



Immer der Nase nach

Funktionen und Erkrankungen der Nase mit tiefgreifenden Folgen für den gesamten Körper

von HP Dr. med. vet. Anita Kracke

Einführung

Die Nase wird auch „Gesichtserker“ genannt, weil sie aus dem Gesicht herausragt. Sie ist damit prägend für das Aussehen des Menschen und gibt gleichzeitig Hinweise auf ihre Bedeutung. Die Nase besteht aus knöchernen und knorpeligen Anteilen. Umgangssprachlich findet man viele Ausdrücke und Sprüche, die sich auf die Nase beziehen: Himmelfahrtsnase, Säufernase, Triefnase, Rotznase, Pappnase, hochnäsiger, naseweis usw. Man unterscheidet die äußere und innere Nase und die angegliederten Nasennebenhöhlen. Am äußeren Erscheinungsbild der Nase kann man bereits körperliche Veränderungen ablesen, z.B. Hinweise auf die Schilddrüse bei Akromegalie. Die zitternden Nasenflügel oder die geblähten „Nüstern“ geben Hinweise auf seelische Zustände bzw. das sogenannte „Nasenflügeln“ auf schwere Lungenerkrankungen.

Aufgaben der Nase

Die Nase reinigt und erwärmt die eingeatmete Luft, ca. 20.000 Liter täglich. Zusätzlich wird die Luft hier befeuchtet. Die Nase selbst und die Nasennebenhöhlen dienen als Resonanzboden für die Stimme. Außerdem beherbergt die Nase auch das Riechorgan, das unter anderem der Orientierung und Warnung des Besitzers dient. Interessant sind sowohl die Gefäß- als auch die Nervenversorgung im Bereich der Nase.

Die äußere Nase wird von der *A. nasalis lateralis* und *A. dorsalis nasi* versorgt, wohingegen die innere Nase aus den *Aa. ethmoidales* und

der *A. sphenopalatina* gespeist wird. Die inneren Gefäße weisen sehr starke Verästelungen auf, damit die betreffende Schleimhaut den Nasenaufgaben gerecht werden kann. An sensiblen Nerven findet man in der Nase den *N. trigeminus*, *N. ophthalmicus* und den *N. maxillaris*. Die sensorischen Nerven werden durch den *N. olfactorius* und die *Fila olfactoria* gebildet.

Die Schleimhaut

Entsprechend den verschiedenen Aufgaben kann man die Schleimhaut der Nase einteilen in den respiratorischen und den olfaktorischen Anteil mit einem speziellen Riechepithel. Die Submukosa ist gekennzeichnet durch einen hohen Gefäßanteil. Besonders die Venen bilden einen Schwellkörper zur Regulierung des Atemstromes, der Erwärmung und Befeuchtung der Atemluft. Aufgrund dieser starken Durchblutung kann es bei Verletzungen und starken Erschütterungen, bei Bluthochdruck oder bestimmten Krankheiten (Osler'sche Krankheit) zu starken Blutungen kommen.

Die SANUM-Therapie bei Nasenbluten wird in Abb. 1 dargestellt. CALVAKEHL® aus dem Riesenbovist gewonnen, wird bei klumpigem, dicken Blut bei Nasen- und Gebärmutterblutungen eingesetzt, während USTILAKEHL®, aus Maisbrand hergestellt, bei hellroten Blutungen verordnet wird.

Mukosa und Immunsystem

Die Nasenschleimhaut ist ein Abkömmling des Entoderms. Das bedeutet, dass eine direkte Verbindung zum Darm und zum gesamten

SANUM-Therapie bei Nasenbluten

Eisbeutel in den Nacken legen bei zurückgelegtem Kopf

CALVAKEHL® dunkelrotes, klumpiges Blut

- CALVAKEHL® D3 Tr. 1-3x 5-10 tgl. oder
- CALVAKEHL® D4 Tbl. 1-3x 1 tgl. lutschen oder

USTILAKEHL® (hellrote Blutungen)

- USTILAKEHL® D5 Tr. 1x 8 tgl.
- USTILAKEHL® D5 Supp. 1x 1 abends

Abb. 1: SANUM-Therapie bei Nasenbluten

Immunsystem über das MALT (Mucosa Associated Lymphoid Tissue, schleimhaut-assoziiertes lymphatisches Gewebe) besteht. Wenn also dieses System gereizt wird und mit Entzündungen reagiert, können die örtlichen Prozesse an der Nasenschleimhaut ablaufen. Das kann geschehen in Form von Polypenbildungen, Entzündungen der Nase und Nasennebenhöhlen und allergischen Reaktionen.

