



„Der richtige Riecher“

Zusammenhänge zwischen Nasen-Nebenhöhlenerkrankungen und Verdauungsorganen

von Dr. Kirk R. Slagel

Entwicklung der NNH

Die Gesichtsknochen bilden eine einzigartige Gruppe von Höhlen, die Nasen-Nebenhöhlen (NNH). Diese Höhlen befinden sich im Oberkieferknochen (Maxilla), Stirnbein (Os frontale), Keilbein (Os sphenoidale) und Siebbein (Os ethmoidale). Sie bilden Lufträume zur Gewichtsverminderung des Schädels, dienen der Anfeuchtung der Atemluft, zur besseren Intonation unserer individuellen Stimme und zur Erleichterung der Ausleitung irritierender Fremdkörper entlang der sensiblen Nasenschleimhaut.

Die Nasennebenhöhlen werden im 2. bis 4. Schwangerschaftsmonat angelegt. Die eigentliche Bildung und Auskleidung mit Nasenepithel vollzieht sich nach der Geburt. Um das 6. Lebensjahr setzt ein stärkeres Wachstum ein, während die endgültige Ausdehnung erst nach der Pubertät erreicht wird. Die Ausbildung der Nasennebenhöhlen schwankt individuell sehr stark und kann auch beim einzelnen Menschen von einer Seite zur anderen stark differieren.

Obwohl z. B. die Kieferhöhle und die Siebbeinzellen bereits bei der Geburt angelegt sind, entwickeln sie sich zu ihrer vollen Größe erst bis zum zwanzigsten Lebensjahr. Das Wachstum der Siebbeinzellen dauert solange an, wie der Patient wächst. Sie weiten sich generell über der Orbita des Auges aus und bilden dort die über den Augenbrauen liegenden Stirnhöhlen. Diese

bilaterale Entwicklung ist nicht immer komplett. Es gibt viele Personen, die nur eine einzelne, einseitig angelegte Stirnhöhle haben. Ein kleiner Prozentsatz der Menschen entwickelt gar keine Stirnhöhlen.

Aufgabe der NNH

Diese zusätzlichen inneren Luftwege, die an jeder Seite der Nase und im Frontbereich angelegt sind, kommen mit jedem Atemzug, also rund 20.000mal am Tag, mit Luft in Berührung. Die Schleimhäute des Respirationstraktes bestehen aus Flimmerepithel mit eingelagerten, schleimproduzierenden Becherzellen. Die Bewegung der Zilien ähnelt einem im Meer wogenden Seegras. Auf diesem Wege wird der Schleim mit den darin enthaltenen Fremdkörperchen in Richtung Nasenloch und in den hinteren Nasopharynx befördert, wo er entweder abfließt oder verschluckt wird.

Erkrankungen der NNH

Die Belüftung und Drainage der Nasennebenhöhlen (NNH) erfolgt über eine Öffnung in den Schleimhäuten. Sobald diese Öffnungen durch Irritationen, Stauungen oder Entzündungen verstopft sind, wird der Schleimfluss gestoppt und es resultiert daraus Druck in den Nasennebenhöhlen. Der Mensch leidet nun an dem, was gewöhnlich als **Sinusitis** bezeichnet wird. Oft hat diese Verstopfung eine virale, bakterielle oder pilzige Genese. Neuere Studien haben sogar ge-

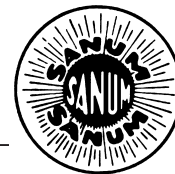
zeigt, dass viele aktuelle NNH-Entzündungen durch Pilzbesiedlung verursacht sind. Indessen kann die Sinusitis auch durch eine Allergie auf körperfremde Substanzen hervorgerufen werden, die direkt durch die Nasenöffnungen inhaled wurden, oder als sekundäre Reaktion auf den Genuss unverträglicher Speisen und Getränke aufgrund eines geschwächten Verdauungstraktes. Die Schleimhauterkrankungen des Magen-Darm-Kanals sowie der NNH weisen einen engen Bezug zueinander auf.

Zusammenhang NNH und Darm

Wenn man bedenkt, dass sich die Schleimhaut des Verdauungstraktes embryonal als erste entwickelt, so sind alle anderen Schleimhautbildungen außerhalb des Verdauungstraktes sekundärer Natur.

Bei Beachtung diesen Zusammenhanges stellt man fest, dass viele Patienten mit Problemen der NNH, des Respirationstraktes oder der Vagina an einer Form enteraler Dysbiosen leiden.

