

Jeden Winter wieder: Laryngitis

Naturheilkunde bei Husten, Heiserkeit und Stimmverlust

Sie sind die klassischen Symptome einer akuten Kehlkopfentzündung: Reizhusten und Heiserkeit bis hin zum Stimmverlust (Aphonie). Da Erkältungen aller Art, vor allem im Winterhalbjahr, jedoch meistens in Form eines Schnupfens die Nase oder in Form einer Bronchitis die unteren Atemwege betreffen, ist die akute Kehlkopfentzündung (Laryngitis) meist Teilsymptom einer Entzündung der Schleimhaut der Luftwege insgesamt. Kühl-feuchte und neblige Herbst- und Wintertage prädisponieren für eine Laryngitis. Sie kann von Viren oder von Bakterien ausgelöst werden; ihr Hauptmerkmal sind gerötete und geschwollene Stimmlippen, welche die Stimme tiefer und trockener klingen oder derart tonlos werden lassen, dass nur noch Flüstersprache möglich ist. Oftmals ist ebenfalls die benachbarte Rachen- und Luftröhrenschleimhaut entzündet.

Eine Kehlkopfentzündung sollte nach spätestens drei Wochen ausgeheilt sein oder sich zumindest deutlich gebessert haben. Ist dies nicht der Fall, muss der Patient an einen HNO-Arzt überwiesen werden, um Ulzerationen und Proliferationen auszuschließen. Bei einer kloßigen Sprache, verstärktem Speichelfluss, einem inspiratorischen Stridor und einer Zyanose, aber auch bei hohem Fieber, ist immer eine sofortige Klinikeinweisung erforderlich, da in diesen Fällen ein Glottisödem, ein Pseudokrapp, eine Epiglottitis oder eine Kehlkopftuberkulose vorliegen kann.

Mittel und Maßnahmen der Naturheilkunde

Ordnungstherapie und physikalische Medizin

Patienten mit Kehlkopfentzündung müssen ihre Stimme schonen, sollten jegliches Sprechen vermeiden und sich nur mit Flüstersprache äußern, um die entzündeten Stimmbänder nicht noch mehr zu reizen. Für die Dauer der Erkrankung sollten Raucher auf Zigaretten verzichten. Auch auf das Vermeiden chemischer und allergener Noxen ist zu achten (Haarspray, histaminreiche Nahrung etc.). Der Hals sollte mit einem Schal warmgehalten werden. In der frühen und hochakuten Phase wirken Wickel mit Quark oder Zitrone, Prießnitz-Halswickel und Salzwasser-Wickel entzündungshemmend. Diese werden folgendermaßen hergestellt: Man streicht eine 1 Zentimeter dicke Schicht Magerquark (Zimmertemperatur), in den man zuvor einen Schuss Essig gegeben hat, auf ein Geschirrtuch. Dieses Tuch legt man um den Hals, lässt den Bereich über der Wirbelsäule aber frei, darüber kommt ein Zwischentuch und dann ein Schal. Alternativ kann man auch ein Baumwolltuch mit Zitronensaft oder mit Salzwasser tränken und um den Kehlkopf herumlegen. Für den Prießnitz-Halswickel taucht man ein Geschirrtuch in kaltes Wasser, wickelt es straff um den Kehlkopf herum, umhüllt es mit einem weiteren, trockenen Leinentuch und dieses wiederum mit einem wärmenden Wollschal. Der Prießnitz-

Wickel bleibt etwa 45 bis 60 Minuten um den Hals. Nach einer Viertelstunde sollte er bereits als warm empfunden werden, andernfalls legt man noch eine Wärmflasche oder ein heißes Kirschkernkissen auf den Hals. Prießnitz-Wickel wirken auf die Region, wo sie angewendet werden, stark stoffwechselanregend und heilungsbeschleunigend. Ergänzend haben sich ansteigende Fußbäder (33° C auf 40° C innerhalb von 15 Minuten) und zur Entsäuerung Vollbäder mit Zusatz von einigen Esslöffeln basisch-mineralischem Körperpflegesalz bewährt.

