

PSORIASIS VULGARIS

NATURHEILKUNDLICHE BEHANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

Psoriasis – oder Schuppenflechte – ist eine chronisch verlaufende entzündliche Autoimmunerkrankung der Haut, die familiär gehäuft und in Schüben auftritt, aber nicht ansteckend ist. Typisch sind üblicherweise runde gerötete Stellen mit verdickter Haut und darauf haftenden weißlichen Hautschuppen. Oftmals kommt ein unangenehmer Juckreiz hinzu. Die Psoriasis befällt typischerweise die Ellenbogen und Knie, aber auch die Kopfhaut inkl. der Haut hinter den Ohren und die Gehörgänge. Von dieser Verlaufsform sind ungefähr 80% der Menschen mit Psoriasis betroffen.

Eine andere Verlaufsform - die ***Psoriasis palmoplantaris*** tritt bei ca. 15–20% der Betroffenenen auf und führt zu Hautveränderungen an Fußsohlen und Handinnenflächen im Sinne von einer verstärkten Verhornung und schmerzhaften Rissen. Seltener kommt es zu aufplatzenden kleinen Wasserbläschen neben typischen Psoriasisplaques, aber auch zur Bildung von sterilen Eiterbläschen, die zu sehr schmerzhaften Entzündungen führen können. Begleitend können Veränderungen der Finger- und Zehennägel auftreten.

Unter einer Autoimmunerkrankung versteht man übrigens, dass das Immunsystem überaktiv ist und über Freisetzung von Botenstoffen *(Zytokinen)* Entzündungsreaktionen auslöst. Dadurch werden die hornbildenden Zellen *(Keratinozyten)* zur stärkeren Arbeit angeregt und es kommt zu Verdickung und Rötung der Haut mit starker Schuppung.

Von der deutschen Bevölkerung sind bei den Erwachsenen circa 2–3% betroffen, während Kinder und Jugendliche vor dem 18. Lebensjahr nur etwa zu 1% unter Psoriasis leiden.

Betrachtet man die Ursachen, so blickt man auf ein multifaktorielles Geschehen. Einerseits besteht eine klare familiäre Häufung, sodass von erblichen Anlagen für Psoriasis gesprochen werden muss. Aber eine genetische Veranlagung muss nicht zwangsläufig zu einer klinischen

Fotos: Maria (oben), fussesergei (rechts) | stock.adobe.com

Symptomatik führen. Oft müssen externe Auslöser, wie z. B. Verletzungen der Haut, mechanische oder chemische Reize, hinzukommen. Aber auch innere Ursachen wie eine hohe psychische Belastung und Stress sowie Infektionskrankheiten oder hormonelle Veränderungen können einen Schub auslösen. Ebenfalls kommt der Genuss von Alkohol oder die Einnahme von bestimmten Medikamenten als Trigger in Frage.

Bei schubhaftem Verlauf kommt es üblicherweise im Frühling und Herbst zu einer Verschlechterung mit tendenziell besserem Hautbild im Sommer. Generell kommt es bei 25% der Patienten zu einer Spontanheilung.

Psoriasis kommt selten allein:

sie ist häufig mit Bluthochdruck, Adipositas, Diabetes mellitus, Fettstoffwechselstörung, Arteriosklerose, Schlaganfall oder Herzinfarkt vergesellschaftet.

BEHANDLUNGSOPTIONEN

Bei leichtem bis mittelgradigem Befall der Haut bietet sich zunächst eine lokale Therapie mit Salben an, die z. B. Kortison, Dithranol (künstlicher Teer), *Calcineurin*-Inhibitoren oder Vitamin-D-Analoga enthalten. Zudem kommen Bestrahlungstherapien mit UVB-Strahlung in Frage.

Kommt es hierunter nicht zu einer ausreichenden Besserung oder handelt es sich um eine mittlere bis schwere Ausprägung der Psoriasis können Medikamente in Tablettenform verordnet werden. Hierzu zählen: Acitretin, Ciclosporin, Fumarate oder MTX.

