



Angriff auf die Luftwege

Eine chronische Verengung der Atemwege vermindert die Lebenserwartung um acht bis zehn Jahre. So das Ergebnis einer Studie des Fraunhofer Instituts für experimentelle Medizin. COPD, mit der Folge eines irreversiblen Lungenemphysems, ist mittlerweile die häufigste Todesursache nach Herzinfarkt, Schlaganfall und Krebs.

Die „chronisch obstruktiven Lungenerkrankungen“ (mit der etablierten englischen Abkürzung „COPD“) steigen ebenso dramatisch an wie das Asthma bronchiale. Nach Angaben des Statistischen Bundesamtes ist etwa jeder zehnte Todesfall von einer Erkrankung der Atmungsorgane verursacht. Weltweit nimmt die Asthmahäufigkeit ebenso zu wie das Risiko, an einer COPD zu erkranken. So leidet in Deutsch-

land bereits jeder zwanzigste Erwachsene und jedes zehnte Kind an Asthma bronchiale. Dabei besteht ein deutlicher Zusammenhang zwischen dem Anstieg von Asthma und dem Grad der Industrialisierung, bzw. den damit verbundenen Schadstoffen.

Die meisten der betroffenen Kranken müssen regelmäßig Medikamente zur Erweiterung der Atemwege, Kortikoide zur Entzündungshemmung und häufig

Antibiotika einnehmen. Doch selbst unter einer solchen Dauermedikation erleiden die Patienten immer wieder akute Anfälle sowie eine stetige Verschlimmerung chronischer Beschwerden.

Die Naturheilverfahren bieten hier wertvolle Ansätze zur Ergänzung der sonst üblichen medikamentösen Behandlung. In den Fällen, die zu einer Krankenhausaufnahme führen, genügt es allerdings nicht, zusätzlich ein Pflanzenpräparat oder eine Kneipp'sche Anwen-



Eine naturheilkundliche Behandlung kann helfen, Pharmaka zu reduzieren.

► Liebe Leser

Umweltbelastungen, Allergene, Infektionen und leider immer noch das Rauchen führen immer häufiger zu schweren Atemwegserkrankungen, die lebensbedrohlich sein können und die deshalb stationär behandelt werden müssen. Dieser KfN-report soll über einige naturheilkundliche Therapieansätze unserer Klinik informieren, die Asthma- und COPD-Patienten helfen, eine akute oder infektiöse Anfälligkeit positiv zu beeinflussen, das Immunsystem zu stärken und in irreversiblen Fällen Atemnot zu lindern.

B. Ostermayr

Dr. Benno Ostermayr

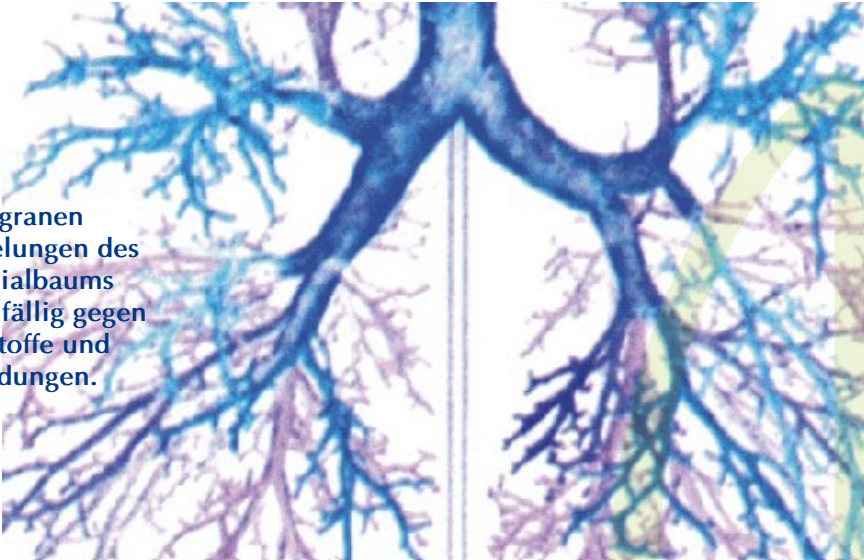
dung einzusetzen. Entscheidend ist vielmehr die Kombination verschiedener naturheilkundlicher Therapien in hoher Intensität und Frequenz, wie sie nur unter stationären Bedingungen realisiert werden kann.

