

SPRECHSTUNDE NATURHEILKUNDE

Serie

Naturheilkunde für geriatrische Patienten

Bei alten, multimorbiden Patienten ist das Interesse nach naturheilkundlichen, nebenwirkungsarmen Therapieoptionen besonders groß. Hydro-, Phyto- und Bewegungstherapie dienen der Schmerzlinderung, verbessern die Lebensqualität und dienen damit letztlich dem Erhalt der Autonomie der betagten Patienten.



© Blickwinkel/Imago

— Für den Einsatz naturheilkundlicher Therapien in der Geriatrie gibt es gute Gründe:

- 1 Vermeidung einer systemischen Medikation durch topische Applikation naturheilkundlicher Therapien
- 2 Leichte Durchführbarkeit und gute Verträglichkeit
- 3 Erhalt der Autonomie des Patienten
- 4 Positive Erfahrung aus der Kindheit im Umgang mit naturheilkundlichen Therapien als Motivation zur Selbsthilfe.

Pflanzliche Arzneimittel werden heute nur noch bei bestimmten Indikation durch die gesetzliche Krankenversicherung übernommen, u. a. bei

- leichter Demenz (Ginkgo biloba),
- mittelschwerer Depression (Johanniskrautextrakt),
- Morbus Crohn (Flohsamenschalen).

Therapieziel bessere Lebensqualität

Die Behandlung von geriatrischen Patienten dient mehr der Beschwerdelinderung, der Verbesserung der Lebensqualität und dem Erhalt der Autonomie. Eine Restitutio ad integrum ist nur selten erreichbar.

Besonders häufig klagten ältere Patienten in der Praxis über Schmerzen in den Finger-, aber auch in den großen Gelenken. Grund dafür ist die Arthrose mit und ohne entzündliche Aktivierung. Hierfür gibt es einige wichtige naturheilkundliche Behandlungstipps:

Hydrotherapie

- Moorkneten kalt und warm: Außer dem Erhalten der Beweglichkeit und Muskeltraining für die kleinen Finger-muskeln besitzt das Moor durch die Hemmung der Arachidonsäurekaskaden sowie der Prostaglandin- und Leukotrien-Synthese ausgeprägte antiphlogistische Effekte.
- Mehlsackkneten (Luftballon mit Mehl füllen).
- Quarkauflagen: Neben den kühlenden Effekten besteht eine antiinflammatorische Wirkung vor allem bei der aktivierte Arthrose.
- Aconit-Einreibungen (Blauer Eisenhut) der Gelenke werden von den Patienten als schmerzlindernde Einreibungen gerne angewendet.

Phytotherapie

- Teufelskrallenpräparate: analgetische, antiphlogistische Wirkung, Hemmung der Lipoxygenase und NO-Freisetzung, besonders geeignet bei chronischen Schmerzen ohne Schmerzspitzen bei degenerativen Erkrankungen. Wirkungseintritt aber erst nach zwei bis drei Wochen.
- Weidenrindenpräparate: Zur Behandlung von akuten Schmerzen oder über längere Zeit zum Abfangen der Schmerzspitzen, Wirkeintritt bereits nach sieben Tagen.
- Arnikablüten finden u. a. als Salbe bzw. Tinktur Verwendung. Sie wirken

hyperämisierend, analgetisch, antiphlogistisch und Puritus lindernd.

- Beinwellwurzel: als Salben, Pasten mit antiphlogistischer, analgetischer, abschwellender Wirkung.
- Cayennepfefferfrüchte: als lokale Einreibungen in wässriger oder halb-wässriger Lösung zur Analgesie bei Herpeszoster-Neuralgie und schmerzhaften Muskelverspannungen der LWS und HWS.
- Medikation mit Enzymen aus Ananas und Papaya wirkt antientzündlich und kann unterstützend eingesetzt werden.

Bewegungstherapie, Blutegel und Fasten

Im Vordergrund steht der Erhalt der Gehfähigkeit mit allen sozialen und gesundheitlichen Konsequenzen.

Daneben sind ausleitende Verfahren wie die Schröpf- oder die Blutegeltherapie durchaus auch beim geriatrischen Patienten anzuwenden. Unterstützend wirkt das kontrollierte Heilfasten – unter Berücksichtigung des biologischen Alters – schmerzlindernd. Erfahrungsgemäß gelingt damit eine Reduktion der Schmerzen auf der Schmerzskala um drei bis vier Punkte.

Dr. med. Michaela Adolph-Schüller,
PD Dr. med. A.-M. Beer ■