Deshalb sollte man bei diesen Erkrankungen immer den Darm sanieren, weil die alleinige symptomatische Behandlung der Rhinitis oder Sinusitis auf Dauer keinen Erfolg bringt.

Das entsprechende SANUM-Schema der Therapie von Sinusitiden entspricht daher dem Protokoll zur Darmsanierung und ist in Abb. 2 dargestellt.



SANUM-Therapie

Sinusitiden/Darmsanierung

- ALKALA® N Messlöffel 2x 1 tgl.;
• nach 14 Tagen ALKALA® S Teelöffel 2x 1 tgl.;
• morgens SANUVIS® Tbl. 2x 1 tgl.,
• abends CITROKEHL® Tbl. 1x 1 tgl.,
• FORMASAN® Tr. 2x 5 tgl.;
• abklären: Störfelder, Schwermetalle, Stress etc.;
• Regulierung des Mineralhaushaltes,
• Diät nach Dr. Werthmann
- morgens FORTAKEHL® D5 Tr.,
• abends PEFRAKEHL® D5 Tr. je 1x 2-8 tgl.;
- Montag - Freitag: SANKOMBI® D5 Tr. 2x 2-8 Tr. oral und/oder eingegeben;
• Samstag - Sonntag: wie unter Pkt. 2,
- Immunmodulation: UTILIN® „H“ D6 Tr. 1x 2-6 tgl., SANUKEHL® Coli oder Myc D6 Tr. 1x 4 einreiben,
• zusätzlich: TARAXAN SANUM® D3 Inj.;
- Tee aus Absinthium, Taraxacum, Calendula, Millefolium einzeln/oder Mix;
- Taraxacum Urtinktur (Fa. Ceres) Tr. 2x 3 tgl.
- Schüssler Salze: Nr. 3, 5, 7

Abb. 2: SANUM-Therapie Sinusitiden/Darmsanierung

Die Atmung

Beim Atem spricht man auch vom Odem des Lebens; andererseits haucht man am Ende des Lebens den Odem aus. Atmung ist ein unwillkürlich/willkürlicher Akt, der einer Rhythmik unterliegt, mit der man auch den Sympathikus und damit die Herzrhythmik beeinflussen kann. Die Atmung ermöglicht, aufgrund der starken Gefäßversorgung in der Nasenschleimhaut, die sofortige Aufnahme von Sauerstoff, Informationen, volatilen und fluiden Stoffen als Gase, sowie wasserlöslicher oder vernebelter Substanzen.

Stellung der Nase in der TCM

Die Nase wird dem Funktionskreis Niere/Blase zugerechnet. Es bestehen unter anderem Beziehungen zwischen dem *Sinus frontalis*, den Schneidezähnen und der Epiphyse zu diesem Meridian. Die Niere steht für die Speicherung der Lebensessenz, hat Bezug zum Wasser und zur Kälte. Ihr werden die Eigenschaften Bewahren, Vertrauen, Ich-Durchsetzung, Geradlinigkeit, Angst aber auch Bewältigung zugeordnet.

Praxisfall

Mir wurde ein etwas lustloses Alpaka vorgestellt mit starkem Haarausfall auf dem Nasenrücken und im Bereich der Beugeseite der Hinterbeine. Ich vermutete im Hinblick auf den Meridianverlauf eine Nierenschwäche und verordnete NIGERSAN® D5 Tropfen und CITROKEHL®. Innerhalb eines Vierteljahres erholte sich das Tier und die Behaarung an den genannten Stellen - besonders augenfällig im Bereich der Nase - wurde wieder normal.

Reflexzonen der Nase

Im Zusammenhang mit der Haut können bestimmte Areale inneren Organen zugeordnet werden. Im Bereich der inneren Nase gibt es ebensolche Zonen, die man gewissen Organen zurechnet. Bekannt ist die Nasenreflexzonen-Therapie nach Krack. In vereinfachter Form hat Dr. Grüger, da das Original-Öl nach Krack nicht mehr erhältlich ist, alle zwei Tage eine Einreibung mit je 2 Tropfen MUCOKEHL® D5, NIGERSAN® D5, SANKOMBI® D5 und RECARCIN® D6 Tr. empfohlen (1). Die Tropfen werden nacheinander einmassiert. Wenn es technisch nicht möglich ist, eine innere Einreibung vorzunehmen, können die Tropfen auch äußerlich im Bereich der Nasenflügel appliziert werden. Kornelia Gerlach-Meyer beschreibt die einzelnen Reflexzonen und lässt sich für die Therapie eine besondere Ölmischung vom Apotheker herstellen (2).

