



Angst und Isotherapie der somatischen Beschwerden

von Dr. med. Konrad Werthmann

Die Angst ist ein häufiges Symptom in unseren Sprechstunden, mal leicht ersichtlich, mal mehr oder minder deutlich versteckt hinter dem Missbrauch von Psychopharmaka. Man schämt sich wegen der Angst. Die Angst als solche naturheilkundlich zu therapieren, ist sehr schwer. Meistens bedarf es einer guten psychotherapeutisch ausgebildeten Persönlichkeit, zu der ein ängstlicher Mensch das notwendige Vertrauen aufbauen kann. Wichtig ist dabei, zuhören zu können und die notwendige Zeit zu besitzen. Eine Therapie einer Angst bedarf aber auch einer gewählten Sprache, bei der jeder Ausdruck keinen Angriff oder versteckten Befehl beinhaltet oder erahnen lässt. Es gibt kein „muss“ oder „soll“, und die Anrede muss korrekt sein, also kein „man“, sondern ein einfaches Sie oder Frau/Herr und Name. Der ängstliche Mensch erlebt meist ein vermindertes Selbstvertrauen und wird durch solche Respektlosigkeiten der Persönlichkeit enorm belastet und auch ungläubig. Sein Eindruck ist, dass niemand ihn ernst nimmt.

Zuerst ein paar Definitionen über Ausdrücke, die wir jeden Tag sehr sorglos in den Mund nehmen.

ANGST: Ein unangenehm empfundener und eine unbestimmte Bedrohung oder Gefahr signalisierender emotionaler Gefühlszustand.

1) Die Angst erhält unter Umständen Krankheitswert, wenn sie ohne erkennbaren Grund beziehungsweise infolge inadäquater Reize ausgelöst

und empfunden wird. Hier genügen bei einzelnen Personen Worte, wie schlafen, alleine bleiben, aber auch Worte, die an bestimmte Situationen erinnern, um Angst auszulösen.

2) Die Angst kann in verschiedenen Schweregraden auftreten und ist in der Regel begleitet von psychischen und physischen Symptomen, wie Unsicherheit, Unruhe, Erregung und vielleicht sogar von Panik, von Denk- und Wahrnehmungsstörungen sowie von somatischen Beschwerden, die sich als

Anstieg von Puls- und Atemfrequenz,
Übelkeit, Zittern und
Schweißausbrüchen äußern.

Nur chronische Angstzustände zeigen eine verstärkte Blasen- und Darmtätigkeit.

3) Die Erhöhung des Sympathikustonus ist immer ein Produkt der Angst. Die Angst wirkt auf die Schilddrüse und hebt damit automatisch den Tonus des Nervus sympathicus. Nun muss man wissen, dass der Sympathikus der Nerv des Angriffs ist und folglich die Darmtätigkeit und die Arbeit der anhängenden Verdauungsdrüsen (Pankreas, Leber) senkt oder beruhigt, die Blasenmuskulatur anspannt, die Nierentätigkeit senkt und die Herz- und Atemfrequenz deutlich ansteigen lässt. Zugleich erhöht der Sympathikus den Tonus der Muskulatur.

Ein Mensch mit erhöhtem Sympathikotonus hat ein eingeschränktes Vermögen zu denken. Der ängstliche Mensch hat nur ein Ziel: den

Feind zu schlagen, diese Arbeit zu verrichten oder das Wortgefecht zu schlagen. Der Vagus, der Nerv der Ruhe macht genau das Gegenteil (um es ganz deutlich zu machen: Niemand kann im Laufen defäkieren!).

Die Angst ist oft versteckt hinter medizinischen Beschwerden oder Namen.

Sie kommt vor als

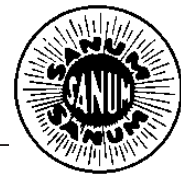
FURCHT: im Sinne einer Reaktion auf eine reale Bedrohung,

Bei **NEUROTISCHEN Störungen**, wie Angstneurose, Phobie oder Wahnvorstellungen, depressives Verhalten, aber auch bei

Frei FLOTTIERENDER Angst. In diesen Fällen ist die Angst bei allen nur möglichen Situationen präsent und für die momentane Reaktion bestimmend. Man muss das bei der Therapie berücksichtigen. Jede Form der Angst ist zunächst vom Therapeuten zu akzeptieren.

