

Naturheilkunde bei rheumatischen Erkrankungen

Roman Huber
Uni-Zentrum Naturheilkunde,
Universitätsklinik Freiburg

Themen

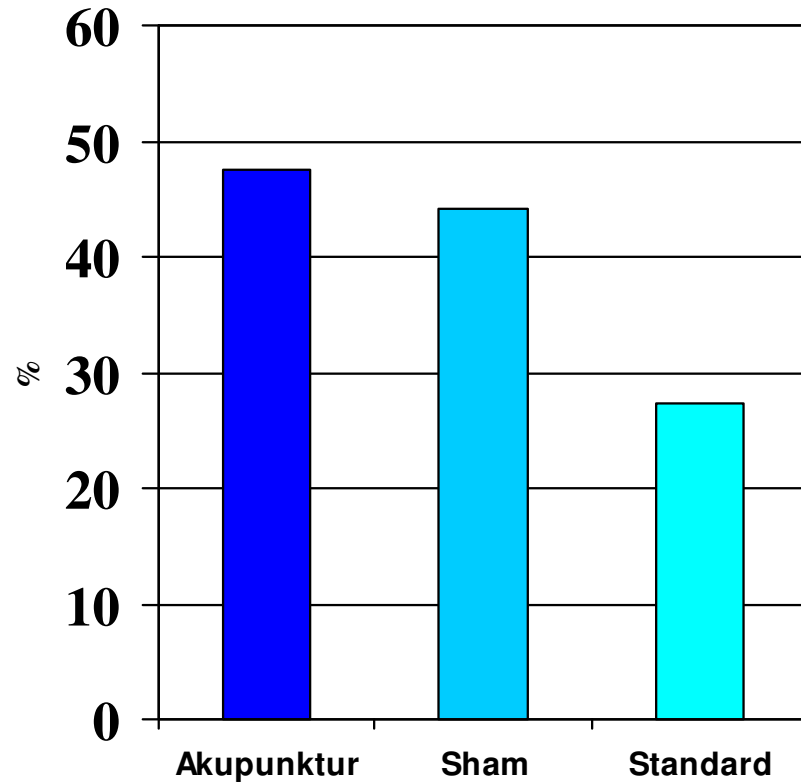
Rückenschmerzen, Gonarthrose

Chronische Polyarthrit

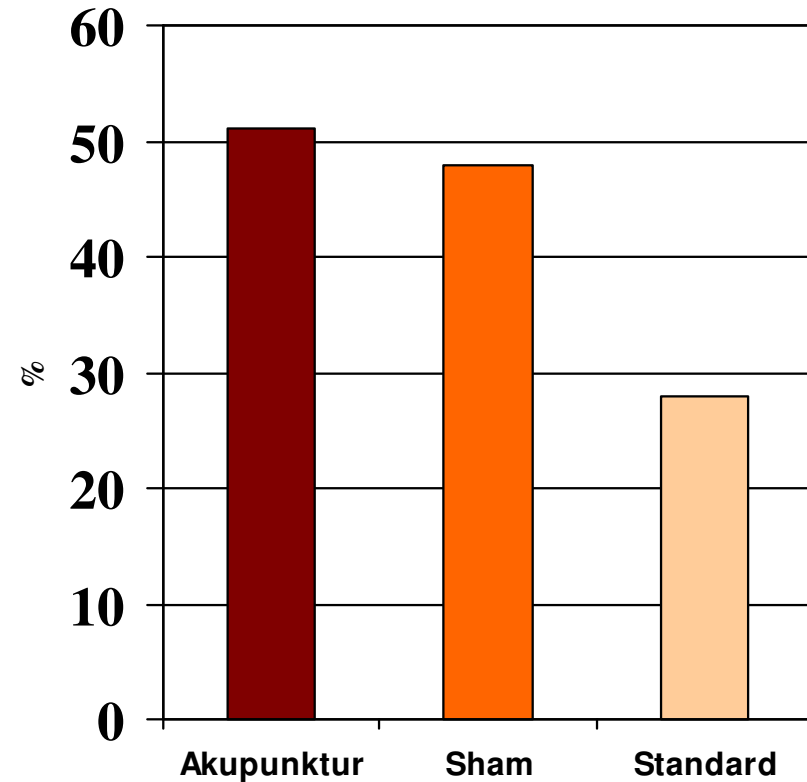
Konstitutionelle Therapie

GERAC Randomisierte Studien

LWS-Schmerz Responder



Gonarthrose - Responder