Zitronenöl	11,5 g
Eukalyptusöl	11,0 g
Kampher	3,5 g
Minzöl	3,0 g
Melissenöl	0,5 g
Anisöl	0,3 g
Rosmarinöl	0,3 g
Salbeiöl	0,3 g
Neutralöl	69,6 g

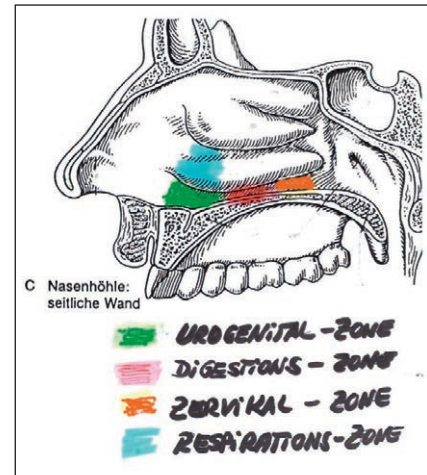


Bild: Nasenreflexzonen (2)

Geruchssinn

Die Nase beherbergt auch den Geruchssinn, welcher ein chemischer Sinn ist. Es handelt sich dabei um unser ältestes Sinnesorgan zur Fernwahrnehmung und Analyse chemischer Reize über sogenannte Chemosensoren, Rezeptoren. Je nach Lebensmedium haben Individuen Wasser- oder Landrezeptoren, Frösche haben beides (3). Bereits in der 28. Schwangerschaftswoche funktionieren die Nervenbahnen für das Riechen und Schmecken, wobei das Schmecken eigentlich eine Riechfunktion ist, retronasales Riechen. Ohne die Geruchswahrnehmung schmecken wir nichts. Das Fruchtwasser und alle Gewebe der Mutter enthalten die unterschiedlichsten Aromen in Abhängigkeit von den Speisen und Düften, Hormonen und bakteriellen Fermentationen, die im Mutterleib kursieren. Dort kommt es bereits zur pränatalen Prägung und epigenetischen Verschaltungen. Benoit Schaal (europäisches Zentrum für Geschmackswissenschaften) drückt



das so aus: „Fruchtwasser ist wie eine Suppe voller Aromen und Geschmäcker...“. Die Geruchswahrnehmung geschieht über drei Wege:

- Riechschleimhaut mit Verbindung zum Riechhirn für „blumige“ Düfte
- Nervus trigeminus bei Gefahrgerüchen: brennlich, scharf, verbrannt
- Nasovomerales Organ = Jacobsonsches Organ zur Pheromonwahrnehmung

Bedeutung des Riechens

Der Geruchssinn ist ein ganz besonderer, wichtiger Sinn, der dem Individuum zur Orientierung dient. Das beginnt bereits sofort nach der Geburt. Mütter und Kinder erkennen sich gegenseitig am Geruch. Das ist wichtig für das Überleben in freier Wildbahn. Der Säugling findet seine Nahrung, Mutterbrust bzw. den bergenden Beutel, auch nur über seinen Geruchssinn. Im Tierreich riechen männliche Partner, wenn das Neugeborene nicht von ihnen gezeugt wurde und töten das Tierkind. Die eigene Nachzucht jedoch wird ebenfalls am Geruch erkannt und toleriert. Weiterhin finden die meisten Lebewesen ihre Nahrung über den Geruchssinn, sie riechen sozusagen den Braten und meiden Unzuträgliches.