Das ganzheitliche multimodale Behandlungskonzept am KfN soll neben dem kurzfristigen Ziel der akuten Besserung vor allem das körpereigene Immunsystem stärken und die körpereigene Regulation trainieren, um längerfristig Rückfälle zu vermeiden und die Einnahme nebenwirkungsreicher Pharmaka zu minimieren. Dabei kommen je nach individueller Ausgangslage eine Reihe verschiedener Methoden zur Anwendung. (Siehe dazu Erläuterungen auf Seite 2).

Immunmodulation und Naturheilkunde

Neben der direkten Beeinflussung des Immunsystems durch Phytotherapeutika aus Echinacea, Thuja oder Baptisia, durch Eigenblutanwendungen oder durch Präparate aus Mikroorganismen haben viele der klassischen Naturheilverfahren, aber auch die Akupunktur oder die Hyperthermie eine indirekte Wirkung auf unsere Abwehrkräfte.

Die filigranen Verästelungen des Bronchialbaums sind anfällig gegen Schadstoffe und Entzündungen.



Eine immunmodulierende Behandlung besteht meist aus seriell angewendeten Reizen, die das Abwehrsystem beantworten soll. Gleichzeitig reagieren auch das Nerven- und Hormonsystem, sodass der Organismus insgesamt ein anderes Reaktionsniveau und eine bessere Resistenz gegen Krankheitserreger erreicht.

Voraussetzung für eine erfolgreiche Immunmodulation ist, dass die Regulationssysteme des Körpers noch funktionsfähig sind und auf Reize reagieren können. Folgende Therapien aus der Naturheilkunde kommen bei Atemwegserkrankungen zum Einsatz.

Hyperthermie: Die moderate passive Ganzkörperhyperthermie durch Überwärmungsbäder bewirkt im Organismus nicht nur eine kurzfristige Besserung durch Entkrampfung und Sekretlösung, sondern führt langfristig auch zu einer Stabilisierung der körpereigenen Regulation.

Hydrotherapie: Im Fall eines akuten Asthmaschubs lässt sich der Bronchiolenspasmus durch ansteigende Unterarm-, Fußbäder

oder Wickel, Dampfkompresen, Teilwaschungen und Trockenbürstungen reflektorisch beeinflussen. Abhärtungsmaßnahmen im Rahmen eines ansteigenden hydrotherapeutischen Programms werden je nach Belastbarkeit und funktioneller Ausgangslage zur Abwehrsteigerung eingesetzt.

Phytotherapie: Die Anwendung pflanzlicher Extrakte bei Atemwegserkrankungen hat eine lange Tradition. Sie richtet sich in erster Linie nach den Begleitsymptomen. Schleimhaltige Hustenmittel aus Huflattich oder Spitzwegerich beruhigen die entzündlich gereizte Bronchialschleimhaut. Efeu, Thymian und Sonnentau lindern Hustenkrämpfe. Der Auswurf wird durch Primelextrakt und Lungenkraut gefördert.

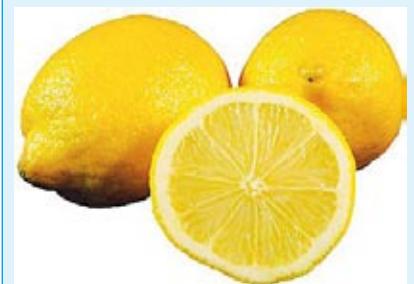
Homöopathie: Im akuten Stadium können auch homöopathische Arzneien die Symptome lindern. Die Domäne dieser Therapieform liegt jedoch in der konstitutionellen Behandlung. Ein individuell gut gewähltes Homöopathikum kann maßgeblich zur Stärkung der Abwehrkräfte beitragen.

Akupunktur: Vor allem beim Asthma bronchiale führt die gezielte Nadelung spezifischer Punkte oft zu einer raschen und spürbaren Entlastung der Patienten. Ein ähnlicher Effekt lässt sich mit Schröpfköpfen erzielen.

Neuraltherapie: Anstelle von Akupunktur oder Schröpfen können auch Quaddeln mit Acidum formicum oder Cuprum colloidal im thorakalen Raum gesetzt werden.

