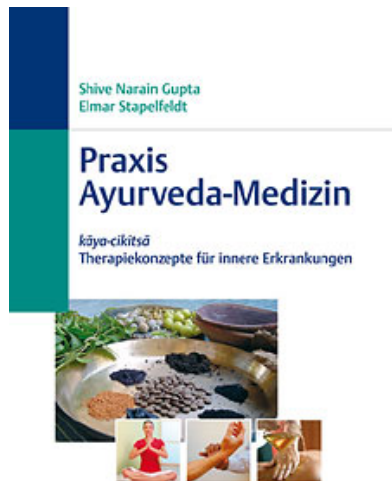


Gupta / Stapelfeldt Praxis Ayurveda-Medizin

Leseprobe

[Praxis Ayurveda-Medizin](#)

von [Gupta / Stapelfeldt](#)



 Haug

<http://www.narayana-verlag.de/b6878>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.


Narayana Verlag

16 Haut

Im Ayurveda wird eine große Anzahl von pathologischen Hauterscheinungen unter einem einzigen Krankheitsbegriff (*kuṣṭha*) zusammengefasst. Diese sind nur bedingt auf moderne Krankheitsbilder übertragbar. Folgende Darstellung beschränkt sich daher – neben der Erläuterung der klassischen Hauterscheinungen und allgemeiner Therapiemaßnahmen – auf eine Auswahl moderner Krankheitsbilder aus der Alltagspraxis.

16.1 Einleitung

Die Haut bildet die äußere Hülle des menschlichen Körpers. Neben ihrer Sinnes- und Schutzfunktion bezüglich äußerer Reize erfüllt sie wichtige regulatorische Aufgaben, die das Überleben und die innere Homöostase sichern, so durch die Regulation des Temperatur- und Flüssigkeitshaushalts.

16.1.1 Angewandte Anatomie und Physiologie

Der Ayurveda hat bezüglich des Aufbaus und der Funktionen der Haut (*tvak*, *tvaca*) außergewöhnliche Konzepte hervorgebracht, die sich therapeutisch gut nutzen lassen.

Gundsätzlich gilt die Haut als Sekundärgewebe (*upadhātu*) des Muskelgewebes (*māṃsa-dhātu*) und weist somit eine enge funktionelle Beziehung zur Muskulatur auf.

Interessanterweise unterscheiden die ältesten Texte sieben bzw. sechs Hautschichten, die heutzutage gern mit modernen anatomischen Einteilungen in Beziehung gesetzt werden (**Tab. 16.1**). Ob exakt dieselben anatomischen Gegebenheiten gemeint waren, sei dahingestellt.

Die Haut ist reich bestückt mit unterschiedlichen Sinnesrezeptoren, über die Sinnesreize von außen wahrgenommen werden. Somit wird sie als ein „Sitz“ von *vāta* angesehen, insbesondere von *vyāna-vāta*.

Die **kosmetische Bedeutung** der Haut ist nicht zu unterschätzen, da das Aussehen einen starken Einfluss auf die Psyche nimmt. Nach ayurvedischem Dafürhalten sorgt *bhrājaka-pitta* für eine normale Färbung und Ausstrahlung der Haut. Zudem reguliert dieser *pitta*-Aspekt die **Resorption von Substanzen**, die auf die Haut aufgetragen werden. Im Ayurveda gab es nie die Auffassung, dass die Haut semipermeabel sei und ihr somit nur eine Ausscheidungsfunktion zukommt.

Tab. 16.1 Klassische Beschreibungen der Hautschichten und deren wahrscheinliche Entsprechung in der modernen Anatomie.

<i>Suśruta, Śār. 4.4 und 8</i>	<i>Caraka, Śār. 7.4</i>	moderne Einteilung
<i>avabhāsini</i>	<i>udaka-dharā</i>	Stratum corneum (Hornschicht)
<i>lohita</i>	<i>asyg-dharā</i>	Stratum granulosum (Körnerschicht)
<i>śvetā</i>	Ausgangspunkt von <i>sidhma</i> und <i>kilāsa</i>	Stratum spinosum (Stachelzellschicht)
<i>tāmrā</i>	Ausgangspunkt von <i>dadru</i>	Stratum basale (Basalzellschicht)
<i>vedinī</i>	Ausgangspunkt von <i>vidradhi</i>	Dermis (Stratum papillare und Stratum reticulare)
<i>rohiṇī</i>	Ausgangspunkt von <i>arumṣi</i>	Subkutis
<i>māṃsa-dharā</i>	–	Faszien

Die Haut als größtes menschliches Organ wurde im Ayurveda immer als Zugang für therapeutische Impulse genutzt. Dies zeigt sich v. a. an der Fülle verschiedener Heilölrezepturen, die im Ayurveda auch für verschiedenste nicht dermatologische Indikationen entwickelt wurden.

Ferner bildet die Haut den Endpunkt des Transportsystems schweißpflichtiger Stoffe (*svedavaha-srotas*). Mithilfe der **Schweißausscheidung** werden nicht nur die Körpertemperatur, sondern auch der Wasser- und Elektrolythaushalt reguliert. Der Schweiß stellt für den Körper eine wichtige Möglichkeit dar, pathogenetisch aktive Abfallstoffe abzusondern. Dies wird im Ayurveda einerseits durch schweißtreibende Therapiemaßnahmen genutzt (*svedana*), andererseits gelten manualtherapeutische Anwendungen als externe Ausleitungsverfahren (*bahih-parimārjana*). Somit haben Ölmassagen, Ölgüsse, Dauerölanwendungen, Packungen und Abreibungen immer auch eine ausleitende Wirkung.

Die Haut stellt den sog. „**äußeren Krankheitspfad**“ (*bāhya-roga-mārga*) dar (s. S. 47f.), auf dem sich eine Vielzahl von Krankheiten manifestieren. In den ayurvedischen Texten werden die Entstehung der Haut(zellen) und die Regeneration der einzelnen Hautschichten mit der Hautbildung auf kochender Milch verglichen.

