Dies kann sehr vielschichtig sein, Wildschweine, Krautfäule, Kartoffelkäfer, Behörden...

„Blickst du eigentlich noch durch?“ – das werde ich auch regelmäßig gefragt. Gemeint sind dabei die über 40 verschiedenen Kartoffelsorten, welche wir seit einigen Jahren biologisch anbauen. Gelb, Rot, Violett, Schwarz, Purpur, Rund, Oval, Hörnchen – eine bunte

Vielfalt. Ja, man könnte es leichter haben. Eine Sorte festkochend, eine Sorte mehlig, fertig!

Jedoch ist gerade die Vielfalt in Farbe, Form und auch im Geschmack der Faktor, welcher den Mehraufwand überreich belohnt. Am schönsten ist es, wenn so mancher Kartoffelkäufer bemerkt, dass Kartoffeln ja auch noch einen Geschmack haben können.

Ich bin sehr dankbar, dass die Kartoffel den im deutschen Mittelalter üblichen Hirsebrei verdrängt hat.

Sind doch der Vielfalt an Zubereitungsmöglichkeiten der „Solanum Tuberosum“ nahezu keine Grenzen gesetzt. Das Beste aber dabei ist der Gesundheitswert.

Dass eine Vielzahl von Krankheiten schlicht und einfach ernährungsbedingt sind, da sind sich die meisten „Insider“ einig. Kartoffeln sind basisch und entlasten den Magen-Darmbereich, Gifte und Säuren werden durch die Stärke gebunden. Sie enthalten Eisen, Magnesium, Kalium, Calcium, Phosphor, Vitamin B1, B3 und C. Besonders die Roten, Violetten und Blauen unter ihnen enthalten außerdem noch wertvolle Antioxidantien, welche entzündungshemmend wirken und oxidativen Stress der Körperzellen reduzieren. Damit werden Zellschäden verhindert. Risiken für allgemeine Erkrankungen, Krebs und Zellalterung sinken und auch eine Senkung des Blutdruckes wird der Kartoffel zugeschrieben.



seit 1996



SIRIDERMA®
für Ihre Hautgesundheit

Basische Spezialpflege

zur **Präventivpflege** bei trockener Haut und intensiven **Therapiebegleitung** bei Problemhaut wie z. B. bei **Neurodermitis u. Psoriasis**.

- **Höchstverträglich** ➤ **leicht Basisch**
- **Auf Basis hochwertiger, rein pflanzlicher Öle**
- **OHNE Alkohol** ➤ **OHNE Paraffine**
- **OHNE organisch-synthetische Konservierungsstoffe**
- **mit und OHNE Duftstoffe**
- **Vegan** ➤ **Für Babys, Kinder & Erwachsene**

SIRIUS GMBH

Kirchgässchen 6
40789 Monheim

www.siriderma.de



Gerne beraten wir Sie kostenlos und unverbindlich zu Ihren individuellen Fragen zum Thema Hautpflege.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen zu sprechen!

+49 (0) 21 73 - 90 56 - 0
oder

info@siriusmail.de

Blaue Erdäpfel enthalten z.B. besonders viele dieser Antioxidantien, welche entsprechend heilsam wirken. Wir kennen einige Allergiker persönlich, welche ausschließlich Kartoffeln mit rotem Fruchtfleisch ohne Probleme vertragen.

Kartoffeln sind von jeher ein bewährtes Hausmittel. Im Erkältungsfall legte mir als Kind meine Mutter oft warme, gekochte und zerdrückte Pellkartoffeln, in ein Tuch eingewickelt auf die Brust. Inhalationen mit Kartoffeldampf wirken schleimlösend und entzündungshemmend.

„BIO-Bauern spritzen niemals am Tag – nur nachts!“
– auch das, eine Aussage, welche ich schon zu hören bekam. Dazu möchte ich keinen allgemein gültigen Kommentar abgeben. Schockiert war ich diesen Sommer, als wir im Urlaub einen Hobby-Landwirt vom Kaiserstuhl kennenlernten. Er betreibt auf 4 Hektar Obstanbau und sagte, dass er ungefähr 15-mal spritzen müsste, wenn er sein Obst wettbewerbsfähig auf den Markt bringen möchte. Da er das nicht macht, brennt er nur noch Obstler! Von einem südtiroler Imker erfuhr ich vor Jahren, dass es Obstbauern gibt, die keinen südtiroler Honig kaufen. Warum wohl? Ja die Welt ist krank, und gerade darum macht nur der biologische Anbau Sinn. Meine Erfahrungen mit kontrollierenden Instituten und auch übergeordneten Behörden waren immer positiv, wobei „Positiv“ nicht heißt, dass ein biozertifizierter Betrieb ohne Probleme gegen die bestehenden Kriterien verstoßen kann.

Die mir begegneten Kontrolleure besaßen stets eine hohe Fachkompetenz. Jedoch gibt es immer Möglichkeiten, Vorschriften zu umgehen. Daher finde ich es sehr wichtig, dass ein Endverbraucher die Möglichkeiten nutzt, um den Betrieb seiner Wahl kennenzulernen. Gespräche mit dem Landwirt verraten so manches, mehr aber noch der Blick auf die Anbauflächen. Wenn das einzige Grün auf einer Anbaufläche ausschließlich aus Kartoffelblättern besteht, dann – ... großes Fragezeichen. Fragen Sie doch einmal nach, ob ein Fruchtwechsel erfolgt, welche Nährstoffe in den Boden eingebracht werden, ob Probleme mit Kartoffelkäfern oder Krautfäule bestehen und wie diesen begegnet wird. Ich bin überzeugt, dass Sie sich aus den entsprechenden Antworten ein durchaus realistisches Bild machen können. Einem überzeugten und begeisterten Bio-Landwirt merkt man an, wie er zu diesem Thema steht.

Garantieren kann ich Ihnen, dass ein biologischer Anbau möglich ist. Man kann Landwirtschaft betreiben, ohne ..., ohne ..., ohne ... – Klar, der Ertrag ist geringer, der Aufwand höher, aber es ist ein unbeschreiblich gutes Gefühl, wenn man erlebt, dass man Menschen durch eine gesunde Ernährung helfen kann,



Eine kleine Auswahl

dem Leben einen Mehrwert abzugewinnen. Da meine Frau selbst unter CFS (Chron. Fatigue Syndrom) und MCS (Multi Chemikalien Syndrom) leidet, habe ich hautnah erlebt, welchen Schaden Umwelteinflüsse anrichten können. Aber ich habe ebenso vielfach erfahren, welche einen großen Beitrag eine gesunde, chemikalienfreie (o. chem. arme) Ernährung leistet, um Krankheiten vorzubeugen, zu lindern oder zu heilen.

Einziges Problem ist noch: ...

Wenn ein deutscher Durchschnittsbürger ein neues Auto kauft, dann wird **selten** gespart!

Wenn ein deutscher Durchschnittsbürger einen Urlaub bucht, dann wird **selten** gespart!

Wenn ABER ein deutscher Durchschnittsbürger Lebensmittel kauft, dann zählt oft **NUR DER PREIS!!!**

Fazit:

Es lohnt sich immer auf gesunde Ernährung Wert zu legen. Und manchmal ist weniger auch mehr. Wir als Familie wollen unseren Teil dazu beitragen. Auch die Verantwortung für unsere Schöpfung sehen wir als wichtigen Aspekt an.

Übrigens:

**„Nicht allein vom Brot (oder Kartoffeln)
soll der Mensch leben,
sondern von jedem Worte Gottes“.***

* Die Bibel, Lukas 4,4

Familie Matthias Schmidt

Bundesverband Neurodermitis e.V. in Boppard erhält 2.196,00 Euro

DAK-Gesundheit unterstützt das Engagement des Vereins auf Gesundheitsmessen

Boppard, 28. September 2018. Geldspritze für einen guten Zweck: Die DAK-Gesundheit in Koblenz unterstützt die Arbeit des Bundesverbandes Neurodermitis e.V. mit 2.196,00 Euro. Mit der Förderung der Krankenkasse wollen die Betroffenen und ihre Angehörigen die weitere Präsenz und das Engagement auf regionalen Gesundheitsmessen finanzieren.



