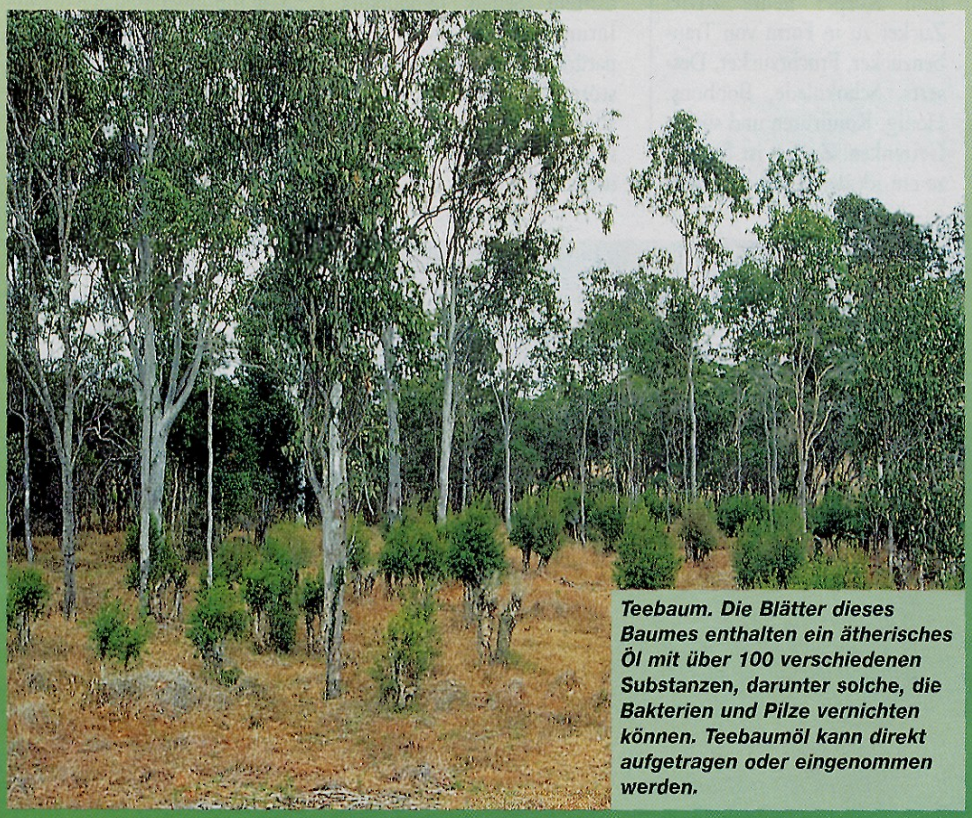
PILZERKRANKUNGEN NATÜRLICH BEHANDELN



Teebaum. Die Blätter dieses Baumes enthalten ein ätherisches Öl mit über 100 verschiedenen Substanzen, darunter solche, die Bakterien und Pilze vernichten können. Teebaumöl kann direkt aufgetragen oder eingenommen werden.

Bei Pilzerkrankungen ist es nicht nötig, immer gleich zu chemischen Medikamenten zu greifen. Verschiedene Naturheilmittel, wie sie im folgenden beschrieben sind, können ebenso wirksam sein und auf milde Weise die Beschwerden lindern. Um die Heilung zu beschleunigen und neue Rückfälle zu vermeiden, ist es ausserdem sehr wichtig, sich auch zu überlegen, was die Ursache für die Pilzerkrankung ist und was wir bei unseren Lebensgewohnheiten ändern können. Dies braucht etwas Geduld, doch der Aufwand lohnt sich, und nur so ist der langfristige Erfolg garantiert.

Sommerzeit - in dieser-feuchtwarmen Jahreszeit treten Fusspilz und Scheidenpilz gehäuft auf. Alle Jahre wieder dasselbe - es ist lästig, daran haben wir uns gewöhnt. Weniger bekannt ist, dass heute Pilzerkrankungen allgemein häufiger auftreten als früher. Dies hat verschiedene Gründe:

- Mit der Nahrung führen wir dem Körper heute zuviel Zucker zu in Form von Traubenzucker, Fruchtzucker, Desserts, Schokolade, Bonbons, Honig, Konfitüren und süssen Getränken. Zucker ist für Pilze ein idealer Nährboden und führt zu einem fast unbegrenzten Wachstum.
- Sowohl Pilze als auch Bakterien kommen auf der Haut, im Mund, im Magen-Darm-Trakt und auf der Vaginalschleimhaut natürlich vor und stehen normalerweise in einem harmonischen Gleichgewicht zueinander. Durch den (allzu) häufigen Einsatz von Antibiotika sowie Desinfektionsmitteln (Seifen, Deodorants, Intimsprays usw.) wird dieses natürliche Gleichgewicht gestört. Viele Keime werden abgetötet; diejenigen, die resistent sind, können sich umso mehr ausbreiten.
- Es gibt heute vermehrt Leute mit einem geschwächten Immunsystem (z.B. bei Aids) oder bei denen das körpereigene Abwehrsystem nach einer Organtransplantation durch Medikamente (Cortison usw.) künstlich unterdrückt werden muss. Dabei können auch harmlose Bakterien und Pilze zu lebensbedrohenden Erkrankungen ausarten.
- Das Immunsystem spielt ganz allgemein eine wichtige Rolle zur Vermeidung von Infektionskrankheiten. Es ist deshalb wichtig, Sorge dazu zu tragen und schädigende Einflüsse wie Dauerstress, hohe Lärmbelastung, schlechte Luft, elektromagnetische Felder, künstliche Nahrungsmittelzusätze, Belastungen durch Schwermetalle (Quecksilber, Blei) usw. möglichst zu meiden.

Was gibt es für Pilzerkrankungen ?

Pilzerkrankungen können an fast allen Körperstellen auftreten. Uns bestens vertraut ist der ***Fusspilz*** mit dem unangenehmen Jucken zwischen den Zehen. Diese Fadenpilze können auch sonstwo auf der Haut auftreten (z.B. zwischen den Fingern bei Leuten, die häufig im Wasser arbeiten), ebenso in den Bart- und Kopfhaaren. Leute, die regelmässig unter Schuppen im Haar leiden, sollten unbedingt eine Pilzbehandlung (z.B. mit Teebaumölshampoo) durchführen, da die Schuppen durch Pilze bedingt sein können. Auslöser von ***Mundpilz*** (Soor) ist der Hefepilz Candida albicans. Er ist auch verantwortlich für den bei Frauen häufig sehr schmerzhaften ***Scheidenpilz***. Der ***Nagelpilz*** verursacht zwar keine Schmerzen, dafür braucht es um so mehr Geduld und Disziplin bei der Behandlung. Wer unter einer Mundpilz- oder Scheidenpilzerkrankung leidet, sollte ebenfalls abklären lassen, ob nicht auch der Darm befallen ist. ***Darmpilze*** sind heute weit verbreitet - sie können die Ursache von unangenehmen Blähungen, Magenschmerzen und regelmässigem Durchfall sein. Sehr gefürchtet sind bei Personen mit geschwächtem Immunsystem (z.B. Aids oder nach einer Organtransplantation) die Hirnhautentzündungen, bedingt durch den Hefepilz Cryptococus neoformans.

Natürliche Heilmitel bei Pilzerkrankugen

Teebaumöl: Sehr vielseitig eingesetzt bei Pilzerkrankungen wird das Teebaumöl, ein Naturheilmittel aus Australien. Seit Jahrtausenden kannten die Ureinwohner Australiens die keimabtötende Wirkung dieses bis zu 8 m hohen Baumes und verwendeten die fadenartigen Blätter als Tee (deshalb der Name Teebaum). Der Teebaum (lateinisch Melaleuca alternifolia) gehört zur Familie der Myrtengewächse; zum Teestrauch, aus dessen Blättern wir den Schwarztee und Grüntee zubereiten, besteht keine Verwandtschaft, es handelt sich um zwei völlig unterschiedliche Pflanzen.

Die Blätter des Teebaumes enthalten etwa *2%* ätherisches Öl, welches durch Wasserdampfdestillation gewonnen wird. Das Öl ist praktisch unlöslich in Wasser, mischt sich aber gut mit den meisten organischen Flüssigkeiten (z.B. mit Alkohol im Verhältnis 1:3). Die Zusammensetzung von Teebaumöl ist sehr vielfältig. Bisher konnten über 100 verschiedene Verbindungen identifiziert werden. Hauptbestandteile sind die Monoterpene Terpinen-4-ol, a-Terpinen und γ-Terpinen. Als gute Qualität gelten Öle mit einem Terpinen-4-ol-Gehalt von mindestens 30% und einem Anteil von höchstens 15% 1.8-Cineol (= Eucalyptol). 1.8-Cineol ist der Hauptbestandteil des Eukalyptusöles und kann in höheren Konzentrationen bei empfindlichen Personen zu Reizungen der Haut und Schleimhaut führen (z. B. bei Kleinkindern). Ebenso werden durch die Beschränkung des Cineol-Gehaltes Verfälschungen des Teebaumöles mit dem billigeren Eukalyptusöl ausgeschlossen.