Diese Reihenfolge der embryonalen Entwicklung ist insofern relevant, weil der Darmtrakt Sitz des wichtigen Immunnetzwerks ist. Etwa sechzig bis siebenzig Prozent des lymphatischen Gewebes findet man im gewundenen Labyrinth des Jejunums und des anschließenden Ileums. Über die Nahrungsaufnahme und die Atmung besteht seit der Geburt eine innige Verbindung zwischen innerer und außerkörperlicher Welt des Individuums. Zu-



sätzlich finden unzählige lebende und nicht lebende Objekte ihren Weg zu dem immer aufnahmebereiten Mund des Säuglings. Das herausragende sekretorische Immunglobulin A, IgA, das von allen Schleimhäuten gegen äußere fremde Substanzen gebildet wird, stellt die erste Abwehrlinie des Körpers dar. Mit dem Eindringen der Fremdstoffe in die Schleimhautzone beginnt eine Kaskade der Markierung und Prozessierung der Antigene, die schließlich zur Bildung von Memoryzellen führt. Dieser Vorgang läuft bei jedem Menschen lebenslang zum Schutz gegen bestimmte externe Substanzen ab.

Das autonome Nervensystem, der beruhigende Parasympathikus (Vagus) und der reaktive Sympathikus halten die schwierige Balance zwischen Stress und Verdauung. Der Verdauungsprozess ist von höchster Wichtigkeit bezüglich der Gesundheit und des guten Funktionierens des Immunsystems. Die Verdauung wird am besten auf parasympatische Art unterstützt durch eine ausgeglichene, beruhigende und friedvolle Umgebung, egal ob man Vegetarier, Veganer oder Fleischesser ist.

In Abhängigkeit von der persönlichen Lebenseinstellung variieren sicherlich die Quantitäten der Nahrungsanteile, aber man sollte quer durch das Nahrungsangebot eine unverfälschte Mischung von gesundem Obst, Gemüse, Körnern, Nüssen, Samen und Fleischsorten essen. Um eine optimale Zusammenarbeit zwischen der mechanischen Zerkleinerung der Speisen und der Produktion von Verdauungsenzymen zu erreichen, müssen die Speisen in Ruhe sehr gut gekaut werden.

Kurzum, die gesunde Funktion der Verdauungsorgane sowie die Produktion von Verdauungssäften und Enzymen hängt von einer über-

wiegend parasympathikotonen Stoffwechsellage ab. Leider stehen die meisten Menschen jedoch dauernd unter starker Anspannung und Stress. Die Folgen für den Verdauungsvorgang sind ungenügend mechanisch zerkleinerte und enzymatisch aufgeschlossene Nahrungsbestandteile, welche in Fäulnis und Gärung übergehen oder ranzig werden. Diese Vorgänge irritieren die intestinale Schleimhaut erheblich, so dass sie ihrer Schutzfunktion nicht nachkommen kann und übergroße Fremdmoleküle die Darmwand passieren können. Dadurch wird das Immunsystem aktiviert. Die in den Schleimhäuten des Körpers einschließlich der Nasen-Nebenhöhlen liegenden Histamine, welche durch Degranulation der Mastzellen entstehen, werden freigesetzt, und die Immunkaskade beginnt.

Mit der Zeit wird der Körper gegen die verschiedenen Substanzen sensibilisiert. Sobald der Magen-Darmtrakt konstant mit Fremdstoffen überflutet wird, tritt eine Irritation und Entzündung des gesamten Immunsystems ein, das dann gegen große Moleküle, egal ob sie gegessen oder inhaliert werden, sensibilisiert ist. Die aufgestauten Trümmer einer ineffizienten Spaltung und Elimination der Nahrungsbestandteile und metabolischen Produkte werden im Körper abgelagert. Die NNH und das Atemsystem, die gleichfalls verantwortlich sind für die Entsorgung von Abfall, reagieren auch auf Histamin und die Anhäufung von Substanzen, die üblicherweise keine Reaktion verursachen. Der Körper muss sich von den krankmachenden abgelagerten Stoffen entlasten, und der Weg führt u.a. über die NNH mittels einer reaktiven eliminierenden Immunkaskade.

Man kann darin die immense Bedeutung der engen Beziehung zwischen Essen, Stress und Gesundheit erkennen. Deshalb ist es

wichtig, nicht nur den Nährstoffgehalt unserer Lebensmittel zu berücksichtigen, sondern auch deren Bedeutung für die Gesundheit des Immunsystems.

Symptomatik der Sinusitis

Sobald diese NNH-Reaktion eintritt, klagt der Patient möglicherweise über zusätzliche Symptome wie Kopfweh, Schmerzen und/oder Druck über den Wangen, in den Augen und über der Stirn. Als Folge der hinteren nasalen Drainage kann der Hals irritiert sein. Entsprechend der Veränderung des Nebenhöhleninhaltes von Luft zu Schleim wechselt die Stimme in der Stärke und im Tonfall. Niesen und eine „laufende“ Nase sind bezeichnend.