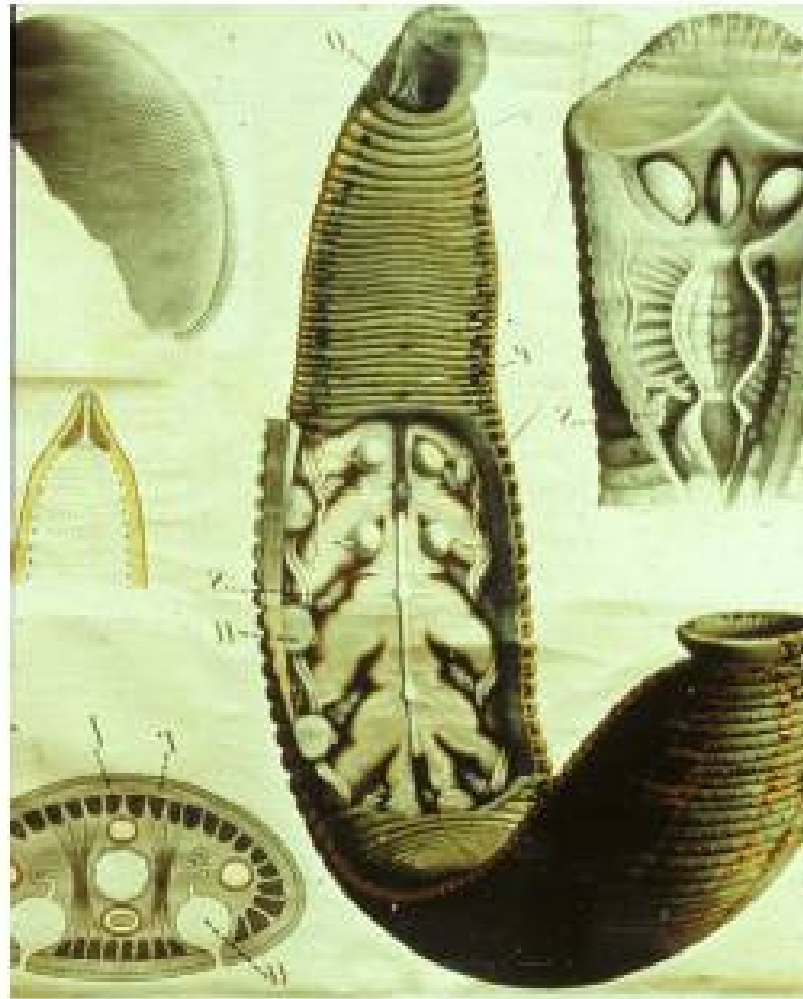
Haake M, et al., Arch Int Med 2007
Scharf HP. Et al., Ann Int Med 2006

Akupunktur und Scheinakupunktur besser als Standardtherapie (KG, NSAR)



Blutegeltherapie bei Gonarthrose – eine randomisierte Studie

[A. Michalsen, S. Klotz, R. Lüdtke, S. Moebus,
G.Spahn, G.J. Dobos.
Ann Intern Med 2003;139:724-730]



