

Psoriasis (Schuppenflechte): Mit Naturheilmitteln alternativ behandeln

Informationen aus der Naturheilpraxis von René Gräber



Wenn Sie mit einer Schuppenflechte zu tun haben, hat man Ihnen sicher gesagt, dass das nicht heilbar sei. Ich sehe das anders.

Vorher aber erst einmal ein paar Fakten / Informationen:

Die Psoriasis (Schuppenflechte) ist eine nicht-infektiöse [Hautkrankheit](#). Sie tritt meist entweder vor dem 30. Lebensjahr oder um das 50. Lebensjahr auf. Die Betonung liegt auf "nicht-infektiös": nicht ansteckend.

Weil der "Anblick von Hautkrankheiten und Schuppen (ansteckend oder nicht), anderen Gästen nicht zugemutet werden könne", konnten Patienten mit Schuppenflechte tatsächlich bis zum Jahr 2006 des Schwimmbades verwiesen werden. Die deutsche Badeordnung wurde nämlich erst im Jahr 2005 (auf Initiative des Psoriasis-Bundes) geändert.

Solche Ausgrenzung und die "Blicke" sind für viele Betroffene das Schlimmste. Das psychische Leid der Patienten kommt an das von Herzkranken und Krebskranken heran; mit einem Unterschied: die meisten Psoriasis-Patienten leiden von Jugend an.

Symptome und Verlauf der Schuppenflechte

Typisch ist das schubweise Auftreten von scharf begrenzten, punkt- bis handtellergroßen, manchmal stark geröteten, manchmal juckenden und mit lockeren silberweißen Schuppen bedeckten Hautstellen.

Diese Hautveränderungen kommen üblicherweise an den Streckseiten der Arme und Beine (vor allem Knie und Ellenbogen), am Kopf, am unteren Rücken und der Analfalte und an den Händen vor. Auch typisch ist die Mitbeteiligung der Fingernägel, die als Ölnägel (gelb verfärbt) oder Tüpfelnägel (Grübchen der Nageloberfläche) auftritt.

Die Psoriasis gilt in der Schulmedizin als "genetisch bedingt". Ein Psoriasis-Schub kann durch mechanisch-physikalische Faktoren (z.B. Kratzen, enge Kleidung), infektiös-neoplastisch (z.B. [grippaler Infekt](#), [Krebsleiden](#)), durch [Medikamente](#) (z.B. beta-Blocker) oder saisonale Faktoren (im Sommer Besserung durch höhere UV-Einstrahlung) ausgelöst werden. Seltener kommt es auch zu einer sog. [Psoriasis-Arthritis](#). Die Psoriasis Arthritis führt neben den typischen Anzeichen der Schuppenflechte auch zu einem Befall der Gelenke.

In der erkrankten Haut läuft eine Entzündungsreaktion ab, die bewirkt, dass sich der Zellzyklus der hautbildenden Zellen (Keratinocyten) beschleunigt. Durch diese erhöhte Aktivität werden nach ca. 3-4 Tagen viele unverhornte [Schuppen](#) abgestoßen.

Diagnose und Therapie

Der Arzt hat beim Anblick der Haut-Symptome sofort eine Psoriasis in Verdacht. Die Unterscheidung von ähnlichen dermatologischen Krankheiten ist allerdings nicht einfach und so können Blut-Untersuchungen die Diagnose sichern. Erhöht sind oft (nicht immer!) die [CRP-Werte](#) (Entzündungs-Marker) und die [Rheuma-Faktoren](#) sowie die [Harnsäure](#). Mit einer Haut-Biopsie wird das Gewebe mikroskopisch bewertet.

Schulmediziner behandeln die Psoriasis auf verschiedenen Ebenen: UV-Bestrahlung, Injektionen, orale und äußerliche Medikation (Salben) sollen die Symptome bekämpfen, da eine kausale Therapie unbekannt ist.

Auf die Haut aufgetragene Glukokorticoide (Kortison) mildern die Entzündungserscheinungen, sind aber auf Dauer mit Nebenwirkungen verbunden.

Dasselbe gilt für andere Immunsuppressiva wie Methotrexat und Ciclosporin, die auch zur Gruppe der Zytostatika ([Chemotherapie](#)) zählen. Die Mitosegifte greifen in den Stoffwechsel von Zellen im Teilungsstadium ein. Im Immun-System herrschen hohe Teilungsraten vor, aber eben nicht nur dort. Deswegen sind die Nebenwirkungen bekanntermaßen erheblich, weil ein „Schrotschuss“ auf alle Gewebe erfolgt, in denen intensives Zellwachstum stattfindet.