„Wir freuen uns sehr über diese Unterstützung und danken der DAK-Gesundheit“, sagt Dorit-Gisela Schmücker, 1. Vorsitzende der Selbsthilfeorganisation. Einer Studie zufolge sehen rund 90 Prozent der Deutschen

Selbsthilfegruppen als sinnvolle Ergänzung zur ärztlichen Behandlung. „Zum Gesundwerden und Gesundbleiben ist der Erfahrungsaustausch untereinander

sehr wichtig“, sagt Jürgen Wilhelm, Chef der DAK-Gesundheit in Koblenz. „Für uns ist die Förderung der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe mehr als nur eine gesetzliche Aufgabe.“ Gerade für Betroffene mit seltenen oder sehr langwierigen Erkrankungen sei es schwierig, verständnisvolle Gesprächspartner außerhalb der Familie zu finden. „Deshalb informieren unsere Kundenberater im Krankheitsfall über regionale Angebote“, so Wilhelm.

100.000 Selbsthilfegruppen in Deutschland

Etwa 3,5 Millionen Menschen haben sich bundesweit in fast 100.000 Selbsthilfegruppen zusammengeschlossen. In vielen Städten und Regionen gibt es Selbsthilfekontaktstellen, die einen Überblick über die Angebote zu einzelnen Erkrankungen oder Behinderungen bieten. Bundesweit fördert die DAK-Gesundheit jährlich über 5.000 örtliche Selbsthilfegruppen. Für diese ist bei konkreten Projektvorhaben das örtliche Servicezentrum der richtige Ansprechpartner. Beim Wunsch nach pauschaler Förderung ist hingegen der Verband der Ersatzkassen zuständig. Weitere Informationen gibt es unter www.dak.de/selbsthilfe.

Beitrittserklärung

Hiermit treten wir/trete ich dem
Bundesverband Neurodermitis e.V. bei

Nachname	Telefon
Vorname	E-Mail
Straße/Hausnummer	Beruf
PLZ/Ort	Geburtsdatum

Bitte hier
freimachen

Bundesverband Neurodermitis e.V.
Heerstraße 189 - 191

56154 Boppard

Dagegen ist ein Kraut gewachsen



Wurzelpetersilie

Botanischer Name: Petroselinum crispum subsp. tuberosum

Sonstige Namen: Petersilienwurzel, Knollenpetersilie, Peterwurzeln

Pflanzenfamilie: Doldenblütler

Verwendete Pflanzenteile: Alle Teile, also Wurzel und Blätter können verwendet werden.

Inhaltsstoffe: Vitamin C, verschiedene B-Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe wie ätherische Öle, z.B. Flavonide und Apiol. Apiol nennt man auch Petersilienkampfer.

Wirkung: Insbesondere das enthaltene Apiol wirkt auf die glatte Muskulatur des Magen- und Darmtraktes sowie auf die Gebärmuttermuskulatur. Zudem hat es eine entwässernde (diuretische) Wirkung.

Traditionell heilkundliche Verwendungsmöglichkeiten: Petersilienwurzel wird traditionell bei leichten Erkrankungen der Harnwege und bei Magenbeschwerden verwendet. Bei gereiztem Magen ist die Petersilienwurzel gegart und zu Püree verarbeitet besonders gut verträglich. Auch bei Menstruationsbeschwerden wird die Petersilienwurzel in der traditionellen Heilkunde verwendet.

Vorsicht: Schwangere und Menschen mit einer Nierenerkrankung oder Herzrhythmusstörungen sollten Wurzelpetersilie nur mit Vorsicht verzehren. Das enthaltene Apiol wirkt harntreibend und kann Wehen fördern.

Verwendungsmöglichkeiten in der Küche: Die Petersilienwurzel ist ein klassisches Wintergemüse und erin-

net mit ihrem würzigen Geschmack sehr an „normale“ Petersilie. Da alle Pflanzenteile verwendet werden können lässt sich die Petersilienwurzel in der Küche sehr vielseitig verwenden:

- ▶ Als Suppengrün (Wurzel und Blätter).
- ▶ Die jungen und frischen Blätter können fein gehackt wie „normale“ Petersilie zum Würzen, Verfeinern und Dekorieren verwendet werden.
- ▶ Die rohen Wurzeln kann man raspeln und als Salat zubereiten.
- ▶ Mit Kartoffeln und/oder Möhren zusammen gegart kann man ein würziges Püree kochen.
- ▶ In dünne Scheiben oder Würfel geschnitten kann man die Petersilienwurzel dünsten, nach Belieben würzen und als Gemüsebeilage reichen.

WICHTIG: Beachten Sie eventuell vorliegende Allergien!

Quellen: <https://eatsmarter.de/lexikon/warenkunde/gemuese/petersilienwurzel>, <https://medlexi.de/Wurzelpetersilie>, <https://de.wikipedia.org/wiki/Apiol>

Illustration: Olga Serova - stock.adobe.com



Zu meinem Haushalt gehörende Personen:

Nachname _____

Vorname _____

Geburtsdatum _____

Nachname _____

Vorname _____

Geburtsdatum _____

Weitere Personen teilen Sie uns bitte gesondert mit.

Datenschutzerklärung habe ich zur Kenntnis genommen.

Den Jahresbeitrag in Höhe von € 45,- zahle ich:

- jährlich
- halbjährlich
- per SEPA-Basis Lastschrift

IBAN _____

per Rechnung

- Zusätzlich zum Jahresbeitrag möchte ich einen
- regelmäßigen** Betrag in Höhe von € leisten.
 - einmaligen** Betrag in Höhe von € leisten.

Ort, Datum _____

Unterschrift _____

Waschbare Stoffbinden und Slipenlagen – Biobaumwolle im Intimbereich gegen Hautreizungen und Allergien

Waschbare Windeln sind bereits vielen ein Begriff, aber Damenbinden und Slipenlagen waschen? Ist das nicht eklig mit dem Blut und so? Und was mache ich, wenn ich unterwegs meine Binde wechseln muss?

Zugegeben, es ist ein etwas ungewöhnlicher Gedanke blutige Binden auszuwaschen, aber das rührt vor allem daher, dass Frauen nicht erst seit den 70er Jahren in der Werbung eingetrichtert wird, die Menstruation sei etwas was man am besten verbirgt. Dass Tampons die empfindliche Scheidenflora austrocknen und Duftstoffe in Einwegbinden Allergien und Hautreizungen auslösen können, wissen viele nicht. Dabei werden die Duftstoffe nur benötigt, weil Einwegbinden nicht atmungsaktiv sind und so unangenehme Gerüche entstehen.

All diese Probleme gibt es mit Stoffbinden und Slipenlagen von Bloodmilla nicht. Im Gegensatz zu Konkurrenzprodukten kommen sie ohne Nässeschutzschicht aus und sind von Natur aus atmungsaktiv. So entstehen weder Gerüche noch ein Hitzestau. Die meisten Frauen sind verwundert, wie wenig man die Stoffeinlagen beim Tragen spürt und wie hoch die Saugfähigkeit gegenüber Einwegbinden ist.

Isabel Fleischhut (Dipl.-Ing. Bekleidungstechnik (FH) und Inhaberin von Bloodmilla): „Oft erhalten wir regelrechte „Liebes-Emails“, in denen sich unsere Kundinnen bedanken, dass es uns gibt. Für viele sind die Stoffbinden die Rettung, endlich ohne Juckreiz und Ausschlag durch die Tage zu kommen und dabei auch noch Müll zu vermeiden.“

An das Auswaschen der Binden haben die Frauen sich schnell gewöhnt. Alternativ kann man die getragenen Bloodmillas auch einweichen und am Ende der Periode zusammen mit Handtüchern bei 60°C in der Waschmaschine waschen. Unterwegs werden die Binden einfach zu einem kleinen diskreten Päckchen gefaltet und in einem geeigneten Täschchen sicher transportiert.

Bloodmilla
safe + natural made in Germany



Bloodmilla Monatshygiene – natürlich made in Germany

Nachhaltig, sinnvoll und regional – damit identifiziert sich das kleine Unternehmen. Bloodmilla hat gezeigt, dass eine nachhaltige



und faire Textilproduktion in Deutschland durchaus machbar ist und man im Onlinehandel bestehen kann, ohne sich von den großen dominierenden Marktplätzen abhängig zu machen.

Isabel Fleischhut stellt nun seit über 5 Jahren ihre Bloodmillas aus 100% Baumwolle her. Produziert wird ausschließlich in Deutschland auf der schwäbischen Alb. Sogar die Stoffe werden nach den speziellen Anforderungen, die Bloodmilla an das Material stellt, extra dort gestickt und gefärbt (Bioqualität gemäß GOTS Standard). Die Binden selbst werden wenige Kilometer weiter in einer kleinen Näherei von Hand genäht und anschließend nach Biberach verbracht von wo aus Sie direkt an die Bloodmilla Kundinnen versendet werden.

