

5. Anwendungsbeispiel Dermatologie

BERNHARD UEHLEKE

Einleitung

Das Fachgebiet der Dermatologie umfasst eine große Anzahl von speziellen Erkrankungen, deren Pathogenese oft unklar ist und für die es daher keine spezifischen Therapien gibt. Solche speziellen Hauterkrankungen stellen wie die häufigeren dermatologischen Krankheitsbilder, wie Neurodermitis (Atopisches Ekzem), Psoriasis (Schuppenflechte) und Allergien, für die Betroffenen eine lebenslange Belastung dar. Die Prävalenz des Atopischen Ekzems wird auf etwa 2–5%, diejenige der Psoriasis auf 1–3% der Bevölkerung geschätzt. Den Großteil dermatologischer Erkrankungen in der Facharztpraxis stellen allerdings berufsbedingte Hauterkrankungen dar, die häufig zum Berufswechsel zwingen. Besondere Aufmerksamkeit gilt ebenfalls dem Melanom, dessen Auftreten durch übermäßige Besonnung mit Sonnenbrand begünstigt wird. Wegen seines extrem bösartigen metastasierenden Verlaufs ist dieser Krebs besonders gefürchtet und bedarf meist nach Operation einer umfassenden onkologischen Therapie (s. Kap. I.3 und II.2).

Da unser Hautbild wesentlich für die soziale Selbst- und Fremdwahrnehmung ist, schränken Hauterkrankungen die Lebensqualität erheblich ein und können weitere psychosoziale Probleme verursachen. Umgekehrt verschlimmern psychische Probleme und Stress Hautprobleme. Viele dermatologische Erkrankungen verlaufen schubweise und die Schübe werden durch verschiedene Faktoren, aber insbesondere durch Stress ausgelöst und verstärkt. Nicht nur bei allergischen Hauterkrankungen spielt die Ernährung eine große Rolle; eine gestörte Verdauung kann über das Darm-assoziierte Immunsystem allergische Erscheinungen

an der Haut fördern. Wahrscheinlich wird so außerdem eine unspezifische Entzündungsbereitschaft der Haut begünstigt.

Viele Patienten mit chronischen Hauterkrankungen sind mit den konventionellen Behandlungsangeboten unzufrieden und wenden sich der Komplementärmedizin zu. Als besondere Gründe werden Wartezeiten für einen Termin auch bei akuten Haut-Problemen und eine wenig befriedigende und langfristig den Hautzustand verschlechternde Therapie mit topischen Cortison-Präparaten angeführt. Ein Aufenthalt in Akutkliniken wird oft als wenig „ausgefüllt“ kritisiert. In spezialisierten Rehabilitationskliniken werden dagegen nicht nur die Haut, sondern auch ganzheitliche und psychosomatische Aspekte mit berücksichtigt und entsprechende Therapieprogramme angeboten, die balneologische und physikalische Verfahren mit Entspannungsmethoden und psychotherapeutischen Angeboten kombinieren – meist ohne dass speziell auf Naturheilkunde bzw. Komplementärmedizin abgehoben wird.

5.1. Neurodermitis

Die Neurodermitis tritt veranlagungsbedingt meist im frühen Kindesalter auf mit Symptomen wie Milchschorf. Neben der empfindlichen Haut bestehen oft Verhaltensauffälligkeiten, die möglicherweise auch erst sekundär dazukommen. Bei der Therapie von kleinen Kindern werden normalerweise die Eltern mit einbezogen, wann immer dies möglich ist. Es bestehen plausible und in klinischen Studien belegte phytotherapeutische Möglichkeiten mit externer und interner Anwendung von ungesättigten Fettsäuren insbesondere mit Nachtkerzenöl. Eine stark rückfettende Hautpflege soll den Juckreiz durch „Aufweichen“ der schuppigen, trockenen Haut lindern; dazu dienen auch balneologische und physikalische Anwendungen.

Beim Vollbild der „Atopie“ treten allergische Erkrankungen an anderen Organen auf, insbesondere allergisches Asthma und chronische Sinusitis sowie gastrointestinale Unverträglichkeiten. Daneben bestehen psychische Auffälligkeiten.

Besondere Ernährungsformen sollen die allgemeine Entzündungsbereitschaft des Organismus verringern; dazu gehört eine vegetarisch ausgerichtete Kost oder auch das spezifische Heilfasten. Ungesättigte Fettsäuren werden besonders berücksichtigt. Allergisierende Nahrungsbestandteile werden diagnostisch oder durch Eliminations- und Expositionszyklen ermittelt und ausgeschlossen.

Wegen der häufig bestehenden psychischen Überlagerung wird das autonome vegetative System durch körperliche Stressreize wie Kaltreize, Klimafaktoren, Reizklima sowie Bewegung und Sporttherapie trainiert. Als Maßnahmen, die dann anschließend am Wohnort weitergeführt werden, bietet sich hier insbesondere Kneipp'sche Hydrotherapie an.

In der Regeneration einer entzündeten und superinfizierten Haut bietet die Naturheilkunde mit äußerlicher Heilerde Therapieoptionen an, die noch keinen

Eingang in die konventionelle Dermatologie gefunden haben, aber plausibel und recht vielversprechend sind. Die Peloid-Therapie mit ihren verschiedenen mineralischen und organischen Materialien in breiförmiger Konsistenz hatte bereits in der frühen Balneologie eine größere Bedeutung, verlor aber in den letzten Jahrzehnten an Bedeutung.