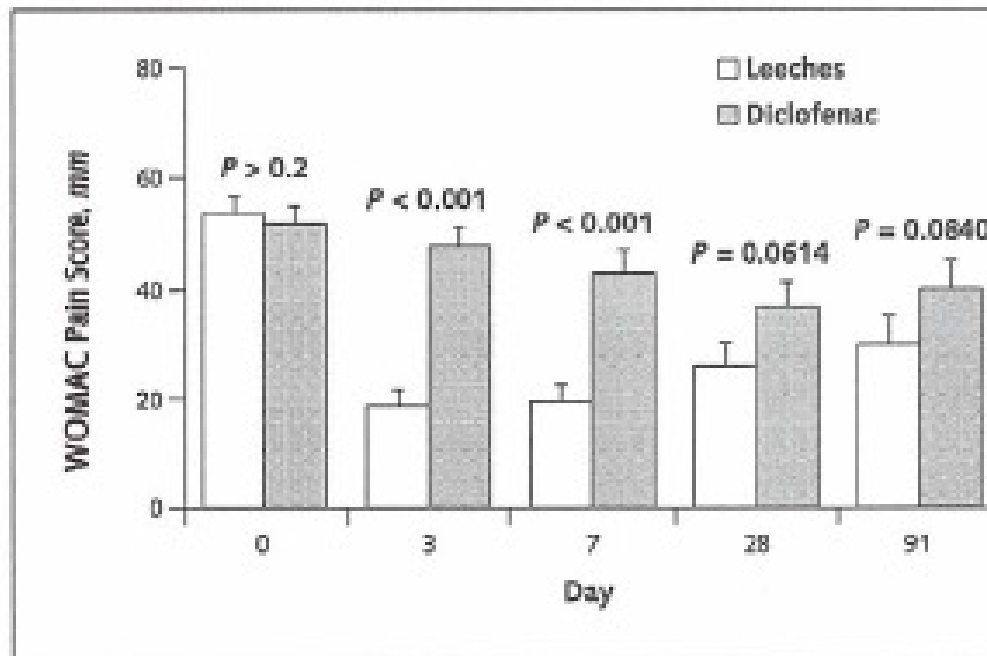
[Foto: M.Roth]

Blutegel (*Hirudo medicinalis*)

- gehören zur Familie der Ringelwürmer
(Annelida)
- können 30-40 ml an Blut aufnehmen
- enthält u.a. Hirudin (Gerinnungshemmung), Eglin (entzündungshemmend, abschwellend), Hyaluronidase (Permeabilität steigernd)

Ergebnisse

Figure. Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index (WOMAC) pain score.



Mean course of the WOMAC pain score in both groups in the study course (means [+SD] are based on raw [not imputed] data; P values were calculated from repeated-measurement analysis of variance). Complete WOMAC patient data in the leech therapy and topical diclofenac treatment group were available for 24 and 26 patients, respectively (day 7); 24 and 24 patients, respectively (day 28); and 23 and 23 patients, respectively (day 91).

RCT: 1xlig
Blutegel versus
täglich
Diclofenac-Gel
bei Gonarthrose

Michalsen et al., Ann
Int Med 2003

Teufelskralle

Harpagophytum procumbens



Inh: Harpagosid u.a.