Komplexhomöopathie

Das homöopathische Hustenmittel **Pulmosan**® ist ein ausgesprochenes Spezifikum bei krampfartigem und trockenem Reizhusten. **Pulmosan**® enthält zu gleichen Teilen und jeweils als Dilution D4 die homöopathischen Einzelmittel

- Atropa belladonna (Tollkirsche),
- Cephaelis ipecacuanha (Brechwurzel),
- Cuprum aceticum (Kupferacetat) und
- Drosera (Sonnentau).

Die vier Einzelmittel besitzen eine ausgesprochene Affinität zu Erkrankungen des Halses und entwickeln als Kombination eine starke Synergiewirkung:

Belladonna hat den Hustenreiz im Kehlkopf in seinem Arzneimittelbild, vor allem den Hustenreiz beim Einatmen. Clarke nennt den „trockenen Husten Tag und Nacht mit Kitzeln im Halsgrübchen“, den Reizhusten beim Hinlegen und in der Nacht sowie die raue, heisere und schwache Stimme unter den Atemwegssymptomen.



Atropa belladonna (Tollkirsche)

Trockene Schleimhäute sind das Thema von **Ipecacuanha**. Der Ipecacuanha-Patient klagt darüber, dass er „keinerlei Absonderung herausbekommen kann“. Unter den Atmungsorganen gehören die „aphonische Störung der Stimme“ und der „Husten durch Trockenheit des Halses“ zu den Leitsymptomen, auch das Husten beim Zubettgehen, das Menschen mit Laryngitis besonders häufig quält. Sobald sie sich hinlegen, verstärkt sich der Hustenreiz.

Zu den Leitsymptomen von **Cuprum aceticum** gehört der krampf- und anfallartige Husten, auch der häufige, heftige und trockene Husten, vor allem in der Nacht.

In der Homöopathie zählt **Drosera** zu den Klassikern unter den Hustenmitteln, gerade auch bei nächtlichem Reizhusten. Zu seinen Leitsymptomen gehören nach Clarke „tief im Rachen eine raue, scharrige, zum Hüsteln reizende Trockenheitsempfindung“, Stechen im Hals, heisere Stimme, Stimmverlust und Räusperzwang. „Es scheint eine ständige Spannung im Kehlkopf zu sein“ oder ein Kribbeln im Kehlkopf, was zum Hüsteln reizt. Auch hier findet sich die Verschlimmerung des Reizhustens durch Hinlegen und Zubettgehen.



Drosera (Sonnentau)

Pulmosan® ist ein speziell auf Husten und Heiserkeit zugeschnittenes Komplexhomöopathikum, mit dem sich das Beschwerdebild gut erfassen und nach dem Simile-Prinzip breitbandig auskurieren lässt. Als Dosierung verordnet man 3 x täglich 20-30 Tropfen, am besten vor den Mahlzeiten und in etwas Wasser.

Eine Kehlkopfentzündung kann isoliert auftreten, entwickelt sich aber häufig im Rahmen eines grippalen Infektes. In diesem Falle empfiehlt sich parallel zum Einsatz von **Pulmosan**® auch die Verordnung eines Erkältungsmittels: **Grippinfekt**®. In der Behandlung grippaler Infekte spielen die drei Einzelhomöopathika

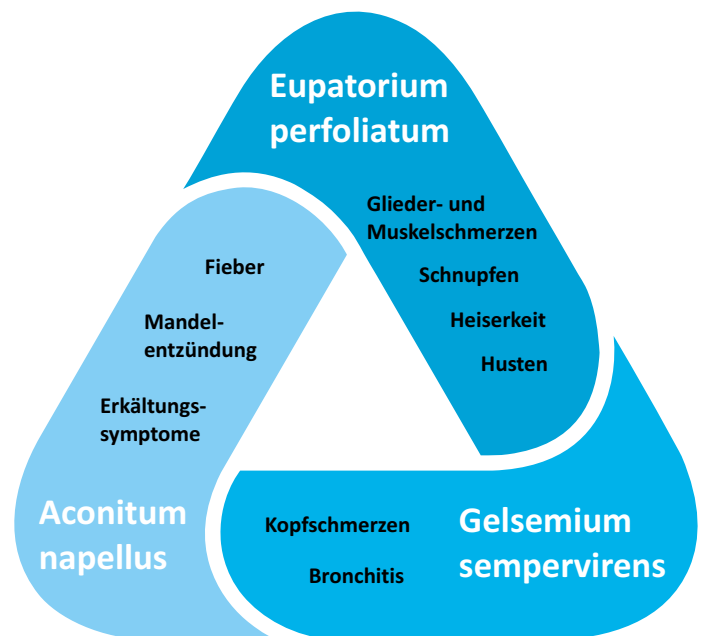
- Aconitum napellus,
- Eupatorium perfoliatum und
- Gelsemium sempervirens

