SPRECHSTUNDE NATURHEILKUNDE

SERIE

Tonsillitis

Eine ausschließlich naturheilkundliche Therapie ist allenfalls bei viraler Tonsillitis zulässig. Bei bakterieller eitriger Tonsillitis (Streptokokkeninfektion) ist sie dagegen stark umstritten. Gegebenenfalls ist eine zusätzliche Antibiose indiziert. Naturheilkundliche Mittel sind jedoch in jedem Fall sinnvoll, um die Schmerzen zu lindern und die Abwehrfunktion wiederherzustellen.

© Danel/Forolia

— Zur Schmerzlinderung und Wiederherstellung der Abwehrfunktion werden Gurgelmittel, Senfmehlfußbäder und Immunmodulanzen eingesetzt.

Gurgeln und Fußbäder

Als Gurgelmittel eignen sich Tees und alkoholische Extrakte aus Salbeiblättern und Kamillenblüten. Sie wirken antiphlogistisch, antibakteriell und antiviral. Schleimdrogen wie Malvenblüten und -blätter sowie Isländisch Moos werden als Tees und Lutschpastillen verwendet. Sie bedecken die Schleimhaut und wirken reizmildernd. Gerbstoffhaltige Pflanzen wie Heidelbeeren, Ratanhia (Wurzel) und Tormentill (Wurzelstock) wirken durch Vernetzung von Polypeptidketten an der Schleimhautoberfläche adstringierend sowie antiphlogistisch, antibakteriell und antiviral. Sie werden als Tee oder Tinktur zum Gurgeln verabreicht.

Der Samen des weißen Senfs wirkt hautreizend, bakteriostatisch, antiphlogistisch und analgetisch. Die intensive Erwärmung der Füße im Senffußbad führt reflektorisch zu einer Mehrdurchblutung der Nasen- und Rachenschleimhäute.

Immunmodulanzen

Ein Kombinationspräparat (Imupret®) aus den immunmodulierend wirkenden Arzneipflanzen Eibisch (Wurzel), Schachtelhalm und Schafgarbe (Kraut, zudem antiphlogistisch wirksam), Eiche (Rinde, zudem adstringierend und anti-

viral), Löwenzahn (Kraut, zudem antiphlogistisch wirksam), Kamille (Blüten, zudem antiphlogistisch) und Walnussblättern (zudem antiphlogistisch, antiviral und adstringierend) hat die Indikation: Bei rezidivierenden und chronischen Atemwegsinfektionen, insbesondere Tonsillitis. Es ist gut verträglich und zur Langzeittherapie, d. h. zur Rezidivprophylaxe und bei chronischer Tonsillitis geeignet. Kontraindikation ist eine Allergie gegen Korbblütler, Nebenwirkungen und Interaktionen sind nicht bekannt.

Auch Pelargoniumwurzel wirkt immunmodulierend und zudem antibakteriell, antiviral, antiphlogistisch und verhindert die Adhäsion von Bakterien an

die Schleimhaut. Das für die Bronchitis-therapie zugelassene „apothekenpflichtige“ Arzneimittel kann off label bei nicht eitriger Tonsillitis verwendet werden. Pelargoniumwurzel ist in der Schwangerschaft und Stillzeit, bei erhöhter Blutungsneigung sowie bei schweren Leber- und Nierenerkrankungen kontraindiziert, da keine ausreichenden Erfahrungen vorliegen. Nebenwirkungen sind nicht bekannt. Bei gleichzeitiger Gabe von Antikoagulanzen wird bei Einnahme von länger als vier Tagen eine engmaschige INR-Kontrolle empfohlen.

Viel Trinken und heiße Wickel

Eine Tonsillitis geht gewöhnlich wegen der Schmerzen beim Schlucken mit Appetitlosigkeit einher. Hier kann man flüssige, kühlende Nahrung anbieten, aber keine Milch oder Milchprodukte, da diese lokal verschleimend wirken. Reichliches Trinken eines Tees aus Kamillenblüten, Salbeiblättern und Thymiankraut ist zu empfehlen. Saure Fruchtsäfte und scharf gewürzte Speisen sollten gemieden werden. Nikotinkarenz ist wichtig.

Bei Fieber sollte man an hydrotherapeutische Maßnahmen denken. Gerade Kinder profitieren von kalten Hals-, Waden-, Brust- und Rumpfwickeln, weil hierdurch fiebersenkende Mittel vermieden werden können. Bei drohendem Tonsillarabszess kann man die Beschwerden durch eine Eiskrawatte lindern.

Prof. Dr. med. Karin Kraft, Rostock ■

Senffußbad

Zwei Esslöffel Senfmehl werden in einer Fußbadewanne mit ca. 40 °C warmem Wasser aufgerührt. Die Füße werden 10–20 min. eingetaucht, bis sich die Haut rötet. Danach gründlich mit lauwarmem Wasser abspülen. Senfmehlfußbäder sollten nur über maximal zwei Wochen angewendet werden, weil die Senföle durch die Haut resorbiert werden und die Gefahr der Reizung des Nierenepithels besteht. Die Anwendung von Senfsamen ist bei Kindern unter sechs Jahren und bei Patienten mit Nierenerkrankungen kontraindiziert. Als Nebenwirkungen werden bei langer Anwendung Haut- und Nervenschäden beobachtet.