16.1.2 *kuṣṭha* – klassische Pathologien der Haut

Im Ayurveda ist ein **Oberbegriff** gängig, der sämtliche pathologischen Hauterscheinungen umfasst. Dieser Begriff lautet *kuṣṭha*³². 18 Unterformen von *kuṣṭha* werden in den klassischen Texten beschrieben, wobei gleichzeitig erwähnt wird, dass sich aus der Kombination der pathogenetischen Faktoren unendlich viele Hautsymptome ergeben können (*Caraka, Ni. 5.4*).

Trotz vieler Erscheinungsformen ist die ayurvedische Ätiopathogenese und Basistherapie für die meisten Hauterkrankungen ähnlich.

³² Dieser Begriff kommt von der Verbalwurzel *kuṣ* und wird gemäß *Vāgbhaṭa, Ni. 14.4* im Sinne von „(Weg) reißen“ der Schönheit (*vapus*) verwendet.

Von daher sind trotz vieler – leider oft schwer zuzuordnender – Krankheitsvarianten die dermatologischen Ansätze des Ayurveda überschaubar (**Tab. 16.2**).

16.1.3 Pathogenetische Faktoren

Generell sind bei Hautkrankheiten alle drei *doṣa* aktiv und vier Gewebe als *dūṣya* betroffen (**Tab. 16.3**; *Caraka, Ci. 7.9*). Allerdings sollten anhand der Symptomatik des individuellen Falles die jeweils dominierenden Faktoren ermittelt und entsprechende therapeutische Maßnahmen ausgewählt werden.

pitta (**Tab. 7.3**, S. 28) und *rakta-dhātu* (**Tab. 7.5**, S. 30f.) sollten bei der Therapie von Hautkrankheiten besonders berücksichtigt werden.

Selbst wenn dieser Grundsatz bei den klassischen Darstellungen der *kuṣṭha*-Therapie nicht gesondert erwähnt wird, so belegen z. B. die klassischen Beschreibungen der *rakta*-Symptome (*Caraka, Sū. 28.11–13*) und die klinische Praxis seine Richtigkeit.

16.1.4 Allgemeine Ursachen

Die im Folgenden angegebenen **allgemeinen ätiologischen Faktoren** für *kuṣṭha* liefern wertvolle Informationen für die Prävention von Hautkrankheiten und bilden im Sinne des ayurvedischen Grundsatzes der Ursachenvermeidung auch die Basis für deren Behandlung (*Caraka, Ci. 7.4–8*, vgl. *Ni. 5.6*):

- Übermaß an „flüssiger“³³, fettig-ölig und schwer verdaulicher Nahrung

³³ Die Eigenschaft flüssig (*drava*) ist eine Qualität von *pitta*. Substanzen, die die Flüssigkeit im Körper vermehren, erhöhen *pitta-doṣa*. Im Besonderen ist damit der Konsum von (sauren) Fruchtsäften und salzigen Suppen gemeint. Werden diese im Übermaß genossen und nicht hinreichend ausgeschieden, kommt es zur Flüssigkeitsretention (*kleda*) im Körper, welche auch ein klassisches Anzeichen einer *rakta*-Störung ist. Da *rakta* und *pitta* wesentliche Faktoren bei der Pathogenese von Hautkrankheiten darstellen, sollten diese „flüssigen“ Nahrungsmittel gemieden werden.

Tab. 16.2 *kuṣṭha* auf einen Blick.

klassische Bezeichnung	<i>kuṣṭha</i>
deutsche Übersetzung	Hautkrankheiten
klassische Referenzen	<i>Caraka, Ci. 7</i> und <i>Ni. 5</i>
wichtigste Faktoren der samprāpti	<ul style="list-style-type: none"> • <i>vāta</i> • <i>pitta</i> • <i>kapha</i> • <i>tvak</i> • <i>rakta</i> • <i>māṃsa</i> • <i>lasikā</i>
Hauptursachen	<ul style="list-style-type: none"> • fettig-ölige und schwer verdauliche Nahrung • salzige und saure Nahrungsmittel • Fehlverhalten im Umfeld der Nahrungsaufnahme • unverträgliche Nahrungsmittelkombinationen (<i>viruddhāhāra</i>) • nicht regelgerecht durchgeführte Reinigungstherapien (<i>śodhana</i>) • Unterdrückung der natürlichen Reinigungsreflexe, insbesondere des Brechreizes • ethisches Fehlverhalten und psychische Faktoren
Arten	<ul style="list-style-type: none"> • sieben „große“ Formen (<i>mahā-kuṣṭha</i>) • elf „kleine“ Formen (<i>kṣudra-kuṣṭha</i>)
Hauptsymptome	<ul style="list-style-type: none"> • je nach Art der Hauterkrankung variierend
Therapiestrategie	<ul style="list-style-type: none"> • intensive Ausleitung (<i>śodhana</i>) • Emesis (<i>vamana</i>) • Purgieren (<i>virecana</i>) • Blutzug (<i>rakta-mokṣaṇa</i>) • <i>rakta-śodhana</i> („Blutreinigung“) • <i>pitta</i>-Reduktion • Packungen (<i>lepa</i>) • Bevorzugung bitterer, leicht verdaulicher Heil- und Nahrungsmittel • Meiden von sauren, scharfen, frittierten und schwer verdaulichen Nahrungsmitteln • Harmonisieren der Psyche

Tab. 16.3 Pathogenetische Faktoren von *kuṣṭha*.

<i>doṣa</i>	<i>dūsyā</i>
<i>vāta</i>	<i>tvak</i>
<i>pitta</i>	<i>rakta</i>
<i>kapha</i>	<i>māṃsa</i>
–	<i>lasikā*</i>

* Bei *lasikā* handelt es sich um klares Gewebwasser, das z. B. bei oberflächlichen Hautläsionen austritt oder den Inhalt von Blasen bildet. Auch die Lympflüssigkeit wird im Ayurveda als *lasikā* bezeichnet.