Dein Onlineshop für nachhaltige und gesunde Monatshygiene – made in Germany

Bloodmilla
safe + natural made in Germany



Stoffbinden



VULVI Pads



Slipenlagen

für Allergiker geeignet
einfache Anwendung
umweltfreundlich



www.bloodmilla.de

Dupilumab (Dupixent) bei Neurodermitis

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Dupilumab (Handelsname Dupixent) ist seit September 2017 zur Behandlung bei Erwachsenen mit mittelschwerer bis schwerer Neurodermitis zugelassen, für die eine systemische Therapie infrage kommt. Neurodermitis (auch atopische Dermatitis oder atopisches Ekzem genannt) ist eine chronische und nicht ansteckende Erkrankung der Haut.

Typische Symptome sind Hautausschlag und starkes Jucken, die in Schüben auftreten. Bei akuten Beschwerden ist die Haut gerötet, juckt und bildet manchmal Bläschen, die leicht aufgehen und dann nässen. Längerfristig kann die Haut trocken und rissig werden und sich verdicken.

Bei Erwachsenen sind vor allem die Kniekehlen, die Ellenbeugen und der Nacken betroffen. Auch an den Handflächen und Fußsohlen kann der juckende Hautausschlag auftreten, eher selten zeigt er sich im Gesicht. Meist wird eine Neurodermitis mit Salben behandelt. Bei schwereren Verläufen können auch UV-Licht oder eine sogenannte systemische Therapie mit Medikamenten zum Schlucken oder Spritzen zur Anwendung kommen.

Die systemische Therapie mit Dupilumab soll die Entzündung der Haut verringern, indem es einen entzündungsfördernden Botenstoff hemmt.

Anwendung

Dupilumab gibt es als Fertigspritze in einer Dosierung von 300 mg. Bei der ersten Anwendung werden 600 mg des Wirkstoffs unter die Haut gespritzt. Danach wird die Therapie alle zwei Wochen mit einer Spritze (300 mg) fortgeführt. Patientinnen und Patienten können sich nach ärztlicher Einweisung auch selbst spritzen.

Der Erfolg der Behandlung sollte regelmäßig überprüft werden. Zeigt sich nach 16 Wochen keine Besserung, wird in der Regel empfohlen, die Therapie zu beenden.

Andere Behandlungen

Personen mit mittelschwerer bis schwerer Neurodermitis, für die eine systemische Therapie infrage kommt, erhalten als Standardtherapie eine optimierte individuelle Therapie. Diese hängt unter anderem davon ab, welche Behandlungen bereits versucht wurden. Sie wird durch die Ärztin oder den Arzt individuell angepasst. Unter anderem können dabei die Wirkstoffe Tacrolimus, Glukokortikoide, Ciclosporin oder eine UV-Therapie eingesetzt werden.

Bewertung

Das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) hat 2018 geprüft, welche Vor- und Nachteile Dupilumab im Vergleich zu einer optimierten individuellen Therapie hat.

Der Hersteller legte eine verwertbare Studie vor, in der die Daten von 425 Patientinnen und Patienten ausgewertet werden konnten. Davon erhielten 110 Personen etwa ein Jahr lang Dupilumab und 315 ein Placebo (Scheinmedikament). Zusätzlich wurden beide Gruppen mit Glukokortikoid-Salben behandelt. Bei Verschlechterung der Beschwerden wurde die Behandlung individuell weiter optimiert. An der Studie nahmen nur Personen teil, die seit mindestens drei Jahren eine mittelschwere bis schwere Neurodermitis hatten.

Welche Vorteile hat Dupilumab?

Juckreiz: Hier deutet die Studie auf einen Vorteil für Dupilumab hin: Innerhalb eines Jahres besserte sich der Juckreiz bei knapp 70 von 100 Personen, die mit Dupilumab behandelt wurden. In der Gruppe, die eine optimierte individuelle Therapie erhielt, war dies nur bei knapp 37 von 100 Personen der Fall.

Schlafstörungen: Bei dieser Krankheitsbeschwerde deutet die Studie nach ersten Abschätzungen ebenfalls auf einen Vorteil für Dupilumab hin. Die Personen, die Dupilumab einnahmen, hatten weniger Schlafstörungen als die Personen mit einer optimierten individuellen Therapie.

Krankheitsbeschwerden: Auch bei anderen Krankheitsbeschwerden weist die Studie auf einen Vorteil hin: Die Personen mit Dupilumab hatten weniger

Krankheitsbeschwerden wie zum Beispiel Juckreiz, trockene oder schuppige Haut.

Gesundheitsbezogene Lebensqualität: Die Studie weist hier ebenfalls auf einen Vorteil für Dupilumab gegenüber einem Placebo hin: Knapp 46 von 100 Personen mit Dupilumab gaben an, dass sich ihre Lebensqualität verbessert hat, während dies in der Gruppe mit der individuell optimierten Therapie bei etwa 18 von 100 Personen der Fall war.

Welche Nachteile hat Dupilumab?

Bei Augenerkrankungen weist die Studie auf einen Nachteil von Dupilumab hin. Bei 30 von 100 Personen trat eine Augenerkrankung auf, während dies mit der individuell optimierten Behandlung nur bei knapp 15 von 100 Personen der Fall war.

Wo zeigt sich kein Unterschied?

Schwere Nebenwirkungen: Hier gab es keinen Unterschied. In beiden Gruppen traten bei 4 bis 6 von 100 Personen schwere Nebenwirkungen auf. **Ebenfalls kein Unterschied zeigte sich bei:**

- Therapieabbrüchen aufgrund von Nebenwirkungen
- dem Gesundheitszustand
- Infektionen und parasitären Erkrankungen

Weitere Informationen

Dieser Text fasst die wichtigsten Ergebnisse eines Gutachtens zusammen, das das IQWiG im Auftrag des Gemeinsamen Bundesausschusses (G-BA) im Rahmen der Frühen Nutzenbewertung von Arzneimitteln erstellt hat. Der G-BA beschließt auf Basis des Gutachtens und eingegangener Stellungnahmen über den Zusatznutzen von Dupilumab (Dupixent).

Quellen: Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Dupilumab (atopische Dermatitis) – Nutzenbewertung gemäß § 35a SGB V. Dossierbewertung; Auftrag A17-63. 27.02.2018. (IQWiG-Berichte; Band 601).

<https://www.gesundheitsinformation.de/dupilumab.3173.de.html>

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

Das Institut ist eine fachlich unabhängige wissenschaftliche Einrichtung der privaten und gemeinnützigen Stiftung für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen. Die Stiftung verfolgt das Ziel, evidenzbasierte (*beweisgestützte**) Entscheidungen in Gesundheitsfragen zu unterstützen. *Anm. d. Redaktion Aufträge darf das IQWiG ausschließlich vom Gemeinsamen Bundesausschuss oder vom Bundesministerium für Gesundheit annehmen. Der Gemeinsame Bundesausschuss (G-BA) ist das oberste Beschlussgremium der Selbstverwaltung im Gesundheitswesen und entscheidet zum Beispiel darüber, welche medizinischen Leistungen von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen werden.

Auf der IQWiG-Plattform „ThemenCheck Medizin“ können Bürgerinnen und Bürger Forschungsfragen stellen. Fachleute werten dann das Wissen zu ausgewählten Themen aus. Die Ergebnisse sollen in künftige Entscheidungen über die Gesundheitsversorgung einfließen.

KOSTENLOSE PROBEN ANFORDERN!

BIOTURM
NATURKOSMETIK

ORIGINAL SEHR GUT 01 2017 dermatest.de

Dermatologisch auf Unverträglichkeiten an Personen mit atopischer Haut getestet und mit SEHR GUT bewertet.

BIOTURM Hafer-Linie

Das nach einem patentierten Verfahren gewonnene kolloidale Hafermehl enthält Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren sowie einen hohen Anteil an Beta-Glucan, das entzündungshemmend wirkt. Enthaltene Avenanthramid mindert den Juckreiz neurodermatischer Haut, unterbricht den Juck-Kratz-Zyklus und beruhigt die Haut nachhaltig. Die regenerierende Wirkung des Hafermeihls hilft der Haut die natürliche und gesunde Hautbarriere wieder aufzubauen.

