

17. Alternative Diagnose- und Behandlungsmethoden

- 17.1 Schulmedizin, Naturmedizin oder Alternativmedizin?
- 17.2 Anspruch und Wirklichkeit "alternativer" Methoden
- 17.3 Auch "alternative" Methoden müssen sich einem Wirksamkeits- und Unbedenklichkeitsnachweis stellen
- 17.4 "Alternative" Methoden können auch Gefahren in sich bergen
- 17.5 Welche Methode ist wie einzuschätzen?
- 17.6 Untaugliche Methoden
- 17.7 Verfahren ohne bewiesene Wirkung
- 17.8 Sinnvolle ergänzende Heilmethoden
- 17.9 Das sollten Sie beachten
- 17.10 Zusammenfassung



Erkrankungen wie Allergien, Neurodermitis und Asthma bronchiale sind chronische und schubweise verlaufende Erkrankungen, die zu starken Belastungen führen und nicht in kurzer Zeit geheilt werden können. Es ist verständlich, dass Eltern alles unternehmen wollen, ihrem Kind zu helfen und sich neben der wissenschaftlichen Medizin auch nach alternativen Heilmethoden umsehen. Für Sie als Eltern ist es meist schwierig, "alternative" Methoden zu beurteilen. Dieses Kapitel will Ihnen daher einige Denkanstöße und Informationen zu diesem Thema liefern.

17.1 Schulmedizin, Naturmedizin oder Alternativmedizin?

Naturwissenschaftliche Medizin und Naturheilkunde entspringen dem Wunsch, möglichst nebenwirkungsfrei zu heilen, die Rätsel von Gesundheit und Krankheit zu ergründen und der Erfahrung, dass bestimmte Methoden Erfolg versprechender sind als andere. Die Schulmedizin wendet Methoden an, deren Wirksamkeit und mögliche Risiken und Nebenwirkungen mit anerkannten wissenschaftlichen Verfahren überprüft wurden. Eine Heilmethode gilt dann als wirksam, wenn der Erfolg nicht nur bei einem bestimmten Menschen eintritt, sondern bei möglichst vielen Patienten überprüfbar und wiederholbar ist. Für solche Prüfungen haben sich internationale Standards etabliert. Die klassischen Naturheilverfahren verwenden natürliche Mittel, die sich seit langem bewährt haben und deren Wirksamkeit von der wissenschaftlichen Medizin anerkannt ist. Eine ganze Reihe klassischer Naturheilverfahren steht daher nicht im Gegensatz zur Schulmedizin, sondern ist in sie integriert. So genannte alternative und unkonventionelle Verfahren bedienen sich hingegen Methoden, die auf eigenständigen Theoriesystemen beruhen, die von der naturwissenschaftlichen Medizin abweichen.

17.2 Anspruch und Wirklichkeit "alternativer" Methoden

Die Anbieter alternativer Methoden liefern oft eine einfache Erklärung für viele Erkrankungen und versprechen eine schnelle und endgültige Heilung. Im Gegensatz dazu deckt die wissenschaftliche Medizin beispielsweise bei der Neurodermitis immer komplexere Ursachengefüge auf. Die Versuchung, sich mit einfacheren Erklärungen zufrieden zu geben, liegt nahe. Nicht alles, was das Etikett natürlich trägt, ist auch harmlos und gesund. Man bedenke nur, dass die meisten Allergieauslöser wie Pollen, Nahrungsmittel oder Insektengift keine künstlichen, sondern natürliche Stoffe sind.

17.3 Auch "alternative" Methoden müssen sich einem Wirksamkeits- und Unbedenklichkeitsnachweis stellen

Eine neue Diagnosemethode muss sich an bewährten diagnostischen Verfahren messen lassen. Eine neue Behandlungsmethode muss in vergleichenden Untersuchungen wirksamer sein als ein Placebo (= ein Medikament, das keinen Wirkstoff enthält). Auch mögliche Nebenwirkungen müssen dokumentiert werden.

Viele alternative und unkonventionelle Methoden wurden in den letzten Jahren gründlich überprüft. Für manche dieser Verfahren fehlen Vergleichsuntersuchungen. Eine Reihe dieser Methoden hat sich in kontrollierten Studien als nicht sinnvoll erwiesen. Sie werden jedoch weiterhin angewendet und kosten mitunter viel Geld.