- Übermaß an ungekochter Nahrung (Ausnahme: Obst)
- Übermaß an salzigen und sauren Nahrungsmitteln
- Übermaß an frisch geernteten Getreiden, Joghurt, Fisch, *Māṣa* (*Vigna mungo*), Sesam, Rettich (schwarz, weiß, Radieschen) und Weiszmehl (*piṣṭa*)
- Nahrungsaufnahme vor vollständiger Verdauung der vorangegangenen Mahlzeit
- unverträgliche Nahrungsmittelkombinationen (*viruddhāhāra*)
- körperliche Belastung nach einer schweren Mahlzeit
- Sonneneinstrahlung oder Hitze nach einer schweren Mahlzeit
- Geschlechtsverkehr während der Verdauungsphase
- kalte Getränke sofort nach Sonneneinstrahlung, Hitze oder körperlicher Anstrengung
- nicht regelgerecht durchgeführte Reinigungstherapien (*śodhana*)
- Unterdrückung der natürlichen Reinigungsreflexe, insbesondere des Brechreizes (*vegadhāraṇā*)
- Tagesschlaf
- Ethik: z. B. Beleidigen von älteren Menschen oder Lehrern

16.1.5 Diagnose

Die Differentialdiagnose der einzelnen *kuṣṭha*-Formen ist schwer. Vor allem bereitet die Zuordnung zu modernen Krankheitsbildern Schwierigkeiten. Es existieren verschiedenste Versuche einer solchen Zuordnung. Im Folgenden ist eine mögliche

Interpretation der klassischen Beschreibungen dargestellt.

Kriterien des Hautbefundes

Zunächst sollen jedoch einige Kriterien wiedergegeben werden, die diese Aufgabe vereinfachen und die bei der Beschreibung des Hautbefundes helfen (Tab. 16.4).

Die in Tab. 16.5 aufgeführten Kriterien zur Bestimmung der Effloreszenz, also dem Grundelement der krankhaften Hautveränderung, stellen eine persönliche Übersetzung klassischer Begriffe dar. Meist ist diese Einteilung in der Praxis besser geeignet als die klassischen *kuṣṭha*-Unterformen.

doṣa-Zuordnung von Symptomen

Besonders hilfreich für die Differenzierung von Hautsymptomen sind die spezifischen *doṣa*-Phänomene (Tab. 16.6).

Tab. 16.4 Allgemeine klassische Kriterien zur Bestimmung des Hautbefundes.

klassische Bezeichnung	Kriterium des Hautbefundes	Abkürzung
<i>saṁsthāna</i>	Erscheinungsform bzw. Art der Effloreszenz	E
<i>varṇa</i>	Färbung	F
<i>vedanā, rujā</i>	Missempfindungen bzw. Schmerzen	M
<i>srāva</i>	Absonderungen	A
<i>sthāna</i>	Lokalisation bzw. Ausbreitung	L
<i>samutthāna</i>	Beginn und Verlauf	V
<i>anubandha*</i>	Chronizität, Dauer der Erkrankung	–
<i>prabhāva*</i>	Folgen, Komplikationen	–

* Die exakte Differenzierung der Begriffe *anubandha* und *prabhāva* ist schwer. Beide können „Komplikation“ bedeuten. In vorliegendem Kontext interpretieren die Autoren *anubandha* als Chronizität oder Dauer des Bestehens der Hautläsion; *prabhāva* als Komplikation. *Cakrapāṇi*, der wichtigste Kommentator der *Caraka-Saṁhitā*, versteht unter *prabhāva* Prognose, was im Zusammenhang mit der Bestimmung des Hautbefundes jedoch von geringerer Bedeutung erscheint als die Komplikationen.

Tab. 16.5 Spezielle Kriterien zur Bestimmung der Hauteffloreszenz.

klassische Bezeichnung	Effloreszenz
<i>an-utsanna-maṇḍala</i>	Fleck (Makula)
<i>utsanna-maṇḍala</i>	Papel (Papula)
<i>piḍikā</i>	Pusteln (Pustula) und Beulen
<i>sphoṭa, visphoṭa</i>	Blase, Bläschen (Vesikula)
<i>koṭha</i>	Quaddel (Urtika)
<i>granthi</i>	Geschwulst, Knoten (Tumor)
<i>vraṇa</i>	Wunden, Exkorationen, Geschwür (Ulkus)
<i>vraṇa-vastu</i>	Narbe (Zikatrix)
<i>sphuṭana</i>	Risse (Rhagaden)
<i>nāḍī</i>	Fistel, Sinus
<i>śakala, dala</i>	Schuppen (Squamae)
<i>rāga</i>	Rötungen (Erytheme)
<i>vaivarnya, vivarṇatā</i>	Verfärbungen

Tab. 16.6 Symptome der Haut und deren *doṣa*-Zuordnung (*Caraka, Ci. 7.34–36*).

doṣa	Symptome	
vāta	<i>rūkṣa</i>	trocken
	<i>khara</i>	rau
	<i>śūla</i>	schmerzhaft
	<i>toda</i>	stechender Schmerz
	<i>śoṣa</i>	abgemagert
	<i>saṁkoca</i>	zusammengezogen
	<i>āyāma</i>	(aus)geweitet
pitta	<i>harṣa</i>	Cutis anserina
	<i>śyāva</i>	zyanotisch
	<i>aruṇa</i>	bräunlich
	<i>rāga</i>	gerötet
	<i>dāha</i>	brennend

Tab. 16.6 Fortsetzung, Symptome der Haut und deren *doṣa*-Zuordnung (*Caraka, Ci.* 7.34–36).