Das Riechen dient ferner der Erkennung von Gefahren. Dabei kann es sich um nahende Naturkatastrophen, z.B. Waldbrände, oder um die Bedrohung durch Menschen und Tiere handeln. Das funktioniert jedoch nicht nur im Tierreich sondern auch unter Pflanzen. Wenn eine Pflanze von Fraßfeinden befallen wird, kann sie in bestimmten Fällen Gerüche verströmen, die andere Pflanzen warnen und zur Produktion von abschreckenden sekundären Pflanzenstoffen anregen. Es werden aber auch Lockstoffe gebildet, welche die natürlichen Gegenspieler der Fraßfeinde herbeirufen. Schließlich spielt der Geruchssinn eine ganz wichtige Rolle für das

Überleben einer Art, weil durch ihn eine Partner-Suche und -Findung erst möglich wird. Auch kann dadurch der richtige Zeitpunkt für eine Begattung ermittelt werden. Gerüche helfen bei der Bindung von Paaren und bei der Brutpflege bei Mensch und Tier. Und schließlich: „Düfte sind Glücksboten und überraschen uns jeden Tag“ (4). Besonders die Verknüpfung von Düften und Gerüchen mit Emotionen macht ein Erinnern erst möglich. Das hängt unter anderem auch damit zusammen, dass vom Riechhirn eine direkte Verschaltung mit dem Hippocampus besteht, unserem Lernzentrum. Grundsätzlich gilt zudem noch für die Beurteilung eines Geruches die hedonische Beurteilung zwischen angenehm und unangenehm. Das wiederum ist stark vom Gefühl und den Emotionen des Empfängers abhängig (5). Was in manchen Kulturen als Gestank empfunden wird, ist für andere Kreise wohlriechend.

Riechschleimhaut

Dieser besondere Schleimhautbezirk im oberen Nasengang ist auf jeder Nasenseite nur so groß wie ein Ein-eurostück. Dieser Bereich muss immer schleimüberzogen und feucht sein, darf also nie trocken oder verschleimt sein. In dieser Mukosazone gibt es Stützzellen, die wahrscheinlich für die Ver- und Entsorgung in diesem Bereich zuständig sind, Basalzellen (adulte Stammzellen) und die eigentlichen Riechsinneszellen. Die Letzteren können durch Viren zerstört werden, dann verliert der Betroffene vorübergehend seinen Geruchssinn.

Aber die Riechzellen regenerieren sich in der Regel. Pro Minute wachsen von hier aus etwa 1.000 Nervenzellen durch das Siebbein zum Kontaktpunkt im Riechhirn. Das war für Forscher eine riesige Entdeckung, weil hier zum ersten Mal gesehen werden kann, dass es Stammzellen für nachwachsende Nervenzellen gibt. Aufgrund dieser

Erkenntnisse keimt die Hoffnung und es werden bereits Projekte mit Mäusen initiiert, um aus solchen Stammzellen auch Nervenzellen zu züchten für die Regeneration im Gehirn.

Riechzellen

Der Mensch hat ca. 15 Millionen Riechzellen pro Nasenseite. Diese Zellen bestehen aus einem ovalen Zellkörper, einem zentimeterlangen Fortsatz zur Verankerung im Gehirn und einem Dendriten, der sich in 20-30 kleine Zilien aufteilt, welche die Duftsensoren (-rezeptoren) enthalten und in den Nasenschleim hineinragen. Es kommt also zu einem direkten Kontakt zwischen Duftstoff und Rezeptor. Das Ganze funktioniert wie bei Hormonen nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip. Die Duftkomponenten werden in elektrische Signale umgesetzt und so weiterverarbeitet. Die Forscherin Linda Buck hat 1991 die unterschiedlichen Genfamilien für die Riechrezeptoren nach jahrzehntelanger Forschungsarbeit entdeckt und 2004 dafür den Nobelpreis erhalten. Für die Riechrezeptoren ist die größte Genfamilie im menschlichen Genom festgelegt. Das unterstreicht noch einmal die große Bedeutung, die das Riechen für Lebewesen hat. Beim Menschen ist allerdings (leider) die größte Zahl der Riechrezeptoren stillgelegt.

Jede Riechzelle trägt nur Rezeptoren einer Art. Die Nervenfasern gleicher Riechzellen enden in einem einzigen Glomerulum im Riechhirn. Diese Glomerula haben sog. Mitralzellen, welche die aufgenommenen Aktivierungsmuster der Düfte speichern. Über eine einzige Nervenbahn werden mittels Mitralzelle die elektrischen Impulse direkt ins Triebzentrum geleitet und gelangen ungefiltert bis zur Amygdala. Hierbei handelt es sich um eines der ältesten Gehirnnareale, welches alle Emotionen, Instinkte, Triebe speichert und zu unbewussten direkten Reaktionen führt.



