

Astma, Keuchhusten & Co

Fortsetzung von Seite 13

Auf alle Fälle ist vorher eine Kultur- und Resistenzprüfung zu machen, denn so viel Zeit muss uns unser Körper und seine Gesunderhaltung wert sein. Antibiotika vor einer eingehenden Prüfung „ex iuvantibus“ zu geben, war schon zu Zeiten meines Studiums als nicht professionelle Maßnahme gebrandmarkt.

Antibiotika grundsätzlich aber nicht zu lange geben, da sonst eben Resistenzen entstehen. Das lange „Fertignehmen“ von Antibiotika ist ein Relikt aus einer früheren „pharmazeutischen Studieneinflussnahme“ und gilt aufgrund der heute massiven Resistenzprobleme längst als unnötig und überholt. Da es sich bei fast allen ambulanten Infektionen beinahe immer um körpereigene Bakterien handelt, welche für unsere Körper-Symbiose ohnehin lebenswichtig sind, wäre das beabsichtigte völlige Abtöten dieser besagten Keime nicht nur absolut kontraproduktiv, sondern gar nicht machbar. Für diese Therapien ist eben eine gewisse Grundintelligenz und tiefgründiges Denken von allen Beteiligten erforderlich. Auch die gelegentliche Gabe von Cortisonen zur Abschwellung und beabsichtigten leichteren Abhütung ist bei gekonnter und konsequenter Anwendung der oben erwähnten therapeutischen Maßnahmen nicht erforderlich.

a) Alternative Therapie:

- o Stimm Schonung (weder lautes Sprechen, noch Flüstern);
- o Verbot von Rauchen, Alkohol, Kaffee, Gewürzen, Zitrusfrüchten;
- o Vor allem Kochsalzlösungen und Inhalationen mit Feuchtnebel sind wertvolle natürliche Hilfsmittel. Schleimlöser (Sekretolytika) wie die Kochsalzlösung als Inhalation, Thymianhonig und Tees (Ergänzung mit schleimlösenden und leicht befeuchtenden Kräutern, vor allem bei sehr trockenem,

zähem Husten), Präparate wie N-Acetylcystein, Efeuextrakt oder Menthol, welche auch den Husten auslösen (Sekretomotorika), kretischer Salbei und selbstverständlich soll man Darmtherapien mit Einläufen und Fasten zur Anwendung bringen.

Wir empfehlen aus Erfahrung einen Tee mit kretischem Salbei und Thymianhonig, welcher auch den Hustenreiz lindert.

- o konzentrierte Ozonblutinfusionen in Kombination mit Basen frühzeitig geben, da diese auch bei Virenbefall gute Wirkung zeigen.
- o Homöopathisch gibt man Apis, Bryonia, Causticum, Phosphor, Aconit etc. je nach Erscheinungsbild. Honig und Tees entsprechend geringer dosieren oder meiden und keine stark reizenden ätherischen Öle, da sonst die Schleimhaut zur Verschlechterung reagiert. Es gilt, alles, das verschleimend wirkt (v. a. Milchprodukte und Süßigkeiten), zu meiden.
- o Weiters Atemübungen, physikalische Therapien, Flüssigkeitszufuhr, Schweißwickel, die das Fieber und das Immunsystem anregen und die Verbrennung von Toxinen ermöglichen. Fiebersenkende Mittel (Antipyretika) sollten nur bei starker Vorbelastung des Herzens in Erwägung gezogen werden. Der Patient ist eben entsprechend zu beobachten, um gegebenenfalls rechtzeitig nötige Maßnahmen treffen zu können.
- o Mittel sonst wie bei der Bronchitis (siehe Ausgabe 03/2014)

3. Keuchhusten

Lateinisch **Pertussis**, was so viel bedeutet wie „starker Husten“, (volkstümlich: Stickhusten oder Hundert-Tage-Husten). Es ist eine Infektionskrankheit.

Ausgelöst wird diese sehr ansteckende Erkrankung durch das Bakterium *Bordetella pertussis*. Die Krankheit verläuft über mehrere Wochen. Am Anfang besteht erkältungsartiger Husten, das *Stadium catarrhale*. Der Verlauf ist grippeähnlich mit gelegentlich leichten Fieber. In dieser Phase besteht die größte Ansteckungsgefahr, durch Tröpfcheninfektion. Das folgende

Stadium convulsivum, mit einer Dauer von zwei bis sechs Wochen, ist gekennzeichnet durch anfallsartige, typisch stakatoartige Hustenattacken mit herausgestreckter Zunge. Diese häufen sich in der Nacht und durch körperliche Anstrengungen. Dabei wird glasiger Schleim herausgewürgt und kann bis zum Erbrechen gehen.

