

Neue Therapieoption für Kleinkinder mit Erkältungshusten

Experteninterview: Abwehrkräfte auf natürliche Weise stärken

In diesem Interview erklärt die Heilpraktikerin Birgit Luckwald, welche Besonderheiten bei Erkältungen von Kleinkindern gelten und mit welchen – auch neuen – Mitteln sie ihnen in ihrer Praxis begegnet.

Während bei Erwachsenen zwei oder drei Infekte im Laufe eines Jahres durchaus üblich sind, sind vor allem kleinere Kinder oftmals acht- bis zehnmal im Jahr von Husten und Schnupfen geplagt. Der Grund: Bei Kindern baut sich die Immunabwehr erst im Laufe der Jahre auf. „Das dauert manchmal bis zur Pubertät“, erinnert Birgit Luckwald, Heilpraktikerin in Bordesholm. Bei Kindern führe ein Infekt deshalb viel schneller zu einer Erkältung als bei Erwachsenen, so Luckwald.

Dauer und Verlauf einer Erkältung sind sehr individuell. „Bei Kindern beginnt es oft mit einer Schniefnase und setzt sich dann mit einem trockenen, quälenden Husten ohne Auswurf fort. Später kann ein Erkältungshusten, auch krampfartig und mit zähem Schleim sowie mit Raselgeräuschen, auftreten“, berichtet Luckwald. Damit einhergehendes Fieber ist ein Zeichen der natürlichen Abwehrreaktion. Bei hohem Fieber, bei länger anhaltenden Beschwerden, bei Atemnot oder bei eitrigem oder blutigem Husten sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Nach Ansicht der Therapeutin werden in der Schulmedizin Antibiotika immer noch häufig verordnet, dies sieht sie kritisch, zumal das Antibiotikum die Ausheilung nicht unterstützt. Kann der Einsatz eines Antibiotikums ausgeschlossen werden, so können die Atemwege durch Inhalati-

onen beispielsweise mit Salbei, Thymian oder mit normalem Salzwasser feucht gehalten und so der Hustenreiz gelindert werden. Viel trinken und eine höhere Luftfeuchtigkeit in den Schlafräumen würden ebenfalls zur Linderung beitragen, erläutert Luckwald. Fußbäder mit einem Teelöffel Senfmehlpulver in lauwarmem Wasser hätten eine antibiotische Wirkung und würden auch von Schulkindern gern angewendet, berichtet Luckwald aus ihrer Praxis.

Bei erkälteten Kindern sollte man auch auf die Atmung achten, empfiehlt Luckwald. „Wenn die Kinder über die Nase nicht richtig Luft bekommen, atmen sie die Luft ungefiltert über den Mund ein, was zu einer zusätzlichen Reizung der Lungen-/Bronchien-Schleimhäute führt.“ Umso wichtiger sei es daher, dass man die Nase frei bekommt. Um das zu erreichen, setze sie deshalb gerne Euphorbium comp. Nasentropfen SN ein.

Die Mütter und Väter von Kleinkindern mit einer Erkältung fühlen sich oftmals überfordert, wenn sie hören, dass ein Medikament erst ab einem Jahr zugelassen ist. Viele hätten Angst, etwas falsch zu machen, berichtet Luckwald über ihre Erfahrungen. Die Eltern wünschen sich für ihr Kleinkind nicht nur eine rasche Linderung und Heilung, sondern auch eine natürliche und unbedenkliche Therapie. Das natürliche Arzneimittel Bronchobini®, das bereits ab dem Säuglingsalter zugelassen ist, wirkt sowohl bei trockenem als auch bei schleimigem Husten. „Üblicherweise hat man entweder einen Schleimlöser oder einen Hustenstiller“, erklärt Luckwald. „Bronchobini

deckt beide Bereiche ab und lindert so die Entzündung der Atemwege, mindert den Hustenreiz auch in der Nacht, sodass die Kinder besser schlafen können.“ Sollte eine Antibiotika-Therapie erforderlich sein, kann Bronchobini® zur Stärkung der Selbstheilungskräfte begleitend gegeben werden.

Bronchobini®, eine neue Kinderarznei von Heel, die bereits für Babys ab sechs Monaten zugelassen ist, enthält in den Streukügelchen als Inhaltsstoffe Atropa belladonna (Tollkirsche) D5, Bryonia (Zaunrübe) D3, Cetraria islandica (Isländisch Moos) D3, Drosera (Sonnentau) D3 und Psychotria ipecacuanha (Brechwurz) D3, die bei akuten und fieberhaften Entzündungen der Atemwege, bei Husten mit Verschleimung und bei krampfartigem Husten eingesetzt werden, erläutert Luckwald. „Bronchobini erleichtert den Kindern das Abhusten, sodass sie wieder freier atmen können.“

Da Kinder unterschiedlich anfällig für Erkältungen sind, richtet sich die Anwendung

Industrie & Forschung

Studien – Berichte – Nachrichten

nach der Dauer der Beschwerden. Grundsätzlich sollte Bronchobini® eine Woche lang eingenommen werden, bewährt habe es sich jedoch, die Globuli noch zwei oder drei Tage länger zu verabreichen, weil so der Körper bei der Ausheilung des Infektes zusätzlich unterstützt wird.