Die alleinige subjektive Wirkungseinschätzung ("nach meiner Erfahrung hilft das gut") ist kein ausreichender Wirksamkeitsnachweis. Dies gilt insbesondere für Erkrankungen wie den Heuschnupfen oder die Neurodermitis. Der Heuschnupfen kann bei jedem Einzelnen von Jahr zu Jahr unterschiedlich stark verlaufen, da die Pollendichte in jedem Jahr unterschiedlich ist. Auch die Neurodermitis zeigt in ihrem Verlauf deutliche Schwankungen und hat zudem die Neigung, sich im Laufe der Zeit abzuschwächen. Diese natürlichen Verläufe einer Erkrankung dürfen nicht von vorne herein mit der Wirksamkeit einer Behandlungsmethode gleichgesetzt werden.

17.4 "Alternative" Methoden können auch Gefahren in sich bergen

Man hört oft das Argument, die Anwendung alternativer Methoden könnte ja zumindest nicht schaden. Auch dies gilt nur mit Einschränkungen:

- Die richtige Diagnose kann verzögert und eine wirksame Behandlung versäumt werden.
- Im günstigsten Fall ist eine alternative Methode harmlos aber ohne Wirkung. Der eigenmächtige Abbruch einer laufenden Therapie ohne Rücksprache mit dem behandelnden Arzt zugunsten einer alternativen Therapie kann jedoch z.B. bei einem Kind mit Asthma bronchiale bedrohliche Konsequenzen haben.
- Alternative Methoden zur Allergiediagnostik neigen dazu, fälschlicherweise zu viele und gar nicht vorhandene Allergien zu diagnostizieren. Diese werden dann angeblich rasch und natürlich wieder geheilt. Oder das Kind wird bei angeblichen Nahrungsmittelallergien gewaltigen, sinnlosen Ernährungseinschränkungen bis hin zur Mangelernährung unterworfen.
- Auch alternative Medikamente sind nicht grundsätzlich harmlos. Bei manchen alternativen Medikamenten sind die Inhaltsstoffe unzureichend deklariert. So war in einer Untersuchung jedes fünfte Ayurveda-Arzneimittel mit zum Teil hohen Konzentrationen an Schwermetallen wie Blei, Quecksilber und Arsen belastet. Viele homöopathische Medikamente enthalten 40%igen Alkohol, der zur Gewinnung von Pflanzenauszügen verwendet wird. Eine Verabreichung von Alkohol an Säuglinge und Kinder auch in kleinen Mengen ist grundsätzlich problematisch.
- Bestimmte Methoden können unkontrollierte Immunreaktionen im Körper auslösen. Dies ist bei allergischen Erkrankungen, bei denen das Immunsystem sowieso bereits überschießend reagiert, besonders bedenklich. Beispiele sind die Therapie mit Frischzellen oder die Injektion von Eigenurin.

17.5 Welche Methode ist wie einzuschätzen?

Man sollte bei der Suche nach alternativen und unkonventionellen Diagnose- oder Heilmethoden kritisch vorgehen und den gesunden Menschenverstand nicht ganz ausschalten, sonst könnte die einzige Wirkung nur ein leerer Geldbeutel sein. → *Tabelle 17-1* zeigt Beispiele naturheilkundlicher, alternativer und unkonventioneller Methoden mit der Einschätzung ihrer Wirksamkeit und Unbedenklichkeit. Das Spektrum reicht von als wirksam anerkannt bis potentiell gefährlich und daher abzulehnen.

Tabelle 17-1: Beispiele anerkannter Naturheilverfahren sowie alternativer und unkonventioneller Methoden (in Anlehnung an Niggemann und Grüber)

- **als wirksam anerkannte Naturheilverfahren**
Wärme- und Kältetherapie (z.B. Kneipptherapie)
- **in bestimmten Fällen wirksam, aber nicht prinzipiell nebenwirkungsfrei**
Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)
- **möglicherweise wirksam als ergänzende Methode**
Yoga
- **möglicherweise wirksam, jedoch konventionellen Methoden unterlegen**
Akupunktur bei Asthma bronchiale
- **niemals wirklich als effektiv bewiesen**
Homöopathie
Bachblütentherapie
- **erwiesenermaßen wirkungslos bzw. als Diagnosemethode untauglich**
Bioresonanz
Elektroakupunktur nach Voll
Kinesiologie
Irisdiagnostik
Haarmineralstoffanalyse
IgG-Antikörper auf Nahrungsmittel
"zytotoxischer" Lebensmitteltest
Pendeln
Wünschelrute
- **potentiell gefährlich**
Frischzelltherapie
Eigenbluttherapie
Eigenurintherapie