▶ Zitronenbrustwickel

Die naturheilkundliche Pflege am KfN kann wertvolle Unterstützung im Behandlungsprozess bieten. Bei Atemwegserkrankungen können Wickel und Auflagen dem Patienten helfen, leichter und beschwerdefreier zu atmen. Bei Bronchitis und zur Pneumonieprophylaxe hat sich der feuchtheiße Wickel mit dem Saft von unbehandelten Zitronen bewährt. Die heiße Zitronenlösung gibt man auf ein Baumwolltuch, hält sie mit Wärmflaschen warm und legt sie, gehüllt in ein Außentuch aus Wolle, auf die Brust des gut zugedeckten Patienten. 30 bis 60 Minuten sollen die Zitronenöle Hautreizungen hervorrufen, um dadurch die Atmungsleistung zu verbessern.



Wie man den Atem lockt

Die Reflektorische Atemtherapie ist eine zeitintensive Behandlungsmethode der Physikalischen Abteilung, die sich bei Atemwegserkrankungen als sehr effektiv erwiesen hat. Selten wird sie an einer internistischen Akutklinik angeboten und gilt deshalb als Besonderheit des KfN.

Carola Schreiner, Diplom-Atemtherapeutin, behandelt am KfN mit der Reflektorischen Atemtherapie, die im Wesentlichen auf ihren Begründer Johannes Ludwig Schmitt zurück geht. Die Reflektorische Atemtherapie setzt durch gezielte Druckverschiebungen in Haut und Muskeln sowie durch Schmerzreize unterschiedlicher Dosierung eine nervöse reflektorische Steuerung in Gang und bewirkt damit unwillkürlich eine Veränderung der Atembewegung. Nach Möglichkeit soll damit der Grundtonus der Atemmuskulatur wieder hergestellt werden.

Das typische Atemmuster, die so genannte „Erfordernisatmung“ des Patienten, gibt der Behandlerin erste Aufschlüsse über momentane Befindlichkeit oder Krankheit, so z.B. die Schonatmung oder die Kurzatmigkeit bei Asthmatikern. Wenn das Muster erkannt ist, kann die Therapeutin ihren Patienten gezielt helfen, in einen heilenden Atemfluss zu kommen und Atemraum, Zwerchfell und Lunge können sich ausweiten. Das Ziel dieser besonderen manuellen Therapie ist es, die Atmung durch reflektorische Reize zu vertiefen. An den zu behandelnden Körperstellen wird durch heiße Kompressen die Durchblutung angeregt. Die Therapeutin kann so tiefer in das Gewebe greifen, um die unteren Muskelschichten und die inneren Organe zu er-

reichen, ganz anders als bei der klassischen Massage also, in der nur die oberflächlichen Muskelschichten erfasst werden. Damit das gelingt, widmet sie sich auch den Übergängen von Muskeln zu Sehnen, löst mit gezielten Griffen Verspannungen und bindegewebige Verklebungen am ganzen Körper, einschließlich der häufig verkrampften Kaumuskeln. Je nach Krankheitsmuster des Patienten, beginnt sie an speziellen Punkten am Rücken, um sich

Atemtherapie regt natürliche Heilkräfte an.

Der Atem kommt von allein, mit den Händen werden Reize gesetzt, um den Atem zu locken.



▶ Indikationen

- obstruktive Ventilationsstörungen (z.B. Asthma bronchiale, obstruktives Emphysem, chronisch obstruktive Bronchitis (COPD))
- Restriktive Ventilationsstörungen (z.B. Skoliose, Trichterbrust, Morbus Bechterew, Pleuraverschwartungen, starke Muskelverspannungen)
- postoperative Behandlung bei Tumorpatienten und Schwerstkranken
- Störungen des Bewegungsapparats, rheumatische und degenerative Erkrankungen (z.B. M. Scheurmann, Ischialgie, Lumbalgie, Periarthritis humeroscapularis)
- Fehlregulation des vegetativen Nervensystems sowie Dysregulation der Atmung, des Kreislaufs, des Herzens, des Magen - und Darmtrakts

▶ Info

Carola Schreiner vertritt das KfN auf dem Kongress für Atemtherapie und Atempädagogik vom 18.-20. April 08 im Bürgerhaus Pullach bei München. Mehr unter www.atemkongress.de.

dann Bauch und Beinen und zuletzt dem Kopf zuzuwenden.

Den einleitenden Griffen entlang der Rückenstrecker und der Arme folgen bei bestimmten Patienten Scheuergriffe gegen die Wirbelsäule. „Diese Griffe sind für Asthmatiker sehr schmerzhaft“, betont die Therapeutin. „Bei schwerem Asthma beginne ich an der Fußsohle oder versuche die Achillessehne zu lösen, da Berührungen an Rücken und Brustkorb für den Patienten unangenehm sind“. Je nach Krankheitsbild arbeitet sie deshalb mit unterschiedlichen Reflexzonen am Körper. Von Behandlung zu Behandlung spüren die Patienten deutlich Linderung ihrer Beschwerden. Blockaden im körperlichen und emotionalen Bereich lösen sich. Die Behandlung beeinflusst nicht nur den Organismus, sondern auch die Psyche und regt die natürlichen Heilkräfte an.