Allgemeine Therapiemöglichkeiten

Die medizinische Behandlung bei solchen Zuständen variiert stark und ist bisweilen auch verblüffend. Der Einsatz freiverkäuflicher bzw. rezeptpflichtiger Antihistaminika oder abschwellender Medikamente lindert meist nur die Beschwerden; aber üblicherweise treten die Symptome nach kurzer Zeit, etwa nach Tagen oder einigen Wochen, wieder auf. Einzelne Menschen scheinen sogar diese Medikationen zu verlängern, ähnlich einer täglichen Vitamineinnahme. Als Gesellschaft sind wir sogar soweit gegangen, den Beginn der „Allergie-Saison“ anzukündigen, was wir dann assoziieren mit Sinusitis, Schnupfen usw.

Der Eliminationsprozess der Nasen-Nebenhöhlen beginnt mit der Verdauung. Wenn unsere Therapie hier ansetzt, kann die Sinusitis ursächlich und erfolgreich geheilt werden. Während der Erkrankung ist es ratsam, möglichst keine oder nur wenig Eiweiß, Kohlenhydrate und Zucker, z. B. Fleisch, Körner und Früchte zu essen. Gedünstetes



Gemüse und Gemüsesäfte sind dagegen immer zu empfehlen. Grundsätzlich gilt, die Ausscheidung zu optimieren.

Abhängig vom Zustand der Sinusitis empfehlen einige Autoren für eine bestimmte Zeit eine Fastenkur, aber sie weisen gleichzeitig darauf hin, dass die Fastenkur nur unter medizinischer Anleitung stattfinden sollte. Allerdings hat das Weglassen einiger Mahlzeiten während der Erkrankungen bei ausreichender Trinkmenge keine negativen Konsequenzen.

Empfehlung für den Patienten:

- Trinken Sie reichliche Mengen Flüssigkeiten, ein guter Leitwert ist ungefähr 30 ml pro Kilogramm Körpergewicht, bzw. mehr bei körperlichen Aktivitäten oder einem Milieu, das austrocknend wirkt. Prüfen Sie den pH-Wert Ihres Urins mit einem einfachen pH-Papier.
- Essen Sie Speisen, die den Urin-pH-Wert ändern in Richtung 6,8-7,2. Falls er allerdings zu basisch ist, essen Sie säurebildende Speisen und umgekehrt. Rasten und ruhen Sie so oft als möglich, besonders gehen Sie früher als 10 Uhr abends zu Bett. Es wird gesagt, dass jede Stunde vor Mitternacht wie zwei Stunden nach Mitternacht zählt.

Zusätzliche Therapien mögen von besonderem Interesse sein, da sie direkt an der betroffenen Stelle ansetzen. Ein altes, über Jahre erprobtes Verfahren ist der Gebrauch des **Neti Pot**, eines Gerätes für die physikalische Spülung der NNH. Es handelt sich dabei um einen kleinen Keramiktopf mit einem engen Auslass. Man füllt das Gefäß lediglich mit reinem, warmen Wasser, oftmals versehen mit einer Prise Seesalz, und indem man den Kopf nach hinten und zur Seite neigt, führt man

die Lösung über ein Nasenloch zu. Das Wasser sollte über das andere Nasenloch ablaufen. Sind Infektionen vorhanden, kann man der Lösung kleine Mengen antibakterieller Kräuter zusetzen, oder man macht einen Tee, bevor man den Pot benützt. (Allerdings immer darauf achten, dass der Tee ausreichend abgekühlt ist.)

Andere Therapien können integriert werden: NNH-Packungen mit warmen Tüchern; Dampfinhalationen mit einem Tropfen ätherischer Öle, wie Pfefferminzöl, um die Abschwellung zu unterstützen, oder Thymian bzw. Rosmarin gegen die Mikroben. Physiotherapeutische Behandlungen im Bereich des Nackens können sehr helfen. Die Einnahme orthomolekularer Substanzen wie Vitamin C und A, Zink und anderer Nahrungsergänzungsmittel unterstützt die Immunfunktionen und ganz allgemein den Metabolismus. Diathermie, Homöopathie und Akupunktur können ebenfalls sehr heilsam sein.

Kausale Therapieansätze

Schließlich gibt es auch alternative Möglichkeiten für diejenigen, die auf diesem Gebiet etwas ursächlicher arbeiten wollen.

