

# **Ganzheitliche Behandlung von Erkrankungen „in der kalten Jahreszeit“**

## **Influenza – Schnupfen – Husten etc.**

### **Ergänzende Methoden zur Homöopathie**

von Dr. Dr. Klaus Zak, Vorsitzender der Deutschen Gesellschaft für Osteopathie und Schmerztherapie (DGOS), Homöopath, Osteopath

Die so genannte „Moderne Medizin“ hat im letzten Jahr mit genügend Schlagzeilen dafür gesorgt, dass allopathische Mittel (Schmerzmittel, Antirheumatika, Fiebersenkende Mittel etc.) in eine massive öffentliche Kritik gelangt sind. Einige Präparate mussten vollkommen vom Markt genommen werden, da ihr Risikopotential um ein Vielfaches höher war als ihr angeblich versprochener Nutzen, wie sich später herausstellte. Die öffentlichen Empfehlungen zu Impfungen hinsichtlich der Influenzawellen haben sich auch von der Euphorie dahin gehend reduziert, dass man Gripeschutzimpfungen auch keinem kritischen Patienten mehr empfehlen kann und die Gesundheitsempfehlungen sich hier auf ältere Menschen oder spezielle Krankheitssituationen beziehen. So konstatierte eine ältere Patientin, die wegen einer homöopathischen Behandlung in unserem Praxis-Klinik-Zentrum war, dass die Empfehlungen zur Behandlung ihrer akuten Erkältungskrankheit im Prinzip „großmütterliche Haushaltsmittel“ nahe gelegt hatten und fragte, ob das nun der Fortschritt für das Jahr 2005 sei.

Betrachtet man die häufigsten Krankheitsaffektionen in der nassen, kalten, dunkleren Jahreszeit, so findet man am häufigsten Hals-Nasen-Ohren-Infekte, bronchopulmonale Entzündungen, die bis hin zu Herzkreislaufschädigungen führen können und wir finden in Folge der zuvor genannten Geschehnisse Sekundärererscheinungen am Haltungs- und Bewegungsapparat mit Gelenk-, Muskel-, Weichteilschmerzen bis hin zu schweren rheumatischen Komplikationen oder auch schwersten destrukturierenden Gelenkentzündungen akuter Form. Ein ganzheitliches Konzept für eine Komplexbehandlung besteht aus: Aller guten Dinge sind drei – Komponenten: 1. Homöopathie, 2. Osteopathie, 3. bewährte ergänzende Methoden wie Naturheilverfahren, Aromatherapie, Akupressur etc.

Die homöopathische Vorgehensweise orientiert sich in der Regel immer an drei Punkten: 1. Faktoren-Analyse im Sinne der Symptome des Krankheitsbildes, 2. Erkennen der Besonderheiten des Verlaufes der Erkrankung, 3. „Bewährte Mittel der Hausapotheke“ des klinischen Krankheitsbildes.

Der Homöopath kann dann unter Umständen ein „akutes Mittel“, „passendes Mittel“ oder unter bestimmten Voraussetzungen auch die „konstitutionelle Arznei“ für den Patienten verabreichen. In diesem Fall hat er Ursachen, Anzeichen der Verschlimmerung, Besserung, Begleitsymptome der psychischen Situation richtig analysiert.

In vielen Fällen geht es gerade darum, dass trotz der Gabe einer fraglich passenden Arznei keine Besserung feststellbar war und die Halsentzündung oder Kopfschmerzen und Muskelentzündungen oder andere Begleitsymptome bis hin zu deutlichen Allgemeinsymptomen unbeeinflussbar geblieben sind. Wir kennen diese Situation als Ärzte sowie als Patienten. Grundsätzlich kann eine erweiterte Therapie bei Grippe, Erkältung etc. oder bei allen Krankheiten helfen, die keiner sofortigen notfallmedizinischen Akutbehandlung bedürfen. Die Lebenskraft des Individuums muss noch zu einer positiven Reaktion auf die Behandlung fähig sein. Schwerste Fieberschübe und lebensgefährliche Bronchopneumonien (Lungenentzündungen) müssen selbstverständlich, schon aus juristischen