Ausgesprochen praktisch sei auch die Dosierhilfe mit einem kleinen Auffangschälchen, was eine exakte und hygienische Einzelentnahme ermöglichte, erklärt Luckwald. „Man muss die Globuli nicht mit den Fingern berühren, sondern kann sie mit dem Schälchen dem Kind in den Mund geben.“

Interview mit Heilpraktikerin Birgit Luckwald, Bordesholm

20 Jahre PhytoMagister

Die Software für *PhytoTherapeuten* - Win 7, Win 8 / XP

„Wohl das beste Kräuterrepertorium auf dem Markt zu einem sehr günstigen Preis“ (Testurteil: Naturheilpraxis)

Für Profis und solche, die es werden wollen. Über 570 Teedrogen mit allen für die *PhytoTherapie* wichtigen Informationen aus über 20 000 Seiten der modernen Literatur und alten Bücher-Schätzen. **Erstellt automatisch Rezepturvorschläge.** Zusätzliche Datenbanken für Tee-Rezepte, Arzneimittel, TCM-Kräuter und Therapiekonzepte. **Volltext-Suche** nach bis zu 16 Begriffen - **Repertorisation mit Statistik-Anzeige. Änderbare Bildschirmfenster** mit autom. Schriftanpassung. Druck auf Rezeptformular. Pflanzenfotos... und vieles mehr! Lehrt *PhytoTherapie* schneller als Bücher dies je könnten. Gratis **DEMO** unter: www.phytomagister.de **Jubiläumspreis** - nur für kurze Zeit: **198,- EUR** incl. Versand

PeterKAUFHOLD-SOFTWARE, Mühlenstr. 65, D-45731 Waltrop
Telefon: 02309-79930 - E-Mail: kauffholdsoft@phytomagister.de

Efeu-Spezial-Extrakt EA 575 als Add-on-Therapie bei Asthma bronchiale

Proof-of-Concept-Studie untermauert bronchodilatatorischen Effekt von Prospan

Asthma bronchiale ist gekennzeichnet durch eine rezidivierende Bronchialobstruktion als Folge einer Verkrampfung der Bronchialmuskulatur, Schleimhautschwellung und vermehrte Schleimsekretion.¹ Die Atemwegserkrankung gehört zu den häufigsten chronischen Erkrankungen bei pädiatrischen Patienten: In Deutschland ist etwa jedes 10. Kind betroffen.² Eine kürzlich in „Phytomedicine“ publizierte Studie hat den Einsatz des Efeu-Spezial-Extrakts EA 575® (Prospan®) in der additiven Therapie bei mildem persistierendem kindlichem Asthma untersucht. Die Ergebnisse zeigen, dass das rationale Phytopharmakon einen bronchodilatatorischen Effekt aufweist und sein Einsatz mit einer signifikanten Verbesserung wichtiger Lungenfunktionsparameter assoziiert ist.¹ Der Efeublättertrockenextrakt stellt mit seinem sekretolytischen³ und bronchospasmolytischen⁴ Wirkansatz bei akuten und auch bei chronisch-entzündlichen Atemwegserkrankungen eine wirksame^{5,6,7} und gut verträgliche^{5,7,8} Therapieoption dar.

Die Autoren um Privatdozent Dr. Christian Vogelberg, Kinder-Pneumologe am Universitätsklinikum Dresden, konnten in einer randomisierten, Placebo-kontrollierten, doppelblinden Cross-over-Studie zeigen: Bei Kindern zwischen 6 und 11 Jahren (Median: 9,07 Jahre) ruft Prospan in der Additivtherapie einen bronchodilatatorischen Effekt hervor, der sich vor allem in den peripheren Atemwegen manifestiert. In die Studie eingeschlossen waren pädiatrische Patienten, die trotz Langzeitbehandlung mit 400 µg/d Budesonid Äquivalent an teil- oder unkontrolliertem geringgradig-

gem, persistierendem Asthma bronchiale litten (Stufe 2 nach Kriterien der Nationalen Versorgungsleitlinie Asthma).¹

Im Vergleich zum Placebo-Arm zeigten sich in der Prospan-Gruppe klinisch relevante Effekte hinsichtlich wichtiger Parameter zur Beurteilung der Atemwegsobstruktion.¹ So konnten signifikante Verbesserungen bei der absoluten Veränderung der Parameter MEF₇₅₋₂₅, MEF₂₅ und VC vor der Bronchodilatation mit einer Zusatztherapie durch Prospan erzielt werden (Anstieg von MEF₇₅₋₂₅ um durchschnittlich 0,115 l/s, p = 0,044; Anstieg von MEF₂₅ um durchschnittlich 0,086 l/s, p = 0,041; Anstieg von VC um durchschnittlich 0,052 l, p = 0,044).

Keine Überlegenheit gegenüber Placebo zeigte sich in Bezug auf den primären Studienendpunkt FEV₁. „Die Aussagekraft dieses Parameters wird jedoch vor allem im pädiatrischen Setting seit einiger Zeit kontrovers diskutiert“, ordnet Dr. Vogelberg dieses Studienergebnis ein. „Es liegen klinische Daten vor, die zeigen, dass das FEV₁ bei Kindern in klinisch eindeutig als schwer einzuteilenden Asthmafällen häufig normal oder nur leicht erniedrigt sein kann.“ Ein Grund für diese Beobachtungen kann ein bei Kindern – im Gegensatz zu Erwachsenen – relativ großer Atemwegsdurchmesser im Vergleich zum Lungenvolumen sein. Zudem seien die inflammatorischen Reaktionen bei pädiatrischem Asthma vor allem in den peripheren Atemwegen lokalisiert, so der Experte.

Erhöhte β₂-adrenergische Rezeptordichte

Die aktuelle Proof-of-Concept-Studie untermauert die Ergeb-

nisse einer 1998 publizierten, Placebo-kontrollierten Studie mit 24 Kindern. Anhand verschiedener bodyplethysmographischer und spirometrischer Parameter konnte bereits in diesem Rahmen ein bronchodilatatorischer Effekt des Efeu-Spezial-Extrakts EA 575 gezeigt werden.⁹ Im Vergleich zu Placebo konnten der Atemwegswiderstand und die Einsekundenkapazität um 23,6 % bzw. 11,8 % reduziert werden (4,9 % bzw. 5,0 % unter Placebo).⁹

Man vermutet, dass besonders das α-Hederin – ein wichtiger Inhaltsstoff von Prospan – für die bronchodilatatorischen und bronchospasmolytischen Effekte verantwortlich ist. Das Molekül hemmt die Internalisierung β₂-adrenerger Rezeptoren an den Zelloberflächen der Alveolen. Dadurch können sie, so die Annahme, stärker auf bronchialerweiternde Mediatoren wie Adrenalin ansprechen.