<i>doṣa</i>	Symptome	
	<i>kleda</i>	feucht
	<i>parisrava</i>	nässend
	<i>pāka</i>	eiternd
	<i>aṅga-patana</i>	nekrotisch
	<i>visra-gandha</i>	fauliger Geruch
<i>kapha</i>	<i>snigdha</i>	fettig
	<i>śīta</i>	kühl
	<i>utseda</i>	erhaben
	<i>kaṇḍū</i>	juckend
	<i>sthairyā</i>	fixiert

Vorsymptome, Prodromi (*pūrva-rūpa*)

Um eine frühzeitige Diagnose und Therapie zu ermöglichen, beschreiben die klassischen Texte **Prodromi für *kuṣṭha*** (*Caraka, Ci.* 7.11 f.):

- farbliche Veränderungen
- zunehmend glatte oder raue Haut
- vermehrte oder verminderte Schweißbildung
- Juckreiz (*kaṇḍu*)
- Taubheitsgefühl, Parästhesien
- rezidivierende Cutis anserina („Gänsehaut“)
- rezidivierende Urtikabildung
- Brennen (*dāha*)
- Schmerzen an der Hautoberfläche, insbesondere gesteigertes Schmerzempfinden an Wunden oder Narben
- langwierige Wundheilung
- dunkle Verfärbung des Bluts

Treten diese Erscheinungen gehäuft auf, so wäre abzuklären, ob oben genannte Ursachen bestehen. Als erster Therapieschritt sind diese zu meiden. Ferner sollte mithilfe milder therapeutischer Maßnahmen versucht werden, den Krankheitsprozess an seiner weiteren Entwicklung zu hindern.

16.1.6 Klassische Nosologie

Es werden grundsätzlich **sieben „große“** (*mahā*), also schwerwiegende *kuṣṭha*-Formen, und **elf „kleine“** (*kṣudra*), also milde Formen, in den Klassikern erwähnt (**Tab. 16.7**).

Die Beschreibungen der unterschiedlichen *kuṣṭha*-Arten werfen für den modernen Mediziner Schwierigkeiten auf. Oft sind die Krankheitsbilder an Patienten schwer in abgegrenzter Form zu entdecken, da sie **eher kombiniert** auftreten. So können diese nur bedingt mit schulmedizinischen Konzepten in Zusammenhang gebracht werden.

16.1.7 Therapiemaßnahmen

Im Vordergrund der Behandlungsstrategie bei *kuṣṭha* steht die **Ausleitung** (*śodhana*). Sie sollte unter Einbeziehung aller drastischen Verfahren (*vamana, virecana*) so intensiv wie möglich gestaltet werden.

Die Einhaltung der allgemeinen ayurvedischen **Ernährungsempfehlungen** ist für die Behandlung von Hautkrankheiten ebenfalls sehr wichtig, v.a. die Lehre von den richtigen Kombinationen von Nahrungsmitteln (s.S. 112 f.). Zum Beispiel ist bei Hautpatienten streng darauf zu achten, dass Milch nicht mit sauren oder salzigen Speisen kombiniert wird.

Hautpatienten sollten bittere, leicht verdauliche Nahrungsmittel bevorzugen und saure, scharfe, frittierte sowie schwer verdauliche meiden.

Häufig spielen **psychische Aspekte** eine Rolle bei der Entstehung von Hautkrankheiten. Entsprechende psychotherapeutische Ansätze sind demnach nicht zu vernachlässigen (s.S. 62).

In diesem Zusammenhang wird im Ayurveda noch ein weiterer Aspekt berücksichtigt. Ohne auf die Hintergründe der *karma*-Theorie näher eingehen zu wollen, ist es nach ayurvedischer Vorstellung möglich, dass sich **ethisches Fehlverhalten** auf den Zustand der Haut auswirken kann. Die klassischen Texte benennen dies explizit als eine Ursache für *kuṣṭha* – einer Erkrankung, die das Hautbild entstellt und somit die Attraktivität sowie das „Ansehen“ des Betroffenen mindert. Besonders

Tab. 16.7 Klassische Beschreibung der *kuṣṭha*-Formen (*Caraka, Ci. 7.10* und 13–26).

<i>mahā-kuṣṭha</i>	„große“ Hauterscheinungen	Beschreibung	<i>doṣa</i> -Dominanz
<i>kapāla</i>	„zerbrochenes Tongefäß“	E: unregelmäßige Form F: bräunlich-schwarze Färbung M: kneifender Schmerz	<i>vāta</i>
<i>udumbara</i>	„rote Früchte des <i>Udumbara</i> -Baumes“	F: gerötet mit einer rötlich-braunen Verfärbung der Körperbehaarung im Bereich der betroffenen Hautstelle M: schmerzhaft, brennend, juckend	<i>pitta</i>
<i>maṇḍala</i>	„Kreis, Ring, Scheibe“	E: ölig-fettig, feucht, leicht erhaben (<i>utsanna</i>), konfluierend F: rötlich oder weißlich	<i>kapha</i>
<i>rṣya-jihva</i>	„Hirschzunge“	E: rau, Form wie die Zunge einer Antilope F: gerötete Ränder, Zentrum bläulich M: schmerzhaft	<i>vāta, pitta</i>
<i>punḍarīka</i>	„Lotus“	E: papulös (<i>utsanna-maṇḍala</i>) F: rötlich oder weiß	<i>pitta, kapha</i>
<i>sidhma</i>	„weiß getüpfelter Aussatz“	E: sehr flach, staubiger Abrieb F: weiß oder kupferfarben L: zumeist auf dem Thorax	<i>vāta, kapha</i>
<i>kākaṅaka</i>	„dunkelorange Früchte eines Baumes“	M: sehr schmerzhaft A: eitrig	starke Ausprägung aller drei <i>doṣa</i>
<i>kṣudra-kuṣṭha</i>	„kleine“ Hauterscheinungen	Beschreibung	<i>doṣa</i> -Dominanz
<i>eka-kuṣṭha</i>	<i>eka</i> = „eins, einheitlich“	E: fischschuppenartig L: fast an der gesamten Körperoberfläche A: reduzierte bis fehlende Schweißbildung Ü: Ichthyose	<i>vāta, kapha</i>
<i>(hasti-)carma</i>	„(Elefanten)Haut“	E: Vergrößerung und Verdickung der Haut, rau F: graue Färbung Ü: chronische Dermatitis	<i>vāta, kapha</i>
<i>kiṭībha, kiṭīma</i>	„Laus“	E: rau, verhärtet, narbenähnlich F: bläulich-schwärzlich bzw. zyanotische Färbung (<i>śyāva</i>) Ü: Psoriasis	<i>vāta, kapha</i>
<i>vipādika</i>	<i>pāda</i> = „Fuß“	E: Risse an Fußsohlen und Handflächen M: schmerzhaft Ü: bei Trockenheit oder Ekzemen	<i>vāta, kapha</i>
<i>alasaka</i>	„müde, inaktiv“	F: rötlich M: juckend L: nur auf den Wangen	<i>vāta, kapha</i>
<i>dadru</i>	„Aussatz“	E: kreisförmig, kleine randständige Papeln (<i>utsanna-maṇḍala</i>) F: leicht gerötet M: schmerzhaft, juckend Ü: Mykosen	<i>pitta, kapha</i>

Tab. 16.7 Fortsetzung, Klassische Beschreibung der *kuṣṭha*-Formen (*Caraka, Ci.* 7.10 und 13–26).