PHOBIE:

Das ist eine exzessive inadäquate Angstreaktion, die durch bestimmte Gegenstände oder Situationen ausgelöst wird und meist mit einer Einsicht in die Unbegründetheit verbunden ist. Das sieht man bei neurotischer Persönlichkeitsentwicklung wie Platzangst oder Agoraphobie (Angst den schützenden Raum zu verlassen > Marktplatz). Hier hat kein speziell ausgebildeter Therapeut, egal welcher Provenienz naturheilkundlich oder allopathisch, das Recht zu therapieren. Das gilt auch für die Frei flottierende Angst.



Therapie der Angst-Beschwerden

Abgesehen von den rein psychotherapeutischen Therapiemaßnahmen lassen sich die körperlichen Beschwerden mit Isotherapie leicht beherrschen. Allerdings muss man einige Fakten beachten. Das logische Vorgehen umfasst drei Punkte:

1) Man soll die Art der Angst und ihre Ursache einordnen können, das heißt, auch die Dringlichkeit der Beziehung eines Psychotherapeuten oder einer allopathischen Therapie abwägen (können).

Die Angst wird zunächst als ein Gefühl empfunden, und dieses Gefühl wirkt auch auf den Organismus. Bevor man eine Therapie der Angst beginnt, muss man sich im Klaren sein, handelt es sich dabei um eine Angst im Sinne einer Unruhe und nicht um eine neurotische Fehlhaltung bzw. Phobie. Eine Phobie, ein Wahn, aber auch depressives Verhalten ist auf jeden Fall keine Krankheit, bei welcher der einfache Therapeut alleine therapieren soll, sondern er muss die Zusammenarbeit mit einem Psychotherapeuten, vielleicht sogar einen Psychiater suchen. An der Phobie haben sich schon große Geister die Zähne ausgebissen. Denken Sie an die Agoraphobie, an die Wasch- und Bakterien-Phobie oder an die Wuschsucht.

Eine neurotische Fehlhaltung ist ebenso ein schweres Leiden, da man die Ursache erkennen muss. Hier benötigt man ebenso gute Kenntnisse aus der Psychotherapie und evtl. auch aus der Psychiatrie. Bei diesem Leiden ist die Ursache dieser Fehlhaltung schon lange vor dem Auftreten des Therapeuten erfolgt. Sie ist ein eingefahrenes Leiden, das seine Anfänge in hohem Maße in der Klein- bis Großkinder-

zeit aufweist und dem man die Zähne nur schwer ziehen kann.

Ausgenommen von der Isotherapie sind Angstzustände nach einem Schädel-Hirntrauma oder durch ein angeborenes Leiden. Da sollte man die Abgrenzung der Angst zuerst der Pädiatrie oder Neurologie überlassen. Erst dann dürfen wir eingreifen.

2) Man darf nie das Alter außer Acht lassen.

Die Angst des Kindes ist different zur Angst des Erwachsenen. Beim erwachsenen Patienten herrschen zum Teil Lebensängste. Das Kind ist in einem geschützten familiären Rahmen, deshalb wird sich diese vorpubertäre Angst leichter beruhigen lassen als die des Erwachsenen oder der älteren Patienten. Trotzdem denken Sie bei hoch intelligenten Jugendlichen, die am Ende der Pubertät plötzlich einen Leistungsabfall aufweisen, an die Möglichkeit einer beginnenden Schizophrenie. Sie standen lange Jahre unter dem Stress, der Primus oder allgemein einer der Besten sein zu müssen.

Ein starker Auslöser von einer Angst ist im Kindesalter sehr oft die elterliche Nervosität und Unausgeglichenheit. Die Angstsymptomatik äußert sich als Schlafstörung der Kinder in der Vorpubertät, aber auch im Kleinkindesalter (Rituale beim Schlafengehen: Türspalt, oftmaliges Gutenachtsagen oder mehrmaliges WC-Laufen usw.). Die Ursache sind Zukunftsängste: „Was bringt der morgige Tag - gute Noten, schlechte Noten?“, „Was werden die Mutti / der Vati sagen“?, aber auch als Ausdruck von Spannungen der Eltern, der Nachbarn untereinander, der Generationen im Familienverband usw.

