

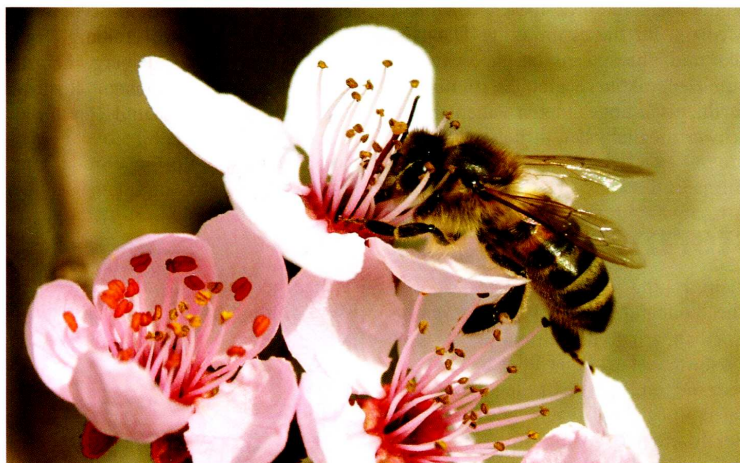
## Komplementärmedizinische Therapie bei Lyme-Borreliose

Von Sabine Schäfer

Eine chronische Borreliose-Erkrankung ist eine systemische Erkrankung, die sich durch vielfache Symptome äußert und vorwiegend den Charakter einer chronischen Entzündung zeigt.

Im Vordergrund der Beschwerden stehen Gelenkentzündungen, die den Knorpel- und Sehnenbereich betreffen (Fibromyalgiesyndrom, rheumatische

tisch gesehen soll es circa 100.000 Infektionen (Quelle: RKI) pro Jahr in Deutschland geben, aber nur zehn Prozent der Betroffenen erkranken an einer chronischen Borreliose. Siehe auch Seite 48. Liegen daher bereits Beschwerden oder eine Immunschwäche vor, so ist die Prädisposition für eine Infektionskrankheit erhöht.



Beschwerden), aber auch Herzmuskelentzündungen, Herzrhythmusstörungen, entzündliche Haut-Beschwerden und eine Neuroborreliose mit Neuritis oder Encephalitis sowie Kopf-Schmerzen. Auch Lähmungserscheinungen können auftreten. Begleitet ist eine chronische Borreliose häufig von einem Müdigkeitssyndrom, Infektanfälligkeit, Schlafstörungen und Depressionen. Jede chronische Entzündung führt zu einer Schwächung des Immunsystems. Das zeigt sich auch bei laborchemischen Untersuchungen. Bei den meisten Betroffenen finde ich eine Verminderung der Lymphozyten und einen Anstieg der Entzündungsparameter (Blutsenkungsgeschwindigkeit, C-reaktives Protein, Rheumafaktor).

Häufig haben Borrelioseerkrankte bereits vor Auftreten der Symptome Beschwerden im Sinne eines geschwächten Immunsystems. Trotz millionenfacher Zeckenstiche in Deutschland pro Jahr ist zu berücksichtigen, dass nicht jeder Zeckenstich zu einer Borreliose oder FSME-Erkrankung führt. Statis-

### ■ Ganzheitliche Therapie der chronischen Borreliose-Erkrankung

Eine ganzheitliche Therapie der chronischen Borreliose muss daher darauf abzielen, das Immun- und Nervensystem zu stärken. Durch eine Therapie im Rahmen der Anthroposophischen Medizin werden auf feinstofflicher Ebene die Lebenskräfte gestärkt und die Selbstheilung angeregt.

### Folgende Therapiemaßnahmen sind bisher erfolgreich:

1. **Eigenblutbehandlung** mit homöopathischen Zusätzen: Meteoreisen (kosmisches Eisen aus Meteoriten), *Viscum mali* (Apfelbaummistel), *Lachesis* (Gift der Gruppenotter). Diese Therapie wird zwei Mal wöchentlich, insgesamt 15 Mal durchgeführt. Anschließend sollte eine laborchemische Kontrolle der Borrelien-Titer und der Entzündungsparameter erfolgen.

