

# Dobos / Deuse / Michalsen Chronische Erkrankungen integrativ

Leseprobe

[Chronische Erkrankungen integrativ](#)

von [Dobos / Deuse / Michalsen](#)

Herausgeber: Elsevier Urban&Fischer Verlag



<http://www.narayana-verlag.de/b3712>

Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.  
Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern  
Tel. +49 7626 9749 700  
Email [info@narayana-verlag.de](mailto:info@narayana-verlag.de)  
<http://www.narayana-verlag.de>



**Meteorismus, Völlegefühl:**

- **Pfefferminzöl** (*Menthae piperitae folium*): Anwendung in Form von Magensaftresistenten Kapseln (vgl. oben);
- **Fenchel Früchte** (*Foeniculi fructus*) spasmolytisch, karminativ, Stomachikum, mild antimikrobiell; Anwendung in Form von Tee oder als Fertigprodukt (vgl. unten);
- **Kümmel Früchte** (*Carvi fructus*) spasmolytisch, karminativ, Stomachikum, antimikrobiell; Anwendung in Form von Tee oder als Fertigprodukt (vgl. unten);
- **Anis Früchte** (*Anisi fructi*) spasmolytisch, karminativ, Stomachikum, mild antimikrobiell; Anwendung in Form von Tee oder als Fertigprodukt (vgl. unten);
- **Melissenblätter** (*Melissae folium*) antikarminativ, entspannend, schlaffördernd, antiviral; Anwendung in Form von Tee oder als Fertigprodukt (vgl. unten);
- **Karminativa:** Kombinationsfertigpräparate aus Kamille, Fenchel, Pfefferminz, Kümmel und Pommeranzenschale (z. B. *Carminativum-Hetterich®*), Tagesdosierung 3-mal tgl. 30 Tr.

**Motilitätsbedingte Symptome:**

**Iberogast-Tinktur®:** Kombinationspräparat aus Schleifenblumen, Kamilleblüten, Pfefferminzblätter, Angelikawurzel, Melissenblätter, Schöllkraut, Süßholzwurzel (vgl. oben).

**Bei Meteorismus und Flatulenz:**

- Teemischung aus 10 g Korianderfrüchte, 10 g Kümmel Früchten, 5 g Anis Früchten, 10 g Fenchel Früchten, 10 g Wermutkraut, 10 g Pfefferminzblättern; Zubereitung: 1–2 TL, ¼ l kochendes Wasser, 5–7 min. abgedeckt ziehen lassen, 3-mal tgl. 1–2 Tassen trinken;
- Teemischung aus 20 g Kümmel Früchten, 20 g Anis Früchten, 20 g Fenchel Früchten und 20 g Kamillenblüten; Zubereitung: 1–2 TL, ¼ l kochendes Wasser, 5–7 min. abgedeckt ziehen lassen, 3-mal tgl. 1–2 Tassen trinken.

**■ Bei Diarrhö**

Teemischung aus 50 g Pfefferminzblättern und 50 g Kamillenblüten; Zubereitung: 1–2 TL, ¼ l kochendes Wasser, 5–7 min. abgedeckt ziehen lassen, 3-mal tgl. 1–2 Tassen trinken.

**Homöopathie**

Spezifische Studien für die Homöopathie beim Reizdarmsyndrom liegen nicht vor. Die Konstitutionstherapie wird weitgehend von den individuellen Symptomen

bestimmt. Für die Indikation Reizdarm kommen unter anderem folgende Homöopathika zum Einsatz:

- **Aloe (D4/D6)** schleimig-dünner Stuhl, mit viel Blähungen am Morgen, eventuell mit Krämpfen, Aufstoßen vor dem Stuhlgang, Erschöpfung nach der Defäkation, Entleerung sofort nach der Nahrungsaufnahme und am frühen Morgen;
- **Argentum nitricum (D12):** Aufstoßen, drückende brennende Magenschmerzen, Gähnzwang, Reizbarkeit, Besserung nach dem Essen;
- **Chamomilla (D6/D30):** Überempfindliche, leicht reizbar und nervös, Diarrhö;
- **Nux vomica (D4):** bei Koliken, Übelkeit, belegter Zunge, Magendruck, Reizbarkeit, Verlangen nach Genussgiften wie Alkohol und Nikotin, die nicht vertragen werden;
- **Carbo vegetabilis (D6/D30):** Blähung, Schwäche, Erschöpfung, Nahrungsmittelunverträglichkeit, brennender Schmerz, Verschlechterung nach dem Essen;
- **Colocynthis (D6):** krampfartige Schmerzen im Unterbauch, Koliken, unterdrückte Wut, ruhelos, nervös, reizbar.

**Physikalische Therapie**

Wissenschaftliche Daten zum Einsatz von beim Reizdarmsyndrom liegen nicht vor, der Einsatz kann aber als wissenschaftlich plausibel und Empirie-gestützt angesehen werden.