Das bedeutet, der Geruchssinn hat eine direkte Verbindung zum limbischen System und nimmt dadurch wiederum Einfluss auf den Hormonhaushalt.

Riechrezeptoren

Die Ausstattung der Lebewesen mit Riechrezeptoren ist sehr unterschiedlich. Mäuse und Ratten haben ca. 1.200 Riechrezeptoren, das bedeutet, dass sie so viele unterschiedliche Gerüche wahrnehmen können. Sie werden daher unter anderem für die Suche nach Landminen eingesetzt. Hunde und Katzen besitzen etwa 800-900 verschiedene Riechrezeptoren. Die damit verbundenen Fähigkeiten werden z.B. jagdlich genutzt, aber neuerdings auch zum Aufspüren von Erkrankungen z.B. Rektum-Karzinom und Unterzuckerung bei Diabetes mellitus. Der Mensch besitzt nur 350 Riechrezeptoren.

Diese aktiven Rezeptoren können wie die einzelnen Buchstaben eines Alphabetes für unterschiedliche Duftkomponenten zusammengesetzt werden und ergeben dann „Duftworte“.

Duft und Emotionen

Jede Duftwahrnehmung wird mit Gefühlen hinterlegt. Daraus ergeben sich auch Vorlieben für Gerüche. Visuelle Eindrücke können viel plastischer gespeichert werden, wenn sie zusammen mit besonderen Düften wahrgenommen wurden. „Unser Gedächtnis kann fast alles wiedererstehen lassen, nur Gerüche nicht, obwohl die Vergangenheit durch nichts so vollkommen wiederauflebt wie durch einen Geruch, der einst mit ihr verbunden war.“ (Vladimir Nabokov) Der Proust-Effekt geht auf Marcel Proust zurück, der seine ganze Kindheitserinnerung an Madeleine-Keks festmachen konnte. Jeder Mensch verbindet mit Gerüchen immer irgendwelche Erinnerungen und Gefühle, weil diese Empfindungen gemeinsam gespeichert wurden.

Riechen und Schmecken

Während der Mensch für die Wahrnehmung von Düften 350 Rezeptoren besitzt, sind es für das Schmecken wesentlich weniger. Wir schmecken nur wenige unterschiedliche Qualitäten: süß (3 Rezeptoren), salzig, sauer, bitter (25 Rezeptoren) und umami. Damit wird deutlich, dass auch diese Sinnesindrücke das Individuum schützen sollen, besonders im Hinblick auf bittere Stoffe, die natürlich häufig ganz oder in höheren Konzentrationen giftig sind. Außerdem ist es natürlich durchaus denkbar, dass es auch hier noch mehr Rezeptoren gibt, die Forschung steht noch am Anfang. Allerdings kann man dennoch zur Zeit sagen, das eigentliche Schmecken ist ein Riechen.

Wer reagiert noch auf Düfte?

Vermutlich haben alle Körperzellen entsprechende Rezeptoren zur Duftwahrnehmung. Bekannt ist es von Haut- und Darmzellen. Man vermutet, dass die unterschiedlichen Rezeptorwahrnehmungen im Darm Einfluss nehmen auf die Verdauungstätigkeit.

Wie Spermien ihren Weg finden

Die Forschungsgruppe von Prof. Hanns Hatt in Bochum hat sich unter anderem die Frage gestellt, wie finden Spermien und Eizelle im menschlichen Körper zusammen? Es funktioniert tatsächlich über Duftstoffe. Die Eizellen geben einen Geruchsstoff ab, der in der Riechschleimhaut der Nase als Bourgeonal aus Maiglöckchen empfunden wird, und die Spermien können das Lockmittel erkennen und seiner Spur folgen, so dass eine Befruchtung möglich wird. Bislang konnte noch nicht geklärt werden, ob die fehlende Geruchsempfindung der Nase gegenüber diesem Duft bei Männern die Ursache für männliche Unfruchtbarkeit sein kann. Denn die Wahrnehmung des Maiglöckchenduftes bewirkt bei Spermien eine Veränderung der Kalziumkonzentra-

tion im Innern und eine Erhöhung der Schlagfrequenz des Schwanzes.