Bei den meisten Patienten zeigt sich durch eine konsequente Eigenblutbehandlung ein deutlicher Rückgang der Beschwerden und die Entzündungsparameter normalisieren sich. Die Gesamtzahl der Lymphozyten steigt dann wieder in den Normbereich, als Ausdruck einer wieder gesunden Immun- und Abwehrsituation.

Ein Therapiezyklus sollte je nach Symptomatik im Rhythmus von drei Monaten wiederholt werden, bis eine Ausheilung erreicht ist.

Bei Kindern unter zwölf Jahren wird anstatt einer Eigenblutbehandlung eine homöopathische Therapie in Form von Globuli mit Meteoreisen, *Viscum album* und *Lachesis* durchgeführt. Auch bei Kindern sollte im Zusammenhang mit dem Rückgang der Beschwerden durch Laboruntersuchung die Ausheilung der Borrelienerkrankung überprüft werden.

2. **Zur Ausscheidung von Neurotoxinen und endogenen Giftstoffen** sollten Phytotherapeutika Anwendung finden wie zum Beispiel Extrakte aus Brennnessel, Schachtelhalm, Birkenblättern und Wacholder.

3. **Zur spezifischen Therapie der rheumatischen Beschwerden** eignen sich *Mandragora officinalis* (Alraune), *Apis mellifica* (Biene) und *Bryonia* (Zaunrübe) in homöopathischer Dosierung, da sie anti-entzündlich wirken.

Insbesondere Subcutaninjektionen (unter die Haut) können eine Cortisonbehandlung ersetzen. Zur Regeneration des Knorpels eignet sich *Stannum metallicum* (Zinn in homöopathischer Dosis) und eine Kur mit Gelatine (1 Eßlöffel Gela-





tine morgens, zum Beispiel in Joghurt, eingenommen).

Eine antientzündliche Wirkung haben auch Phytopharmaka wie *Dipsacus sylvestris* (Wilde Karde), *Boswellia carterii* (Afrikanischer Weihrauch), *Artemisia annua* (Beifuß).

#### 4. Weitere wirksame therapeutische Maßnahmen zur Stärkung der Abwehrkräfte

- Überwärmungsbäder
- ansteigende Fuß- oder Sitzbäder
- Körpereinreibungen mit Arnika, *Symphitum* (Beinwell) und Moorextrakten
- Heileurythmiebehandlung

Des Weiteren sollte auf einen gesunden Schlaf geachtet werden, da wir uns nur im Schlaf erholen und regenerieren können.

#### 5. Ernährung zur Stärkung des Immunsystems

Eine gesunde Ernährungsweise spielt eine wesentliche Rolle für ein gesundes Immunsystem. 80 Prozent der Immunzellen (Lymphozyten) befinden sich in der Darmschleimhaut. Daher spielt eine gesunde Darmfunktion eine entscheidende Rolle bei der Heilung.

In unserer zivilisierten Welt werden heute zu viele Kohlenhydrate und Fertigprodukte konsumiert. Sie schwächen unser Immun- und Nervensystem und führen durch den übermäßig entstehenden Zucker zu Müdigkeit, Nervosität, Konzentrationschwäche, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Allergien, funktionellen Darmstörungen und Stoffwechselerkrankungen.

Ernährungswissenschaftlich benötigt der moderne Mensch für seine tägliche Ernährung:

- weniger als 50 Prozent Kohlenhydrate
- 25 bis 30 Prozent Fette mit einem hohen

Anteil an ungesättigten Fettsäuren  
- 20 bis 30 Prozent Proteine (Eiweiß)

Hochwertige Kohlenhydrate sind:

- Hafer
- Dinkel
- Hirse
- Sauerteigbrot aus Roggen (keine oder wenig Hefeprodukte!)

Statt Zucker:

- Agavendicksaft
- Honig
- Ahornsirup
- Obst (täglich ein Apfel und ein weiteres Obst). Besonders dunkle Früchte, wie Heidelbeeren, Schwarze Johannisbeeren, dunkle Trauben und Schwarzer Holunder haben eine ausgeprägt stärkende Wirkung auf das Immunsystem.