3) Die eigentlichen somatischen Beschwerden

Aus jahrelanger Erfahrung mit Angstpatienten ist es gut, wenn man nicht einfach ein isopathisches Mittel nimmt, nur weil es als Beruhigungsmittel im Beipack angeführt wird, sondern die Beschwerden streng unterteilt in die Symptome der Mucor-Cyclogenie und in die Symptome der Aspergillus Cyclogenie.

Gleich vorneweg ist anzumerken, dass die Angstbeschwerden aus dem Aspergillus-Bereich viel häufiger auftreten als die der Mucor-Cyclogenie. Das lässt sich relativ einfach unterscheiden. Hierher gehört auch die Leberangst (Alkoholiker-Angst). Fragen Sie nach dem Abusus von Alkohol. Als Ermunterung dieser Therapie möchte ich Ihnen mitteilen, dass es in Salzburg einen Psychiater gab, der sehr schnell erkannte, wie enterale Allergien echte Angsterzeuger sind und wie leicht man diese Menschen alleine durch die Karenz der Primärantigene (Produkte aus Kuhmilch und Hühnererei) bessern kann. Daher werden Sie auch bei der Therapie unter Punkt 1 (= Milieusanierung) eine Diätanmerkung finden (siehe auch: Dr. Konrad Werthmann: „Ratgeber für Allergiker und chronisch Kranke“, erhältlich über den Semmelweis-Verlag).

Beschreibung der tuberkulinischen (aspergillischen) Angst:

Die im Vordergrund stehenden Symptome kommen von Organen, die dem tuberkulinischen (auch aspergillischen) Formenkreis angehören. Die Aspergillus-Cyclogenie hat als Kulminante den Bacillus tuberculosis, und deshalb auch der Name. tuberkulinische Angst. Zudem erregt die tuberkulinische Angst vornehmlich die tuberkulinischen Organe. Die Angst ist ein Zeichen der tuberkulinischen Schwäche:



Organe des tuberkulinischen Formenkreises	Beschwerden
Hirn und ZNS	Angst, <u>eingeschränkte Wahrnehmung der Umgebung, alle Sinne ausgerichtet auf den Feind oder den Streitpunkt</u>
Darmtrakt	Durchfall, Verstopfung, Angstzustände
Atemorgan	Erhöhung der Atemfrequenz, „es stockt“ der Atem, es bleibt einem die Luft weg >> Asthma, <u>Schreien</u>
Lymphorgane	Halsweh, Anschwellen der submandibulären Lymphknoten
Urogenitaltrakt	Harnverhaltung, Brennen beim Harnlassen, Verlust der Libido, übermächtiges / fehlendes Triebverhalten
Hautorgan	Schweißausbruch, Hautblässe, Hautrötung, Kitzelreiz,
Gelenk-, Knochenapparat	<u>Weglaufen - Angreifen, Hinken, Muskelschwäche, nervöses Ausschlagen</u>

Die Rezeptur der tuberkulinischen Angst und ihrer Beschwerden lautet, wie folgt:

Generelle Rezeptur

1) ALKALA N 2 x 1/2 KL in warmem Wasser und CITROKEHL 2 x 10 Tr. tgl. durch Wochen bis Monate, Diät ohne Primärantigene (Produkte aus Kuhmilch und Hühnerlei)

2) Zur gleichen Zeit beginnen mit QUENTAKEHL D5 Tr. 2 x 10 tgl. über eine Woche, dann wechseln auf

3) MUCEDOKEHL D5 Tr. morgens und abends je 1 x 10 Tr. und daneben auch abends NIGERSAN D5 1 x 10 Tropfen verordnen,

nach 1 Woche die NIGERSAN D5 Dosierung erhöhen auf mittags und abends je 1 x 10 Tr. Diese Dosierung wird über Wochen bis Monate verordnet. Allerdings wäre es günstiger, am Wochenende statt der MUCEDOKEHL / NIGERSAN-Therapie das QUENTAKEHL zu interponieren.

4) Gleichzeitig mit Punkt 3 starten wir auch mit LATENSIN „schwach“ Kps. 1 x 1/Woche oder

UTILIN „S“ D6 Tr. 1 x 10 tgl. oder mit BOVISAN D6 Tr. 1x10 tgl. und speziell für einzelne Beschwerden kombinieren wir:

für die Atemstörungen CERVIKEHL, LUFFASAN,

für die Schweißausbrüche Belladonna,

für den Darmtrakt OKOUBASAN und Belladonna oder FORTAKEHL mit Belladonna.