BIOTURM - Hilft der Haut beim Heilen!

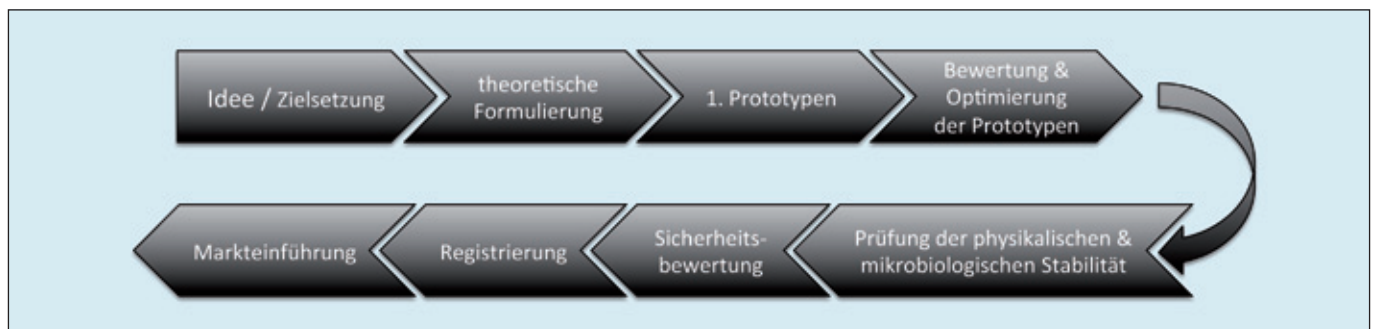
BIOTURM GmbH · 56242 Marienrachdorf · +49 (0) 2689 - 922980 · info@bioturm.de
www.bioturm.de

Vom theoretischen Entwurf über den Prototypen zum marktreifen Endprodukt – (Teil 1)

Dr. rer. nat. Dominic Kram

Wie bereits angekündigt, werden wir Sie in dieser Ausgabe auf den spannenden Weg der Kosmetikentwicklung mitnehmen. Es ist ein gemeinsames Projekt des Bundesverbandes Neurodermitis e.V. (BVN), der CannPico GmbH, Wien und der Marien-Apotheke OHG, Neukirchen b. Hl. Blut. Die Idee war, gemeinsam mit der fachlichen Expertise von Medizinern und Apothekern ein Kosmetikum zu kreieren und dies unter direkter Einbeziehung von Ihnen in Form des BVN e.V.

Konkret werden alle wesentlichen Schritte der Entwicklung einer therapiebegleitenden Pflege zur Behandlung von Neurodermitis geplagter Haut vorgestellt und dabei möglichst viele Blicke hinter die Kulissen gewährt.



Die Grafik 1 zeigt die grundlegenden Schritte der Entwicklung.

Am Anfang steht die Idee bzw. Zielsetzung:

Das Ziel ist es, eine Neurodermitis-Intensiv-Pflegecreme mit einem neuartigen Hanfextrakt der CannPico GmbH als Hauptwirkstoff zu entwickeln, die juckende, sehr trockene und empfindliche Haut nachhaltig pflegt.

Die Ansprüche an das Produkt:

Die Creme muss gut verträglich sein und effektiv pflegen. Ein Verzicht auf umstrittene Substanzen wie Parabene, Silikone, Polyethylenglycole (PEGs), Mikroplastik, mineralischen Basisölen und Duftstoffen ist zeitgemäß und bietet sich daher an. Generell ist die Anzahl der Inhaltsstoffe auf ein notwendiges Maß zu beschränken, was zur Verträglichkeit beiträgt. Pflanzliche und umweltverträgliche Rohstoffe sollen dabei bevorzugt zum Einsatz kommen.

Theoretische Gedankengänge:

Als Hauptwirkstoff ist ein neuartiger cannabidiolreicher Hanfextrakt angedacht, der neben seinen hautberuhigenden Eigenschaften vielseitige positive Einflüsse

auf gestresste Haut hat (dazu mehr in einem gesonderten Artikel). Als weiterer ergänzender Wirkstoff wird zellregenerierendes Allantoin zum Einsatz kommen. Für trockene Haut eignet sich insbesondere eine Wasser-in-Öl-Emulsion mit einem Fettanteil über 50%. Bei diesem Emulsionstyp liegt die innere wässrige Phase feinverteilt in der kohärenten Ölphase wodurch ein intensiv schützender Lipidfilm aufgebaut wird. Dadurch wird der Wasserverlust durch die Haut (transepidermaler Wasserverlust) merklich gesenkt. Für die Lipidphase wird ein gut verträgliches Basisöl benötigt sowie Wachse, die durch ihren stabilisierenden Charakter erlauben, die Emulgatorkonzentration auf ein Minimum zu senken. Mehrfach ungesättigte Fettsäuren, wie Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren sind prädestiniert bei Hautproblemen wie Neurodermits und runden die Fettphase in der Komposition ab. Neben dem Barrierschutz durch die Fettkomponenten sind feuchtigkeitsbindende Inhaltsstoffe wie z.B. Xanthan, Glycerin und Milchsäure wichtig. So wird die Haut zusätzlich vor Austrocknung geschützt.

Prototypen:

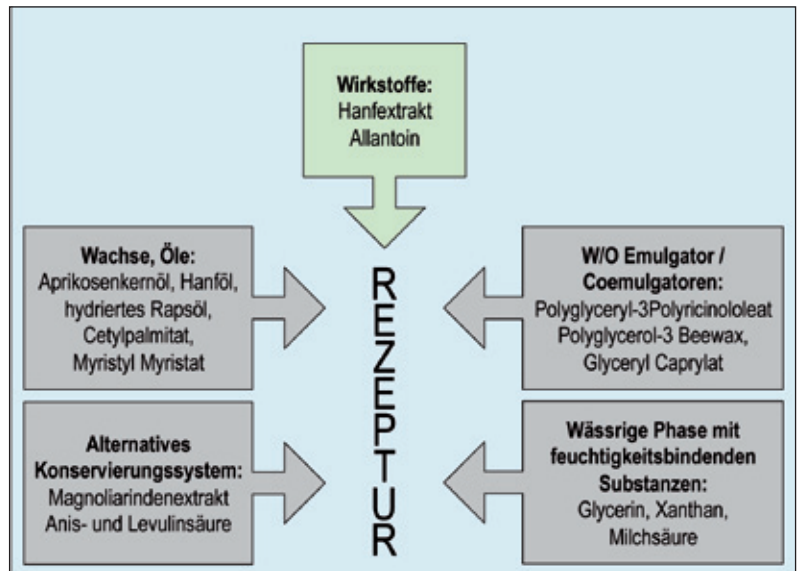
Aus den theoretischen Gedankengängen resultieren Rezepturen für erste Prototypen. Ein vielversprechender Prototyp setzt sich aus den in der Grafik 2 ersichtlichen Inhaltsstoffen zusammen. Er vereint alle geforderten Voraussetzung bezüglich der Inhaltstoffe und der weiteren Anforderungen: W/O-Emulsion, frei von umstrittenen Substanzen wie Silikonem, problematischen Emulgatoren, Konservierungsmitteln und Duftstoffen. Der Emulgator Polyglyceryl-3Polyricinoleat ist PEG frei, nicht ionisch, pflanzlichen Ursprungs und ausgesprochen hautverträglich.

Als gut verträgliches Basisöl ist das in der Babypflege weit verbreitete Aprikosenkernöl enthalten. Ein ausgewogenes Spektrum an ungesättigten Omega-Fettsäuren liefert Hanföl. Für die notwendige Reichhaltigkeit sorgen gut verträgliche Wachse wie das hydrierte Rapsöl, Cetylpalmitat und Myristyl Myristat. Um auf herkömmliche Konservierungsmittel verzichten zu können ist der Einsatz von natürlichem Magnoliarindenextrakt in Kombination mit Anis- und Levulinsäure angedacht. Der Prototyp muss nun zeigen, ob er auch in der Praxis hält was er in der Theorie verspricht. Auf den Punkt gebracht: Hat er eine langanhaltende positive Wirkung auf juckende, trockene Neurodermitis-Haut? Ist er physikalisch und mikrobiologisch stabil?