Fazit für die Praxis

Prospan hat sich in der Anwendung bei akuten und chronisch-entzündlichen Atemwegserkrankungen mit der Begleiterscheinung Husten bewährt. Studiendaten wie die von Zeil et al.¹ demonstrieren einen relevanten bronchodilatatorischen Effekt. Zudem hat sich Prospan als sehr gut verträglich erwiesen.¹ Um den Stellenwert von Prospan in der additiven Behandlung von Asthma bronchiale noch besser einschätzen zu können, sind weitere Studien notwendig.

Wirkprofil von Prospan

Prospan begegnet dem Husten auf vier Ebenen: Das im

Efeutrockenextrakt enthaltene Saponin α-Hederin vermittelt eine sekretolytische³ und bronchospasmolytische⁴ Wirkung. Infolgedessen stellt sich ein antitussiver Effekt ein. Zudem sind für einzelne Inhaltsstoffe des Efeu-Spezial-Extrakts EA 575 antiinflammatorische Eigenschaften bekannt.^{10,11} Prospan ist indiziert zur Anwendung bei akuten Entzündungen der Atemwege mit der Begleiterscheinung Husten und zur Besserung der Beschwerden bei chronisch-entzündlichen Bronchialerkrankungen.

Literatur

- 1 Zeil S et al., Phytomedicine (2014); <http://dx.doi.org/10.1016/j.phymed.2014.05.006>
- 2 <http://www.daab.de/atemwege/asthma-im-kindesalter/>
- 3 Runkel F et al., Pharmazeutische Zeitung (2005); 4: 19-25
- 4 Wolf A et al., Phytomedicine (2011); 18: 214-18
- 5 Fazio S et al., Phytomedicine (2009); 16: 17-24
- 6 Maidannik et al., Ped Tocol Gyn (2003); 4: 1-7
- 7 Bolbot et al., Drugs of Ukraine (2004); 11: 1-4
- 8 Kraft K et al., Zeitschrift für Phytotherapie (2004); 25: 179-181. Retrospektive Datenerhebung, Auswertung der Aufzeichnung aus pädiatrischen Praxen anhand strukturierter Fragebögen, Zeitraum Januar bis Juni 2002, über 52.000 Kinder (0–12 Jahre), keine Erhebung der Anwendungsdauer
- 9 Mansfeld HJ et al., MMW (1998); 140: 26-30
- 10 Dos Santos MD et al., Biological & Pharmaceutical Bulletin (2006); 29: 2236-2240
- 11 Park KH et al., Biological & Pharmaceutical Bulletin (2009); 32: 2029-2033

Quelle: Engelhard Arzneimittel GmbH & Co. KG



Basierend auf der Kraft der Hagebutte hat der Bruckmühler Naturarzneimittelhersteller Salus ein rundum natürliches Produkt entwickelt, das die Funktionsfähigkeit der Gelenke wirkungsvoll unterstützen

Neues Gelenk-Bio-Tonikum mit Hagebutten

kann – und das auf rein pflanzliche Weise.

Durch den Knorpelabbau an Knien, Hüfte oder Fingern entstehen schmerzhafte Beschwerden, die die Beweglichkeit stark einschränken. Es sind die Attribute des Älterwerdens.

In den vergangenen Jahren wurden die Hagebuttenfrüchte als „Gelenkpflegemittel“ wiederentdeckt. Sie enthalten viel Vitamin C sowie Flavonoide und Carotinoide als Antioxidantien und Radikalfänger.

„Unser veganes Bio-Tonikum ist für Menschen mit Gelenkbeschwerden und Belastungsschmerzen gedacht, die zudem Wert auf eine vegetarische Lebensweise legen. Wir haben bei der Herstellung bewusst auf tierische Bestandteile verzichtet“, sagt Dr. Ulrich Mautner, Spezialist für Arzneipflanzen bei Salus.

In der Kombination mit sechs weiteren fein abgestimmten Kräuterauszügen unterstützt das wohlschme-

ckende und gut verträgliche Gelenk-Aktiv Bio-Hagebutten-Tonikum durch Acerola-Vitamin C auch die Knorpel- und Kollagenbildung. Die Rezeptur beruht auf jahrelanger Erfahrung und ergänzt das bewährte Salus-Gelenk-Aktiv-Sortiment. Erhältlich ist das Tonikum in Reformhaus und Apotheke. Weitere Informationen unter www.salus.de

Quelle: Salus

Migravent® jetzt in den offiziellen Therapieleitlinien

38 % weniger Schmerzmittel, 56 % weniger Migränetage – ohne überflüssige Nebenwirkungen

Migränekranke können mit einer hochdosierten Kombination aus Vitamin B₂, Coenzym Q10 und Magnesium (Migravent Kapseln, Apotheke) ihre Migränetage um 56 % senken, und das bei sehr guter Verträglichkeit, so ein aktueller Anwendertest mit 200 Betroffenen. Die Mikronährstoffe verbessern den bei Migräne gestörten Energiestoffwechsel im Gehirn. Die Patienten benötigten zudem 38 % weniger Akutschmerzmittel. Diese Ergebnisse sind vergleichbar mit den Resultaten der aktuellen Migravent-Studie¹.