Mind-Body-Medizin und Ordnungstherapie sollen ein Bewusstsein für psychischen Stress als auslösendes Agens schaffen, die entsprechenden Entspannungs- und Achtsamkeits Methoden sollen in Verbindung mit psychotherapeutischer Behandlung den Teufelskreis Stress-Hautjucken-Kratzen-Hautentzündung-Stress durchbrechen. Manchmal muss in der Eltern-Kind-Beziehung dahingehend gearbeitet werden, dass das Kratzen des Kindes weniger als Signal zur Kommunikation und zur Hinlenkung der Aufmerksamkeit verstanden wird.

Homöopathische und anthroposophische Verfahren können durchaus komplementärmedizinische Behandlungskonzepte ergänzen bzw. umgekehrt. Akupunktur scheint höchstens indirekt bei Neurodermatitis zu wirken und bedarf noch weiterer Überprüfung bei Hauterkrankungen.

5.2. Psoriasis

Die Schuppenflechte tritt bei entsprechend erbter Veranlagung schubweise auf, wobei die Auslöser nicht genau bekannt sind. Glücklicherweise sind bei den meisten Patienten nur kleinere Hautbereiche z.B. an den Ellenbogen und Knien betroffen. Bei Befall größerer Hautpartien hingegen ist eine Teilnahme am normalen sozialen Leben sehr stark beeinträchtigt, da der Hautzustand mit Rötung, Entzündung, Verkrustung stark auffällig und stigmatisierend ist.

Der überschießenden und unregelmäßigen Produktion von Hautzellen begegnet man „natürlicherweise“ mit Solebädern und UV-Licht, wie es einem Aufenthalt am Meer und, in besonderer Intensität, am Toten Meer entspricht. Hierzulande verwendet man heiße, möglichst hochkonzentrierte Solequellen und als „Sonnenersatz“ UV-Strahler mit hohem Anteil an UV-A.

Um die schuppigen äußeren Bestandteile der Haut im Schub schonend zu lösen, verwenden einige Spezialkliniken Biotherapien mit Kängal Fischen, die mit dem Patienten baden und schmerzfrei die Entschuppung bewirken, was mit weniger Hautverletzung einhergeht als beim Kratzen mit den Fingernägeln. Eine andere Alternative ist ein Aufweichen der Schuppen durch feuchte Wickel. Sehr wirksam und spezifisch keimhemmend und wundheilungsfördernd können Peelings mit einer angetrockneten Heilerde sein.

Als entzündliche Erkrankung spricht die Schuppenflechte in der Regel gut auf entzündungshemmende Methoden der Ernährungsmedizin an. Als intensivdiätetische Massnahme fungiert das Heilfasten, insbesondere in Form des Heilfastens. Als dauerhafte Ernährung stehen vegetarische Vollwerternährung und mediterrane Ernährung im Vordergrund.

Äußerlich werden einige pflanzliche Zubereitungen eingesetzt, u.a. Mahonia Salbe oder Aloe vera. Aus dem Bereich der Mind-Body-Medizin hat sich insbesondere das MBSR (Mindfulness based Stress Reduction) Programm wissenschaftlich als wirksam erwiesen. Empirisch werden sowohl die Phytotherapie der Ayurveda Medizin als auch der TCM mit häufig gutem Erfolg in der Behandlung eingesetzt.

5.3. Allergische Hauterkrankungen

Für die Behandlung von Allergien werden ein Vielzahl von Therapien der Naturheilkunde und Komplementärmedizin eingesetzt. Im Vordergrund stehen die Hydrotherapie, die Ernährungstherapie, die Ordnungstherapie und Mind-Body-Medizin und die mikrobiologische Therapie. Ebenfalls häufig werden Homöopathie und anthroposophische Medizin eingesetzt.

Wissenschaftlich kritisch bewertet werden die in der ambulanten Praxis ebenfalls häufig eingesetzten Methoden der Eigenbluttherapie, der Bioresonanzverfahren und anderer Alternativmedizinischer Verfahren.

Bei vermeintlich allergischen Hauterkrankungen kann oftmals auch eine Unverträglichkeit von Nahrungsmitteln mit verursachend sein. Hier sind dann sowohl das Heilfasten als immunologisch und intestinal mikrobiologisch wirksamer Ansatz, aber auch Eliminationsdiäten und Vollwerternährung ggf. hilfreich. Traditionell werden auch Basisernährungen wie Kartoffel-Ei-Diät eingesetzt mit einem nach folgendem seriellen Kostaufbau. Hier werden dann aufbauend nach und nach weitere Nahrungsmittel hinzugefügt und beobachtet, bei welchem Nahrungsmittel eine Reizung auftritt.

Ergänzend wird über körperliche Stressreize das Immunsystem zur besseren „Regulation“ veranlasst in Form von Kneipp-Anwendungen, Sauna mit anschließender Kaltanwendung sowie mit Bewegung, Sport und gegebenenfalls Reizklima. Weitere Verfahren der Mind-Body-Medizin werden geübt, um zu Hause übermäßigen Stress eindämmen zu können.

Der Aufenthalt im Hochgebirge und auf einer Nordseeinsel verringert stark die Belastung mit Pollen und Umweltgiften aus der Luft und kann so zur Entlastung des Immunsystems beitragen.

Zusammenfassende Bewertung

Patienten mit chronischen Hauterkrankungen sind für komplementärmedizinische Angebote aufgeschlossen und nehmen neue Versorgungsformen gern in Anspruch, die der akuten Situation eines Erkrankungsausbruchs genauso Rechnung tragen wie ihrem Wunsch nach Rehabilitation und allgemeiner „Stärkung“. Dabei sind stationäre, teilstationäre, rehabilitative und ambulante Versorgungskonzepte sinnvoll, die möglichst gut miteinander abzustimmen sind. Neben Dermatologen und KM-Spezialisten sollten im Rahmen integrativer Konzep-

te auch Immunologen, Pneumologen, Gastroenterologen und Psychologen beteiligt sein.