**■ Kneipp-Therapie (☞ 21)**

Wirkung: reflektorische Wirkung, vegetativ stabilisierend, spasmolytisch, karminativ, gewebestraffend, Schmerz lindernd, beruhigend, schlaffördernd.

- Kneipp'sche Leibwaschungen;
- Spiralguss;
- Kalt-feuchter Leibwickel (☞ 21);
- Warme Auflagen (☞ 21): Wirkung: passive Aufwärmung, allgemein entspannend, beruhigend, schlaffördernd.
- Kümmelleibauflage: Einmassieren von Kümmelöl auf dem Bauch, abdecken mit lauwarmen bzw. feuchten Baumwolltuch, den Leib mit einem trockenen Baumwolltuch umwickeln, darüber eine Wärmflasche legen, Anwendung für ca. 30 min.; Wirkung: karminativ
- Heublumensack.

**■ Balneotherapie**

Wirkung: Einfluss auf Parasympathikus, Vasodilatation, entspannend, vegetativ stabilisierend.

Badezusätze werden zum Teil über die Haut resorbiert. Sitz- oder Halbbäder mit Heublumen (Cave: Allergie), Melisse oder Zinnkraut, Fertigpräparate evtl. angereichert mit frischer Droge, Temperatur 36–38 °C, Dauer 10–20 min.

### Manuelle Therapie

- Kolonmassage;
- Anleitung zur Selbstmassage Kolon-Ausstreichung);
- Reflexzonenmassage bei Befund (Bindegewebszonen).

## 7.2.6 Integrativer Stufenplan

	Klinik	Konventionelle Therapie (EAS <sup>®</sup> 7.2.4)	Komplementäre Therapie (EAS <sup>®</sup> 7.2.5)
1	Gering bis mäßiger episodischer Schmerz (VAS < 3)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Klare Diagnosevermittlung mit Interpretation der Diagnoseergebnisse (Reassurance)</li> <li>• Aufklärung über Wesen und Ursache der Beschwerden (Krankheitsmodell, Edukation)</li> <li>• Allgemeine körperlich kräftigende, robrierende Maßnahmen</li> <li>• Ernährungsberatung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratung</li> <li>• Leichte Mediterrane Vollwertkost unter Berücksichtigung von Unverträglichkeiten</li> <li>• Kneipp-Therapie</li> <li>• Teemischungen</li> <li>• Entspannungstraining</li> </ul>
2	Stärkerer episodischer Schmerz (VAS 4–7), einige Begleitsymptome	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermeiden wiederholter Diagnostik</li> <li>• Stabiles Arzt-Patienten-Verhältnis (therapeutisches Bündnis)</li> <li>• Förderung der Eigenverantwortung; Identifizierung und Abbau von allgemeinen und beruflichen Stressfaktoren</li> <li>• Einfach erlernbare Entspannungsübungen</li> <li>• Aufzeigen von unterstützenden medikamentösen Maßnahmen (EAS<sup>®</sup> 7.2.1)</li> <li>• Konfliktklärung im psychosozialen Bereich</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ordnungstherapie (Lebensstilmodifikation, Stress-Reduktion, Coping, Entspannungsverfahren)</li> <li>• Individuelle Ernährungsberatung</li> <li>• Ausdauertraining, komplexe Bewegungstherapie</li> <li>• Phytotherapie, individuelle Therapie abhängig von den vorherrschenden Symptomen</li> <li>• Intensivierte Kneipp-Therapie</li> <li>• Akupunktur/TCM</li> <li>• Selbsthilfegruppe</li> </ul>
3	Starke Schmerzen (VAS > 7), multiple Begleitsymptome, hohe Psychopathologie, sozialer Rückzug	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausweitung der medikamentösen Maßnahmen (EAS<sup>®</sup> 7.2.1)</li> <li>• Psychotherapie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intensives, ganzheitliches Schulungsprogramm (individuelle Anleitung)</li> </ul>

## Reizdarm

### Evidenzgrad und Plausibilität der komplementären Therapie

Therapieverfahren	Evidenzgrad/Plausibilität
Ordnungstherapie, Mind/Body-Medicine, MBSR	Lebensstilveränderungen II–III (**) Entspannungsverfahren Ia
Ernährung	Mediterrane Vollwertkost II–III (**)
Bewegungstherapie	II–III (**)
TCM/Akupunktur	Akupunktur II–III (**)
Phytotherapie	Pfefferminzblätter Ib In Kombination mit Kümmelfrüchten (Enteroplant <sup>®</sup> ) Ib Flohsamenschalen Ib Iberogast <sup>®</sup> Ib
Homöopathie	IV (*)
Physikalische Therapie	Kneipp-Hydrotherapie IV (**)



Dobos / Deuse / Michalsen

[Chronische Erkrankungen integrativ](#)

Konventionelle und komplementäre  
Therapie

576 Seiten, geb.  
erschienen 2006



**bestellen**

Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder  
Lebensweise [www.narayana-verlag.de](http://www.narayana-verlag.de)