Als letzte Behandlungsstufe existieren verschiedene monoklonale Antikörper-Therapien, die innerlich immunsupprimierend – also im Sinne einer Down-Regulation des Immunsystems – wirken. Oftmals kommt es hierunter zu einer Verbesserung des Krankheitsbildes. An typischen Nebenwirkungen können zum Beispiel Infusionsreaktionen, Müdigkeit, Übelkeit, Rückenschmerzen, Fieber, Husten, Infektionen der oberen Atemwege und Veränderungen des Blutbildes auftreten.

Je nach Schweregrad der Hautveränderungen leiden die Patienten/-innen mehr oder weniger schwer unter psychischen Symptomen, weil sie sich stigmatisiert fühlen, sich schämen, sodass das Selbstwertgefühl in Mitleidenschaft gezogen ist. Im schlimmsten Fall leidet sogar die Partnerschaft oder Freundschaften darunter.



NATURHEILKUNDLICHE BEHANDLUNG BEI PSORIASIS

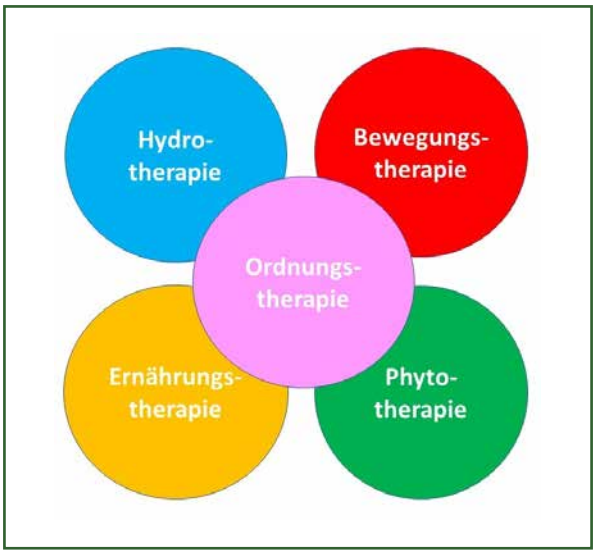


In Deutschland gibt es insgesamt sechs Kliniken, in denen eine naturheilkundliche Komplexbehandlung als Leistung der gesetzlichen Krankenversicherungen angeboten wird.

Auch Patienten mit Psoriasis können hier sehr effektiv ganzheitlich behandelt werden.

Unter einer naturheilkundlichen Komplexbehandlung versteht man den Einsatz der klassischen Naturheilverfahren im stationären Rahmen.

Dazu gehören:



HYDROTHERAPIE BEI PSORIASIS

Je nach Hautbild werden Ganzkörperpackungen entweder mit Sole getränkten Tüchern oder – vor allem bei trockener Haut – Einreibungen mit Nachtkerzenöl-Creme eingesetzt. Zur Unterstützung der Entgiftungsfunktion der Leber werden tägliche Leberwickel angewendet. Zur Modulation des Immunsystems führen geschulte Pflegekräfte Hautbürstungen mit anschließender kühler Waschung und Einreibung mit Leinöl oder Johanniskraut-Öl durch.



ERNÄHRUNGSTHERAPIE BEI PSORIASIS

Generell gibt es keine spezielle „Psoriasis-Ernährung“. Aus naturheilkundlicher Sicht ist eine Entgiftung des Körpers über eine Ernährungsumstellung sinnvoll. Hier kommt einerseits eine Heilfastentherapie modifiziert nach Buchinger in Frage, die im Rahmen des stationären Aufenthalts durchgeführt werden kann. Andererseits ist auch eine Stoffwechselentlastung durch eine Kartoffel-Reis-Diät möglich. Zudem erfolgen Schulungen zur Ernährungsumstellung zu Hause, um langfristig eine Besserung des Hautbildes zu erreichen. Auch wenn diese speziellen Ernährungsformen empfehlenswert sind, bleiben sie natürlich freiwillig!