Gründen, korrekt schulmedizinisch in Befunderhebung und Diagnostik abgeklärt werden, so dass hier unter Umständen auch bildgebende Verfahren von Lunge, Nasennebenhöhlen oder Wirbelsäule notwendig sind. Bei einer Osteopathie-Behandlung im HNO-, HWS-, Brust- bis Lendenwirbelsäulenbereich ist unter Umständen auch eine Magnetresonanztomographie (MRT) notwendig, um das Indikationsspektrum im Sinne des Patienten sicher zu gestalten. Allgemein sind die kombinierten Techniken der Osteopathie und homöopathischen Therapie nur wenigen „Eingeweihten“ bekannt. Die Osteopathie-Behandlung mit manualmedizinischen Techniken ist dabei als ganzheitliche Komplextherapie bei Entzündungen und Erkrankungen im Schädelbereich, bei Verspannungen und Entzündungen der inneren Organe (Nasenschleimhaut, Luftröhre, Lunge) bis hin zu durch Husten verursachten Schmerzen der Rippengelenke und Wirbelsäule als Begleiterscheinung von Verspannungen der Muskeln, häufigem Niesen etc anzusehen. Wir kennen hierbei als bewährte Methoden die Craniosacrale Therapie, die direkt bei Nasennebenhöhlenentzündungen, Ohraffektionen, aber auch Halsentzündungen bewährt ist. Durch die osteopathischen Techniken kommt es bei Entzündungen, die immer bei grippalen Infekten anzutreffen sind, zur Verbesserung der Durchblutung, „Drainage“ der Lymphwege, „Mobilisierung“ von Verschleimungen, so dass die Trophik der gesamten entzündlichen Nasen-, Nebenhöhlen-, Rachen- bis Luftröhrenschleimhaut verbessert wird. Grundsätzlich handelt es sich bei den Manipulationen um Behandlungen mit Dehnungen, Reibungen, Handgriffstechniken, die auf Gefäße, Nerven und Organe gezielt sind. Schwerwiegende Risiken der Behandlung sind nicht bekannt. Es werden grundsätzlich nur Techniken angewandt, die auch im Bereich der Halswirbelsäule Gefahren für hirnversorgende Arterien oder Gefäße vermeiden. Eine korrekt durchgeführte osteopathische Behandlung wird grundsätzlich so angewendet, dass der zu erwartende Heilerfolg auch extrem seltene Risiken quasi ausschließt. Die Indikation zur Osteopathie-Behandlung ergibt sich aus der Definition der osteopathischen Läsion: 3-D-Restriktion (**3-D**), mögliche Schmerzen und psychovegetative Alterationen. Die räumliche pathologische Beweglichkeit oder Formdeviation ist die 3-D. Bei Erkältungskrankheiten im HNO-Bronchopulmonalen Bereich kommt es auch schon nach kurzer Zeit zu Störungen am Haltungs- und Bewegungsapparat oder an inneren Organen entsprechend den drei Hauptgebieten der Osteopathie. Das Gesamtkonzept der Osteopathie wirkt bei diesen Infekten auf deren Beweglichkeit und Bewegung bis hin zur Verbesserung der allgemeinen Organfunktionen, so dass beispielsweise Abhusten, Schleimsekretion verbessert werden. Ein Synergismus aus homöopathischer Sicht ergibt sich zwischen Homöopathie und Osteopathie durch das Anwenden potenziierter Arzneien und den manuell „potenzierten“ Methoden der Osteopathie. Während aus homöopathischer Sicht mehr der Geist der Krankheit beeinflusst wird, kann die Osteopathie bei Erkältungskrankheiten Struktur und Restriktionen der betroffenen Organbereiche auf der körperlichen Ebene im wahrsten Sinne des Wortes behandeln. Im nachfolgenden stichwortartigen Katalog sind entsprechend den Grippe-Erkältungskrankheiten-Symptomkomplexen osteopathische Technik und naturheilkundlich bewährte Therapiemöglichkeiten für die „häufigsten Erkältungskrankheiten“ aufgelistet. Diese können auch während homöopathischer Behandlung ergänzend – unterstützend angewandt werden.

