

Therapiemethoden bei Asthma

Schulmedizin und Alternativmedizin in der Therapie von Asthma

(NL/7664660193) Asthma bronchiale ist die häufigste chronische Erkrankung im Kindesalter. Sieben bis zehn Prozent der Kinder und etwa fünf Prozent der Erwachsenen in Deutschland leiden unter der Atemwegserkrankung. Tendenz steigend. Die Gesundheitsexperten der ellviva.de-Medizinredaktion geben einen Einblick in alternative Heilmethoden wie die Wirkung von Wasserfall-Aerosolen: Die Bronchialschleimhaut von Asthmatikern ist dauerhaft entzündet. Die Atemwege sind überempfindlich, die Schleimhaut oft angeschwollen. Die Becherzellen der Schleimhaut produzieren Sekrete im Übermaß und verengen damit die Bronchien. Bei einem akuten Asthmaanfall können sich zusätzlich die Bronchialmuskeln verkrampfen, sodass Betroffene eingeatmete Luft nicht mehr richtig ausatmen können.

Verschiedene Formen von Asthma

Asthma lässt sich in zwei Kategorien einteilen.

* Allergisches/extrinsische Asthma: Hier liegt der Grund für die Erkrankung in einer Allergie. Häufige Auslöser sind Hausstaubmilben, Tierhaare und Federn, Pollen, Pilz- oder Hefesporen, Nahrungsmittel oder Arzneibestandteile.

* Nichtallergisches/intrinsische Asthma: Diese Form wird häufig durch Infekte verstärkt. Nichtallergisches Asthma geht oft mit weiteren Atemwegserkrankungen wie Nasennebenhöhlenentzündungen oder Nasenpolypen einher. Weitere Faktoren sind Stress, Wetterbedingungen, chemische Reizstoffe, Duftstoffe, körperliche Belastung und Luftschadstoffe (vor allem durch Zigarettenrauch).

Medikamentöse Behandlungs- und Therapiemöglichkeiten

Asthma ist nicht heilbar. Mit abgestimmten Medikamenten können Patienten jedoch meist ein relativ unbeeinträchtigtes Leben führen. Wichtig ist, Asthmaanfällen vorzubeugen indem die Lungenfunktion verbessert und der Körper fit gehalten wird.

Immer dabei: Notfallspray

In jedem Fall sollten Asthmatiker ein Notfallspray bei sich tragen. Kurz wirksame Beta-2-Sympathomimetika zum Inhalieren helfen innerhalb weniger Sekunden bei akuter Atemnot. Die verkrampfte Bronchialmuskulatur entkrampft und der Patient kann wieder leichter atmen. Bei schwereren Fällen von Asthma reichen Notfallsprays als Behandlung nicht mehr aus. Hier müssen inhalative Kortikoidsteroiden helfen. Der Wirkstoff ist mit dem körpereigenen Hormon Kortison verwandt und wirkt direkt an den entzündeten und geschwollenen Bronchien. Daneben gibt es weitere, langfristig einzunehmende Präparate mit Wirkstoffen wie Xanthine, Leukotrienrezeptor-Antagonisten und lang wirksamen Beta-2-Sympathomimetika.

Nebenwirkungen

Viele der möglichen Nebenwirkungen sind schwerwiegend: neben einfachen Pilzinfektionen im Mund- und Rachenraum, innerer Unruhe und Nervosität, können Magen-Darm-Beschwerden, Herzrhythmusstörungen und Bluthochdruck auftreten.

Alternative Therapien

Stress gilt als ein möglicher Auslöser für Asthmaanfälle. Entspannungstechniken verbessern nicht nur die allgemeine Lebensqualität, sie trainieren auch die Atmung, erleichtern den Umgang mit Asthma und steigern das allgemeine Wohlbefinden. Besonders für Asthmapatienten geeignet sind autogenes Training, progressive Muskelrelaxation, Yoga und Qi Gong.

Alternative Therapien

Stress gilt als ein möglicher Auslöser für Asthmaanfälle. Entspannungstechniken verbessern nicht nur die allgemeine Lebensqualität, sie trainieren auch die Atmung, erleichtern den Umgang mit Asthma und steigern das allgemeine Wohlbefinden. Besonders für Asthmapatienten geeignet sind autogenes Training, progressive Muskelrelaxation, Yoga und Qi Gong.

Aufatmen am Wasserfall

Eine weitere noch weitgehend unbekannt, aber vielversprechende Behandlungsmöglichkeit bieten die Krimmler Wasserfälle in Österreich. Mit einer Höhe von 380 Metern sind sie die größten Wasserfälle Europas. Wissenschaftliche Untersuchungen bewiesen, dass sich die Nähe zu den Wasserfällen besonders für Asthmatiker und Allergiker positiv auf die Gesundheit auswirkt.

Gesundheitswirkung der Luftionen

Vermutlich liegt dies an der hohen Konzentration negativer Luftionen in der Umluft der Wasserfälle. Der außergewöhnlich feine Sprühnebel der Krimmler Wasserfälle ermöglicht eine einfache Inhalation der Luftionen, die ihre Ladung an die Schleimhäute in der Nase abgeben. Diese negativ geladenen Sauerstoffmoleküle können sich an Wassertröpfchen anlagern und sind damit besonders gesundheitsförderlich. In der normalen Atemluft werden etwa 300 bis 3000 Ionenpaare pro Kubikzentimeter gemessen. In Wasserfallnähe steigt die Zahl jedoch auf bis zu 70.000! Die negativen Luftionen beschleunigen die Bewegungen der Flimmerhärchen der Nasenschleimhaut, wodurch eine bessere und stärkere Reinigungswirkung stattfinden kann. Die Luftionen wirken stimulierend auf das Immunsystem und verbessern nachhaltig die Atemwege sowie die Lungenfunktion. Viele Allergiker- und Asthmatiker-Gäste berichten zudem über eine verringerte Anfallhäufigkeit und sogar über mehrmonatige Beschwerdefreiheit. Weitere Informationen über eine Asthma bronchiale Therapie oder Kur bei den Krimmler Wasserfällen gibt es unter <http://www.wasserfaelle-krimml.at/html/naturheilmittel.html>.

Die richtige Behandlungs-Kombination

Sinnvoll ist eine Kombination aus medikamentöser und alternativer Behandlung. Therapiemethoden wie die Krimmler Wasserfälle können Asthma zwar nicht heilen, sie bieten jedoch eine nebenwirkungsfreie Alternative. Im Gesundheitskanal von ellviva.de gibt es unter <http://www.ellviva.de/Gesundheit/Asthma.html>

einen eigenen Themenüberblick Asthma, der viele weitere Behandlungsmöglichkeiten aufzeigt und Tipps zu Vorbeugung enthält. Redaktion: Jennifer Kosche und Sven-David Müller, MSc., Chefredakteur von ellviva.de.

Pressekontakt

Juvesco GmbH

Herr Sven-David Müller
Gutleutstraße 30
60237 Frankfurt am Main

svendavid.mueller@cocomore.de

Firmenkontakt

Juvesco GmbH

Herr Sven-David Müller
Gutleutstraße 30
60237 Frankfurt am Main

ellviva.de
svendavid.mueller@cocomore.de

Diese Pressemitteilung wurde im Auftrag übermittelt. Für den Inhalt ist allein das berichtende Unternehmen verantwortlich.

Anlage: Bild

ellyva.de