

Und wieder ist Sie da... die Heuschnupfen – Zeit

Das was uns sonst erfreut... die Sonne, der laue Wind, macht dem Pollenallergiker zu schaffen.

Allergie -

ist eine Überreaktion des gereizten Immunsystems.

Stellen sie sich vor, sie sind ständig gefordert, irgendwas ist immer ... kennen Sie das?

Irgendwann sind Sie so überreizt, das sie sich bei der geringsten Kleinigkeit aufregen, selbst wenn es sich um „Nichtigkeiten“ handelt, die Ihnen bei ruhiger Betrachtung egal wären.

Wie sie entsteht...

Eine genetische Voraussetzung ist meistens (nicht immer) gegeben. Den Rest besorgen Lebensweise, Umweltgifte, Ernährung und manche Medikamente.

Irgendwann ist das Fass voll und läuft über, das heißt der Körper reagiert mit den Oberflächen, die mit der Aussenwelt in Kontakt kommen: Atemwege, Augen, Darm und Haut.

In ganz extremen Fällen kann es auch das Herzkreislaufsystem betreffen. Das wird anaphylaktischen Schock genannt- und ist ein Fall für den Rettungswagen!

Schulmedizinische Behandlungsweise:

Neben den handelsüblichen Anti-Allergica kommen auch immer öfter cortisonhaltige Medikamente zum Einsatz.

Es lindert die Symptome, hat allerdings etliche Nebenwirkungen.

Der nächste Schritt ist der Allergietest und darauf folgend die Desensibilisierung.

Die Linderungsquote der Desensibilisierung liegt bei 65% in den Langzeitbeobachtungen. Eine Heilung ist noch nicht beobachtet worden. (Lt.WHO)

Naturheilkundliche Alternativen:

Die **Bioresonanztherapie** hat auch in vielen Arztpraxen Einzug gehalten und arbeitet mit der Allergie – Löschung.

Auch in der **TCM** (Traditionelle Chinesischen Medizin) in Ihrer Ganzheitlichkeit gibt Hilfe bei Allergien durch Akupunktur.

Darüber hinaus findet hier die **Homöopathie** immer wieder ihren Einsatz im akuten Stadium und auch in der grundlegenden Behandlung.

Wichtig in allen Behandlungsformen ist die Beachtung der Zusammenhänge mit **Ernährung, Darmgesundheit** und **Anspannungs/Entspannungsbalance**.

Die Linderungsquote wird mit 80% angegeben. Zu Heilungen liegen keine Untersuchungsergebnisse vor.

Als homöopathisch arbeitende Heilpraktikerin biete ich Ihnen hier eine Tabelle mit den häufigsten Arzneimitteln an. Sie haben sich in der Praxis als wirksam erwiesen zur Linderung der Symptome.

Selbsthilfe im Akutfall aus der Homöopathie:

Hier gilt es die Grenzen zu beachten!

Atemnot, Kreislaufsymptome wie Schwindel, Herzrasen etc. gehören unverzüglich in ärztliche Behandlung.

Allium cepa:	Augen tränen wund machend, Nase läuft wässrig, „verheultes“ aussehen
Apis mellifica:	Nase läuft und ist rot geschwollen, Sekret ist scharf, hauptsächlich Nasensymptome
Arsenicum Alb.:	Brennen in Augen und Nase, scharfe Sekrete, Niesen ohne Erleichterung
Bromum:	Fließschnupfen mit ätzender Wundheit der Nase, Schmerzhaftigkeit der Nase, geschwollene Lymphknoten, trockener Hals, Anwendung hauptsächlich bei Kindern
Euphrasia:	Bindehautentzündung, tränende, juckende Augen, scharf,
Luffa:	Schnupfen, besonders morgens, klar, weiß oder gelblich, empfindliche Nasenschleimhaut mit Schorfbildung, der Kopf scheint „zu“ zu sein.
Natrium Chloratum:	Heftiger Fließschnupfen, läuft wie Eiklar, wechselnd mit verstopfter Nase, Geruchs und Geschmacksverlust, Wundheitsgefühl in der Nase.
Nux vomica:	Nase ist zu – Stockschnupfen, wechselnd zwischen Tagsüber laufen und Nachts verstopft, Sekret scharf
Pulsatilla:	Nase verstopft, besonders rechts, Geruchsverlust, Sekret mild und gelblich, so auch Augen mit milden, dicklichen Absonderungen

Ernährung: In der Heuschnupfenzeit hat sich eine milch- und weizenarme Kost besonders bewährt. Milch, weil es durch sein Eiweiß zur Anschwellungen in den Schleimhäuten führen kann und sie damit reaktionsfreudiger macht.

Weizen, da Gluten in größeren Mengen unsere Darmschleimhäute reizt (auch wenn wir keine Unverträglichkeit haben) und damit erhöht sich die Reaktionsbereitschaft.

Darmgesundheit, Entschlacken/Entsäuern, Work/Life Balance sind weitere Maßnahmen, die regulierend und beruhigend auf das Immunsystem einwirken.

Für Weiteres suchen Sie einen ganzheitlich arbeitenden Arzt oder Heilpraktiker auf. Konstitutionelle Homöopathie, Darmsanierung, Akupunktur usw. können grundlegende und anhaltende Verbesserungen bringen.