(Siehe hierzu Grafik 2)

Bewertung und Optimierung der Prototypen:

Die ersten Prototypen werden nur in kleinstem Labormaßstab zu je 200g hergestellt. Schon bei dieser Ansatzgröße können Rückschlüsse auf die Stimmigkeit der Einzelkomponenten getroffen werden. Vielversprechende Prototypen werden anschließend in größeren Ansätzen zu zwei Kilogramm hergestellt. In unserem Beispiel zeigt sich, dass die maschinelle Herstellung unter Vakuum, bei hohen Scherkräften zu einer weicheren, haptisch angenehmeren Textur der Creme führt. Dieser größere Ansatz dient nun der ausführlichen Testung.



Die Grafik 2 zeigt die verschiedenen Komponenten aus denen sich die Rezeptur des Prototyps zusammensetzt.

Santoleo®
BIO Ölmischung

MITTEL ZUM LEBEN
brunoZimmer

- ✓ **BIO Qualität**
- ✓ **Native Pflanzenöle**
- ✓ **Glutenfrei**
- ✓ **Von Natur aus reich an Omega-3 und Vitamin E**
- ✓ **Getestet in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Neurodermits e.V.**

Bruno Zimmer e.K. - Mittel zum Leben
Im Wallfeld 8 / D-66649 Oberthal
Tel. 0 68 54 - 90 83 0 / Fax 0 68 54 - 90 83 29
www.brunozimmer.de
service@brunozimmer.de



Die Abbildung 1 zeigt die Herstellung unseres Prototypen im 2kg Maßstab.

Während Probanden die pflegende Wirkung und die Verträglichkeit testen wird parallel die physikalische Stabilität im Labor mittels „Stress-Test“ geprüft. Die Formulierung darf dabei weder durch Zentrifugation, noch durch Wechseltemperaturlagerung, an Stabilität verlieren oder sich gar trennen.

Die Testung durch Probanden ist aktuell in vollem Gange, falls Sie Interesse haben sich daran zu beteiligen nehmen Sie gerne Kontakt mit dem BVN auf. In der nächsten Ausgabe werden wir Sie über das Ergebnis der Testung und die künftigen Schritte der Entwicklung, wie dem mikrobiologischen Belastungstest, informieren. Weiter werden wir in einem separaten Artikel das Potential von Medizinalhanf in der Dermatologie beleuchten – seien Sie gespannt!

Information zu den Inhaltsstoffen

Neurodermitis-Intensiv-Pflegecreme (Prototyp)

(Ein Projekt des BVN, der CannPico GmbH und der Marien-Apotheke OHG)

ZIELGRUPPE: NEURODERMITISPATIENTEN

Der Prototyp ist angedacht zur therapiebegleitenden Basispflege zwischen akuten Schüben. Besonders geeignet ist die reichhaltige Creme bei juckender, sehr trockener Haut zur intensiven langanhaltenden Hautpflege.

INHALTSSTOFFE:

- Hanfextrakt (THC frei)
- Hanföl
- Allantoin
- Glycerin

- Magnoliarindenextrakt
- Xanthan
- Aprikosenkernöl
- Hydriertes Rapsöl
- Cetylpalmitat

- Polyglyceryl-3Polyricinoleat
- Myristyl Myristat
- Glyceryl Caprylat
- Polyglycerol-3 Beewax

- Natrium Levulinat
- Natrium Anisat
- Milchsäure
- Natriumlactat
- Gereinigtes Wasser

Nicht enthalten sind: Duftstoffe, Silikone, Parabene, Polyethylenglycol (PEG) basierte Emulgatoren;

Anwendung: Die Creme soll bei Bedarf 2 – 3 x täglich auf juckende, trockene Hautstellen aufgetragen werden.

Sie möchten gerne als Proband daran teilnehmen?

Die Teilnahmeerklärung dazu finden Sie auf Seite 30.



machflyer

Auf Wunsch
Klimaneutral
ClimatePartner



Klimaneutrales Drucken – Ihr Beitrag zum Klimaschutz

Klimaneutral drucken bedeutet: alle **CO₂ - Emissionen** des Druckauftrages werden wieder ausgeglichen. Sie unterstützen hiermit ein von Ihnen ausgewähltes international anerkanntes **Klimaschutzprojekt**.

Wir von **machflyer** ermöglichen Ihnen dies bei Ihrem nächsten Druckauftrag. Erfahren Sie mehr unter www.machflyer.de, kontaktieren Sie uns unter info@machflyer.de oder 06131.6101546.



Zertifikat Nr. TA 290 102005531
www.tuv.at

Tipps

Medikamente sind steuerlich absetzbar

München (dpa) Ausgaben für Medikamente und Heilmittel sind bei der Steuererklärung als außergewöhnliche Belastungen absetzbar. Die Voraussetzung: Die Medikamente wurden von einem Arzt oder Heilpraktiker mit einem Rezept verordnet, erklärt die Lohnsteuerhilfe Bayern. Das gilt auch für nicht verschreibungspflichtige Medikamente. Ob die Ausgaben die Steuerlast mindern, hängt außerdem davon ab, ob die individuelle Belastungsgrenze erreicht ist. Diese hängt vom Einkommen, dem Familienstand und der Anzahl der Kinder ab. Sie liegt je nach Stufe zwischen einem und sieben Prozent des zu versteuernden Einkommens.

Pflegeprodukte aus dem Kühlschrank

Ist die Haut heiß und entzündet kann es sehr angenehm sein wenn die Pflegeprodukte vor der Verwendung im Kühlschrank aufbewahrt werden. Gut geeignet sind dafür in der Regel Pflegeprodukte mit einem hohen Wasseranteil. Produkte mit einem sehr hohen Fettanteil können durch die Kälte fest werden. Puder-Produkte haben im Kühlschrank gar nichts verloren, denn Puder wird durch die Kälte bröckelig und unbrauchbar.

Kartoffelwickel als Hausmittel

Bei Verspannungen, Rückenschmerzen, Muskelkater, aber auch bei bronchialen Infekten können feuchtwarme Kartoffelwickel lindern. Dazu werden mehlig gekochte Kartoffeln gepresst, in ein Stoffsäckchen gefüllt, aufgelegt und mit einem weiteren Tuch umwickelt. Achtung, das Kartoffelsäckchen sollte gut warm, aber nicht heiß sein! Den Wickel lässt man so lange aufliegen bis er abgekühlt ist.

apotal.de

IHRE VERSANDAPOTHEKE

...günstiger geht's kaum.

Basisrabatt von 20%***

auf fast alle freiverkäuflichen apothekenpflichtigen Arzneimittel, Nahrungsergänzungsmittel und viele Kosmetikserien.

Angebote sogar bis zu 70%****

Versandkostenfreie Lieferung innerhalb Deutschlands bei einem Mindestbestellwert von 10,- Euro oder bei Einsendung eines Kassenrezeptes.

Gebührenfreie Rufnummer **0800 - 10 11 422**

Unser Tipp...

Casa Sana® MAXIAMIN

160 Kapseln | PZN 05020740

statt UVP* **39,95 €** nur **29,95 €**
(18,72 €/100 St.)

80 Kapseln | PZN 10144674

statt UVP* **24,95 €** nur **18,69 €**
(23,36 €/100 St.)

Für Informationen über Nährwertangaben, Zutaten, etc. rufen Sie uns bitte unter folgender kostenfreier Hotline an: 0800-1011422.

Sie sparen
25%***



Gültig bis zum 31. Dezember 2018 – Nur solange der Vorrat reicht –

Alle Preise inkl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer | Abbildungen ähnlich

Bad Apotheke · Heinz-Peter Fichter e.K. · Frankfurter Str. 29 · 49214 Bad Rothenfelde

***auf den AVP oder UVP der Hersteller. Rabatte gelten nicht für verschreibungspflichtige Medikamente.

****auf ausgewählte Artikel auf den AVP oder UVP des Herstellers.

UVP*- Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers.

HLH Darmgesundheit ist Lebensfreude BioPharma

Casa Sana® MAXIAMIN

Allergieschutz durch 8 hochreine Aminosäuren

Durchlässige Darmschleimhaut

- Lebensmittelallergie
- Neurodermitis
- Asthma bronchiale
- Heuschnupfen
- Hausstauballergie und vieles mehr

aminosäuren können helfen, die Durchlässigkeit der Darmschleimhaut gegenüber Allergenen zu verringern.