Migräne-Patienten haben nachgewiesenermaßen häufig einen Mangel an den Schlüsselstoffen Vitamin B₂ (Riboflavin), Magnesium und Coenzym Q10. Migravent wurde speziell entwickelt, um diese Defizite gezielt und auf natürliche Weise zu beheben. Das Präparat enthält eine in Deutschland einzigartige Kombination aus hochdosiertem Magnesium, Riboflavin (Vitamin B₂) und Coenzym Q10 sowie weiteren wichtigen Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Bioflavonoiden, die auf den beson-

deren Bedarf von Migränepatienten abgestimmt ist. Sind die Depots wieder aufgefüllt, normalisiert sich der Energiestoffwechsel im Gehirn und die Schmerzattacken gehen zurück.

Die natürlichen Inhaltsstoffe in Migravent sind gut verträglich. Kontraindikationen oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Die gute Wirksamkeit und Verträglichkeit sowie niedrige Tagestherapiekosten sorgen für eine hohe Patientenzufriedenheit und Lebensqualität.

Bei einem **akuten Migräneanfall** helfen einfache Schmerzmittel wie ASS oder Ibuprofen sowie spezielle Triptane. Werden diese Substanzen allerdings mehr als zehnmal pro Monat eingenommen, können sie (neben der Belastung von Nieren und Leber) paradoxerweise einen Dauerkopfschmerz hervorrufen, was meist noch die Einnahme der vermeintlich helfenden Schmerzmittel erhöht.

Für eine vorbeugende Behandlung sind deshalb vor allem Substanzen gefragt, die neben der Wirksamkeit eine sehr gute Verträglichkeit zei-

gen. Hier ist Migravent, das mit jeder Akuttherapie kombinierbar ist, eine gute Wahl.

In den aktuellen **Migräne-Leitlinien der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN)** wird ab drei Migräneattacken pro Monat eine **vorbeugende Behandlung** empfohlen. Ziel ist eine Reduzierung von Häufigkeit und Dauer der Attacken sowie das Verhindern eines Übergebrauchs von Schmerz- und Migränemitteln. Neben synthetischen Arzneimitteln zur Vorbeugung wie Betablockern oder Antiepileptika, die wegen ihrer Nebenwirkungen von Patienten allerdings oftmals nicht akzeptiert werden, steht nun auch das natürlich wirkende Migravent in den offiziellen Leitlinien.

Migravent ist als ergänzende bilanzierte Diät zur Be-



handlung der Migräne exklusiv und rezeptfrei in der Apotheke erhältlich. Die Tagesdosis enthält 600 mg Magnesium, 400 mg Vitamin B₂ und 150 mg Coenzym Q10. 90 Kapseln kosten 25,95 Euro.

Weitere Informationen unter www.migravent.de

Literatur

¹ Dr. med. Rüdiger Schellenberg: Mit bilanzierter Diät erfolgreich gegen die Migräne? Schmerztherapie 2011

Quelle: Weber & Weber

Heilpraktikerservice

unverbindliche Informationen

heilpraktiker-versicherungen.de



Vitamin-D-Mangel ist mit erhöhtem Demenzrisiko assoziiert

In Deutschland leiden derzeit bis zu 1,4 Millionen Menschen an Demenz, wobei deren Zahl bis zum Jahr 2030 auf circa 2,2 Millionen steigen könnte. Am häufigsten ist die degenerative Demenz vom Alzheimer-Typ (ungefähr 2/3 der Fälle), gefolgt von der vaskulären Demenz (20 bis 30 % der Fälle). Es gibt jedoch auch Mischformen. Wesentlich seltener sind sekundäre Demenzformen (circa 10 % der Fälle), deren Ursachen auf Grunderkrankungen meist außerhalb des Gehirns beruhen. Diese sind im Gegensatz zu den primären Demenzformen durch die Therapie der Grunderkrankungen häufig reversibel. Bei der primären Demenz ist eine Heilung derzeit nicht möglich. Der Verlauf kann durch bestimmte Medikamente wie Cholinesterase-Hemmer und Memantin bei einem Teil der Patienten lediglich geringfügig verzögert werden (1).

Als **Schutzfaktoren** gelten v.a. ein gesunder Lebensstil, d. h. Mittelmeerkost (2), körperliche Aktivität, kognitives Training und Sozialkontakte.

Zu den **Risikofaktoren** zählen v.a. Bewegungsmangel, Rauchen, Depressionen, Hypertonie, Diabetes mellitus, Adipositas im mittleren Lebensalter, ein niedriger Bildungsstand (3) sowie vermutlich auch Hypercholesterinämie, Hyperhomocysteinämie, Stress (4), der Kontakt mit dem Insektizid und Kokanzero-gen DDT (Dichlordiphenyl-trichlorethan) (5, 6), Aluminium (7, 8) sowie Anästhesien (9).

Ein weiterer potenzieller Risikofaktor scheint aber auch ein Vitamin-D-Defizit zu sein, wie die folgende aktuelle prospektive Beobachtungsstudie (10) sowie eine prospektive Kohortenstudie (11) zeigen:

Senioren mit niedrigen Vitamin-D-Werten hatten in einer prospektiven Beobachtungsstudie, durchgeführt von der Universität Exeter, ein 2-fach erhöhtes Risiko, an einer Demenz bzw. einem Morbus Alzheimer zu erkranken. Da sich vor allem viele ältere Menschen in den Industrieländern zu wenig im Freien aufhalten, ist ein Vitamin-D-Defizit im Alter häufig. Wissenschaftler um David Llewellyn hatten den Zusammenhang an einer Kohorte von 1658 Amerikanern überprüft, bei denen vor 6 Jahren die Vitamin-D-Levels im Blut gemessen worden waren. Mittlerweile leiden 171 Probanden der Cardiovascular Health Study an einer Demenz, bei 102 Personen wurde Morbus Alzheimer diagnostiziert. Teilnehmer mit einem schweren Vitamin-D-Defizit (Vitamin 25(OH)D-Wert von unter 25 nmol/l) erkrankten 2,25-fach häufiger an einer Demenz. Das Alzheimer-Risiko war um den Faktor 2,22 gestiegen. Bei einer mittelschweren bis geringfügigen Unterversorgung (Vitamin 25(OH)D zwischen 25 und 50 nmol/l) nahm das Risiko um 53 % bzw. um 69 % zu. Es zeigte sich, dass ein Spiegel von mindestens 50 nmol/l nötig ist, um eine Demenzerkrankung zu verhindern. Wie die Gedächtniszentren des Gehirns durch einen Vitamin-D-Mangel beeinträchtigt werden, ist noch unklar. Viele Hirnzellen besitzen aber Rezeptoren für Vitamin D₃ und auch das Enzym 1 α -Hydroxylase, das für die Synthese der bioaktiven Form des Vitamins relevant ist, kommt im Gehirn häufig vor. Auch für Makrophagen, die im Gehirn Amyloidablagerungen beseitigen, ist Vitamin D unerlässlich. Randomisierte klinische Studien, die