17.6 Untaugliche Methoden

17.6.1 Bioresonanz

Die Bioresonanz geht von der Theorie aus, dass der Mensch ein ultrafeines elektromagnetisches Schwingungsmuster abstrahle, das auch Allergien anzeige. Diese Schwingungen könnten mit einem speziellen Gerät gemessen werden. Das Gerät wandle dann schlechte Schwingungen ins exakte Spiegelbild um und gebe sie dem Körper wieder zurück, die Allergie werde dadurch "gelöscht". Studien an den Universitäten Innsbruck und Wien sowie eine Studie in Davos an Neurodermitispatienten konnten die behaupteten Wirkungen in keiner Weise nachvollziehen.

17.6.2 Elektroakupunktur nach Voll (EAV)

Bei der EAV wird der elektrische Hautwiderstand an verschiedenen Punkten des Körpers gemessen. Aus den gemessenen Hautwiderständen werden Rückschlüsse auf "veränderte Energieflüsse" im Körper und damit verschiedene Erkrankungen gezogen. Auch Medikamente, die z.B. in einer Glasampulle in die Hand genommen werden, werden mit dieser Methode ausgetestet. Die Elektroakupunktur nach Voll hielt konkreten Überprüfungen nicht stand.

17.6.3 Kinesiologie

Der Behandler überprüft die Anspannung von bestimmten Muskeln und zieht daraus Rückschlüsse auf erkrankte Organe, Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder fehlende Spurenelemente. Auch die Wirkung verabreichter Medikamente wird auf diese Art und Weise ausgetestet. Kontrollierte Studien konnten die von den Anhängern dieser Methode gemachten Behauptungen nicht nachvollziehen.

17.6.4 Irisdiagnostik

Die Irisdiagnostik beruht auf der Vorstellung, dass das Auge der Spiegel der Seele und auch des Körpers sei. Durch Betrachtung der Iris (= Regenbogenhaut) könne so auf die Konstitution, erbliche Belastung und Neigung zu bestimmten Erkrankungen geschlossen werden. Überprüfungen der diagnostischen Aussagekraft dieser Methode verliefen völlig enttäuschend.

17.6.5 Haarmineralstoffanalyse

Die Haaranalyse kann zur Bestimmung von Schwermetallen bei Verdacht auf eine Vergiftung oder zum Nachweis von Drogen sinnvoll sein. Zum Nachweis von Allergien oder Mineralstoffmangelzuständen ist diese Methode jedoch nicht geeignet. Haarproben von verschiedenen Personen wurden an mehrere Institute zur Analyse geschickt. Die Ergebnisse und deren Interpretation unterschieden sich beträchtlich von Labor zu Labor.

17.6.6 IgG-Antikörper auf Nahrungsmittel

Spezifische Antikörper vom IgG-Typ gegen Nahrungsmittel finden sich sehr häufig bei Personen, die überhaupt keine Zeichen einer Nahrungsmittelallergie aufweisen. Sie sind daher zur Diagnose einer Nahrungsmittelallergie wertlos. Hingegen ist der Nachweis von IgE-Antikörpern im Haut- oder Bluttest ein wichtiger Hinweis auf eine Allergie vom Soforttyp. Die Diagnose einer Nahrungsmittelallergie muss jedoch durch einen Auslass- und Provokationstest bestätigt werden.

17.6.7 Zytotoxischer Lebensmitteltest

Leukozyten (= weiße Blutkörperchen) des Patienten werden im Labor mit dem vermuteten Allergieauslöser in Kontakt gebracht. Unter dem Mikroskop wird beobachtet, ob Veränderungen an den Leukozyten auftreten und daraus auf eine mögliche Allergie geschlossen. Überprüfungen haben gezeigt, dass mit dieser Methode keine zuverlässigen Befunde erhoben werden können.