Zur oralen Therapie der Psoriasis werden auch PDE-4-Hemmer (PDE = Phosphodiesterase) eingesetzt. Die Medikamente blockieren Entzündungs-Mediatoren (Hormone) durch eine Enzym-Hemmung. Auch hier wird der lindernde Effekt mit schweren Nebenwirkungen erkauft (Durchfall, Erbrechen, Kopfschmerzen, Bronchitis, Depressionen). Als wirkungsvoller PDE-4-Inhibitor galt bisher Apremilast ([OTEZLA](#)), das inzwischen lediglich den Status eines „Reserve-Medikamentes“ hat, weil hier die Nebenwirkungen nicht im Verhältnis zum Nutzen für den Patienten stehen.

Verglichen wurde die Wirkung von Apremilast mit dem [Biologikum](#) Etanercept. Das Protein ist als bioidentisch zu betrachten und wird gentechnisch hergestellt. Dieses Fusions-Protein bindet Hormone der Entzündungs-Modulation. Zu den in der schulmedizinischen Psoriasis-Therapie gebräuchlichen Biologika zählen auch monoklonale Antikörper, wie sie in den Präparaten Infliximab und Adalimumab enthalten sind. Die künstlichen Antikörper blockieren Zytokine, die als Botenstoffe im Entzündungsgeschehen aktiv sind. Die Dämpfung der körpereigenen Abwehr ist aber auch immer kritisch zu beurteilen, weil stets vermehrt Infektionen und Krebs zu erwarten sind. Vergleichsweise „milde“ Mittel der Schulmedizin sind nichtsteroidale Antirheumatika (NSAID) wie Ibuprofen, Diclofenac und Aspirin. Wie in der Rheuma-Therapie verordnen die Ärzte auch Gold.

Die Naturheilkunde bedient sich überwiegend der äußerlichen Behandlung der entzündeten Haut. Einreibungen mit Lein- oder Sojaöl haben sich bewährt, aber auch das Reinigen mit Lösungen aus Sarsaparillarinde, Quillajarinde und Zinnkraut. Angewendet werden auch Vollbäder mit Molke und dem Extrakt aus Weizenkleie.

In der Therapie ist auch die Ernährung wichtig. Schweinefleisch, scharfe Gewürze und weißes Mehl sollte gemieden werden.

Wichtig zu wissen: Psoriasis ist nicht ansteckend! Es gibt also keinen Grund, diese Menschen zu meiden.

Sprache der Symptome

Die Haut ist unsere äußerste Schicht, mit ihr stehen wir im Kontakt mit der Umwelt. Mit ihr grenzen wir uns ab. Psoriasis-Patienten zeigen, dass sie damit ihre Mühe haben. Sie schaffen sich einen Panzer, ähnlich der Schildkröte.

verwandte Themen: [Bindehautentzündung](#) - [Gelenkschmerzen](#) - [Hautpflege](#) - [Hautpilze](#) - [Infektion](#) - [Wundheilung](#)

Im folgenden finden Sie naturheilkundliche und Alternative Therapieverfahren, die bei einer Schuppenflechte in Frage kommen können.

Dass die Psoriasis eine [Autoimmunerkrankung](#) ist, hat die [Schulmedizin](#) ebenfalls entdeckt und seitdem die Therapie verbessert.

In der Naturheilkunde haben wir schon seit langem auf das körpereigene Immunsystem und die Anregung der Selbstheilungskräfte gesetzt.

Autogenes Training	Vor allem stressbedingte Verschlechterungen sprechen gut auf Autogenes Training an. Aber auch Besserungen an der Haut lassen sich beobachten.
Bachblüten	Bachblüten lösen keine Probleme, aber sie helfen, anders damit umzugehen und bringen sie einer Lösung näher. Häufig ist bei der Psoriasis die Bachblüte Rock Rose angezeigt.