eine zentrale Rolle, da ihre Prüfsymptome genau auf die Symptome von Erkältungskrankheiten passen. **Grippinfekt**® enthält alle drei Heilpflanzen zu gleichen Teilen als Dilution D4.

Aconitum napellus ist ein schnell wirkendes Mittel, das bei plötzlich einsetzenden Symptomen rasch wirkt. Zu seinen wichtigsten Symptomen gehören plötzliche Entzündungsprozesse durch kalte, trockene Luft, Unruhe, Atembeschwerden, Husten beim Atmen und ansteigendes Fieber.

Eupatorium perfoliatum, der Wasserhanf, wird bei Abgeschlagenheitsgefühl, Kopfschmerzen mit innerem Wundheitsgefühl, Husten mit Wundheitsgefühl bis in Luftröhre und Bronchien hinunter sowie Schmerzen in den Gliedmaßen eingesetzt. Der Hals fühlt sich wund, trocken und heiser an; das Sprechen fällt schwer. Wegen des Wundheitsgefühls hinter dem Brustbein ist das Einatmen mühsam und unangenehm.

Gelsemium sempervirens, der gelbe Jasmin, ist das Mittel für entkräftete Patienten, die unter starker Ermüdung leiden. Mattigkeit ist ebenso typisch für dieses Mittel wie ein Kloßgefühl im Hals und Schmerzen vom Rachen bis zum Ohr.



Grippinfekt® wird beim Auftreten der ersten Erkältungssymptome mit 5-10 Tropfen alle halbe bis ganze Stunde (maximal 12 mal täglich) dosiert, ab dem zweiten oder dritten Tag mit drei mal täglich 10 Tropfen, am besten in etwas Wasser vor den Mahlzeiten.

Neuraltherapie

Eine Laryngitis lässt sich mit Injektionen waagrecht in die Schleimhaut-Umschlagfalten zwischen den oberen und unteren Weisheitszähnen rechts und links gut beeinflussen. Pro Seite gibt man eine Mischinjektion aus 1-1,5 ml Procain oder Lidocain zusammen mit einer Traumeel-Ampulle (Dentalkanüle, Stichtiefe 1-1,5 cm gut aspirieren!). Bei akuter Laryngitis die Injektion täglich bis alle zwei Tage durchführen bis zum Abklingen der Beschwerden.

Ausleitungsverfahren

Mehrmaliges Baunscheidtieren des sog. „toxischen Dreiecks“ (Schulterdreieck) und der Nackenzone im Abstand von 3-7

Newsletter März 2018

Tagen, alternativ 2 x wöchentlich trockenes Schröpfen (insgesamt 6-8 mal im toxischen Dreieck). Bei heißen Gelosen wird nicht trocken, sondern blutig geschröpft.

Akupunktur

Die traditionelle chinesische Medizin betrachtet alle Erkrankungen des Halses als „Obstruktionen der Kehle“ und unterscheidet nicht nach Lokalisationen wie z. B. Mandeln, Rachen oder Kehlkopf. Über folgende Akupunkturpunkte kann man entzündliche Erkrankungen des Halses zum Abklingen bringen:

Lu 5, Lu 11, Di 18, Ma 9, Ma 43, Ma 44, Dü 2, Dü 17, 3E 2, 3E 3, 3E 5 und Ren 22, Ex Jinjin + Ex Yuye.

Chiropraktik

Mehr als 90 % der Patienten mit chronischer Laryngitis weisen Beweglichkeitseinschränkungen der Kopfgelenke und der oberen Halswirbelsäule auf. Über einen erhöhten Muskeltonus und einen daraus resultierenden Lymphstau wirken sie dem Ausheilen von Infekten im Kehlkopfbereich entgegen. Der Hypertonus und die gestaute Lymphe bessern sich durch sanfte Mobilisationen mit und ohne Impuls im Bereich von Atlas, Axis und HWS.