Nachweis mittels Abstrich. Im späteren *Stadium convulsivum* ist dann der Antikörpernachweis im Labortest möglich.

Hochansteckend wird diese Erkrankung genannt, aber dieses Wort ist irreführend! Diese Infektion ist theoretisch sehr ansteckend, was bedeutet, dass die Erreger sehr leicht durch Tröpfchen auf einen anderen Menschen übertragen werden können. Nur in einem Teil der Fälle von 10-15 % kommt es zu dem lästigen Vollbild mit dem anfallsartigen Würgehusten. Der überwiegende Rest der „hochansteckenden Erkrankung“ verläuft stumm oder nur als Bronchitis wie bei all anderen Erregern.

Bei Säuglingen können sich, in seltenen Fällen, die Hustenanfälle untypisch als Atemstillstände äußern. Hier ist Beobachtung angesagt, und die Schleimlösung sollte konsequent durchgeführt werden!

Stadium decrementi: Die Hustenattacken nehmen an Heftigkeit und Zahl ab. Sie dauern zwischen zwei und fünf Wochen!

Das Epidemiegesetz schreibt in Österreich den Ärzten eine Anzeigepflicht im Erkrankungs- und Todesfall vor.

Wie entstehen die Krankheitssymptome: Die Bakterien vermehren sich unter für sie günstigen Bedingungen (schlechte Immunlage durch Lebensstil) auf der Schleimhaut und produzieren Eiweiße, die dann als Gifte (Toxine) entsprechende Reizsymptome auslösen. Der Hustenreiz ist in dieser Phase eben das Leitsymptom, und es existieren kaum mehr Erreger, welche man durch Antibiotika behandeln könnte, sondern es sind deren Gifte, welche die Probleme verursachen.

Ab diesem Zeitpunkt ist also nur mehr symptomatische Therapie möglich.



Mögliche seltene Komplikationen:

- o Lungenentzündungen. Leichte Lungenentzündungen werden oft nicht erkannt und „imponieren“ nur als Husten, der nach Wochen von selbst abheilt.
- o Gelegentlich können auch leichte Krampfanfälle (siehe Fieberkrämpfe der Kleinkinder) auftreten. Diese sind aber lediglich vorübergehender Natur.
- o In sehr seltenen Fällen wurden Enzephalopathien beobachtet, also krankhafte Beteiligungen des Gehirns, wie sie auch bei grippeartigen Infekten durch andere Erreger und bestehender schlechter Immunlage auftreten können. Eine gute Immunlage durch entsprechende Lebensführung ist die beste Garantie bzw. bietet den besten Schutz.

Therapie – Bisherige Empfehlungen der pharmazeutischen Wissenschaft

Eine ursächliche Therapie ist nur im Anfangsstadium, wenn sich eben die Erreger noch vermehren, möglich.

Antibiotika, wie Azithromycin oder Clarithromycin, werden in der Alltagsmedizin empfohlen, sie sollten aber gegenüber früheren Empfehlungen nur kurz verabreicht werden, da ansonsten bei längerer Einnahme, infolge Anpassungseffekte der Erreger an die verabreich-

ten Antibiotika, die Gefahr von Resistenzen steigt. Die Krankheitserreger werden dabei immun. Man kann also die häufige und lange Gabe von Antibiotika quasi als „Schutzimpfung für Infektionserreger“ betrachten. Genau das ist aber nicht Sinn der Sache! Was haben wir bloß in unserem wissenschaftlichen Eifer und unserer Therapiewut in den letzten Jahrzehnten alles angestellt? Derzeit werden die Rufe von unabhängigen Wissenschaftlern weltweit immer lauter, welche davor warnen, häufig Antibiotika einzusetzen. Unzählige Menschen sterben an Krankheiten durch gebildete Resistenzen, eine Folge der massiven Antibiotika-Verordnungen. „Denn sie wussten nicht, was sie tun!“

Prophylaxe – Impfungen?