Man konnte feststellen, dass sich die Eizelle aus einem Samenpaket die Spermien des „Super-Mannes“ herausucht. Libellen und Bienen werden von mehreren Männchen nacheinander begattet und gewähren dann den entsprechenden Spermien Eintritt. Genomanalysen zeigen zwischen Menschen und Menschenaffen nur eine Diversität von 1%. Die geringsten Unterschiede fand man in der genetischen Ausstattung des Gehirns, die deutlichste (3%) im Hodengewebe. Das bedeutet, es gibt kein Verständnis auf Seiten der Spermien für die Eizellenduftmischung zwischen Menschen und Menschenaffen, was eine Fortpflanzung unmöglich macht.

Männer – einfach dufte!

Der Samenerguss entfaltet den Geruch nach Kastanienblüten und wird vornehmlich genährt durch das Sekret der Prostata. In den Zellen der Prostata des Menschen wurde ein besonderer Rezeptor gefunden: PSGR (Prostate Specific Protein Receptor). Dieser Rezeptor ist in der Nase für die Identifizierung von Veilchenduft zuständig. In Prostata-Krebszellen wurde dieser Rezeptor vermehrt gefunden. Er stoppt unter anderem die rasche Zellteilung der Krebszellen. Aus diesem Grunde wurden bereits Therapieversuche mit Veilchenzäpfchen (Bezugsquelle: Licht-Apotheke in Eckernförde) unternommen.

Nervus trigeminus

Dieser Nerv versorgt mit seinen unterschiedlichen Ästen das gesamte Gesicht. Er endet mit winzigen Fasern in Haut und Schleimhaut von Mund, Nase und Augen. Er ist zuständig für die Wahrnehmung scharfer, reizender Stoffe. Durch ihn empfindet man, ob es etwas scharf, brennlich, adstringierend, heiß, kalt und unreif ist. Er ist also ein ausgesprochener „Warnnerv“.



Manche Empfindungen können durch ihn als gleich signalisiert werden, z.B. „kalt“ wird mit „Menthol“ gleichgesetzt. Eine Reizung des Nervus trigeminus durch Scharfstoffe führt zur Ausschüttung von Endorphinen. Es sind übrigens die gleichen Glücksstoffe, die frei werden beim Küssen! Die Schokoladenindustrie versucht, durch die Kombination von Schokolade, welche für sich schon Glückshormone freisetzt, mit Scharfstoffen (Pfeffer, Chili) diese Endorphinausschüttung nochmals zu steigern.

Jakobson'sches Organ

Mit dem Vomero-Nasal-Organ (VNO) oder Jakobson'schen Organ, das beim Menschen embryonal noch voll entwickelt ist und sich in der Nase im Bereich der Scheidewand befindet, können Pheromone aufgenommen werden. Das sind solche Duftstoffe, die vom MHC (Major Histocompatibility Complex) der Individuen geprägt sind. Die so aufgenommenen Duftstoffe gehen beim Tier zum akzessorischen Bulbus, einem Anhängsel des Riechhirns. Diese Sinneszellen haben ganz andere Rezeptoren als die „normalen“ Riechzellen und sind etwa 1000mal empfindlicher als die anderen. Das heißt, sie können entsprechende Geruchsstoffe noch in einer Verdünnung erkennen, die einem Tropfen im Bodensee entspricht. Der Mensch besitzt nach heutiger Erkenntnis 5 Rezeptoren in der Nasenschleimhaut. Über die Ausstattung mit olfaktorischen und vomeronasalen Rezeptoren sind die Individuen im Besitz einer breiten ergänzenden Wahrnehmung.

Pheromone

Es handelt sich dabei um flüchtige Stoffe, die mit dem Urin oder über apokrine Schweißdrüsen abgegeben und wahrgenommen werden. Daneben bestehen nichtflüchtige MCH-Peptide. Das Mikrobiom der Haut gestaltet aus diesen Stoffen durch Fermentierung die besondere

Körperduftkomposition des Individuums. Die Abgabe dieser Duftstoffe ist emotional und hormonell gesteuert. Man kennt den Angstschweiß oder die Abgabe von Signalstoffen, die eine Paarungsbereitschaft anzeigen. Die Pheromone dienen zur Markierung z.B. des Reviers, können eine Spur zur Nahrungsquelle prägen (Ameisen), können als Alarmsignale dienen oder Ausdruck von Aggression sein. Aus Tierexperimenten mit Affen weiß man, dass ein Besiegter allein durch den Duft des Siegers bei völligem körperlichen und optischen Getrenntsein, zugrunde gerichtet wird.