die Resultate belegen müssen, sind jedoch erforderlich.

Eine französische Studie mit 498 älteren Frauen deutet darauf hin, dass eine höhere nutritive Vitamin-D-Zufuhr mit einem geringeren Risiko assoziiert war, eine Alzheimer-Erkrankung zu entwickeln (12).

Der Einsatz von Vitamin-D-Supplementen begleitend zu den Standard-Antidementiva scheint eine einfache, kostengünstige und effiziente therapeutische Maßnahme zu sein, um neurologische Störungen bei Morbus Alzheimer zu verbessern (13).

Bekannt ist bislang, dass eine Unterversorgung mit Vitamin D die Calciumhomöostase und den Phosphatmetabolismus beeinträchtigen, was im Erwachsenenalter bei einem ausgeprägten Mangel (25(OH)D-Werte unter 30 nmol/l im Serum) zu Osteomalazie und Osteoporose führen kann. Das biologisch aktive 1,25-Dihydroxyvitamin D ist zudem wichtig für die Differenzierung der Epithelzellen in der Haut, die Aktivität der Immunzellen und möglicherweise für die Muskelentwicklung. Vitamin D beeinflusst zudem die Funktion der Skelettmuskulatur. Optimale Vitaminwerte senken daher bei älteren Menschen die Sturz- und Frakturgefahr und wahrscheinlich auch das Risiko für Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates (Verlust an Kraft, Mobilität, Gleichgewicht) und damit für einen vorzeitigen Tod.

Im Sommer können die gewünschten 25(OH)D-Serumwerte von mindestens 50 nmol/l durch die endogene Synthese normalerweise erzielt werden. Da der UV-Index in Deutschland aber circa 6 Monate im Jahr unter 3 liegt, ist eine ausreichende Vitamin-D-Synthese in dieser Zeit in

der Regel nicht gegeben. Bei fehlender endogener Synthese empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) für Erwachsene 20 μ g Vitamin D, um den gewünschten Mindestlevel von 50 nmol/l zu erhalten (14).

Besonders bei Senioren ab 65 Jahren können Vitamin-D-Präparate (wie z. B. Vitamin D₃ Köhler 2000 IE, das pro Kapsel 50 μ g Vitamin D₃, entsprechend 2000 Internationale Einheiten) enthält, sinnvoll sein, da die Vitamin-D-Syntheseleistung der Haut im Alter auf unter die Hälfte sinkt. Hinzu kommt, dass sich vor allem mobilitätseingeschränkte, chronisch kranke und pflegebedürftige ältere Menschen (Pflegeheimbewohner, geriatrische Patienten) kaum noch im Freien aufhalten.

Literatur

- (1) www.bmg.bund.de/pflege/demenz/demenz-eine-herausforderung-fuer-die-gesellschaft.html.
- (2) Lourida, Ilianna; Soni, Maya; Thompson-Coon, Joanna: Mediterranean diet, cognitive function, and dementia: a systematic review, *Epidemiology*, Vol. 24 – Issue 4 – p 479-489; doi: 10.1097/EDE.0b013e3182944410
- (3) Müller, Thomas: Schutz durch Sport – Jeder dritte M. Alzheimer lässt sich verhindern, *Ärzte Zeitung online*, 30.07.2014.
- (4) Johannson, Lena: Common psychosocial stressors in middle-aged women related to longstanding distress and increased risk of Alzheimer's disease: a 38-year longitudinal population study; *BMJ Open* 2013;3:9 e003142 doi: 10.1136/bmjopen-2013-003142.
- (5) Richardson et al.: Elevated Serum Pesticide Levels and Risk for Alzheimer Disease DOI:10.1001/jama-neurol.203.6030
- (6) Dekosky, Steven T.: Environmental exposures and the risk for Alzheimer disease. Can we

- identify the smoking guns? JAMA Neurol., publ. online January 27, 2014. doi:10.1001/jamaneurol.2013.6031.
- (7) Walton JR: Aluminium involvement in the progression of Alzheimer's disease. J Alzheimers Dis. 2013 Jan 1;35(1):7-43.
- (8) Tomljenovic I: Aluminium and Alzheimer's disease: after a century of controversy, is there a plausible link? J Alzheimers Dis. 2011;23(4):567-98.
- (9) Chen, Pin-Liang, Br J Psychiatry 2013; online 25. Juli
- (10) Littlejohns, T. J. et al.: Vitamin D and the risk of dementia and Alzheimer disease, Neurology, 06. Aug. 2014, DOI 10.1212/WNL.0000000000000755.
- (11) Afzal S, Bojesen SE, Nordestgaard BG: Reduced 25-hydroxyvitamin D and risk of Alzheimer's disease and vascular dementia. Alzheimers Dement. 2014 May; 10(3):296-302.
- (12) Annweiler C et al.: Higher vitamin D dietary intake is associated with lower risk of Alzheimer's disease: a 7-year follow-up. J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2012 Nov;67(11):1205-11.
- (13) Annweiler Cedric et al.: Vitamin D supplements: a novel therapeutic approach for Alzheimer patients. Frontiers in Pharmacology, Jan. 2014, Vol. 5, Article 6.
- (14) Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr, Vitamin D,
1. Auflage 5., korrigierter Nachdruck 2013, Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE).