17.6.8 Pendeln, Wünschelrute

In keiner kontrollierten Untersuchung gelang es Pendlern, sichere Diagnosen zu stellen oder Wünschelrutengängern, angebliche "Erdstrahlen" nachzuweisen.

17.7 Verfahren ohne bewiesene Wirkung

17.7.1 Homöopathie

Die Homöopathie wurde von dem deutschen Arzt Samuel Hahnemann (1755-1843) Anfang des 19. Jahrhunderts ins Leben gerufen und war bereits zu Hahnemanns Zeit heftig umstritten.

Prinzipien

- Die Homöopathie geht davon aus, dass Ähnliches mit Ähnlichem geheilt werden kann (Ähnlichkeitsregel, Simileprinzip). Dies bedeutet, dass eine Substanz, die bei einer gesunden Versuchsperson bestimmte Krankheitssymptome hervorruft (sog. Arzneimittelbild), bei einer erkrankten Person ähnliche Krankheitserscheinungen zum Verschwinden bringen soll. Wird bei einer bestimmten Erkrankung das passende Arzneimittel verabreicht, so löse dieses eine zweite, arzneimittelbedingte Erkrankung aus, welche die erste auslösche.
- Ein zweites Merkmal der Homöopathie ist die Verwendung von starken Verdünnungen ("Potenzen") in Form von Tropfen oder Streukügelchen (Globuli). Die Ursubstanzen werden zu diesem Zwecke unter Schütteln verdünnt (in der Sprache der Homöopathie "potenziert"), was ihre Wirkung steigern soll. D 1 bedeutet eine Verdünnung von 1:10, D 2 von 1:100, C 1 von 1:100, C 2 von 1:10 000 usw.. Bis zu einer Verdünnung von etwa 1:1 Million (D 6) kann die Arzneimittelwirkung einer Substanz wissenschaftlich erklärt werden. Ab einer Verdünnung von 1:24 Millionen (D 24 bzw. C 12) kann allerdings im Arzneimittel kein einziges Molekül der Ausgangssubstanz mehr enthalten sein. Die Homöopathie nimmt nun an, dass durch das Potenzieren "Energie" auf die Trägersubstanz (z.B. Alkohol, Milchzucker) übergehe und so die Wirkung homöopathischer Medikamente zu erklären sei.

Kritik

Kritiker der Homöopathie führen vor allem folgende Kritikpunkte an:

- Die theoretischen Grundlagen der Homöopathie sind mit wissenschaftlichen Methoden nicht nachvollziehbar. Das Gedankengebäude der Homöopathie wurde in den letzten 200 Jahren in keiner Weise dem enormen Erkenntniszuwachs der Medizin angepasst. Eine Arzneimittelwirkung ist bei den hohen Verdünnungen nicht erklärbar. In einer Hochpotenz sind z.B. mehr Moleküle aus der Wand des Glasbehälters, in dem geschüttelt wird, enthalten als vom Ausgangsstoff – die Glasmoleküle sollen allerdings nach der Lehre der Homöopathie keine Wirkung entfalten.
- Auch 200 Jahre nach ihrer Einführung hat die Homöopathie keinen Wirksamkeitsnachweis nach wissenschaftlichen Kriterien liefern können. Studien, welche die Wirksamkeit der Homöopathie nachweisen sollen, sind meist von unbefriedigender Qualität. Je höherwertig eine Untersuchung ist, desto weniger Effekte konnten gezeigt werden. Beispielsweise wurde eine von der Karl und Veronika Carstens-Stiftung initiierte Studie zur homöopathischen Behandlung der Neurodermitis nach 4 Jahren vorzeitig abgebrochen, da sich kein Behandlungserfolg gezeigt hatte. Die Wirkung homöopathischer Medikamente geht in den meisten Untersuchungen nicht über die eines Placebos (= Medikament ohne Wirkstoff, Scheinmedikament) hinaus, das heißt der Glaube an die Wirksamkeit des Medikaments, auch vermittelt durch die Zeit und Zuwendung des Verordners, spielt offenbar eine ausschlaggebende Rolle.
- Homöopathische Mittel ab D 4 müssen nicht wie die anderen Arzneimittel ihre Wirkung, Nebenwirkungen und Unbedenklichkeit nachweisen und zugelassen werden. Sie erhalten daher auch keine Zulassungs- sondern nur eine Registriernummer.
- Die Homöopathie bietet für alle möglichen - vor allem leichte - Störungen ein entsprechendes Mittel an. Dies kann die Neigung fördern, auch bei geringfügigen Beschwer-

17. Alternative Diagnose- und Behandlungsmethoden

den sofort zum Medikament als Hilfe von außen zu greifen, anstatt auf die Selbstheilungskräfte des Körpers zu bauen und diese aktiv zu unterstützen.