Ernährung	<p>Ich rate bei Psoriasis generell seine Ernährung zu überdenken. Tierisches Eiweiß sollte reduziert werden und am besten kein Schweinefleisch mehr (vor allem wegen der Arachidonsäure). Ebenso sollten Milch, Zucker und Weismehl gestrichen werden. Natürlich gäbe es noch mehr Punkte, die eine Verbesserung bringen, die hier aber zu weit führen würden. Es gibt zahlreiche Belege für einen Zusammenhang zwischen Psoriasis und der Ernährung. Zum Beispiel: Psoriasis – Hilft eine mediterrane Diät?</p>
HILDEGARD VON BINGEN	<p>Maulbeerblätter: eine Hand voll Maulbeerblätter in einem Liter Wasser 3 Minuten gut auskochen. Mit dem entstandenen Tee die juckenden Hautstellen waschen oder darin baden. Sie können auch eine Kompresse machen und nach einer Stunde erneuern. Sie können auch den Maulbeerblätter-Tee in der Sauna auf den Steinen verdampfen lassen und so inhalieren.</p>
Heilfasten	<p>Da Heilfasten generell fast alle Entzündungsprozesse positiv beeinflussen kann, rate ich durchaus dazu. Vor allem kann das Heilfasten dann dazu dienen, danach die Ernährung zu prüfen und umzustellen.</p>
Heilpflanzen	<p>Für folgende Pflanzen liegen positive Studiendaten (positive Monographie der Kommission E) vor: Birkenteer, Jojobawachs, Lebensbaumkraut, Lorbeerblätter, Mahoniarinde, Nachtkerzenöl, Paprikafrüchte, Sasaparillenwurzel</p>
Homöopathie	<p>Erwähnt werden muss natürlich die klassische Homöopathie. Ich rate hier zu einer sog. "konstitutionellen Behandlung". Diese kann sich über mehrere Monate ziehen. Hierzu sollten Sie sich einen erfahrenen Homöopathen Ihres Vertrauens suchen.</p> <p>Bewährte Mittel sind unter anderem:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Berberis vulgaris D3 • Pulsatilla D4 • Rhus toxicodendron D30 • Graphites D6
Orthomolekular-Medizin	<p>Vitamin A: 50.000 - 100.000 IE; hohe Vitamin-A-Dosierungen nur unter ärztlicher Kontrolle einnehmen. Senken Sie die Dosis, sobald eine Besserung eintritt nach und nach.</p> <p>Vitamin D: 10 - 20 µg; Vitamin D3 in Form von Calcitriol kann sowohl innerlich, als auch äußerlich eine wirksame Behandlung darstellen. Über die Sache mit dem Vitamin D habe ich ja schon mehrfach berichtet und dazu auch einen Ratgeber verfasst: Die Vitamin D Therapie.</p> <p>Selen: 200 µg Selensulfid-Salbe; kann direkt auf die betroffenen Stellen aufgetragen werden.</p> <p>Zink: 50 - 100 mg; auch Zinkhaltige Salben direkt auf die Stellen auftragen. Anmerkung: Ein Freund von Zinksalben bin ich nicht, vor allem nicht bei chronischen Hautleiden.</p> <p>Omega-3-Fettsäuren: 1 - 1,5 g; in Form von Fischölkapseln. Die höchste Dosis die ich als Vorschlag zu Omega 3 bei Psoriasis fand waren für ein bis vier Monate täglich 10-75 Gramm (!) Fischöl in Kapselform, unmittelbar vor dem Essen, zu nehmen. Anschliessend langfristig täglich 6-10 Gramm.</p> <p>Gamma-Linolensäure (GLS): 4-6 Kapseln Nachtkerzenöl</p>

	<p>Vitamin E: mind. 100 mg; zusammen mit Fischöl- und Nachtkerzenöl einnehmen.</p> <p>Eine Haarmineralanalyse wäre anzuraten, um Mängel aufzudecken.</p>
Säure-Basen-Haushalt	<p>Der Säure-Basen-Haushalt und das Thema "Übersäuerung" kann bei vielen akuten und chronischen Beschwerden eine Rolle spielen.</p>
Schüssler-Salze	<p>Calcium phos. Nr. 2, Kalium sulf. Nr. 6, Magnesium phos. Nr. 7 ; lange Einnahme nötig.</p>
Zahnstörfeld	<p>Tote Zähne stören grundsätzlich den ganzen Organismus. Auch Amalgam-Füllungen können bedenklich sein. Sie sollten sie durch einen in diesen Sachen erfahrenen Zahnarzt sanieren lassen.</p>
Sonstiges	<p>Eine Erfahrung meines Kollegen Hermann Kaufmann: "Wenn Sie sich überwinden können, 5 Tage zu Fasten und nur Ihren eigenen Urin zu trinken (Eigenharntherapie), sind Sie höchstwahrscheinlich Ihre Psoriasis los. Dies ist eine Erfahrung mit eigenen Patienten." Meine persönliche Anmerkung dazu: "Los" ist bei der Psoriasis ein sehr ambitionierter Begriff. Ich Rahmen einer Umstimmungstherapie ist da durchaus eine starke Besserung möglich, aber nicht zwingend.</p>

Dieser Beitrag wurde letztmalig am 20.5.2017 aktualisiert.

Quelle: <http://www.naturheilt.com/Inhalt/Psoriasis.htm>

20230811 DD