Parakresse. Dr. H. Vogel entdeckte die Wirksamkeit des Pflanzenextraktes bei Pilzerkrankungen. Parakresse ist unter dem Namen «Spilanthes» als Tinktur in Apotheken und Drogerien erhältlich.
Foto Bioforce

Teebaumöl hat eine ausgeprägte Bakterien und Pilze abtötende Wirkung. In einer neuen wissenschaftlichen Studie wurde bei Patienten mit Nagelpilz die Wirkung des Teebaumöles mit dem chemischen Pilzmittel Clotrimazol verglichen. Nach 6 Monaten waren 18% der Patienten, die mit Teebaumöl behandelt worden waren, pilzfrei gegenüber 11% der Patienten mit Clotrimazol-Behandlung. Bei beiden Gruppen zeigten etwa 60% der Teilnehmer eine deutliche Besserung gegenüber dem Anfangsstadium.

Wichtig beim Einsatz von Teebaumöl ist die korrekte Anwendung. Bei oberflächlichen Hautpilzen genügt in der Regel eine Konzentration von 5 % Teebaumöl. Man kann das Öl sehr einfach selbst einem Shampoo, Duschmittel oder Körperöl bei-mischen. Bei hartnäckigem Fuss-pilz sowie Nagelpilz empfiehlt es sich, das Öl unverdünnt auf-zutragen. Ein Fusspilz kann so innert 2-3 Wochen zum Verschwinden gebracht werden. Man sollte aber die Behandlung nach Abklingen der Symptome nicht sofort absetzen, sondern etwa weitere 10 Tage fortführen, da noch Sporen vorhanden sein können, die sich abgekapselt haben und erst nach einiger Zeit wieder aktiv werden.

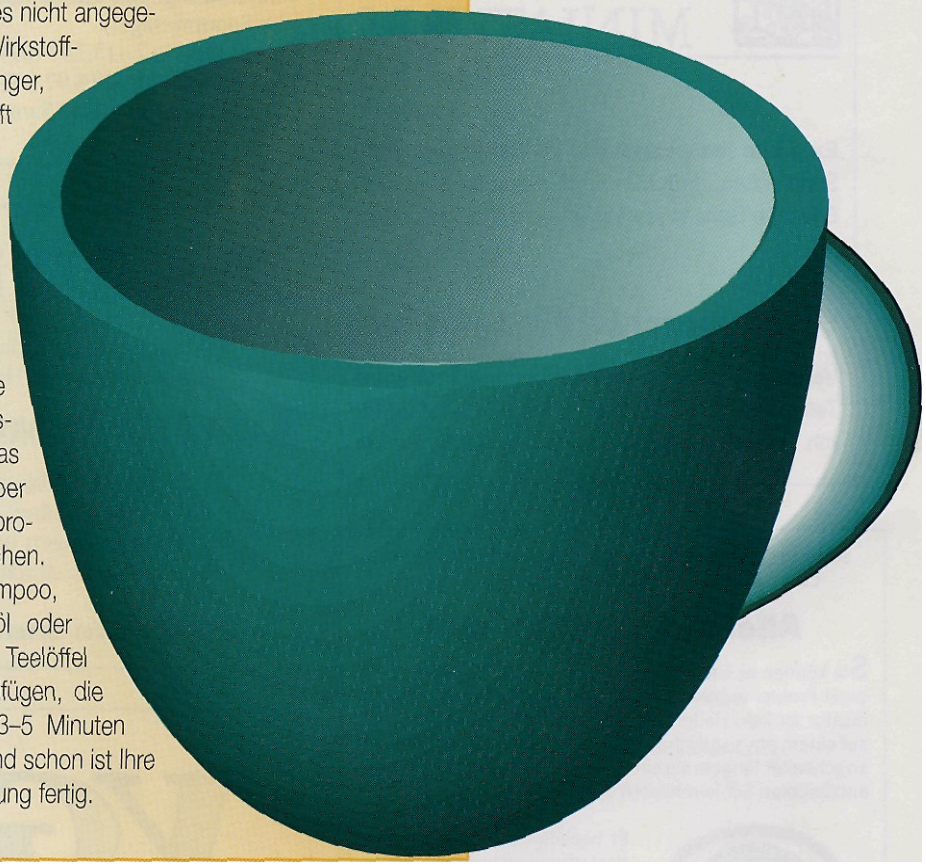
Die Behandlung eines Nagelpilzes braucht etwas mehr Geduld und dauert oft über l Jahr. Der Nagel wird morgens und abends mit Teebaumöl beträufelt und muss regelmässig abgefeilt werden. Verwenden Sie dazu wegwerfbare Kartonfeilen (und keine Metallfeilen), da Pilzsporen über längere Zeit auch auf toten Gegenständen überleben können und damit die Gefahr besteht, dass Sie sich mit einer Metallfeile immer wieder neu infizieren. Bei Scheidenpilz haben sich Vaginalzäpfchen mit 5% Teebaumöl bewährt oder einfach einen Tampon mit verdünntem Teebaumöl beträufeln und einführen. Die innerliche Anwendung von Teebaumöl ist wegen seines terpentinartigen Geschmacks nicht bei allen Leuten gleich beliebt. Zum Gurgeln und Spülen des Mund- und Rachenraumes bei Soor eignen sich verdünnte alkoholische Lösungen von Teebaumöl. Man kann zum Zähneputzen 2-3 Tropfen des reinen Öles auf die Zahnpasta träufeln, Bei Darmpilzen nimmt ein Erwachsener 3- bis 4mal täglich 3-5 Tropfen Teebaumöl in etwas Wasser oder Tee ein.