Fotos: PixelShot, stock.adobe.com



PHYTOTHERAPIE BEI PSORIASIS

Anstelle von den o.g. Externa kommen beispielsweise Mahonia-haltige Salben oder Cremes zum Einsatz. Treten nässende Stellen im Anogenitalbereich auf sind Salben mit Hamamelis virginiana häufig hilfreich.

Im Bereich der Aromatherapie wird in der Klinik für Naturheilkunde in Hattingen ein spezielles „Psoriasis-Öl" angemischt, welches Lavendel-, Bergamotte-, Niauli- und Manukaöl enthält und auf den betroffenen Stellen aufgetragen wird. Zur Hautpflege wird eine spezielle Nachtkerzenöl-Creme eingesetzt.

Außerdem werden Phytopharmaka auch innerlich in Form von Tabletten eingesetzt. So kann die Einnahme eines Mariendistelextrakt-haltigen Präparates die Leber in ihrer Entgiftungsfunktion unterstützen. Antientzündlich wirken Präparate mit Omega-3-Fettsäuren und Vitamin E. Gegen den Juckreiz können Nachtkerzenöl-Kapseln eingesetzt werden.

BEWEGUNGSTHERAPIE BEI PSORIASIS

Die stressbedingte Verschlechterung des Hautbildes darf nicht unterschätzt werden. Daher ist ein gesunder Stressumgang sehr wertvoll. Und dazu zählt auch eine regelmäßige Ausdauerbewegung, wie beispielsweise Spaziergänge, Wandern, Fahrradfahren oder Joggen. Aber auch gezielte Atemübungen tragen zur Entspannung des vegetativen Nervensystems bei.

ORDNUNGSTHERAPIE BEI PSORIASIS

Wie eigentlich bei allen chronischen Erkrankungen ist eine gesunde Lebensordnung erstrebenswert. Dazu gehört ein angemessenes Maß an Anspannung und Bewegung, gepaart mit Entspannung und Ruhe, aber auch regelmäßige gesunde Mahlzeiten und eine gute Schlafhygiene. Wichtig ist auch ein effektives Stress-Management mit Stärkung der eigenen Resilienz (= Psychische Widerstandskraft). Während eines Aufenthalts in der Klinik für Naturheilkunde wird auf diese Aspekte sowohl im Gruppensetting als auch in Form von Einzelgesprächen eingegangen, sodass jeder individuell seinen Weg zu einer passenden Lebensordnung finden kann. Wichtige Themen können aber auch Krankheitsumgang und -akzeptanz sein. Bestehen hier große innere Widerstände, kann die Haut nicht besser werden.

BEGLEITENDE UNTERSUCHUNGEN

Auch ein gestörtes Mikrobiom kann zu einer Verschlechterung des Hautbildes beitragen. Daher empfehlen wir die Durchführung einer Mikrobiomuntersuchung, um Störungen der Stuhlflora, der Verdauungsleistung, des Darm-assoziierten Immunsystems oder Hinweise auf eine Barriere-Störung der Darmwand aufzudecken. Diese können dann mit Phytotherapeutika, mikrobiologischer Therapie und einer entsprechenden langfristigen Ernährungsumstellung behandelt werden.

Natürlich können die klassischen Naturheilverfahren keine Schuppenflechte „heilen". Es geht darum, einen gesunden, machbaren Umgang mit der eigenen chronischen Hauterkrankung zu finden, um eine gute Lebensqualität zu erreichen. Dazu kann ein Aufenthalt in der Klinik für Naturheilkunde beitragen. Die erlernten Behandlungen müssen dann langfristig zu Hause fortgesetzt werden.



Dr. Birke Müller
Leitung, (Komm.)
Naturheilklinik Hattingen

- Anzeige -

mm|L
machmedia Lindner

machmedia Lindner
Werbeagentur für
Print- und Webdesign