Legende:
● Allergene
● Blutgefäß

bewährter Inhalt neues Design

www.hlh-biopharma.de

REZEPTE

„BROT – MAL GANZ ANDERS“

Glutenfreie Brote gibt es mittlerweile in Reformhäusern und einigen Bäckereien. Doch was ist bei einer Allergie, Unverträglichkeit oder Intoleranz auf weitere Inhaltsstoffe? Gerade das macht vielen Betroffenen große Beschwerden. Ich habe deshalb, da ich selbst zu dieser Gruppe gehöre, verschiedene ausprobiert.

Quinoabrot wird aus gekochtem Quinoa zubereitet. Genau das wollte ich nicht. Ich habe Quinoa gemahlen und dann verarbeitet. Auf Hefe, Sauerteig und Backpulver verzichte ich grundsätzlich, verwende stattdessen Natron. Das fehlende Klebereiweiß habe ich durch Kartoffelmehl ersetzt.

QUINOABROT

TAG 1

ZUTATEN:

- 400 g Quinoa
- 150 g Quinoaflocken
- 100 g Kartoffelmehl
- 2 Teelöffel Salz
- 2 Teelöffel Natron
- ca. 450/500 ml Sprudelwasser

ZUBEREITUNG:

Alle Zutaten gut vermischen und in eine Kastenform geben, ca. 15 Minuten ruhen lassen. Oben mit einem Messer in kleinen Abständen ca. 1,5 cm tief einschneiden.

Wer es mag bestäubt die Oberfläche mit etwas Mehl.

BACKEN:

15 Minuten bei 200° Umluft, in 35 bis 40 Minuten bei 180° fertigbacken.



Tipp:

Geben Sie Ihren Backwaren, je nach Verträglichkeit, Nüsse, Sonnenblumen-, Kürbiskerne, Sesam und/oder Kräuter zur Verfeinerung dazu.

VARIANTE:

Quinoa zuerst rösten und dann mahlen. Das gibt dem Brot eine besondere Geschmacksnote. Nach meinem ersten Versuch mit Quinoa habe ich auch mit Buchweizen experimentiert.

BUCHWEIZENBROT

TAG 2

ZUTATEN:

- 400 g Buchweizenmehl
- 150 g Buchweizenflocken
- 100 g Kartoffelmehl
- 2 Teelöffel Salz
- 2 Teelöffel Natron
- 1 Teelöffel Distelöl
- ca. 650 ml Sprudelwasser

Verarbeitung und Backzeit wie beim Quinoabrot.



Tipp:

Brot und Brötchen müssen – wenn Sie auf die Unterseite klopfen – hohl klingen, dann sind sie fertig.

Sind Sie ebenfalls experimentierfreudig? Verfeinern oder ergänzen Sie die Rezepte und lassen Sie uns an Ihren Ergebnissen teilhaben. Wir veröffentlichen gerne Ihre ganz persönlichen Rezepte.

Nach den – wie ich finde – erfolgreichen Backergebnissen mit Quinoa und Buchweizen wollte ich meinen Speiseplan noch durch Amaranthbrot erweitern. Natürlich muss man ihn mögen. Bei mir liegt er in der Beliebtheit noch vor Quinoa. Der erste Versuch mit Amaranth war sehr klebrig, der Geschmack sehr gut. Trotz längerer Backzeit blieb das Brot in der Mitte klebrig. Also, erneuter Versuch mit Abänderung

der Rezeptur und statt Brot mal lieber kleine Brötchen backen. Der Versuch mit den kleinen Brötchen war erfolgreich. Trotzdem blieben Sie innen immer noch etwas klebrig. Ich halbiere die Brötchen und lege sie auf den Toaster. Wenn Sie diesen Schritt umgehen wollen, dann streichen Sie den Teig auf ein Backblech und backen ihn aus. Danach, noch warm, in entsprechende Stücke schneiden.

AMARANTHBROTCHEN TAG 3

ZUTATEN:

- 400 g Amaranth
- 120 g Amaranth gepoppt
- 150 g Kartoffelmehl
- 2 Teelöffel Salz
- 2 Teelöffel Natron
- ca. 550 bis 650 ml Sprudelwasser

Alle Zutaten gut vermischen und kleine Brötchen formen.

BACKEN:

15 Minuten bei 200° Umluft, in ca. 40 bis 45 Minuten bei 180° fertigbacken.



„BROTAUFSTRICHE – MAL GANZ ANDERS“

von Frau Marzella Vogl, Ernährungsberaterin und Kräuterpädagogin, Spezialklinik Neukirchen GmbH & Co. KG b. Hl. Blut



ZUCCHINIAUFSTRICH – TAG 1

ZUTATEN:

- 2 kleine Zucchini
- 2 EL Olivenöl
- 1/4 TL Salz
- 1 EL frischer Schnittlauch

Zucchini schälen, in Scheiben schneiden und in wenig Olivenöl andünsten. Bei geschlossenem Deckel gar schmoren. Alle Zutaten in einen Mixer geben, Öl zufügen und mixen, bis eine feine Paste entsteht.

Tipp: Butter harmonisiert sehr gut mit diesen Zutaten.

ANDALUSISCHER PAPRIKAUFSTRICH – TAG 2

ZUTATEN:

- 1 Tomate
- 1/2 gelbe Paprikaschote
- ca. 50g Vitagen
- 3–4 Zweige frische Petersilie
- 1–2 EL Sonnenblumenkerne
- 1/4 TL Salz

Tomaten in heißem Wasser brühen, pellen und grob zerkleinern. Ebenso Paprika zerkleinern, beides zusammen mit den Sonnenblumenkernen und der Petersilie in einer Pfanne in Vitagen oder Sonnenblumenöl leicht anschmoren. Gesamtes Gargut pürieren bis eine feine Masse entsteht.

Tipp: Nach Verträglichkeit mit einigen Tropfen Zitronensaft abschmecken.

AVOCADOCREME – TAG 3

ZUTATEN:

- 1 reife Avocado
- 1/4 TL Salz
- 3–4 Zweige frischer Basilikum

Die Avocado von Schale und Kern entfernen und kleinschneiden, mit einer Gabel zerdrücken und mit Basilikum abschmecken.

Tipp: eine sehr pikante Creme ergibt sich durch Avocado, Schafkäse und Thymian.

Möglichkeiten und Grenzen einer Therapie für ganzheitliche Gesundheit

Hildegard Weiss und Stefan Oertel

Neurodermitis wird auch mit atopischem Ekzem beschrieben. Im Wort atopisch steckt auch die Übersetzung „nicht zuzuordnen“. So ist es ja tatsächlich. Mehrere Faktoren führen zum Ausbruch der Krankheit und beschreiben dann alle Leiden der Betroffenen.

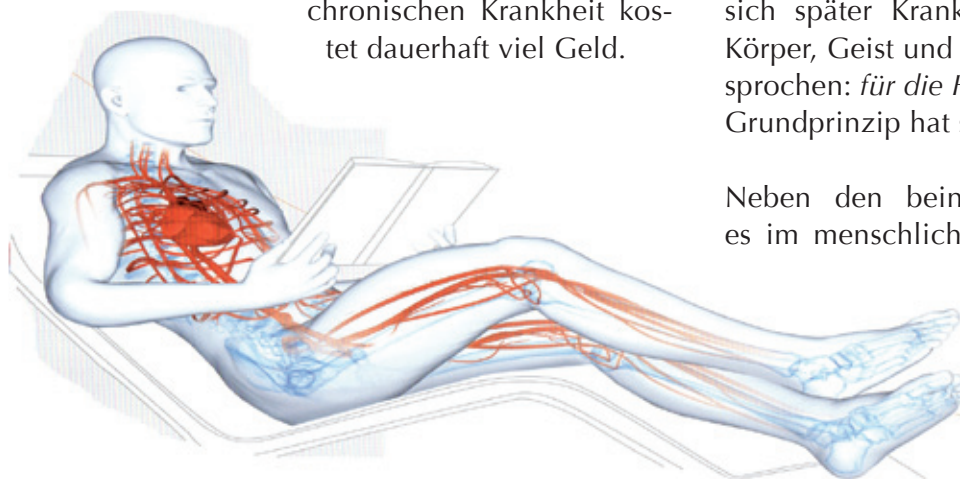


Zum Beispiel ist der Verlust der Barrierefunktion (Schutz) und der Verlust des Gleiches für „zu viel“ oder „zu wenig“ (Stress) grundsätzlich Auslöser vieler Krankheiten. Nicht nur für Neurodermitis.