Natürlich kann man auch bewährte Ausleitungsverfahren mit unter den Punkt 4 einbeziehen, wie SILVAYSAN Kps. und PINKEHL D4 Kps. je 3 x 1 tgl. bei Verdacht auf erhöhten Alkoholgenuss oder PINIKEHL D4 Kps. und LUFFASAN D4 Tbl. für die Atemorgane.

Beschreibung der Mucor-abhängigen Angst

Während die tuberkulinische Angst und ihre Beschwerden mehr die „nackte“ Angst darstellen, sind die Beschwerden der Mucor abhängigen Angst mehr „herzlicher“ Natur. Das ist die Angst um den kranken Partner, um das geliebte Kind und seine Sorgen mit dem Partner, die Angst um das Fortkommen usw. Das sind aber auch die Zukunfts-

ängste der Kinder. Diese Formen der Angst werden meistens von Personen durchlebt, die mehr dem Figurenbild des Mucor racemosus entsprechen (bei den Erwachsenen mehr pyknischer Typ). Diese Menschen leiden an Herz-Kreislauf Beschwerden, an Herzflattern oder an Rhythmusstörungen und haben einen deutlichen stärkeren Gefühlsbezug. Das sind die Personen, die ihre Angst sehr oft über den Verdauungstrakt lösen, besonders Kleinkinder mit Verstopfung. Hier gibt es ein wirklich gutes Mittel: **MUCEDOKEHL**.

Allerdings sollte man in der ersten Woche dreimal 10 Tropfen verordnen und dann auf 2 x 10 reduzieren. Bei Klein- und Schulkinder bis zum 8. Lebensjahr 3 x 5 bzw. 2 x 5 tgl., ältere Kinder und Jugendliche gleicht man an die Dosis der Erwachsenen an.

Ein entsprechender Rezeptvorschlag schaut für die erste Woche bzw. für die Fortsetzung folgendermaßen aus:

1) Milieu: ALKALA T 2 x 1/2 Tbl. tgl. über 20 Tage sowie SANUVIS 2 x 20 Tr. tgl.; alles in warmem Wasser und für 4-6 Wochen geben.

2) Zugleich beginnt man mit QUENTAKEHL D5 Tr. 2 x 10 tgl. über eine Woche und wechselt dann auf

3) MUCEDOKEHL D5 Tr. 2 x 10 tgl. (morgens und mittags) und NIGERSAN D5 Tr. 1 x 10 abends; nach 1 Woche wechselt man auf MUCEDOKEHL D5 Tr. morgens und abends je 1 x 10 und NIGERSAN D5 abends zusätzlich; dies für 4 - 6 Wochen.

Bei länger dauernder Therapie ist es zweckmäßig, am Wochenende MUCEDOKEHL / NIGERSAN durch das QUENTAKEHL auszutauschen.

4) Den Punkt 4 beginnen Sie gleichzeitig mit dem Punkt 3 und verwenden auch PINIKEHL D5 Tropfen 2 x 10 tgl. und ASPERGILLUS oryzae (SANORYZAE) D6 Tr. 2 x 5 tgl.



Organe der Mucor-Cyclogenie	Beschwerden
Herz-Kreislauf	Herzrasen, Weinerlichkeit, Herzdrücken Herzbeklemmung

Man kann natürlich die Isotherapie ohne weiteres mit Valeriana oder einem anderen Homöopathikum kombinieren. Wichtig ist in jedem Fall ein persönliches Gespräch, wenn möglich alleine, auch mit Schulkindern und Halbwüchsigen. Bei Kindern

immer die Frage: Wen stört das Angstverhalten? Dann erkennt man das Spielchen des Kindes mit dem Elternteil, sich die „Liebe der Eltern“ zu erhalten. Das gilt zum Teil auch mit den Großeltern, die Aufmerksamkeit bei ihren Kindern erwarten.

Wie die Erfahrung zeigt, ist das Feld der Ängste ein sehr ergiebiger Therapiebereich und wirklich geeignet für eine gute naturheilkundliche Isotherapie. □

Anschrift des Autors:

Dr. med. Konrad Werthmann
Seminartätigkeit
St. Julienstr. 2/P
A-5020 Salzburg