Man kann die Sinusitis als einen lokalen krankhaften Befund ansehen mit ursächlicher Störung des Körpermilieus.

Auf zellulärer Ebene können ganz allgemein die Schleimhäute, so auch die der NNH, unfähig sein zur Ausleitung. Damit liefern sie den Mikroben einen günstigen Nährboden zu deren Wachstum. Das wäre dann die momentane Verbindung zu einer viralen, bakteriellen oder pilzigen NNH-Entzündung.

Das Ziel der Therapie muss es also sein, die äußeren negativen Einflüsse möglichst zu eliminieren und

die Ausscheidung zu fördern. Gemeinsam mit den anderen genannten unterstützenden Maßnahmen erhält der Erkrankte so die Möglichkeit, sich selbst zu reinigen und zu helfen. Das Ziel ist eine Veränderung und Wiederherstellung des richtigen funktionellen Milieus, welches die Salutogenese unterstützt.

Dieses ursächlichere therapeutische Vorgehen basiert auf dem Gebrauch von Medikamenten der Firmen SANUM und Heel. Das gesamte Körpermilieu muss unter Berücksichtigung der Nahrung und/oder äußerer Gifte verändert werden. Viele Mikroorganismen entwickeln ihr eigenes Milieu, um ihre individuellen Lebensbedingungen zu verbessern. Aus diesem Grunde benötigt der Patient daher oftmals therapeutische Unterstützung, um sein Körpermilieu zu ändern. Der pH-Wert ist ein Anzeiger für solche Entgleisungen. Mit Hilfe unterstützender Arzneimittel lässt sich die Rückkehr zu einem normalen gesunden Wert verfolgen. Innerhalb der Medikamentenreihe von SANUM gibt es vier pH-verändernde Mittel: ALKALA sowie die Potenzakkorde von CITROKEHL, SANUVIS und FORMASAN. (Potenzakkorde sind eine Kombination unterschiedlicher homöopathischer Potenzen ein und derselben Substanz in einem Arzneimittel.)

Diese Modulatoren sind in der Lage, die Umkehr des pH-Wertes zu bewirken. Das ist entscheidend, um die Schadstoffe auszuleiten, die mit der Sinusitis vergesellschaftet sind.

Die tägliche Einnahme von ALKALA hilft bei der Alkalisierung der Körperflüssigkeiten. Wenn der Patient einen sauren Urin-pH hat, wirkt ALKALA, in warmem Wasser z.B. nüchtern oder zwischen den Mahl-



zeiten eingenommen, bestens, der pH-Wert des Urins verändert sich.

CITROKEHL (Zitronensäure) wirkt ausgezeichnet auf dem zellulären Sektor zur Unterstützung des Zitronensäurezyklus. Diese Stimulation bewirkt über die verbesserte Zellfunktion eine vermehrte Ausfuhr von Abfall. Die Zitronensäure ist auch ein unterstützender pH-Modulator, wenn man die Neigung des Körpers zu Erkrankungen, die mit der Aspergillus niger-Zyklode zusammenhängen, mit NIGERSAN behandelt. Das schließt tuberkulöse und paratuberkulöse Krankheiten mit ein.

SANUVIS ist ein Potenzakkord der L(+)-Milchsäure. Bei Stauungen im Körper wird die Zellfunktion gebremst. Hierbei stört der stoffwechselbedingte Abfall zunehmend die allgemeine innere Regulation. SANUVIS unterstützt die Giftausfuhr, indem die Ausleitung der linksdrehenden Milchsäure angeregt wird. Es ist eine Hilfe für die gesamte Zirkulation. Wenn irgendwo eine Stauung im Körper auftritt, ist der Mucor racemosus an dieser zirkulatorischen Beeinträchtigung beteiligt. Er hat die Tendenz, linksdrehende Milchsäure zu produzieren und dadurch die Zellfunktion zu reduzieren. Das therapeutische Mittel der Wahl ist MUCOKEHL.

FORMASAN ist ein Potenzakkord der Ameisensäure. Zu ihren Anwendungsgebieten gehören unter anderem Asthma und Bronchitis. Sie reguliert das körperliche Milieu bei Belastungen durch Viren, Bakterien und Pilze. FORMASAN unterstützt die Mittel NOTAKEHL, QUENTAKEHL und FORTAKEHL. Letzteres ist ein gutes Medikament für die Wiederherstellung des Bakterienrasens der Darmschleimhaut.

Das darmassoziierte lymphatische Gewebe ist ein Schlüsselement

des Immunsystems. Es kann mit dem Präparat REBAS unterstützt werden, das aus einem Extrakt der Peyer'schen Plaques hergestellt wird.