<i>kṣudra-kuṣṭha</i>	„kleine“ Hauterscheinungen	Beschreibung	<i>doṣa</i> -Dominanz
<i>carma-dala</i>	„Hautplatzen, Hautfetzen“	E: Bläschen (<i>sphoṭa</i>) mit Hautablösungen F: gerötet M: schmerzhaft, juckend, berührungsempfindlich Ü: Dermatitis bullosa oder herpetiformis	<i>pitta, kapha</i>
<i>pāmā</i>	„Hautkrankheit, Krätze“	E: viele kleine, sekretbildende Pusteln M: juckend, brennend F: rötlich L: meist in der Hüftregion	<i>pitta, kapha</i>
<i>visphoṭa</i>	„Blase, Beule“	E: Blasen F: bläulich oder bräunlich Ü: Pemphigoid	<i>pitta, kapha</i>
<i>śatāru</i>	„100 Beulen“	E: viele Beulen mit Geschwürbildung F: rötlich, zyanotisch M: schmerzhaft, brennend	<i>pitta, kapha</i>
<i>vicarcikā</i>	„Hülle“	E: pustulös, starke Absonderungen F: zyanotisch M: juckend Ü: akuter Dermatitis-Schub	<i>kapha</i>

E = Erscheinungsbild, F = Färbung, M = Missemphindungen, L = Lokalisation, A = Absonderungen, Ü = mögliche Übertragung auf Krankheitsbilder der modernen Dermatologie (Tab. 16.4, S. 250)

bei schweren oder unheilbaren Hautkrankheiten sollte deswegen der mögliche Einfluss ethischen Fehlverhaltens durch die **subtile Therapiemethoden** (*daiva-vyapāśraya-cikitsā*) minimiert werden (s.S. 62 f.). Selbst wenn diese Ansätze auf dem Boden naturwissenschaftlichen Denkens nicht erklärbar sind, außer vielleicht als Placeboeffekt, so haben sie sich doch in der Praxis bewährt. Gerade bei stark psychisch überlagerten Fällen bilden sie eine mögliche Ergänzung, wenn herkömmliche Verfahren nicht zufriedenstellend wirken.

Ausleitung (*śodhana*)

Bei Hautkrankheiten sollte stets eine **maximale Ausleitungsintensität** angestrebt werden.

Klassische Aussagen und die praktische Erfahrung stützen diesen Grundsatz. Die klassischen Schemata zur zeitlichen Durchführung der Ausleitung und die Modifikationen bei Kontraindikationen gibt Tab. 16.8 wieder.

Der Einsatz von **reinigenden Einläufen** (*nirūha-basti*) bei Hautkrankheiten wird im Ayurveda kontrovers beurteilt. Laut *Caraka* (*Si.* 2.14) sind sie kontraindiziert; von *Suśruta* (*Ci.* 35.22) werden sie empfohlen. Die praktischen Erfahrungen stützen *Suśrutas* Aussage, wobei sich die Anwendung von *nirūha-basti* bei Hautkrankheiten besonders bewährt hat. Vor allem wenn die drastischen Verfahren (*vamana, virecana*) kontraindiziert sind, bilden die Einläufe eine sichere, aber dennoch effektive Methode zum Zwecke der Ausleitung.

Ein weiteres Konzept bei der Therapie von Hauterkrankungen ist die **„Blutreinigung“** (*rakta-śodhana*). Dies wird zum einen bei systemischen Erkrankungen durch Blutentzug mittels Aderlässen (*sirā-vedha*) erreicht und bei lokal begrenzten Prozessen mittels Blutegeln (*jalaukā*). Zum anderen wirken bittere Substanzen (*tikta*) blutreinigend.

Schweißtreibende Dampfbehandlungen (*svedana*) sind neben ihrer Funktion als Vorbereitung für die Ausleitung (*pūrva-karma*) besonders bei *kapha*-dominierten Hauterkrankungen eine eigenständige Therapie.

Tab. 16.8 Klassisches Schema für die Zeiten der Ausleitung mit Modifikationen.

Verfahren	klassisch (<i>Vāgbhaṭa</i> , <i>Ci.19.92 ff.</i>)	bei gutem Allge- meinzustand (ohne Kontraindikationen)	bei Kontraindikation von <i>vamana</i>	bei Kontraindikation von <i>vamana</i> und <i>virecana</i>
Emesis (<i>vamana</i>)	alle 2 Wochen	alle 2 Wochen	–	–
Purgieren (<i>virecana</i>)	alle 4 Wochen	alle 4 Wochen	alle 4 Wochen	–
Dekokteinlauf (<i>nirūha</i>)	–	1–2 Wochen lang 1× tägl.	1–2 Wochen lang 1× tägl.	1–2 Wochen lang 1× tägl.
Blutentzug (<i>rakta-mokṣaṇa</i>)	alle 6 Monate	je nach Intensität der Symptome: • 2× pro Woche • 1× pro Woche • alle 2 Wochen • 1× im Monat	je nach Intensität der Symptome: • 2× pro Woche • 1× pro Woche • alle 2 Wochen • 1× im Monat	je nach Intensität der Symptome: • 2× pro Woche • 1× pro Woche • alle 2 Wochen • 1× im Monat
Packungen (<i>lepa</i>)	alle 4 Tage	1× tägl.	1× tägl.	1× tägl.