### **Asthma (Infektfolgen)**

Osteopathische Therapie (O): Viszerale Therapie der Lunge, Luftröhre im Sitzen und in Seitenlage, strukturelle Therapie der Rippen und Wirbelgelenke

Naturheilkundliche und sonstige Methoden (S): Atemtherapie, Waschungen mit Obstessig, Bienenwaben oral, Ölkur (z.B. Sonnenblumenöl, Anisöl), Malveninhalation, Lavendelöl, ansteigende Fußbäder, bei Therapieresistenz allopathische Behandlung erforderlich

### **Bronchitis, Heiserkeit**

Q: Viszerale Therapie bronchopulmonales System, Lösung von Luftröhrenrestriktionen, viszerale Therapie Hyoid, Kehlkopf, manuelle-strukturelle Therapie Thoracic Inlet 1. Rippe etc.

S: Inhalation Kochsalzlösung, in Heizungsräumen auf ausreichende Luftfeuchtigkeit achten, Wickel mit warmer Butter, Olivenöl, heiße Milch mit Honig, oral Knoblauch, Zubereitungen als Saftkombinationen mit Zwiebel etc., Süßholzwurzel bei Heiserkeit, bei erhöhter Temperatur Wadenwickel, Weidenrindentee

### **Halsschmerzen**

Q: Viszerale Therapie Mundbogen, Hyoid, pharyngeales System, craniosacrale Therapie von Gaumen und Halswirbelsäule

S: Warme Wickel, kalte Wickel je nach Verträglichkeit, Seidenschal zum Schutz, Kartoffelwickel, Olivenölwickel, Zwiebelwickel, 1-2 Teelöffel erhitzt im Mund zergehen lassen oder ¼ Liter heißes Wasser langsam trinken, Vitamin C, Malventee, Thymiantee, Salbeitee, Spülung und Gurgeln mit Salzwasser

### **Kopfschmerzen – Brummschädel als Folge des HNO-Infektes mit Schnupfen und Stirnhöhlenkomplikationen**

Q: Craniosacrale Therapie der Schädelknochen, osteopathische Behandlung im Mund, osteopathische Behandlung des visceralen Systems in der Nasen-, Ohren- und Rachenregion, schonende Lösung von Restriktionen (Blockierungen, „Verklebungen“ von Wirbelgelenken)

S: Inhalationen Salzwasser zur „Lösung“ und Verbesserung des Nasennebenhöhlenabflusses, Schleimhautabschwellung durch Spülungen mit körperwarmer Kochsalzlösung, je nach Vertragen auch Rotlichtbestrahlungen, Quarkpackungen auf Stirn und Nebenhöhlen legen, ansteigendes Fußbad, Akupressur von Nase und Stirn

### **Ohrenschmerzen**

Q: Craniosacrale Therapie der Schädelknochen nach Ten-Step-System (nach Upledger), Lymphdrainage Gesicht, Hals, viscerale Therapie der Lymphabflusswege der Ohren, strukturelle Therapie der Wirbelsäule und Kopfgelenke, insbesondere auch bei „verstopfem“ Ohrengang

S: Kompressen mit Zwiebeleinlagen, Leinsamenpackungen, Quarkkompressen, Lavendelöl in Ohrgang, aufgewärmtes Olivenöl in den Gehörgang träufeln, Ödembeseitigung im rhinopalatinalen System (verstopfte Nase beseitigen), bei massiven Schmerzen HNO-ärztliche Untersuchung dringend erforderlich

### **Rheumatische Komplikationen**

Bei einer rheumatischen Komplikation, Gliederschmerzen mit Arthritis eines Gelenkes bedarf es immer auch einer orthopädischen Abklärung mit Bildgebenden Verfahren und ggf. Punktion zur Erregerabklärung. Dies gilt insbesondere aus ärztlicher Sicht zur Berücksichtigung forensischer Probleme.