Verfasserin

Heike Lück-Knobloch
Heilpraktikerin
Everskamp 8
40885 Ratingen
E-Mail: Heike_lueck@gmx.de
www.lueck-knobloch.de

Homöopathie bei Erkältungskrankheiten beliebt

Immer noch werden Kindern viel zu häufig Antibiotika verordnet. Eine Studie der Bertelsmann-Stiftung¹ aus dem Jahre 2010 hat gezeigt, dass 33,8 % der Kinder bis 17 Jahren mindestens einmal pro Jahr Antibiotika rezeptiert bekommen, bei den Vorschulkindern sind es sogar 49,4 %. Viele Eltern lehnen jedoch diese Medikamente bei nicht lebensbedrohlichen Erkrankungen wie Erkältungen/grippalen Infekten aus guten Gründen ab. Eine repräsentative Befragung der Gesellschaft für Konsumgüterforschung (GfK)² bei Apothekern ergab unter anderem, dass eine Erkältung mit 65 % die häufigste Indikation ist, wenn ein Patient sich nach homöopathischen Behandlungsalternativen erkundigt. Außerdem sollte berücksichtigt werden, dass positive oder negative Erwartungshaltungen des Patienten gegenüber bestimmten Medikamenten auch den Erfolg einer Therapie maßgeblich beeinflussen.

Aktuelle Nocebo-Studien³⁻⁵ haben gezeigt, dass negative Gedanken in Bezug auf die Wirkweise von Arzneimitteln dazu führen können, dass deren Wirkung ausbleibt oder zumindest subjektiv als unzulänglich empfunden wird. Das Gegenteil ist der Fall bei einer positiven Erwartungshaltung,

die bei Naturheilmitteln oft gegeben ist und die dazu führt, dass sich der Patient gut beraten und aufgehoben fühlt. Dies wirkt sich instinktiv und unterbewusst auch positiv auf den Krankheitsverlauf aus.

Kombinierte Pflanzenstoffe lindern Symptome

Bereits in den 1920er Jahren wurden Infludoron[®] Streukügelchen und Infludo[®] Tropfen als „Grippemittel“ entwickelt. Beide Arzneimittel enthalten eine Kombination von sechs verschiedenen Wirkstoffen, die sich ideal ergänzen, um auch die vorherrschende Symptomatik in allen Phasen der Erkältung optimal abzudecken: Phosphor, Eupatorium, Aconitum, Bryonia, Saba-dilla und Eucalyptus.

Eine aktuelle Anwendungsbeobachtung⁶ hat den Einfluss von Infludo[®] unter Praxisbedingungen auf die Symptomatik und das Allgemeinbefinden von 246 Patienten mit grippalen Infekten untersucht. Nach der Diagnosestellung durch den Arzt wurden die Studienteilnehmer während der 10-tägigen Beobachtungsphase dreimal mittels standardisierter Telefoninterviews zu ihrem Krankheitsverlauf befragt. Die Ergebnisse lassen sich wie folgt zusammenfassen: Durchschnittlich zwei bis

drei Tage nach Erkältungsbeginn suchten die Betroffenen einen Arzt auf. Zu Krankheitsbeginn dominierten Abgeschlagenheit, Kopfschmerzen, Schnupfen und Husten. Das Allgemeinbefinden war bei mäßigem bis starkem Krankheitsgefühl deutlich beeinträchtigt.

Die Mehrheit der Patienten wendete neben Infludo[®] weitere Erkältungsmedikamente und Maßnahmen an. Erkältungssymptomatik und Allgemeinbefinden verbesserten sich unter der Therapie innerhalb von zehn Tagen deutlich. Die Patienten fühlten sich nicht mehr oder nur noch leicht krank. Da gleichzeitig weitere Medikamente und Maßnahmen angewendet wurden, lässt sich zwar der alleinige Einfluss von Infludo[®] auf den Krankheitsverlauf nicht sicher beurteilen, jedoch sprechen die hohe Patientenzufriedenheit von 80 % und die von rund 75 % der Patienten empfundene Linderung ihrer Beschwerden dafür, dass die Erwartungen an die Therapie erfüllt wurden. Infludo[®] erwies sich dabei als sehr gut verträgliches Arzneimittel.

Anmerkungen

¹ <http://antibiotika.faktencheck-gesundheit.de/interaktive-karten/>, abgerufen am 4.6.2014.

Auftraggeber: Bertelsmann-Stiftung mit den Daten der Barmer GEK

² <http://www.homoeopathie-entdecken.de/wordpress/steigende-nachfrage-nach-homoeopathischen-arzneimitteln/>, abgerufen am 4.6.2014. Auftraggeber der Studie ist der Bundesverband der Arzneimittel-Hersteller (BAH): http://www.homoeopathie-entdecken.de/wordpress/ag_homoeopathika/

Anzeige



³ Petersen GL et al. The magnitude of nocebo effects in pain: a meta-analysis. Pain 2014; pii: S0304-3959(14)00195-X.

⁴ Arnold MH et al. Medicine's inconvenient truth: the placebo and nocebo effect. Intern Med J 2014; 44: 398-405.

⁵ Cohen S et al. The nocebo effect of informed consent. Bioethics 2014; 28: 147-54.

⁶ Hufnagel R et al. Treatment of common cold in children – results from a noninterventional study. Präsentation, 5th European Congress for Integrative Medicine 2012, Florenz. Fundstelle: http://www.asf.toscana.it/images/stories/publicazioni/ecim2012/21/r_hufnagel.pdf, abgerufen am 30.6.2014.