Äußere Anwendungen

Verschiedene Packungen (*lepa*), Salben (*mala-hara*) und Öle (*taila*) werden je nach Symptombild äußerlich angewendet. **Schwefel** (*gandhaka*) verdient besondere Erwähnung als eine der wichtigsten Substanzen sowohl für die äußerliche als auch

innerliche Behandlung von Hautkrankheiten. Gängige **äußere Anwendungen** sind:

- Packungen (*lepa*) und Salben (*mala-hara*)
- Ganzkörperölmassagen (*abhyāṅga*)
- Dampfbäder (*svedana*)

Medikamentöse Therapie

Die Phytotherapie spielt eine wichtige Rolle bei der Behandlung von Hautkrankheiten. In **Tab. 16.9** und **Tab. 16.10** sind gängige Einzeldrogen bzw. Kombinationspräparate sowohl für die innere als auch für die äußerliche Anwendung aufgeführt.

Neben den **Bitterdrogen** gibt es eine Reihe von Heilmitteln im Ayurveda, die generell „**hauttherapeutisch**“ (*kuṣṭha-ghna*) wirken. Einige fördern die „Färbung“ und somit die **Schönheit** der Haut (*vārṇya*). Andere verbessern die **Qualität der Haare** (*keśya*) und können auch als **haarwuchsfördernde** Drogen (*roma-saṅjanana*) eingesetzt werden. **Wundheilende** (*ropana*), **kühlende** (*uṣṇa-praśamana*), **desodorierende** (*pūti-hara*), **entzündungs- und schwelgereduzierende** (*śoṭha-hara*) und **juckreizlindernde** (*kaṇḍū-ghna*) Mittel sind ebenfalls bekannt.



Abb. 16.1 Wohltuende Massage mit hochwertigem Öl.

Tab. 16.9 Einzeldrogen für die Behandlung der Haut mit ihren wichtigsten Wirkungen.

Sanskrit-Bezeichnung	botanische/deutsche Bezeichnung	allgemeine Wirkungen
<i>Dhānyaka</i>	Coriandrum sativum, Koriander	appetitanregend; <i>pitta</i> -reduzierend; unterstützend bei allen <i>pitta</i> -Symptomen; bei Akne Verwendung als Packung (<i>lepa</i>)
<i>Miśreyā</i>	Foeniculum vulgare, Fenchel	<i>pitta</i> -reduzierend; unterstützend bei allen <i>pitta</i> -Symptomen; kühlend
<i>Kuṅkuma</i>	Crocus sativus, Safran	Reduktion aller drei <i>doṣa</i> ; Förderung der Schönheit der Haut (<i>vārṇya</i>); aromatisch; Verwendung auch in Salben und Packungen (<i>lepa</i>)
<i>Haridrā</i>	Curcuma longa, Gelbwurz	„blutreinigend“ (<i>rakta-śodhana</i>); Bitterdroge; leber- und galleanregend; antiseptisch, v. a. auch bei offenen Verletzungen; Reduktion aller drei <i>doṣa</i>
<i>Śatapatri</i>	Rosa centifolia, Zentifolienblüten	<i>pitta</i> -reduzierend; kühlend; Förderung der Schönheit der Haut (<i>vārṇya</i>); aromatisch
<i>Candana</i>	Santalum album, Sandelholz	kühlend; <i>pitta</i> -reduzierend; auch äußerliche Verwendung als aromatisches Hautpflegemittel und bei kleineren Entzündungen
<i>Japā</i>	Hibiscus rosasinensis, rote Hibiskusblüten	haarwuchsfördernd als lokale Anwendung bei Alopezie
<i>Kumārī</i>	Aloe vera, Echte Aloe	kühlend; choloretisch; lokal entzündungshemmend und gut als Erstversorgung von Verbrennungen
<i>Yaṣṭimadhu</i>	Glycyrrhiza glabra, Süßholz	gut für die Haare (<i>keśya</i>); wundheilungsfördernd; juckreizlindernd ! Wirkt in höherer Dosierung hypertonisch.
<i>Āmalakī</i>	Emblica officinalis, Indische Stachelbeere	generelles <i>rasāyana</i> ; bestes pflanzliches Mittel zur Reduktion von <i>pitta</i> ; Verwendung als Haaröl und für Packungen der Kopfhaut
<i>Śatāvarī</i>	Asparagus racemosus, Wilder Spargel	gut für die Haare (<i>keśya</i>); <i>rasāyana</i>
<i>Brāhmī</i>	Bacopa monnieri, Kleines Fettblatt	hilfreich bei psychisch bedingten Hautkrankheiten (<i>medhya</i>)
<i>Māṇḍūkā-parṇī</i>	Centella asiatica, Indischer Wassernabel	hilfreich bei psychisch bedingten Hautkrankheiten (<i>medhya</i>); „blutreinigend“ (<i>rakta-śodhana</i>)
<i>Guḍūcī</i>	Tinospora cordifolia, Guduchi	<i>rasāyana</i> ; Bitterdroge; „blutreinigend“ (<i>rakta-śodhana</i>)
<i>Nimba</i>	Azadirachta indica, Niembaum	antiseptisch; Bitterdroge; „blutreinigend“ (<i>rakta-śodhana</i>); lokale Anwendung bei Mykosen
<i>Khadira</i>	Acacia catechu, Gerber-Akazie	laut klassischer Aussage „bestes Hauttherapeutikum“ (<i>kuṣṭha-ghna</i>)
<i>Bhūmy-āmalakī</i>	Phyllanthus niruri, Bitterer Stachelbeerbaum	kühlend; hauttherapeutisch (<i>kuṣṭha-ghna</i>)

Tab. 16.9 Fortsetzung, Einzeldrogen für die Behandlung der Haut mit ihren wichtigsten Wirkungen.