Parakresse*:* Dr. Vogel hat die pilzabtötende Wirkung der Parakresse bei einem Aufenthalt in Kenia in den 50er Jahren entdeckt. Die Parakresse (lateinisch Spilanthes oleracea) gehört zur Pflanzenfamilie der Körbchenblütler (Compositae) und stammt ursprünglich aus Brasilien. Das Kraut enthält 0,2-0,3% ätherisches Öl. Dessen Zusammensetzung ist noch nicht näher bekannt. Die Parakresse wird als Tinktur bei innerlichen und äusserlichen Pilzerkrankungen verwendet. Erwachsene nehmen 3mal täglich 10 Tropfen ein, Kinder 3mal täglich 5 Tropfen. Äusserlich wird die Tinktur unverdünnt auf die betroffene Stelle aufgetragen, wobei die Behandlung über einen längeren Zeitraum regelmässig morgens und abends durchgeführt werden muss. Parakresse-Tinktur ist sehr gut verträglich; sie ist in Apotheken und Drogerien unter dem Namen Spilanthes Urtinktur von der Firma Bioforce erhältlich. Ausserdem führt Bioforce auch ein Mundwasser und einen Mundspray mit Parakresse drin.

Dr. Andreas Lenherr

Das Teebaumbild stellte die Firma farfalla zur Verfügung

.

Tips zum Einkauf und zur Zubereitung von Teebaumölpräparaten

Neben dem reinen Teebaumöl sind heute sehr viele Zubereitungen mit Teebaumöl erhältlich: Cremen, Lotionen, Fusssprays, Körperöle, Shampoos, Lippenpomaden, Halspastillen, Seifen und vieles mehr. Beim Einkauf sollten Sie darauf achten, dass Sie nur Produkte kaufen, bei denen der Wirkstoffgehalt genau angegeben ist. Gute Teebaumölpräparate enthalten 3–5% ätherisches Öl. Wenn dies nicht angegeben wird, ist der Wirkstoffgehalt meist geringer, und die Aufschrift «Teebaumöl» ist mehr als Werbehascherei zu verstehen, um die Kunden anzulocken. Wenn Sie reines Teebaumöl bei sich zu Hause haben, ist es deshalb oft sicherer, das Teebaumöl selber Ihren Körperpflegeprodukten beizumischen. Pro Deziliter Shampoo, Duschgel, Körperöl oder Lotion einfach 1 Teelöffel voll Teebaumöl beifügen, die Flasche während 3–5 Minuten kräftig schütteln, und schon ist Ihre Teebaumölzubereitung fertig.