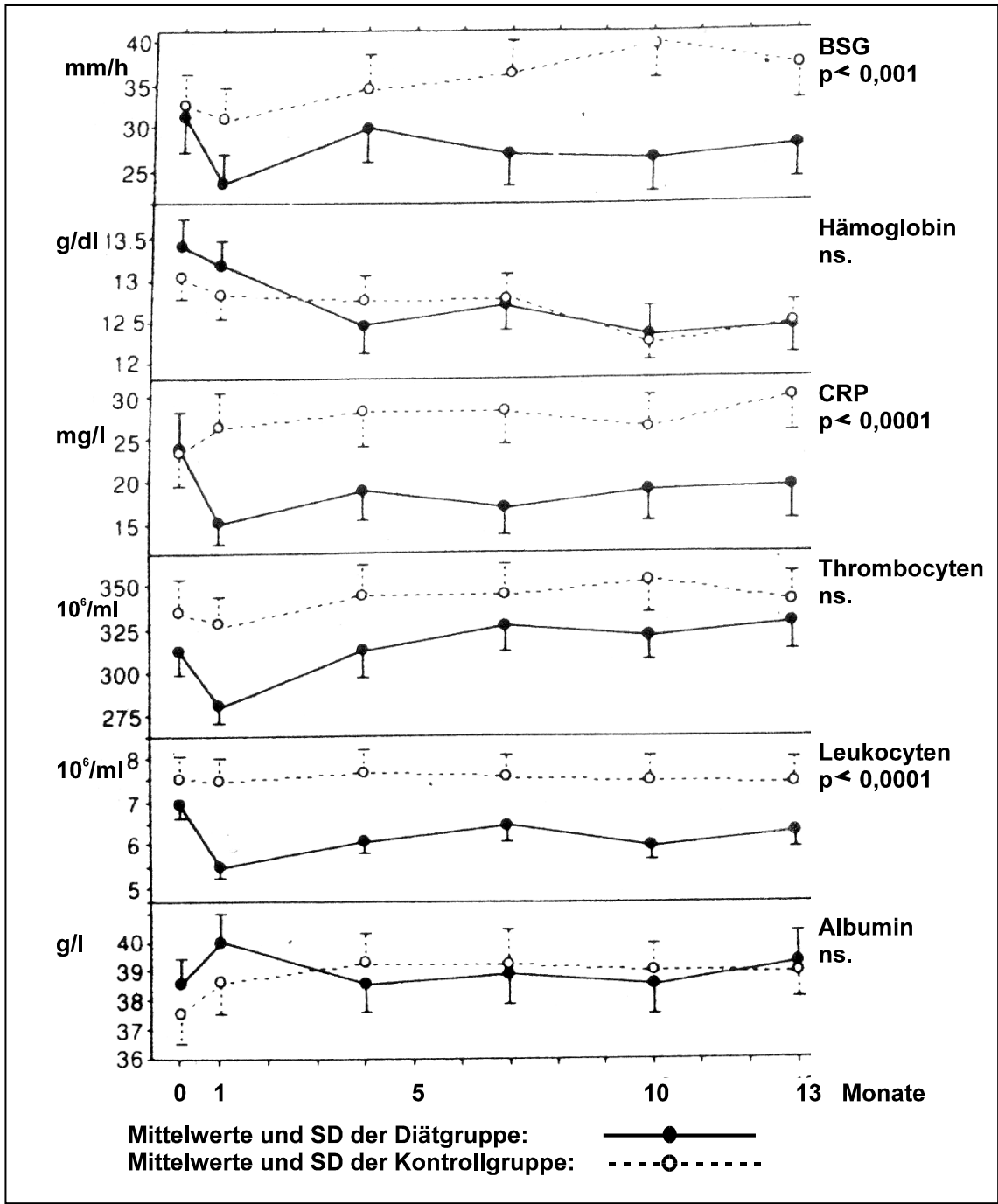
WM: Hemmung der
Prostaglandin- und
Leukotriensynthese

Ind: Rückenschmerzen,
Gelenkschmerzen

NW: gel Magenbeschwerden

Anw: FP, z.B. Cefatec
2x480mg/Tag

chronische Polyarthritis



Verschiedene Laborparameter unter einwöchigem Fasten und anschließender veganer Diät für > drei Monate bei 27 Patienten mit aktiver RA versus 28 Patienten unter normaler Kost

Kjeldsen-Kragh et al Lancet 1991

tierische Lebensmittel
(Arachidonsäure)

Wirkmechanismus
veganer Kost bei
Polyarthritits

Cyclooxygenase,
Lipoxygenasen

pflanzliche Öle, Fischöl
(Ω 3/6 Fettsäuren)

Bildung proinflammatorischer Eicosanoide
(Prostaglandine, Thromboxan, Prostacyclin,
Leukotriene etc.)