Die Menge an leichtverdaulichen Kohlenhydraten wie Kartoffeln (95 Prozent Stärke), Nudeln, Hefeteigwaren (Pizza, Brötchen, Toastbrot, und Ähnliches) sollten in ihrer Menge deutlich reduziert werden.

Zur Ernährung unserer Nervenzellen und zur Durchwärmung des Organismus werden hochwertige ungesättigte Fettsäuren benötigt wie Sahne, Butter, Frischmilch (wenig erhitzt, keine H-Milch!), Fisch (Hering, Makrele, Fische aus Pazifik und Atlantik), Öle (Leinöl, Olivenöl, Kürbiskernöl, Walnussöl, Sesamöl), Nüsse (Mandeln, Walnüsse, Cashewnüsse, Pistazien, Sesam).

Hochwertige Proteine (Eiweiße) sind Fisch und Schalentiere, Frischkäse, Eier, Fleisch (Geflügel, Rindfleisch, Lamm, Ziege, wenig Schweinefleisch). Zur Stärkung des Nervensystems und der vegetativen Darmfunktion werden hochwertige bioverfügbare Mineralien (Kieselsäure, Eisen, Mangan, Zink, Magnesium und anderes) benötigt, die besonders in Getreide und Wurzelgemüse enthalten sind.

Empfohlen wird, drei Mal täglich eine Mahlzeit einzunehmen. Morgens sollte ein heißes Getränk den Organismus durchwärmen, ebenso wird auch mindestens eine warme Mahlzeit pro Tag empfohlen. Durch die Wärme werden die Eigenaktivität angeregt und die Stoffwechselvorgänge aktiviert, wodurch der Heilvorgang gefördert wird. Besonders tragen hochwertige Fette und mineralreiche Lebensmittel zur Durchwärmung bei und bewirken eine Normalisierung der Körpertemperatur. Noxen wie Alkohol und Nikotin sollten gemieden werden.

Nach meiner Erfahrung bessert sich das Allgemeinbefinden durch die genannten ganzheitlichen Maßnahmen rasch, die Beschwerden lassen nach und es kommt nach einigen Monaten bei den meisten Erkrankten zur Besserung der Beschwerden und auch häufig zur Heilung. Eine Antibiotikabehandlung ist bei einer chronischen Borreliose-Erkrankung nicht erforderlich, da diese häufig sogar schwächend wirkt. Im Falle einer akuten Borreliose setze ich jedoch eine vierwöchige Antibiotikabehandlung an, wobei die oben genannten immunstärkenden Maßnahmen gleichzeitig durchgeführt werden sollten. So wird in der Regel ein chronischer Verlauf der Borreliose verhindert. ■



Sabine Schäfer ist Fachärztin für Allgemeinmedizin, international anerkannte Anthroposophische Ärztin, Ernährungsmedizinerin DGEM/DAEM,

Mitglied im Qualitätszirkel „Borreliose und cytotoxinassoziierte Erkrankungen“ Nordhessen

## Zeckenschutz biologisch

Von Eleonore Bensing, Borreliose-SHG Bremen

Es werden viele Mittel in Apotheken zur Zeckenabwehr angeboten. Die Haut muss sie auch vertragen können. Meine Haut mag diese chemischen Mittel nicht. Sie wird krank. Ich probierte Vieles aus und landete schließlich bei Patchouli.

Das ätherische Öl kommt aus Indone-

sien, Madagaskar und China und wird dort innerlich und äußerlich heilend angewendet aber auch abwehrend gegen Pilzbefall, Akne, Ekzeme und gegen Ungeziefer in der Kleidung. Obwohl es als Einzelduft nicht sehr gut riecht, ist es Grundstoff klassischer Parfums. Patchouli gibt es in Apotheken für circa 5 Euro (10

ml). Einige Tropfen an den Beinen schützen nicht nur vor Zecken, sondern auch vor Fliegen und Mücken beim Wandern und beim Rasen Mähen, an den Handgelenken bei Gartenarbeiten. Kindern tupft man es an den Haaransatz. Trotzdem suchen wir uns jeden Abend zuverlässig nach Zecken ab. ■