

SPRECHSTUNDE NATURHEILKUNDE

SERIE

Herpes simplex – Herpes zoster

Herpes simplex ist eine chronische Infektion, deren rezidivierende klinische Manifestation bei Schwächung der allgemeinen Abwehr durch Überanstrengung, Stress und übermäßige Sonneneinstrahlung begünstigt wird. Die Naturheilkunde bietet bei Herpes simplex sowohl präventive als auch therapeutische Möglichkeiten. Auch gegen den durch Varicella-zoster-Viren hervorgerufenen Herpes zoster ist manches Kraut gewachsen.



© Levent Konuk/iStock

— Zur Prävention eignen sich Ernährungs- und Hydrotherapie: Vollwertkost mit hohem Anteil von Frisch- und Rohkost ist günstig. Nahrungsmittel mit hohem Argininanteil, das ein Substrat für die Herpesviren ist, wie Erdnüsse, Schokolade, Samen, Getreide sind zu meiden. Wechselduschen, kalte Güsse und ansteigende Bäder fördern die Immunkompetenz und wirken damit prophylaktisch.

Herpes simplex

Phytotherapie kann bei Herpes simplex sehr erfolgreich sein. Wichtig ist, sie so früh wie möglich einzusetzen, d.h. beim ersten Brennen im Bereich der Lippen. Bei starker UV-Licht-Exposition kann sie auch prophylaktisch verwendet werden. Bei generalisiertem Herpes simplex oder Stomatitis aphthosa und bei Patienten mit Ekzemen ist sie dagegen nicht ausreichend wirksam.

Therapie der Wahl sind standardisierte Extrakte aus Melissen- oder Salbeiblättern, die bei frühzeitiger Anwendung eine sinnvolle Alternative zu Aciclovir darstellen. Dies wurde in doppelblinden, randomisierten klinischen Studien geprüft. Unerwünschte Wirkungen und Interaktionen wurden nicht beschrieben, Kontraindikationen sind nicht bekannt.

Während Melissentee wegen der niedrigen Konzentration der Inhaltsstoffe nicht zur Lokalthherapie geeignet ist, wirkt ein auf Rosmarinsäure standardisierter Melissenextrakt in 1%-iger Zubereitung virustatisch. Als Fertigpräparat ist z.B. Lomaherpan® Creme erhältlich, sie wird

zwei- bis viermal täglich dünn auftragen. In klinischen Studien wurden eine deutliche Verkürzung der Abheilungszeit und ein verlängertes rezidivfreies Intervall beschrieben.

Für eine Kombination aus Salbeiblätter- und Rhabarberwurzelextrakt (Parsenn-Herpes-Creme®) belegt eine Vergleichsstudie zu Aciclovir eine äquivalente Wirksamkeit. Die Creme wird alle vier Stunden aufgetragen, die Therapie bis maximal zehn Tage nach Sistieren der Symptome fortgeführt. Bewährt haben sich auch Salbeixtrakte, die für akute Entzündungen der Mundhöhle zugelassen sind. Sie werden alle vier Stunden aufgetupft (z.B. Salbei Curarina® Tropfen oder Salvysat® Bürger Lösung).

Zubereitungen mit mindestens 15% Presssaft aus purpurfarbenem Sonnenhutkraut, z.B. Echinacin® Salbe Madaus werden bis zu dreimal täglich dünn aufgetragen. Sie sind auch zur Prophylaxe bei hoher UV-Licht-Exposition geeignet.

Herpes zoster

Zur Prävention von Rezidiven werden Abhärtungsmaßnahmen wie Hydrotherapie, Entspannungsverfahren und Bewegungstherapie empfohlen. Eine kausale antivirale Therapie ist durch Naturheilverfahren nicht möglich. In der Akutphase des Herpes zoster existieren folgende symptomatische Therapien:

Zur Prävention der Postzoster-Neuralgie eignet sich Vitamin C i.v. aufgrund seiner protektiven Wirkung bei oxidativem Stress in hohen Dosierungen. In einer Studie bei Patienten mit

akutem Herpes zoster wurde gezeigt, dass bei Gabe von Vitamin C (7,5–15 mg/Tag i.v. zwei- bis viermal pro Woche über zwei Wochen) bei über 90% der Patienten die Schmerzen stark nachließen, die Effloreszenzen früh abheilten und nur 6,4% der Patienten eine Postzoster-Neuralgie entwickelten.

Aus der Hydrotherapie werden kühlende feuchte Umschläge und lokale Anwendungen von wässrigen Lösungen von Eichenrinde, Kamillenblüten oder Schafgarbenkraut empfohlen.

Bei der Neuraltherapie werden die Effloreszenzen mit 1- bis 2%-igen Procain unterspritzt, zudem empfehlen sich Injektionen an die segmental zugeordneten Facettengelenke.

Postzoster-Neuralgie

Zur Therapie der Postzoster-Neuralgie werden folgende Verfahren verwendet:

- Ausleitende Verfahren: Blutegel werden im betroffenen Segment angesetzt.
- Phytotherapie: Cayennepfefferextrakte mit dem Wirkstoff Capsaicin haben lokal analgetische, hyperämisierende, antiphlogistische und kortisonähnliche Eigenschaften. Bei Postzoster-Neuralgie werden Capsicumextrakte mit einem Capsaicin Gehalt nicht über 0,075% verwendet. Sie werden zwei- bis dreimal täglich über mehrere Wochen sehr dünn eingerieben (z.B. Capsamol® Salbe, Jucurbum® Wärme-Emulsion Salbe). Die Anwendung darf erst nach Abheilung der Läsionen erfolgen.

Prof. Dr. med. Karin Kraft, Rostock ■