Um die Sinusitisfälle neben der allgemeinen Milieutherapie erfolgreich zu behandeln, muss das passende isopathisch-homöopathische Präparat von SANUM eingesetzt werden. Bei einer Sinusitis mit Verdacht auf Candida-Besiedlung empfiehlt es sich, PEFRAKEHL (Candida parapsilosis) zu nehmen, wobei man die Tropfen über die Nasenlöcher appliziert. Man hält den Kopf in Supinationsstellung und tropft täglich 3-5 Tropfen in jedes Nasenloch.

NOTAKEHL ist angezeigt bei einer Sinusitis bakterieller Ursache. NOTAKEHL kann einzeln oder in Kombination mit PEFRAKEHL eingesetzt werden. 1 ml PEFRAKEHL, 1 ml NOTAKEHL und 1 bis 2 ml Procain können gemeinsam in eine Spritze aufgezogen und nach Entfernung der Nadel auf beide Nasenlöcher gleichmäßig verteilt werden.

Mit dem Immunmodulator RECARCIN lassen sich sowohl lokale als auch systemische Immunveränderungen bewirken. Man bringt 2mal pro Woche 3-5 Tropfen in jedes Nasenloch ein.

Nasenlavage

Die NNH können auch direkt mit verschiedenen Arzneikombinationen behandelt werden, die Dr. Rau bzw. Dr. Werthmann entwickelt haben.

Dr. Rau mischt die SANUM-Präparate NOTAKEHL, RUBERKEHL und FORMASAN und kombiniert sie mit den Präparaten Traumeel und Mucosa compositum der Firma Heel.

Dr. Werthmann verwendet von SANUM die Medikamente NOTAKEHL

und FORMASAN, ergänzt Mucosa compositum, Mucosa Injeel und Psorinoheel sowie bei Bedarf Traumeel der Firma Heel (s. „Ratgeber für Allergiker und chronisch Kranke“ von Dr. K. Werthmann, und SP 52 „Nasenspülung-Nasenlavage“ von Dr. Kracke) und fügt physiologische Kochsalzlösung zu.

Generell wird für diese Therapie eine Ampulle von jedem Medikament in eine Spritze aufgezogen. Der Patient liegt auf dem Rücken mit stark nach rückwärts geneigtem Kopf. Dann wird die entstandene Mischung mit Hilfe der Spritze (ohne Nadel) je zur Hälfte in die Nasenlöcher langsam eingetrofft. Wichtig ist, dass die Lösung entlang des nasal Septums der behandelten Seite läuft. Der Kopf wird vorsichtig von einer Seite zur anderen gewiegt (geschaukelt), damit die Flüssigkeit sich in den NNH ausbreiten kann. Nur dadurch gelangt die Lösung wirklich in die verwinkelten Zugänge der Nebenhöhlen, können die Medikamente die Sekrete lösen und gleichzeitig die Regeneration der Schleimhäute unterstützen. Der ganze Vorgang benötigt 5-10 Minuten. Diese Behandlung lässt sich auch zu Hause entweder durch den Patienten selbst oder mit Hilfe einer weiteren Person leicht durchführen. Alternativ kann der Patient die Flüssigkeit selbst langsam hochschnupfen, damit die Medikamente tief in die Höhlen gelangen.

Wenn man eine Nasenlavage wie beschrieben durchführt, hat man eine wirkungsvolle Ergänzung zu den speziellen Therapieformen.

Beim Einsatz der Medikamente von SANUM und Heel ergibt sich durch ihre spezifische Wirkungsweise - in Verbindung mit einer Unterstützung des ganzen Körpers - eine größere Chance für eine erfolgreiche Behandlung der NNH-Entzündungen.



Man kann eine solche Medikation auch mit Procain (1-2 ml) mischen, um von den zusätzlichen Vorteilen der Procain-Therapie zu profitieren.

Eine chronische Sinusitis ist oft nur das Symptom einer anderen Dysbalance innerhalb des Körpers. Es ist daher für den Therapeuten empfehlenswert, eine Störung der NNH kritisch zu betrachten und zu

klären, ob es sich um ein lokales oder systemisches Problem handelt. Es bestehen große Zusammenhänge zwischen der Ernährung und vielen Erkrankungen. Um den kausalen Grund der NNH-Erkrankung zu ermitteln, benötigt man Zeit und Ausdauer, jedoch wiegt die endgültige Befreiung von dieser lästigen Störung den Aufwand leicht auf. □

Anschrift des Autors:

Dr. Kirk R. Slagel
Pleomorphic Product Sales
5170 W. Phelps Road
Glendale, AZ 85306
USA
E-Mail: drslagel@earthlink.net