Weleda AG, Schwäbisch Gmünd

Bei Diabetikern auch an Verdauungsstörungen denken

Bei Diabetikern stehen die Blutzuckereinstellung und Begleiterscheinungen – wie Gefäßerkrankungen oder diabetisches Fußsyndrom – im Vordergrund. Verdauungsstörungen werden deshalb oft zu wenig Beachtung geschenkt. Dabei ist ein normal funktionierender Magen-Darm-Trakt eine Grundvoraussetzung für eine gute Diabeteseinstellung.¹

Ein frühzeitiges Sättigungsgefühl, Übelkeit, anhaltendes Völlegefühl, Schluckauf, Sodbrennen, Blähungen sowie Magenkrämpfe sind häufig geschilderte Symptome und werden, da sie auch von vielen Nicht-Diabetikern geäußert werden, nicht immer gleich mit einem Diabetes in Verbindung gebracht. Auch organische Erkrankungen können diese Symptome auslösen und müssen daher durch eine gründliche Differenzialdiagnostik ausgeschlossen werden.² Sensitive Untersuchungsmethoden konnten zeigen, dass bei 30–50 % aller Diabetiker Magenentleerungsstörungen vorliegen. Dyspeptische Symptome wie Übelkeit, Erbrechen, abdominale Schmerzen, Blähungen, Völlegefühl und ein frühzeitiges Sättigungsgefühl finden sich hingegen nur bei 5–10 % der Diabetiker.² Bei dieser diabetischen Gastropathie, die bei Diabetes Typ 1 und Typ 2 vorkommt, handelt es sich um eine Funktionsstörung des Magens bei diabetischer Stoffwechsellage. Im Vordergrund steht eine Entleerungsstörung.

Es gibt Diabetiker, bei denen der Blutzuckerspiegel trotz gutem Therapiemanagement und guter Compliance stark schwankt und nur schwer in den Griff zu bekommen ist. Verantwortlich sein kann eine verzögerte Magenentleerung, die einen geplanten Spritz-Ess-Abstand im Rahmen einer Insulinbehandlung erheblich durcheinanderbringen kann.³ Ist die Motilität gestört, bleiben die Speisen länger im Magen. Dadurch kann ein verabreichtes Insulin bereits wirken, bevor der Verdauungsprozess der aufgenommenen Speisen begonnen hat. Das erhöht die Gefahr einer lebensgefährlichen Hypoglykämie. Als Folge der verminderten Motilität steigt auch die Bakterienbesiedelung im Verdauungstrakt (Dysbiose), was die Symptome der diabetischen Gastropathie zusätzlich verstärkt.

Der Einfluss der Zuckerkrankheit auf den Magen ist vielfältig. Die genauen pathologischen Mechanismen sind noch nicht bekannt. Eine autonome diabetische Neuropathie ist nur ein Bestandteil des Ursachengeflechtes. Daneben spielen eine Neuropathie der in und um die Magenwand herum befindlichen Nerven, Muskelerkrankungen, Störungen der postprandialen Hormonausschüttung und akute Hyperglykämien eine wichtige Rolle. Magenmotilitätsstörungen zeigen sich häufig bei langanhaltendem Diabetes mellitus.⁴

In der Schulmedizin gibt es eine Reihe von Medikamenten, welche die Beweglichkeit des Magens positiv beeinflussen können. Allerdings sind mit den positiven Eigenschaften der Medikamente häufig auch massive Nebenwirkungen verbunden.⁴ Das ist gerade bei Diabetikern und Patienten mit Polymedikation ein Problem. Zur Linderung der zuvor genannten Symptome bietet sich daher das natürliche Gastritol® Liquid an, das sechs magenwirksame Heilkräuter und eine hohe Konzentration an Bitterstoffen enthält.

Gastritol Liquid vereint die Wirkspektren der sechs gastral wirksamen Pflanzenextrakte aus Gänsefingerkraut (*Potentilla anserina*), Kamillenblüten (*Matricariae flos*), Süßholzwurzel (*Liquiritiae radix*), Wermutkraut (*Absinthii herba*), Benediktenkraut (*Cnicus benedicti herba*) und Angelikawurzel (*Angelicae radix*). Seine Wirkung beginnt bereits im Mund, wo durch den Kontakt der Bitterstoffe aus Benediktenkraut, Angelikawurzel und Wermutkraut mit der Mundschleimhaut die Sekretion von Speichel und Magensaft angeregt wird.⁵ Extrakte der Süßholzwurzel, die ebenfalls in Gastritol Liquid enthalten ist, schützen den Magen, indem sie die Viskosität der Schleimhaut erhöhen. Eine weitere Schutzfunktion übt die Kamillenblüte aus, die schon seit Jahrhunderten wegen ihrer entzündungshem-

menden Wirkstoffe verwendet wird.⁵

Eine besondere Eigenschaft besitzt das gerbstoffhaltige Gänsefingerkraut, in der Volksmedizin auch „Krampfkraut“ genannt: *Potentilla anserina* wirkt nicht nur spasmolytisch, die adstringierende Wirkung der Gerbstoffe erschwert die Ansiedlung ungewollter Bakterien in tieferen Schichten der Schleimhaut des Verdauungstrakts und schützt durch die physiologische Oberflächenänderung – bedingt durch eine Komplexbildung aus Gerbstoff und Eiweiß –, welche die Schleimhaut widerstandsfähiger gegen Reizung macht.⁶ So können Bakterien in der Schleimhaut schwerlich gedeihen.⁶ Gerade Diabetiker, bei denen die Dysbiose häufiger vorkommt, profitieren davon.