Sanskrit-Bezeichnung	botanische/deutsche Bezeichnung	allgemeine Wirkungen
<i>Bhṛṅgarāja</i>	Eclipta alba, Mehlblume	gut für die Haare (<i>keśya</i>)
<i>Dāruharidrā</i>	Berberis aristata, Indische Berberitze	hauttherapeutisch (<i>kuṣṭha-ghna</i>)
<i>Bākuṅcī</i>	Psoralea corylifolia, Harzklees	Hauptmittel bei der Behandlung von Vitiligo
<i>Kākodumbara</i>	Ficus hispida	hilfreich bei Vitiligo
<i>Cakramarda</i>	Senna tora, alt: Cassia tora	hauttherapeutisch (<i>kuṣṭha-ghna</i>); juckreizlindernd; hilfreich bei Mykosen

Tab. 16.10 Kombinationspräparate für die Behandlung der Haut mit ihren wichtigsten Wirkungen.

Sanskrit-Bezeichnung	Klassifikation	allgemeine Wirkungen
<i>Triphalā-cūrṇa</i>	Pulverkombination aus drei Früchten mit <i>Harītakī</i> (<i>Terminalia chebula</i>)	mildes bewährtes Abführmittel; generelles <i>rasāyana</i>
<i>Manjiṣṭhādi-kvātha</i>	Dekokt mit <i>Manjiṣṭa</i> (<i>Rubia cordifolia</i>)	berühmtes blutreinigendes Mittel; Basistherapeutikum der meisten Hautkrankheiten
<i>Samśamanī-vaṭī</i>	Extrakt von <i>Guḍūcī</i> (<i>Tinospora cordifolia</i>)	<i>rasāyana</i> ; Bitterdroge; „blutreinigend“ (<i>raktaśodhana</i>)
<i>Kaiśora-guggulu</i>	Präparat mit <i>Guggulu</i> (<i>Commiphora mukul</i>) und <i>Guḍūcī</i> (<i>Tinospora cordifolia</i>)	Basismittel für die meisten Hautkrankheiten und <i>rakta-dhātu</i> -Störungen ! Vereinzelt wurden allergische Reaktionen beobachtet.
<i>Daśāṅga-lepa</i>	Packung mit 10 pflanzlichen Bestandteilen	entzündungshemmend; lokale Anwendung
<i>Nimba-lepa</i>	Packung mit <i>Nimba</i> (<i>Azadirachta indica</i>)	<i>pitta</i> -reduzierend; antiseptisch; gut bei Mykosen; lokale Anwendung
<i>Candana-lepa</i>	Packung mit <i>Candana</i> (<i>Santalum album</i>)	kühlend; entzündungshemmend; lokale Anwendung
<i>Haridrā-lepa</i>	Packung mit <i>Haridrā</i> (<i>Curcuma longa</i>)	antiseptisch; entzündungshemmend; lokale Anwendung
<i>Nilībhṛṅgādi-taila</i>	mediziniertes Öl mit <i>Bhṛṅgarāja</i> (<i>Eclipta alba</i>) und <i>Nilī</i> (<i>Indigofera tinctoria</i>)	gut für die Haare (<i>keśya</i>); lokale Anwendung
<i>Māricyādi-taila</i>	mediziniertes Öl mit <i>Marīca</i> (<i>Piper nigrum</i>)	hilfreich bei <i>kapha</i> -dominierten Hautkrankheiten; lokale Anwendung
<i>Jātyādi-taila</i>	mediziniertes Öl mit <i>Jātī</i> (<i>Jasminum grandiflorum</i>)	Unterstützung der Wundheilung; lokale Anwendung
<i>Gandhaka-malahara</i>	Salbe mit Schwefel	hilfreich bei <i>kapha</i> -dominierten Hautkrankheiten; lokale Anwendung

Tab. 16.10 Fortsetzung, Kombinationspräparate für die Behandlung der Haut mit ihren wichtigsten Wirkungen.

Sanskrit-Bezeichnung	Klassifikation	allgemeine Wirkungen
<i>Śatadhautā-ghṛta</i>	100-fach gewaschenes Butterreinfett	hilfreich bei brennenden Empfindungen und Blasenbildung; lokale Anwendung
<i>Jātyādi-ghṛta</i>	mediziniertes Butterreinfett mit <i>Jāī</i> (<i>Jasminum grandiflorum</i>)	Unterstützung der Wundheilung; lokale Anwendung
<i>Pañcatikta-ghṛta</i>	mediziniertes Butterreinfett mit Bitterdrogen	generelles Mittel zur <i>pitta</i> -Reduktion; Bitterdroge; „blutreinigend“; auch lokal einsetzbar
<i>Haridrā-khaṇḍa</i>	süßes Präparat mit <i>Haridrā</i> (<i>Curcuma longa</i>)	hauttherapeutisch (<i>kuṣṭha-ghna</i>); juckreizlindernd
<i>Gandhaka-rasāyana</i>	Schwefelpräparat	hauttherapeutisch (<i>kuṣṭha-ghna</i>) ! Das traditionelle Herstellungsverfahren und die Dosierung sind zu beachten.
<i>Śaṅkha-bhasma</i>	Muschelrasche	<i>pitta</i> -reduzierend ! Das traditionelle Herstellungsverfahren und die Dosierung sind zu beachten.
<i>Muktā-pravāla-pañcāmṛta</i>	alchemistisches Präparat mit kalzinierter Muschel-, Perlen- und Korallenrasche	<i>pitta</i> -reduzierend ! Das traditionelle Herstellungsverfahren und die Dosierung sind zu beachten.
<i>Kāmadudhā-rasa</i>	alchemistisches Präparat auf mit kalzinierter Eisenerz- und Boraxrasche, zuweilen mit Perlenrasche versetzt	<i>pitta</i> -reduzierend ! Das traditionelle Herstellungsverfahren und die Dosierung sind streng zu beachten.
<i>Ārogyavardhinī-vaṣī</i>	alchemistisches Präparat mit kalzinierter Eisen-, Kupfer-, Schwefel-, und Quecksilberrasche	hauttherapeutisch (<i>kuṣṭha-ghna</i>); cholegog ! Das traditionelle Herstellungsverfahren und die Dosierung sind streng zu beachten.