Leider wird sowohl in der Humanmedizin als auch in der alternativen Medizin von dem einen oder anderen Arzt oder Heilpraktiker die Behandlung der Symptomatik eher als Ziel gesehen, als eine grundsätzlich gesunde Funktion des Körpers.

Bei chronischen Erkrankungen sind die „Nebenwirkungen“, wie der mögliche Verlust der Lebensfreude, des Aktionsradius, der Teilnahme am öffentlichen Leben, aber auch die ständige psychische persönliche und familiäre Belastung nicht zu unterschätzen.

Und die Behandlung jeder chronischen Krankheit kostet dauerhaft viel Geld.



Festzustellen bleibt, dass es nicht das eine oder andere allein heilende Mittel gibt.

So wie Krankheiten sich über die Zeit aus verschiedenen Prozessen bilden, kann frei nach den Grundsätzen der Homöopathie gesagt werden, dass Ähnliches mit Ähnlichem behandelt werden kann.

Verschiedene Behandlungsmethoden und Zeit für den Körper können Erfolge generieren. So wie verschiedene Faktoren und die Zeit zur Krankheit führten.

Zu den grundlegenden Behandlungsmethoden für die eigene Gesundheit gehören: Eigenverantwortung, der Wille zur Veränderung, gesunde Ernährung, gesundes Wasser, ausreichend Bewegung und Minderung von Stress in all seinen Erscheinungsformen. Nicht zuletzt auch ein geregeltes Leben zwischen Aktivität und Ruhe. Und die Unterstützung der Familie und der Freunde.

Schon die ersten Tempel des Asklepios, aus denen sich später Krankenhäuser entwickelten, haben Körper, Geist und Psyche im gleichen Maße angesprochen: für die Heilung von Krankheiten. Dieses Grundprinzip hat sich bis heute nicht geändert.

Neben den beeinflussbaren Möglichkeiten gibt es im menschlichen Körper nicht beeinflussbare Prozesse. Denken Sie an unwillkürlich arbeitende Muskelfunktionen wie Herzschlag, Schlucken oder die Lidbewegung.

Zu den unwillkürlich arbeitenden Muskeln gehören die Arteriolen und die Venolen. Sie gehören zum wichtigsten Organ des Menschen: dem Blutkreislauf. Dieser Kreislauf läuft nicht „rund“, er hat die Aufgabe alle Zellen gleichermaßen zu versorgen. Braucht eine Zelle wegen besonderer Anstrengung mehr Stoffe als andere wird eben mehr Stoff dorthin transportiert. Komplizierte chemische und physikalische Prozesse arbeiten hier zusammen um das Anforderungsprofil zu signalisieren und den Stoffwechsel zu aktivieren. Kommt es in diesen Wechselprozessen zu Störungen kann Krankheit beginnen.

Ernährung, Bewegung, Stressabbau, gesunde Psyche und andere gesunderhaltende Faktoren wurden schon erwähnt. Um die Körperprozesse gesund zu halten, gibt es seit über 20 Jahren eine den Körper unterstützende physikalische Therapie.

Egal aus welchen Faktoren und Systematiken sich eine Krankheit zusammensetzt: Alter, Ernährung, Stress, Vorerkrankungen, gestörte Stoffwechselprozesse, etc.: eine Regulation der Abläufe im Körper führt zur Gesundheit.

Dafür gibt es eine Therapie aus der Schwingungsmedizin, die eine positive Wirkung auf den Körper hat, weil sie an der Basis ansetzt, und zwar an einer grundlegenden elementaren Funktion des Körpers, die viele andere Prozesse erst möglich macht: an der Zelle.

Eine Kettenreaktion in Sachen Gesundheit kann hier beginnen.

Eine weitere Tatsache ist, dass diese Therapie nicht überdosiert oder manipulativ eingesetzt werden kann.

Eine spezielle Signalkonfiguration wurde in jahrelanger medizinischer Forschung entwickelt und wird dem Körper über ein Trägerfeld zur Verfügung gestellt. Die Funktion und die positive Wirkung sind medizinisch bewiesen, patentiert und dokumentiert.

Jeder medizinisch ausgebildete Therapeut weiss:

Nur über das Blut können die Zellen versorgt und Stoffwechselprodukte aus dem Körper abtransportiert werden. Die Aktivierung der Mikrozirkulation, also der erwähnten kleinkalibrigen Arteriolen ist elementar wichtig für diese Prozesse und den Stoffwechsel.



Eine gut ver- und entsorgte Zelle kann ihren Auftrag, ihren Job, ausführen. Eine gesunde Zelle, bzw. eine wieder gesünder werdende Zelle ist der Ausgangspunkt für die Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

In meiner Praxis bestätigt sich immer wieder: Die Selbstheilungskräfte sind die beste „Medizin“, denn unser Körper ist auf unsere heutige Lebensweise nicht eingestellt und deshalb gibt es dauerhaft Stress und gesundheitliche Probleme, wenn wir nicht auf ihn achten.

Informieren Sie sich in meiner Praxis über die Möglichkeiten der Unterstützung Ihres Körpers, durch eine physikalische Methode, die von der Natur vorgegeben wird:

Sie unterstützt die dauerhafte ausreichende Bewegung (Vasomotion) der Mikrozirkulation (der Ver- und Entsorgung der Zellen).

www.prismazentrum.de

Aktivieren Sie den Bereich des Körpers, den Sie alleine mit Sport oder Medikamenten nicht erreichen können.

Beratung und Information über die physikalische Gefäß-Therapie BEMER in der medizinischen Praxis und für die Heimanwendung erhalten Sie von:

Hildegard Weiss (HP Psych)
Hauptstraße 7, 57520 Grünebach
Hildegard.Weiss@bemermail.com

Stefan Oertel
Im Bornfeld 12, 63791 Karlstein
Stefan.Oertel@bemermail.com

TEILNAHMEERKLÄRUNG

Für die Teilnahme an der Produkttestung der Neurodermitis-Intensiv-Creme der CannPico GmbH (Seite 22 bis 24) füllen Sie bitte nachstehendes Formular aus.

Bei Minderjährigen*) ist (zusätzlich) die Unterschrift des/der Erziehungsberechtigten erforderlich.

Ich,

(Name, Vorname)

(Anschrift, bitte komplett in Druckschrift)

(email, Telefonnummer)

erkläre durch meine Unterschrift, dass ich freiwillig an dem Produkttest der Neurodermitis-Intensiv-Creme, Firma CannPico GmbH, Wien teilnehme.

Ich erkläre, dass ich ausreichend Zeit hatte, den Inhalt dieser Einverständniserklärung in Ruhe zu überdenken und stimme hiermit meiner Teilnahme an der Produkttestung zu.

Ich verpflichte mich, die Testprodukte nach Anwendungsbeschreibung zu verwenden und die Erhebungsunterlagen auszufüllen und für die statistischen Auswertungen (Fragebogen) per Post/E-Mail an den

**Bundesverband Neurodermitis e.V.,
Heerstraße 189-191, 56154 Boppard,
info@neurodermitis.net**

zu schicken.

Als Gegenleistung für die Teilnahme am Produkttest erhalte ich das für die Testzwecke notwendige Produkt.

Ich wurde informiert, dass das Produkt neu, noch vor der Markteinführung, getestet wird. Mir ist bekannt, dass ich keine weiteren Ansprüche jedweder Art habe.

Ich bestätige, dass durch die nicht komplett gesunde Haut (Neurodermitis) etwaige Unverträglichkeiten oder Irritationen auftreten können. Falls schwerwiegende Unverträglichkeiten und Irritationen auftreten, verpflichte ich mich, den Test sofort abzubrechen

und den Bundesverband Neurodermitis e.V. zu informieren. Schadensersatzansprüche sind nicht abzuleiten.

CannPico GmbH erklärt, dass das zu testende Produkt gemäß Kosmetikverordnung ordnungsgemäß dokumentiert und hergestellt wurde.

Ich verpflichte mich den Produkttest selbst durchzuführen und das Testprodukt nicht an Dritte zu veräußern.

Ich erkläre mich damit einverstanden, dass die Ergebnisse aus dem Test statistisch aufbereitet und veröffentlicht werden dürfen. Ich erkläre mich einverstanden, dass mit diesem Test in Zusammenhang stehende personenbezogene Daten gespeichert werden und an die Firma CannPico GmbH, Wien gemäß Datenschutzrichtlinien weitergegeben werden dürfen.

Ich habe das Recht jederzeit die Löschung meiner personenbezogenen Daten zu verlangen.