Quellen

- ¹ Diabetes Leitlinie (DDG): Autonome diabetische Neuropathie, Stand vom 15.4.2002
- ² Haselbeck, M.: MMW-Fortschr. Med. Nr. 11/2010: 45–48
- ³ www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=39739
- ⁴ Behlen-Wilm, U.: Z. Allg. Med. 2003; 79: 294–298
- ⁵ Wagner, H.: Pharmazeutische Biologie; Gustav Fischer Verlag, 5. Aufl. 1993
- ⁶ Tomczyk, M.; Latté, K.P.: *Potentilla* – a review of its phytochemical and pharmacological profile. J Ethnopharmacol. 2009 Mar 18; 122(2): 184–204

Quelle: Dr. Klein



Unsere Beilagen

Wir bitten um Ihre Aufmerksamkeit!

Dieser Ausgabe liegen Informationen folgender Firmen bei:

- Holimed GmbH, 90455 Nürnberg
- RSD Reise Service Deutschland GmbH, 85551 Kirchheim

Hämorrhoidenmittel im ÖKO-Test

In der Juni-Ausgabe von Öko-Test standen 17 rezeptfreie Hämorrhoidenmittel auf dem Prüfstand: zehn Arzneimittel sowie sieben Medizinprodukte. Die Note „sehr gut“ vergaben die Tester nur einmal – an Posterisan® akut Zäpfchen mit Lidocain.

Insgesamt 17 rezeptfreie Hämorrhoidenmittel wurden auf bedenkliche halogenorga-

nische Verbindungen, allergieauslösende Duftstoffe und die eingesetzten Wirkstoffe untersucht. Um deren Wirksamkeit kritisch einzuschätzen, wurde Prof. Manfred Schubert-Zsilavecz vom Institut für Pharmazeutische Chemie der Universität Frankfurt a. M. mit einem Gutachten beauftragt. Die pharmakologische Beurteilung gründete in

erster Linie auf der aktuellen Studienlage – je dürtiger sich diese gestaltete, desto schlechter fiel die Bewertung aus.

Nur ein einziges Präparat wurde mit „sehr gut“ ausgezeichnet: Posterisan akut Zäpfchen von Dr. Kade. Posterisan akut enthält als einziges Hämorrhoidenmittel den lokalanästhetischen Wirkstoff



Lidocain und kann daher bei akuten Beschwerden schnell für spürbare Erleichterung sorgen.

Quelle: Dr. Kade

Aus ilon Abszess-Salbe wird ilon Salbe classic

Wirkstoffe und Preis bleiben gleich

ilon® Abszess-Salbe, der pflanzliche Klassiker bei entzündlichen Hauterkrankungen, heißt ab dem 15. September ilon® Salbe classic. Im Rahmen einer Zulassungsanpassung konnte der bisherige Name nicht mehr weiterver-

wendet werden. Es ändert sich aber nur der Name. Die arzneilich wirksamen Bestandteile bleiben gleich, ebenso der Apothekenverkaufspreis und die Apothekenpflicht.

Seit 1929 wird die grüne Zugsalbe bei Hautentzündungen und eitrigen Hautprozes-

sen eingesetzt. Oliver Diderich, Geschäftsführer der Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG: „... Es gilt somit auch zukünftig: ilon Salbe classic, die ‚klassische Empfehlung‘ bei lokal begrenzten, eitrigen Entzündungen der Haut, wie zum Beispiel Eiterknötchen, entzündeten Haarbälgen,

Schweißdrüsen- und Nagelbettentzündung sowie Rasurpichelchen.“ Weitere Informationen unter: www.ilon-salbe-classic.de

Quelle: Cesra Arzneimittel

Neue Broschüre von Pascoe: Diätkrise? Damit die Pfunde weiter purzeln ...

Der Erfolg einer Diät stellt sich eher ein, wenn die zusätzlich anfallende Säureproduktion frühzeitig kompensiert wird. Laut einer Studie mit Basentabs pH-balance Pascoe lässt sich dies verwirklichen.

Die neue Broschüre „Diätkrise? – Damit die Pfunde weiter purzeln ...“ zeigt Möglichkeiten auf, wie eine Diät mit einem ausgeglichenen Säure-Base-Haushalt erfolgreich sein kann.

Außerdem können Interessierte **kostenlos** eine Produktprobe der Basentabs pH-balance Pascoe® bestellen sowie die Broschüre unter www.pascoe.de Pascoe Naturmedizin



Aus Orthoflor wird Orthoflor immun

Mit Orthoflor® immun hat die Orthim KG ihr Produkt zum Aufbau der Darmflora, welches zur normalen Funktion des Immunsystems beiträgt, überarbeitet.

Die Neuerungen im Einzelnen:

- neue Verpackung, neuer Name
- drei ausgewählte Milchsäurebakterien, Bifidobacterium lactis und neuerdings auch Zink
- Orthoflor immun benötigt keine Kühlung. Trotzdem

bleibt die Anzahl der vermehrungsfähigen Bakterien durch das innovative Herstellungsverfahren über die gesamte Laufzeit fast unverändert.

- Dank des patentierten Pro-Target®-Systems der Kapsel gelangen die Probiotika unbeschadet in den Darm. Hier vermehren sich die Neuankömmlinge und verdrängen unerwünschte Keime in der bestehenden Darmflora. Eine gezielte Freisetzung der Inhalts-



stoffe ist somit gewährleistet.

- Die Einnahme beträgt nur noch 1 Kapsel pro Tag. Die

Kapsel sollte mit ausreichend Flüssigkeit zu einer Mahlzeit geschluckt werden.

Eine Kapsel des Nahrungsergänzungsmittels enthält mindestens 1×10^8 lebensfähige Bifidobacterium lactis BI-04, Lactobacillus plantarum LP-115, Lactobacillus acidophilus LA-14, Lactobacillus rhamnosus PB01 und 2 mg Zink. Weitere Informationen unter www.orthim.de

Quelle: Orthim