Beurteilung

Eine spezifische Wirksamkeit der Homöopathie, die über die eines Scheinmedikaments hinausgeht, konnte nicht nachgewiesen werden. Bei der Verwendung von starken Verdünnungen (sog. Hochpotenzen) sind keine Nebenwirkungen zu erwarten. Bei geringen Verdünnungen (sog. Niedrigpotenzen) können durchaus Vergiftungen oder allergische Reaktionen auftreten.

Homöopathische Mischpräparate ("Komplexmittel") haben mit der Lehre Hahnemanns, der immer individuelle Einzelmittel verordnete, nicht mehr viel zu tun. Einen homöopathischen Cocktail, der allen hilft, kann es nach der Theorie der klassischen Homöopathie nicht geben.

Die Homöopathie hat auch nichts mit der Pflanzenheilkunde (Phytotherapie) zu tun, bei der Pflanzeninhaltsstoffe mit pharmakologisch nachweisbarer Wirkung (z.B. Gerbstoffe aus Eichenrinde oder Schwarztee) therapeutisch genutzt werden.

17.7.2 Schüßler-Salze

Prinzipien

Nach der Meinung von Wilhelm Schüßler (1821-1898) ist ein Mensch dann gesund, wenn seine Zellen ausreichend mit Mineralstoffen versorgt sind und sich deren Moleküle ungehindert bewegen können. Der Mensch erkrankt dann, wenn die Zellen bei der Abwehr krankmachender Reize Mineralstoffe verlieren und sich die verbliebenen Moleküle nicht mehr richtig bewegen können. Alle Erkrankungen werden durch eine Entzündung erklärt und in 3 verschiedene Entzündungsstadien eingeteilt. Behandelt wird nach der Zuordnung zum Entzündungsstadium und der Bestimmung der Konstitution des Patienten mit anorganischen Salzen, die nach dem Verfahren der Homöopathie zu D 3, D 6 und D 12 potenziert werden.

Beurteilung

Die Erklärungsversuche Schüßlers zur Entstehung von Krankheiten sind mit der heutigen wissenschaftlichen Medizin nicht in Einklang zu bringen. Mineralsalze sind wichtig für viele Abläufe im Organismus, jedoch lassen sich bei weitem nicht alle Erkrankungen durch einen Mineralstoffmangel erklären. Auch sind viele Erkrankungen nicht durch eine Entzündung bedingt. Wissenschaftliche Wirksamkeitsnachweise der Behandlungsmethode liegen nicht vor. Zu beachten ist, dass zwischen niedrig verdünnten Schüßler-Salzen von 1:1000 (D 3) und anderen Medikamenten Wechselwirkungen auftreten können.

17.7.3 Bachblüten

Prinzipien

Für Edward Bach (1886-1936) war Krankheit "das Ergebnis eines Konflikts zwischen höherem Selbst und Persönlichkeit". 38 negative Seelenzustände sollen sich in präzisen Beschwerden äußern und durch Einnahme von 38 speziellen Blütenextrakten gebessert werden. Daneben soll eine fixe Kombination von 5 Blütenkonzentraten als "Notfalltropfen" dienen. Damit könne das nahezu gesamte medizinische Spektrum von Krankheiten und Störungen behandelt werden.

Beurteilung

Bachs Krankheitsverständnis ist mit der modernen Psychologie und Medizin nicht vereinbar. Ein wissenschaftlicher Wirksamkeitsnachweis dieser Behandlungsmethode liegt nicht vor.