Naturheilkundliche Therapieansätze bei cP (und Arthrose)

Fasten, vegane Ernährung (Cave bei Untergewicht, Cave Vitamin B12 Mangel)

PT

Bewegungstherapie im Wasser, Sandbäder (Hände)

Klimatherapie (trocken, warm)

Kryotherapie

Schwefelbäder

Phytotherapie

Teufelskralle

Weidenrinde

Konstitutionelle Diagnostik

Inspektion

Gang

Haltung

körperliche Konstitution

Mimik und Gestik

Stimme

Untersuchung

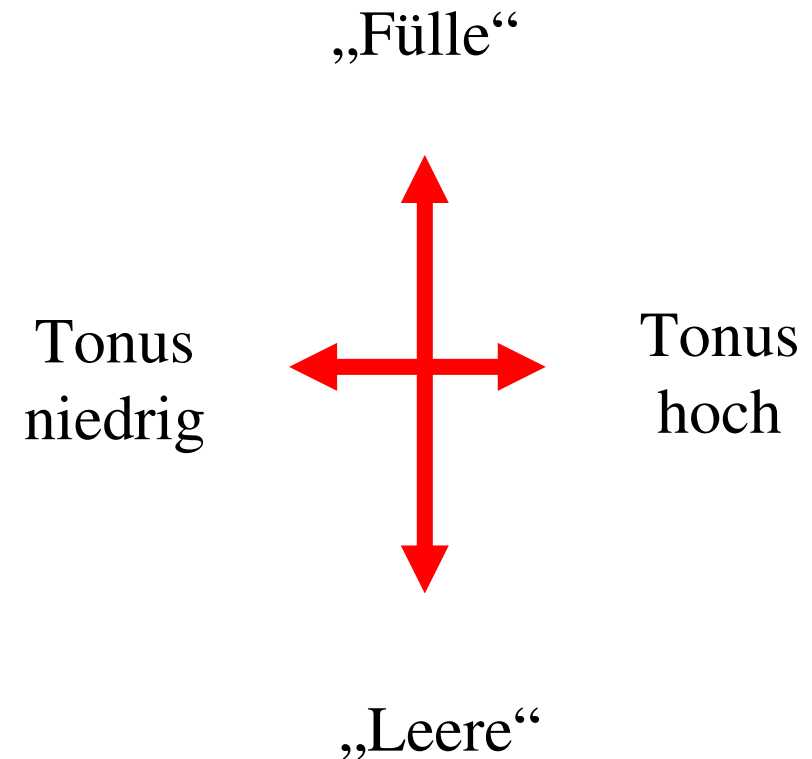
Händedruck

Handtemperatur

muskuläre Entspannungsfähigkeit

Pulsqualität

Dermographismus



Konstitutionelle Therapie

tonisierend Ernährung:

Gewürze (Curry, Pfeffer etc), Kaffee

tonisierend Phytotherapie:

Bittermittel (Enzian, Kalmus, Angelica etc.) und Scharfstoffe
(Ingwer)

tonisierend Physikalische Therapie:

kurze Kaltreize (Kalte Güsse, Waschungen), Morgengymnastik,
Bürstenmassage

Konstitutionelle Therapie

detonisierend Ernährung:

vegetarisch, salzarm, Alkohol

detonisierend Phytotherapie:

Melisse, Hopfen, Baldrian, Lavendel, Passionsblume

detonisierend Physikalische Therapie:

lokale Wärmeanwendung, Ausdauertraining (Akuteffekt),
Schonung, klassische Massage

Konstitutionelle Therapie

stärkend Ernährung:

warme Speisen, hochkalorisch

stärkend Phytotherapie:

Eleutherokokkus, Ginseng, Johanniskraut

stärkend Physikalische Therapie:

Wechseldusche (längerfristig), Klimakur, Ausdauertraining
(längerfristig)

Konstitutionelle Therapie

entlastend Ernährung:

Fasten, vegane bzw. vegetarische Kost, Reduktionskost, Rohkost

entlastend Phytotherapie:

Laxantien, Diaphoretika (Lindenblüten, Holunderblüten),
Aquaretika (Birkenblätter, Goldrutenkraut)

entlastend Physikalische Therapie:

Wärmeentzug (kalte Wickel nach Prießnitz) Sauna, Schwitzkur
Ausleitende Verfahren: Aderlass, Blutegel etc.