Kraft und Kreativität erfahren



Starke Energie aus dem Kontrast von Rot und Blau: PatientInnen am KfN entdecken in der Kunsttherapie beim Malen Erstaunliches über sich selbst.

Das Krankenhaus für Naturheilweisen stand an erster Stelle der Wunschliste von Carmen Marmorstein und Johanna Erlmeier. Ihre Ausbildung in der Kunsttherapie wollten sie gern an einer komplementärmedizinischen Klinik mit einem ganzheitlichen Menschenbild abrunden.

Im Gegensatz zur analytischen Kunsttherapie, die sich am Symbol, dem Inhalt und der Bedeutung des entstandenen Kunstwerks orientiert, setzen diese beiden Therapeutinnen ihrer Ausbildung entsprechend auf das Zusammenspiel von ungenlenkter Beschäftigung mit Farbe und Form, Ausdruck und Wahrnehmung. Denken, Fühlen und künstlerisches Agieren bilden eine Einheit. Die Therapeutinnen wollen nicht analysieren, sondern den Patienten helfen,

die eigene Kraft und Kreativität zu entdecken. Nicht darum ging es, erläutert Carmen Marmorstein, die Psyche der Patienten zu erklären, sondern sie selbst sehen zu lassen, was sich in ihren Werken offenbart. So können sie eigene Kompetenz und Fantasie erfahren, eine Änderung des Blickwinkels oder den Mut, Neues zu wagen.

Die Kunsttherapie als „heilende Kraft“, so Johanna Erlmeier, wird von den Patienten am KfN sehr gut angenommen. Zudem hat sich gezeigt, dass das gemeinsame Malen und Plastizieren den Patienten nicht nur therapeutische Unterstützung im Heilungsprozess gibt, sondern ihnen auch als Forum dient, um sich in Krankheits- und Krisenzeiten auszutauschen und sich gegenseitig Halt zu geben.

▶ Termine im KfN

Ab Ende Februar stellen PatientInnen im Foyer des KfN für alle Interessierten die Arbeiten aus, die in der Kunsttherapie entstanden sind. Vernissage ist am 20.02.08 um 13.00 Uhr.

▶ Impressum

Herausgeber:
 Chefarzt Dr. B. Ostermayr
 Krankenhaus für Naturheilweisen
 Seybothstrasse 65
 D-81545 München-Harlaching
 Telefon 089-625 05-0
<http://www.kfn-muc.de>
 Redaktion: Christa Gebhardt
 Druck: EOS Druck St. Otilien



▶ Jubiläum



Dienstältester Doktor des KfN ist der leitende Oberarzt Dr. Johannes Maria Schmidramsl, der am 21. November 2007 seinen

60. Geburtstag feierte. Seit über 30 Jahren ist Hanns Schmidramsl dem Krankenhaus für Naturheilweisen treu, das er allenfalls für ein Angebot seiner Heimatstadt Eichstätt verlassen hätte. Vom Konzept des „Naturheilweisen“ ist der Spezialist für Phytotherapie noch immer überzeugt, trotz der bürokratischen Erschwernisse der eigentlichen ärztlichen Arbeit in der Klinik heute.

▶ Personalie



Dr. Robert Zell, Internist und Homöopath in eigener Praxis in München und ehemaliger Assistenzarzt am KfN, hat das Ehrenamt

als Vorsitzender des Krankenhausvereins übernommen. Mit viel Schwung und Eigeninitiative will er neue Impulse setzen und damit zu einem größeren Bekanntheitsgrad des Fördervereins beitragen. Ziel des Vereins ist es, Freunde und Förderer des KfN zusammenzufassen, Homöopathie und Naturheilweisen durch Vorträge und andere Maßnahmen zu fördern und die Klinik finanziell zu unterstützen. Für die kostenlosen Vorträge im Jahr 2008 konnte Robert Zell namhafte Referenten finden. Im zweiten Jahr seines Ehrenamtes wünscht er sich reges Interesse an den Aktivitäten des Vereins. Weitere Informationen auf www.kfn-muc.de. und auf www.zim-muenchen.de.