17.7.4 Schlussfolgerung

Für die Homöopathie, Schüßler-Salze und Bachblüten gibt es keine Wirksamkeitsnachweise, die über die Wirkung eines Scheinmedikaments hinausgehen. Wollen Sie dennoch zu diesen Methoden greifen, sollten Sie folgendes beachten:

- Eine wirksamere Behandlung darf nicht versäumt oder abgesetzt werden. Dies gilt vor allem für schwere und akute Erkrankungen.
- Bei wenig verdünnten Schwermetallen, anorganischen Salzen oder Giftpflanzen (sog. Niedrigpotenzen) sind Vergiftungen oder allergische Reaktionen möglich.
- Vorsicht ist geboten bei der Verabreichung von alkoholhaltigen Medikamenten an Kinder und Schwangere.

17.8 Sinnvolle ergänzende Heilmethoden

Neben einer Vielzahl alternativer Verfahren, die sich nicht als hilfreich erwiesen haben, gibt es eine ganze Reihe von natürlichen Heilmethoden, welche als wirksam anerkannt sind und nicht im Widerspruch zur wissenschaftlichen Medizin stehen, sondern in sie integriert wurden. Einige Verfahren wie die Atemtherapie oder Entspannungsverfahren beim Asthma bronchiale sind wichtige und feste Bestandteile der wissenschaftlichen Medizin geworden. Andere Methoden können unterstützend zur schulmedizinischen Behandlung eingesetzt werden.

17.8.1 Gesunde Lebensführung

Eine gesunde Lebensführung im weitesten Sinne mit einer ausgewogenen Ernährung, viel körperlicher Bewegung, ausreichenden Erholungsphasen usw. ist ein wichtiger Baustein sowohl einer ganzen Reihe naturheilkundlicher Verfahren (dort auch als Ordnungstherapie bezeichnet, z.B. in der Kneipp-Therapie) wie auch der Schulmedizin. Die genannten Maßnahmen sind ganz allgemein zur Vorbeugung, Behandlung und Rehabilitation verschiedenster Erkrankungen sinnvoll. Ihre Bedeutung wurde von der wissenschaftlichen Medizin nachgewiesen.

17.8.2 Physiotherapie

Die Physiotherapie ist ein fester Bestandteil in der Asthmabehandlung geworden. Mit der krankengymnastischen Atemtherapie können eine sinnvolle Atemtechnik erlernt, Schleim in den Bronchien mobilisiert, Muskelverspannungen gelockert und die Beweglichkeit des Brustkorbs verbessert werden.

17.8.3 Wärme- und Kältetherapie

Wärme erweitert die Blutgefäße und führt zu einer Muskelentspannung. Ein warmer Brustwickel kann so bronchialentkrampfend und schleimfördernd wirken. Ein kurzer Kältereiz verengt die Blutgefäße, die Muskeln spannen sich an. Nach Abklingen des Kältereizes erweitern sich die Blutgefäße und die Muskeln entspannen sich wieder. Die Blutgefäße und das vegetative Nervensystem werden durch die abwechselnde Anwendung von Wärme- und Kältereizen in der Kneipp-Therapie (z.B. durch kalt/warme Wechselduschen oder Fußbäder) trainiert. So kann beispielsweise die Blutdruckregulation verbessert werden. Bei der Neurodermitis erhöht kaltes Abduschen die körpereigene Kortisonproduktion und kann zur Stabilisierung des Hautzustandes unterstützend eingesetzt werden.

17.8.4 Entspannungsverfahren

Entspannungstechniken wie das autogene Training und die progressive Muskelentspannung nach Jacobson sind in ihrer Wirksamkeit erprobt. Sie werden sowohl bei der Neurodermitis als auch beim Asthma bronchiale sinnvoll als begleitende Therapie eingesetzt.

17. Alternative Diagnose- und Behandlungsmethoden

Auch für Yoga, das für Kinder allerdings weniger geeignet ist, gibt es Hinweise auf eine therapeutische Wirksamkeit bei Asthma und Stresszuständen.