Pheromon-Gruppen

Man kann unterschiedliche Gruppen dieser Duftstoffe unterscheiden:

- Releaser-Pheromone: sie lösen bestimmte spezifische Handlungen oder Verhaltensformen aus
- Primer-Pheromone: führen zu körperlichen Veränderungen von Artgenossen (Bienen, Nacktmull.)
- Alarmpheromone: Heptanon (übereinstimmend bei Maus und Biene), aber auch im Pflanzenreich sind diese Alarmdüfte nachgewiesen (Salbei).

Wirkung der Pheromone

Pheromone greifen tief in das hormonelle Geschehen der „Empfänger“ ein. So werden jungfräuliche Mäuschen viel schneller geschlechtsreif, wenn ein Mäuserich gerade vorbei kommt. Oder der Wanderbursche bewirkt eine Zyklusverkürzung bei den Mäusinnen, damit nur ja die Fortpflanzung gesichert ist. Es kann gleich nach der Begattung zum Absterben der Früchte kommen und zu einer neuerlichen Begattung durch einen potentielleren Mäuserich.

Vor allen Dingen Männer verströmen einen besonderen Androstenonduft über ihre Achselschweißdrüsen, der sehr anziehend auf

Frauen wirkt. Obgleich 1/3 der Bevölkerung diesen Duft nicht bewusst wahrnehmen kann, reagieren die Menschen dennoch darauf: Frauen fühlen sich angezogen, Männer eher abgestoßen vom Duft des Rivalen.

Besondere Bedeutung haben die Copuline der Frauen, die zur Zeit der Ovulation den höchsten Wert erreichen. Das macht die Frauen zu dieser Zeit dann natürlich besonders verlockend. Allein die Einnahme der Pille verfälscht total das Bild, das die Frau abgibt. So kommt es denn, dass sich die Frauen die falschen Männer aussuchen, denn über Düfte treten wir miteinander in Resonanz, sind uns sympathisch oder können uns nicht riechen! Frauen erschnüffeln unbewusst den Partner für's Leben und suchen dabei die höchste genetische Diversität. Zur Aufzucht der Kinder brauchen sie jedoch einen Partner, der ihnen genetisch sehr ähnlich ist. Zur Zeit der Pilleneinnahme suchen sie ebenfalls nach dem Beschützer ihrer Familie, weil die Pille eine Schwangerschaft vortäuscht. Die Orientierung dafür geschieht übrigens am Duft des Vaters.

Gefühle

Emotionen haben immer Ursachen. Sie führen zur Koordination von Körperfunktionen und sind häufig stark prägend für die Bewertung von Situationen. Gefühle alarmieren Körperorgane und das Gehirn! Sie sind im Gehirn noch zu spüren, wenn das auslösende Agens schon vorüber ist. Sie gelangen ins Unterbewusstsein, aber auch ins Bewusstsein und veranlassen zu Handlungen. Es kann zu einem kognitiven Kontrollverlust kommen. Platon (428- 348 v. Chr., antiker griechischer Philosoph) drückte es so aus: „Gefühle sind wie wilde Rosse, die vom Verstand gelenkt werden; wenn der Lenker die Kontrolle verliert, können sie durchgehen“.



Leber-Therapie

Zur guten Aufnahme von Düften jeglicher Art bedarf es gesunder Schleimhäute. Darum wurde am Anfang des Artikels bereits die Darmsanierung angesprochen. Allerdings hat die Leber mit ihren vielen Funktionen unter anderem auch einen gewaltigen Anteil am Abbau von Hormonen, der Entgiftung der Zellen und Entschlackung des Körpers, wenn der Darm nicht richtig funktioniert. Da eine gesunde Leber auch der Garant für fröhliche Stimmung ist, sollte die Leber therapeutisch unterstützt werden. Die Abbildung 3 erklärt das Vorgehen dazu.