Als Prophylaxe wurde die Schutzimpfung empfohlen. Aber weder die durchgemachte Erkrankung noch eine Impfung garantieren eine längerdauernde Immunität. Die Impfung würde nur in den Fällen wirken, in denen ein gutes Immunsystem eben imstande ist, auf die Impfung mit entsprechend ausreichenden Antikörpern zu reagieren. Aufgrund der sehr rasch nachlassenden Abwehr müsste die Impfung alle paar Jahre (jährlich) wieder aufgefrischt werden. Der wirklich „gefährdete Mensch“ reagiert eben leider unzureichend auf eine Impfung. Es bekommen immer nur die Schwächlichen, die selbst schon stark genug sind! Deswegen ist permanent durch gesunde Lebensführung und regelmäßige Winterregenerationszeiten auf ein intaktes Immunsystem zu achten. Erst dann kann man eine Impfung mit deren Nebenwirkungen riskieren.

Kann man eine Impfung nach dem Motto „hilft es nicht, so schadet es nicht!“ machen? Nein, hier sind genaue Beratungsgespräche und detailliertes Abwägen von Für und Wider unerlässlich. Es gilt genau zu überlegen, ob man dieses Risiko einer Impfung eingeht. Immerhin handelt es sich dabei um Medikamente, die einen Cocktail aus verschiedenen Substanzen zur Stabilisierung, Konservierung und Aufputzen der Erregeraktivität enthalten. Diese chemischen Stoffe erzeugen entsprechende Nebenwirkungen im Körper und können mitunter sogar schwere Folgekrankheiten auslösen.

Hier wäre eine Keuchhusten-Bronchitis dann das geringere Übel, zumal eine Infektion selten voll ausgeprägt verläuft und in diesen Fällen schwere Komplikationen selten vorkommen.

Zudem benötigt gerade ein Mensch mit sehr gutem Immunsystem die Impfung nicht dringlich, da er ohnehin imstande ist, den Erreger mittels seines guten Immunsystems in allen Fällen abzuwehren. Bei schlechter Immunlage, wie es Menschen mit häufiger Immunsuppression durch Antibiotika oder Chemotherapeutika oder bei mangelnder Winterregeneration passiert, wird im Falle einer Impfung eben auch genau jener Antikörperschutz nicht ausreichend aufgebaut. Ein typischer Fall dafür ist ein AIDS-Syndrom, ausgelöst durch massiven Drogen- oder Medikamentenmissbrauch, wie sie typischerweise in Form von Chemotherapien oder nach Organtransplantationen durch die verordneten Immunsuppressiva auftreten. Bestimmte antibiotikahaltige Lebensmittel können ebenso langfristig ein AIDS-Syndrom auslösen.



foto/olia

a) Natürliche Therapie

Der beste vorbeugende Schutz ist eben ein intaktes Immunsystem, gestärkt durch:

- Das Meiden von anabolischen Substanzen (Milchprodukte wie Käse, Topfen etc.)
- Esspausen
- Die Einhaltungen von Winterregenerationszeiten von zwei bis drei Monaten, in denen sich durch einen „Standby-Modus“ bei Ruhe und Fasten das Immunsystem und defekte Organe wieder fit machen.
- Das Vermeiden von Chemie im Essen und in der Umwelt
- Das Vermeiden von Immunsuppressiva wie Antibiotika, Chemotherapeutika und anderen Drogen

b) Symptomatische Therapie:

- Schleimlösende Mittel wie Kochsalzlösungen, unterstützt durch Mittel wie Efeublättereextrakt sowie Tees, um die hustenauslösenden Toxine zu entfernen.
- Zur Anregung des Immunsystems über den Darm: Nahrungskarenz und Einläufe. Sehr stark wirksam sind Colon-Hydro-Therapien. Aufbau der Darmflora mittels Symbioselenkung ist aber nur nach gründlicher Darmreinigung und Ende der Infektion wirklich sinnvoll.
- Ozoninfusionen mehrmals täglich drängen die Erreger ohne die Nebenwirkung von Antibiotika rasch zurück. Sollten dennoch Antibiotika genommen werden, so wird deren Wirkung stark durch Baseninfusionen erhöht. Antibiotika sind in diesem Falle dann also in geringerer Dosierung ausreichend.

Dr. Josef A. Egger



foto brigitte ablinger