17.8.5 Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)

Die wissenschaftliche Phytotherapie setzt pflanzliche Wirkstoffen in pharmakologisch wirksamer Dosis ein (nicht zu verwechseln mit der Homöopathie, welche mit zum Teil extrem hohen Verdünnungen arbeitet). Eine ganze Reihe wertvoller Medikamente wurde ursprünglich aus Pflanzen gewonnen und entweder direkt als Pflanzenauszug verwendet oder durch chemische Abwandlungen noch in der Wirksamkeit gesteigert. Viele, jedoch bei weitem nicht alle von der Volksmedizin überlieferte Wirkungen konnten bestätigt werden. Allerdings wurden auch ernsthafte Nebenwirkungen entdeckt. Für die Allergologie ist beispielsweise die allergieauslösende Wirkung bestimmter Kamillearten (insbesondere der Hundskamille) und ätherischer Öle von Bedeutung. Pflanzliche Medikamente können bei verschiedenen, vor allem leichteren Erkrankungen durchaus sinnvoll eingesetzt werden. Jedoch nicht alle Krankheiten lassen sich ausschließlich mit pflanzlichen Medikamenten behandeln. In der Neurodermitisbehandlung werden beispielsweise bei nässenden Ekzemen Gerbstoffe aus Schwarztee oder Eichenrinde eingesetzt.

17.9 Das sollten Sie beachten

- ✓ Bewerten Sie jede Methode – ob schulmedizinisch oder alternativ - mit dem selben kritischen Maßstab.
- ✓ Vermeiden Sie Ideologien und setzen Sie stattdessen den gesunden Menschenverstand ein.
- ✓ Gehen Sie systematisch und nicht nach Versuch und Irrtum vor: testen Sie z.B. zwei verschiedene Basispflegecremes parallel für einige Tage am rechten bzw. linken Arm anstatt sie durcheinander und nacheinander auszuprobieren.
- ✓ Lernen Sie zu akzeptieren, dass sich nicht immer für jede Änderung des Krankheitszustandes eine Erklärung finden lässt.
- ✓ Oft ist es besser, nach Rücksprache mit dem Arzt leichte Restsymptome zu tolerieren anstatt zusätzlich weitere unbewiesene Therapiemethoden anzuwenden.
- ✓ Besonders kritisch sollten Sie sein, wenn eine Methode nur von wenigen Behandlern angewendet wird, Sie sich ganz schnell und ohne ausführliche Beratung für eine unter Umständen teure Therapie entscheiden sollen, ein 100%iger Erfolg ohne Nebenwirkungen versprochen wird oder Sie aufgefordert werden, alle anderen laufenden Therapien abzubrechen.
- ✓ Sprechen Sie Ihren Kinder- und Jugendarzt an. Er kann Ihnen sagen, ob eine bestimmte Methode überhaupt sinnvoll ist, ob Sie eine geplante Behandlung gefahrlos neben der bisherigen Therapie einsetzen können, ob unerwünschte Wirkungen auftreten können oder ob von der Anwendung gar ganz abzuraten ist. Grundsätzlich wird Ihr Kinder- und Jugendarzt versuchen, eine allergische Erkrankung, ein Asthma bronchiale oder eine Neurodermitis mit einem möglichst milden Mittel zu behandeln, wenn es das Krankheitsstadium erlaubt.
- ✓ Vertrauen Sie nicht nur auf Behandlungsmethoden und Medikamente, die eine problemlose und schnelle Hilfe von außen versprechen. Je aktiver Ihr Kind und Sie sich an der Behandlung beteiligen (z.B. konsequente auf den Hautzustand abgestimmte Basispflege bei Neurodermitis, Anwendung des Asthma-Notfallplanes), desto größer wird der Erfolg sein.

17.10 Zusammenfassung

Der oft chronische Verlauf allergischer Erkrankungen weckt in vielen Eltern den Wunsch nach **"alternativen" Diagnose- und Behandlungsmethoden**. Jedoch auch für diese Methoden gilt, dass sie ihre Wirksamkeit und Unbedenklichkeit unter Beweis stellen müssen. Viele "alternative" Verfahren sind in der Zwischenzeit gründlich untersucht worden, für viele konnte kein überzeugender Wirksamkeitsnachweis geliefert werden. Bewerten Sie jede Methode – ob schulmedizinisch oder alternativ – mit dem selben kritischen Maßstab.

Sinnvoll eingesetzt werden können Entspannungstechniken, die Physiotherapie, die Wärme- und Kältetherapie, und bei leichteren Erkrankungen die Phytotherapie (Therapie mit Pflanzeninhaltsstoffen). Vorbeugend und stabilisierend wirken eine gesunde Lebensführung, regelmäßiges körperliches Training und die Sauna.

Literatur:

Die Andere Medizin. "Alternative" Heilmethoden für Sie bewertet. Stiftung Warentest 2006