Ernährung und Verhalten

Bei der Wahl der Nahrungsmittel und Verhaltensempfehlungen sind die spezifischen Ursachen und *doṣa*-Dominanzen des Falles zu berücksichtigen, ansonsten gelten die Empfehlungen in **Tab. 16.11**.

16.2 Moderne Krankheitsbilder

Nach der Beschreibung der allgemeinen Therapiestrategien für *kuṣṭha* folgt nun eine Darstellung moderner dermatologischer Krankheitsbilder.

16.2.1 Pruritus

Nach ayurvedischer Auffassung beruht **Juckreiz** (*kaṇḍū*) generell auf einer *kapha*-Aggravation. Entsteht der Juckreiz aufgrund von **Trockenheit**,

so müssen *vāta* und *kapha* behandelt werden. Sind **Hautirritationen** dafür verantwortlich, die eher einen brennenden Juckreiz hervorrufen, dann müssen *pitta* und *kapha* berücksichtigt werden.

Juckreiz tritt meist als Begleiterscheinung von Hautkrankheiten auf, wie z. B. bei der Urtikaria und bei Mykosen. In diesem Fall steht die Behandlung der Grunderkrankung im Vordergrund. Zuweilen zeigt sich Juckreiz jedoch auch als primäres Phänomen und ist dann direkt zu behandeln. Bei allen Formen sind folgende Empfehlungen hilfreich.

Äußere Anwendungen

Mediziniertes Öl (*taila*)

- **Durchführung:** Das Öl ist 1–2× tägl. sanft einzureiben.

Tab. 16.11 Allgemeine Ernährungs- und Verhaltensempfehlungen bei Hauterkrankungen.

	empfehlenswert	zu meiden
Ernährung	<ul style="list-style-type: none"> • Bevorzugung bitterer, leicht verdaulicher Substanzen • warme Mahlzeiten • länger als ein Jahr gelagerter Reis, Gerste, Weizen, <i>Mudga</i> (<i>Vigna radiata</i>), <i>Masūra</i> (<i>Lens culinaris</i>), <i>Ādhakī</i> (<i>Cajanus cajan</i>) • bittere Gemüse; alle Kürbisgewächse, inkl. Zucchini und Gurken • <i>ghī</i> • süße Früchte • Kurkuma, Ingwer, bittere Kräuter 	<ul style="list-style-type: none"> • saure, scharfe, salzige, frittierte Nahrung • schwer verdauliche und <i>srotas</i>-blockierende (<i>abhiṣyandī</i>) Nahrung • verstopfende Nahrungsmittel • Zucker bzw. Rohrohrzuckermasse (<i>guḍa</i>) • Tomaten, saure Früchte • nicht vegetarische Kost (Eier, Fleisch, Fisch, Wurst) • Sesam, <i>Māṣa</i> (<i>Vigna mungo</i>) • unverträgliche Nahrungsmittelkombinationen (<i>viruddhāhāra</i>), insbesondere mit Milch • Nahrungsaufnahme vor vollständiger Verdauung der vorangegangenen Mahlzeit • kalte Getränke sofort nach Sonneneinstrahlung, Hitze oder körperlicher Anstrengung
Verhalten	<ul style="list-style-type: none"> • Schwitzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Tagesschlaf • Unterdrückung der natürlichen Reinigungsreflexe, insbesondere des Brechreizes (<i>vega-dhāraṇā</i>) • negative Gefühle (insbesondere Ängste und Aggressionen) • körperliche Belastung nach einer schweren Mahlzeit • Sonneneinstrahlung oder Hitze nach einer schweren Mahlzeit • Geschlechtsverkehr während der Verdauungsphase • nicht regelgerecht durchgeführte Reinigungstherapien (<i>śodhana</i>)

- **Öl:** *Mārīcyādi-taila* oder Senföhl

bei *pitta*-Beteiligung ersatzweise:

- **Öl:** *Jātyādi-taila*

Packung (*lepa*)

- **Durchführung:** 1–2× tägl. das Pulver mit Wasser anrühren, fixieren und mehrere Stunden einwirken lassen.
- **Präparat:** *Nimba* (*Azadirachta indica*)

Medikamentöse Therapie

Linctus (*avaleha*)

- **Darreichung:** 2× tägl.
- **Linctus:** *Haridrā-khaṇḍa* 4–5 g

Tabletten (*vaṭī*)

- **Darreichung:** 2–3× tägl.
- **Tabletten:** *Ārogyavardhinī-vaṭī* 500 mg



Das traditionelle Herstellungsverfahren und die Dosierung sind streng zu beachten.

Ernährung und Verhalten

Es gelten bei Pruritus die allgemeinen Ernährungs- und Verhaltensempfehlungen für *kuṣṭha* (Tab. 16.11).

16.2.2 Akne vulgaris

Auf Sanskrit wird die Akne als *mukha-dūṣikā* („Gesichtsverderber“) oder *yuvāna-piḍikā* („Jugendpusteln“) bezeichnet. Als wichtigste Faktoren der Pathogenese von *mukha-dūṣikā* werden in den Klassikern *kapha* und *vāta* und als betroffenes Gewebe (*dūṣya*) das **Blutgewebe** (*rakta*) angesehen (*Suśruta, Ni.* 13.37). In der Praxis jedoch hat sich die konsequente ***pitta*-Reduktion** als wirkungsvoller erwiesen und neben *rakta* sind das Sekundär-gewebe Haut (*tvak*), der Schweiß (*sveda*) und das Fettgewebe (*medas*) ebenfalls zu berücksichtigen.

Die Akne kann meist allein mit einer **konsequen-ten Ernährungsumstellung** positiv beeinflusst

Shive Narain Gupta
Elmar Stapelfeldt

Praxis Ayurveda-Medizin

kāya-cikitsā
Therapiekonzepte für innere Erkrankungen



 Haug

Gupta / Stapelfeldt

[Praxis Ayurveda-Medizin](#)

kaya-cikitsa - Therapiekonzepte für Innere
Erkrankungen

452 Seiten, geb.
erschienen 2009



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de