- Darmsanierung: Diät, Toxinbindung (Heilerde, Reis-, Haferkleie, Gerbstoffe), Milieusanierung (Mikrobiom): FORTAKEHL® D5 Tr. 2x 2-8 tgl.
- Druckentlastung: MUCOKEHL® D5 Tr. 2x 2-8 tgl., MUCEDOKEHL® D5 Tr. 2x 2-5 tgl. einreiben,
- Leberschutz: SILVAYSAN® Kps. 1x 2 tgl. SANUGALL® Tbl. 2x 1 tgl., Kaffeeeinläufe; Gemüsesäfte (K+); keine Genussmittel,
- Leberregeneration: essentielle Aminosäuren, Leberwickel (ätherische Öle bes. Zeder)
- Zusätzlich an Bitterkräuter denken: Artischocke, Löwenzahn, Wermut, Beifuß und Verabreichung von Tees, z.B. Schafgarbentee zur innerlichen und äußerlichen (Wickel) Anwendung

Abb. 3: Lebertherapie

Nutzung ätherischer Öle

Viele Düfte, die wir nicht bewusst wahrnehmen, wirken dennoch, sie wirken sogar bei „nasenblinden“ Menschen. Weil ein großer Teil der Gerüche über die Atmung und die Hautzellen aufgenommen wird, kommen die Partikel in wenigen Mi-

nuten ins Blut und Gehirn. Die Auswirkung kann sehr stark sein, so ist ein jasminähnlicher Duft stark schlafanregend. Der Schlafeffekt ist intensiver als der von Valium, weil die Moleküle den Einfluss von GABA (Gamma-Amino-Buttersäure), der „Schlafsubstanz“, verstärken und gleichzeitig angstlösend sind. Eine Mischung der ätherischen Öle von Jasmin und Lavendel in einer Trägersubstanz (Öl, Honig, Zucker) ruft tiefen Schlaf hervor, es sind psychoaktive Substanzen enthalten.

Angstlösen und Entspannen mit Düften

Hervorragende sekundäre Pflanzenstoffe für die oben genannten Indikationen enthalten die ätherischen Öle von Jasmin (Schlaf, Angstlöser), Lavendel (Aktivierung von Neurorezeptoren), Baldrian (schnelles beruhigtes Einschlafen), Melisse (entspannend und antiviral), Hopfen (schlaffördernd, entspannend, anti-karzinogen).

Konzentration, Lernen mit Düften

Pfefferminze wirkt auf die gleichen Rezeptoren wie Jasmin, nur in diesem Falle ruft der Geruch einen wachen Geist hervor und ist außerdem antiviral. Das ätherische Öl von Eukalyptus enthält unter anderem 1.8 Cineol, macht wach, wirkt antiviral und entzündungshemmend. Zitrusöle, ob aus der Zitrone, Bergamotte, Grapefruit oder Orange wirken antibakteriell und fördern allesamt die Konzentration. Die Orange schenkt zusätzlich noch süße Träume.

Anwendung ätherischer Öle

Man kann sie einfach nur zart im Raum versprühen oder vernebeln mit einem Luftbefeuchter. Man sollte diese hochwertigen Pflanzenstoffe möglichst nicht mit einer Duftlampe oder Kerze erwärmen, weil durch

die Temperaturen die Strukturen der Duftmoleküle verändert werden. Wenn direkter Kontakt mit der Haut oder Schleimhaut erwünscht ist, muss immer eine Trägersubstanz dabei sein. Das kann ein fettes Öl oder Wachs (Jojoba), Honig, Zucker, Salz oder sogar Sahne sein. Die Konzentration sollte nicht mehr als 1-2% für die Anwendung auf der Haut sein. Höhere Konzentrationen sind möglich, setzen aber die Kenntnisse eines Aromatherapeuten voraus.

Schluss

Die Nase gibt Aufschluss über viele Störungen im Körper. Sie weist uns in vielen Dingen den Weg und leitet uns unbewusst über Resonanzen. Allerdings sollte man nicht zu naseweis sein und sie auch nicht überall hineinstecken, wenn man sich Ärger ersparen will. □

Literatur

- (1) Grüger, W.: Aus der Praxis für die Praxis, SANUM-Therapie in Fallbeispielen, SANUM-Post Nr. 23/1993, S. 30
- (2) Gerlach-Meyer, K.: Zyklusbeschwerden, Dysmennorrhoe - Hypermennorrhoe - PMS, SANUM-Post 95/201, S. 18 ff.
- (3) Hatt, H., Dee, R., Niemand riecht so gut wie du, Piper Verlag, ISBN: 978-3-492-25747-3
- (4) Hatt, H., Dee, R.: „Das kleine Buch vom Riechen und Schmecken“, Knaus Verlag, ISBN: 978-3-8135-0444-6
- (5) Legrum, W., Riechstoffe zwischen Gestank und Duft, 2. Auflage, Springer Spektrum Verlag, ISBN: 978-3-658-07309-1