Ernährung und orthomolekulare Medizin

Für alle Atemwegsinfekte - und so auch für die Kehlkopfezündung - gilt hinsichtlich der Ernährung: nährstoffreiche Vollwertkost mit hohem Frischkostanteil; Milch und Milchprodukte sind zu meiden, da sie die Verschleimung fördern und ihr Eiweiß eine Belastung für das Darmimmunsystem darstellen kann.

Bei akuten Erkältungen empfehlen sich bis zum Abklingen der Symptome hochdosiert Vitamin C im höheren Grammbereich (10 g) für einige Tage, ferner 60-100 mg Zink und 200 µg Selen. Antientzündlich wirken auch Omega-3-Fettsäuren.

Eine ganz einfache antientzündliche Maßnahme ist kaltgeschleudertes Bio-Honig, den der Patient langsam im Mund zergehen lässt. Honig wirkt sich außerdem beruhigend bei Reizhusten aus, vor allem bei quälendem Hustenreiz im Liegen.

Autor: Margret Rupprecht

Literatur:

Elvira Bierbach, Michael Herzog (Hrsg.): „Handbuch Naturheilpraxis – Methoden und Therapiekonzepte“, Urban & Fischer Verlag bei Elsevier, München 2005

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1973

Ursel Bühring: Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde. Sonntag Verlag, Stuttgart 2005

„Der Neue Clarke. Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker“, Dr. Grohmann Verlag für homöopathische Literatur, Bielefeld 2001

Wolfgang Gerok, Christoph Huber, Thomas Meinertz, Henning Zeidler: „Die Innere Medizin“, Schattauer Verlag, Stuttgart 2000

Rudolf Probst u.a.: „Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde“, Thieme Verlag, Stuttgart 2008

Gotthard Schettler, Heiner Greten: „Innere Medizin“, Thieme Verlag, Stuttgart 2005

Karl Stauffer: „Klinische Homöopathische Arzneimittellehre“, Johannes Sonntag Verlagsbuchhandlung, Regensburg 1955

Hildebert Wagner, Markus Wiesenauer: „Phytotherapie - Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathika“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2003

Pulmosan®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Atropa belladonna Dil. D4 2,5 g, Cephaelis ipecacuanha Dil. D4 2,5 g, Cuprum aceticum Dil. D4 2,5 g, Drosera Dil. D4 2,5 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Besserung der Beschwerden bei krampfartigem Husten.** **Dosierung:** Die Dosierung erfolgt individuell. Zur Orientierung können folgende Angaben herangezogen werden: Bei akuten Zuständen nehmen Erwachsene 10-20 Tropfen ein, bei chronischen Verlaufsformen 20 Tropfen 3 x täglich. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 51 Vol.-% Alkohol. Bei Fieber, Kopfschmerzen, eitrigem oder blutigem Auswurf ist ein Arzt aufzusuchen. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vorliegen sollte Pulmosan® in der Schwangerschaft und Stillzeit nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 2400258.

Grippinfekt®

Zusammensetzung: 10,0 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Aconitum napellus Dil. D4 3,33 g, Eupatorium perfoliatum Dil. D4 3,33 g, Gelsemium sempervirens Dil. D4 3,34 g. Hergestellt nach homöopathischem Arzneibuch. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Grippale Infekte.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12 x täglich, je 5 - 10 Tropfen, bei chronischen Verlaufsformen 1-3 x täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Grippinfekt® darf nicht angewendet werden bei bekannter Überempfindlichkeit gegen Eupatorium perfoliatum und andere Korbblütler. Aufgrund des Alkoholgehaltes darf das Arzneimittel außerdem nicht bei Alkoholkranken angewendet werden. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 52 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Grippinfekt® bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Da keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen zur Anwendung in der Schwangerschaft und Stillzeit vorliegen, sollte Grippinfekt® nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Es soll deshalb bei Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden. **Nebenwirkungen:** Keine bekannt. **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung flüssiger Verdünnungen zum Einnehmen, 50 ml, PZN 10198718.



Steierl-
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 48
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de
Internet: www.steierl.de

Wirksame Naturarznei.