Dazu reicht eine E-mail an: **info@neurodermitis.net**.

Die in die Auswertung eingeflossenen anonymisierten Daten bleiben davon unberührt.

*)

Ort, Datum, Unterschrift



Zu guter Letzt,

auch das Jahr 2018 ist bald nur noch Geschichte. Dieses Jahr wird sich ebenso wie die vorausgegangenen Jahre mit vielen Hochs und Tiefs verabschieden. Aber was auch immer uns passiert, ob positiv oder negativ, es macht uns genau zu dem was und wer wir sind.

Heuschnupfen Geplagte waren in 2018 besonders stark betroffen. Die Natur explodierte im Frühjahr über Nacht und entsprechend stark reagierte unser Immunsystem. Durch die lange anhaltende Wärme fingen einige Pflanzen nach der üblichen Blütezeit wieder an auszutreiben. Erneut bildeten sich Blüten ... und Pollen. So kam es, dass sich Ende Oktober der Heuschnupfen bei einigen von Ihnen erneut zeigte.

Wir lernten in den vergangenen Monaten auf Messen, Veranstaltungen und bei Besuchen in unserer Geschäftsstelle interessante Menschen kennen. Viele von ihnen konnten wir auf dem Weg zu einer beschwerdefreien Zeit erfolgreich unterstützen. Natürlich setzt das immer eine Bereitschaft des Betroffenen voraus. Mit einigen werden wir in Zukunft enger zusammenarbeiten. Eine Bereicherung auf beiden Seiten.

Zum Jahresausklang möchte ich mich bei unseren Mitgliedern, Lesern, Partnern, Ansprechpartnern, Freunden, Mitarbeiterinnen und Vorstandsmitgliedern für die gute Zusammenarbeit bedanken.

Auf weiterhin gute Zusammenarbeit

Ihre

Dorit-Gisela Schmücker

1. Vorsitzende



*Ihnen und Ihren Familien wünschen wir
ein friedvolles Weihnachtsfest,
alles Gute zum Jahreswechsel und ein
erfolgreiches und gesundes 2019.*

Das gesamte Team des BV Neurodermitis

Lesen Sie in unserer nächsten Ausgabe:

- Fortsetzung „Vom theoretischen Entwurf über den Prototypen zum marktreifen Endprodukt“ (Teil 2)
- „Brennnessel als Heilpflanze“
Marzella Vogl
- Psoriasis

Das Magazin erscheint vierteljährlich; der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Wichtiger Hinweis:

Das Magazin und alle in ihm enthaltenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Bei Nachdruck, auch wenn Artikel nur auszugsweise verwendet werden, bedarf es unserer ausdrücklichen schriftlichen Zustimmung. Nach erfolgter Zustimmung wird um Angabe der Quelle und Zusendung eines Belegexemplares gebeten.

Wir sind für Sie da:

Heerstraße 189–191
56154 Boppard

Sie erreichen uns unter der
Telefonnummer 06742 87 13-0

Mo – Fr: 07.30 – 12.00 Uhr
Mo – Mi: 12.30 – 16.00 Uhr
Do: 13.00 – 18.30 Uhr

E-Mail: info@neurodermitis.net
Homepage: www.neurodermitis.net

IBAN: DE91 5609 0000 0000 0409 42

Impressum

BV Neurodermitis Umwelt • Haut • Allergie

Herausgeber:

Bundesverband Neurodermitis e. V.
Heerstraße 189–191, 56154 Boppard
Tel.: 06742 87 13-0 (Zentrale)
Fax: 06742 87 13-20



Verantwortlich:

Dorit-Gisela Schmücker, Margit Lieth

Mitarbeiter:

Angela Weber, Sonja Müller

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe ggf. zu kürzen. Auf Veröffentlichung und Rücksendung von unaufgefordert übersandten Artikeln und Lichtbildern besteht kein Anspruch.

Fachberichte stehen inhaltlich in der Verantwortung des Verfassers. Leserbriefe und Fachberichte müssen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion widerspiegeln. Bei Fragen zu Fachberichten, wenden Sie sich ggf. an den Verfasser.

Werbende Aussagen in den Inseraten liegen bei rechtlichen Regressionen in der alleinigen Verantwortung des Inserenten.

Wissenschaftlicher Beirat:

Dr. med. Stefan Fey
Klinik für Naturheilverfahren, Klinik Blankenstein, Hattingen

Frau Silke Herold
Dermatologin, Geschäftsführerin Schloss Friedensburg, Leutenberg

Dr. Karlheinz Graf
Zahnarzt, Heilpraktiker, Zahn- und Umweltmedizin, Straubing

Dr. med. Horst Kief
Allgemeinmediziner, Entwickler der AHIT-Therapie und urexent®, Ludwigshafen

Ralf Moll
Dipl. Ökotrophologe, Sulz am Neckar

Dr. med. vet. Andreas Ruffer
Abteilungsleiter Klinische Mikrobiologie und ENTEROSAN®, Bad Bocklet

Wolfgang Spiller
Heilpraktiker, Mitglied der Medizinischen Gesellschaft für Microimmuntherapie

Konzeption, Realisierung, Druck

machmedia Lindner
Inh. Alexander Lindner
Am Stiftswingert 14, 55131 Mainz
Tel. 06131 6101542
Mobil: 0171 6937611
www.machmedia-lindner.de

SEIT ÜBER 30 JAHREN SPEZIALKLINIK NEUKIRCHEN

Für Allergien, Haut- und Umwelterkrankungen

– Seit mehr als 28 Jahren von allen Kassen anerkannt –

Bietet ein komplexes Diagnose- und Therapiekonzept für die folgenden

Indikationen:

- Atopische Dermatitis (Neurodermitis), Psoriasis (Schuppenflechte)
- Umwelterkrankungen durch Schadstoffe, chronische Infekte und EM-Felder wie Fibromyalgie, chronisches Müdigkeitssyndrom (CFS) und MCS
- Autoimmunerkrankungen wie Lupus, Sklerodermie, Hashimoto Thyreoiditis
- Allergisches Asthma und Nahrungsmittelallergien
- Hyperaktivität bei Kindern

Therapie: Zum wissenschaftlich dokumentierten, integrativen Behandlungskonzept der Klinik gehören individuelle schadstoff- und schwermetall-ausleitende, darmsanierende, diätetische, abwehrstimulierende und psychologische Therapieansätze. Das kortison- und bestrahlungsfreie Therapiekonzept unserer Akutklinik ist von allen Krankenkassen anerkannt und in mehr als 200 Fachveröffentlichungen dokumentiert. Die Patientenaufnahme erfolgt durch einfache ärztliche Einweisung.

Zum umfangreichen **Diagnoseprogramm** der Klinik gehören:

- umweltanalytische Tests (Pestizide, Holzschutzmittel, Weichmacher, Schwermetalle, u.a.)
- Auswertung der körpereigenen Detox-Funktion durch Phase I + Phase II – Enzyme
- mikrobiologische Diagnostik der Haut- und Darmflora
- ausführliche Untersuchung von Nahrungs- und Inhalationsallergenen
- Auswertung der humoralen und zellulären Immunfunktion sowie
- Stoffwechsel- (Vitamine/Fettsäuren/Spurenelemente) und Neurohormon-Tests.



Ausführliche Informationen:

Spezialklinik Neukirchen

Telefon: 09947/28-0

E-Mail: info@allergieklinik.de

Internet: www.spezialklinik-neukirchen.de



Zur äusserlichen Basisbehandlung von **NEURODERMITIS**

- **Entzündungshemmend**
- **Juckreizlindernd**
- **Wiederaufbauend**

- Die patentierte **mavena** Technologie bringt Vitamin B₁₂ direkt in die Haut
- Wirksamkeit in klinischer Studie nachgewiesen*
- Ohne Kortison, ohne Parabene, ohne Duftstoffe, ohne Farbstoffe
- Für Säuglinge ab 4 Wochen geeignet

B₁₂ Creme:

für entzündete, chronisch
trockene, juckende Haut

B₁₂ AKUT Gel:

für entzündete, akut nässende,
juckende Haut

* Nistico SP, Del Duca E, Tamburi F, et al. Superiority of a vitamin B₁₂-barrier cream compared with standard glycerol-petrolatum-based emollient cream in the treatment of atopic dermatitis: A randomized, left-to-right comparative trial. *Dermatologic Therapy*. 2017;e12523. <https://doi.org/10.1111/dth.12523>