Q: Unwinding, Lymphdrainage, manuelle Therapie eines betroffenen Gelenkes

S: Packungen (Lehm, Quark), Essigwickel, Weißkohlblattumschläge, oral Weidenrindentee, Löwenzahnsaft

### **Rückenschmerzen**

Q: Strukturelle Therapie, Tuina-Therapie, Unwinding, Chirotherapie evtl. segmental

S: Warme Packungen (Heublumen, Kartoffelbrei, Leinsamen, Heilerde, Moor), Fußreflextherapie, Nierenmeridian, Akupressur

### **Schnupfen**

O: Craniosacrale Therapie der Gesichtsschädelknochen, Os nasale, Os sphenoidale, Os temporale etc. zur Verbesserung des venösen Abflusses, Entstauung, Verbesserung der Durchblutung etc., viscerale Therapie von Hals Thoracic Inlet, strukturelle Therapie Kopfgelenke, HWS

S: Vitamin C Gabe, Inhalation, Spülung mit körperwarmer Salzwasserlösung (1 Esslöffel auf 1 Liter Wasser), Bestrahlungstherapie je nach Vertragen, Quarkpackungen auf Stirnhöhle, Nasennebenhöhle, ggf. Meerrettichsalbe, Fußbäder, Akupressur

Vergleicht man die vorgenannten Maßnahmen (Homöopathie, Osteopathie, unterstützende Hilfsmittel, Naturheilverfahren, Akupressur etc.) mit allopathischen Therapien, so ist festzuhalten, dass wir im Vergleich zur üblichen allopathischen Therapie mit nicht-steroidalen Antirheumatika, ggf. erforderlichen Antibiotika, physikalisch-therapeutischen Maßnahmen eine Kostenersparnis von 80-90% erreichen können. Die ergänzenden geschilderten Therapiemaßnahmen sind unbelastend und dienen dazu, das Krankheitsungleichgewicht bei einer Erkältungskrankheit schonend in ein Gesundwerden zu modulieren, ohne riskante und schädliche Nebenwirkungen (z.B. bei Antibiotikatherapie, Schmerzmitteltherapie etc.) riskieren zu müssen. Osteopathie und Homöopathie sowie die zuvor genannten unterstützenden Maßnahmen vertrauen in die gute Organisation der natürlichen Lebenssituation, so dass diese Therapien die bestehenden Dysfunktionen und Krankheitszustände im Sinne der Verbesserung der inneren Koordination des Biosystems führen. Die therapeutischen Folgen sind eine neue Vitalisierung und eine bessere Adaptation der Organsysteme und eine Kompensation von Dysfunktionen wie Mangel durchblutung, Entzündungsreiz, Ödem o. ä. Die Vis vitalis des Menschen ist in der Lage, schädlichen Einflüssen zu widerstehen, wobei die obigen Konzepte der Krankheit widerstehen und diese durch die therapeutischen Ansätze zu neutralisieren in der Lage sind. Der Körper wird dabei auch als Einheit betrachtet, die nicht unterteilt werden kann und in der man nicht isoliert „irgendein Antibiotikum“ zur Vernichtung eines Keimes einsetzen soll. Physiologische Reflexmechanismen, funktionelle Störungen mit Dysfunktionen verbessern dabei die Gewebebeschaffenheiten, so dass auch über die Therapiereize vegetative, endokrine und immunstimulierende Mechanismen den Prozess der Krankheit in eine Gesundwerdung umwandeln.

Ich wünsche daher jedem betroffenen Patienten das Glück, auch einem Therapeuten begegnen zu dürfen, der in seiner Behandlung und seinem allgemeinen ärztlichen Tun diese förderlichen Therapieansätze kennt und verordnen kann.