

Alternativen bei Darmleiden

Chronische Darmerkrankungen – eine Sache für Alternativmediziner?

Nahezu jeder von uns kennt Menschen mit Darmerkrankungen. Da Arzneimittel oft problematisch sind, setzen Patienten zunehmend auf Alternativen.

Britische Ärzte sichtet die aktuelle Forschungsliteratur und beschreiben nun, welche erfolgreichen Methoden der Komplementär- und Alternativmedizin (CAM) zur Verfügung stehen. Das Spektrum der CAM bietet vielfältige Techniken. Traditionelle Anwendungen wie Akupunktur und Ayurveda gehören ebenso dazu wie die moderne Reflexlehre, Pflanzen- und Aromatherapie. Besonders die Orientierung an der Natur und der holistische Ansatz der CAM stützen und beschleunigen deren anhaltenden Erfolg. Wenn gleich zur Zeit Unmengen von Studienmaterial vorliegt, fällt doch noch immer ein deutlicher Rückstand zur konventionellen Medizin auf, der vor allem Forschung und Lehre betrifft.

Das gilt auch für die Anwendung bei Erkrankungen des Verdauungstrakts, von denen der Reizdarm (Colon irritabile) derzeit den Löwenanteil bildet. Dabei reagieren Darmabschnitte auf bestimmte Auslöser mit starken Schmerzen. Frauen zwischen 30 und 50 sind besonders häufig betroffen. Die meistens dumpfen, stechenden oder brennenden Bauchschmerzen können bis in den Analkanal ausstrahlen. Blähungen, Übelkeit, Erbrechen, Globusgefühl und Stuhldrang sind die Symptome, Kopfschmerzen und Scheidenkrämpfe treten häufig hinzu. Als Auslöser gelten heute Stress, mechanischer Druck und die Einnahme von Mahlzeiten

Reizdarm – eine häufige Erkrankung

Doch auch ernstere chronische Darmentzündungen wie die bekannte Colitis ulcerosa und der Morbus Crohn (Enteritis [Ileitis] terminalis) stehen dem Reizdarm zur Seite. Das chronische und wiederholte Auftreten ihrer vielfältigen Symptome führt viele Betroffene zu Ärzten, die sich auf CAM-Methoden spezialisiert haben. So hatten deutsche Forscher im vergangenen Jahr berichtet, dass bereits 51% der Darmpatienten über CAM-Erfahrungen verfügten. Zur Nutzung der CAM entschlossen sie sich vor allem wegen der nur mäßigen Kontrolle der üblichen Standardtherapie mit Entzündungshemmern wie Kortison. Vor kurzem haben

britische Mediziner die aktuellen Forschungsdaten zu CAM-Therapien bei Darmleiden ausgewertet.

Die Forscher beschreiben detailliert die häufigsten Maßnahmen, die bei Darmleiden Anwendung finden. An erster Stelle stehen facettenreiche Therapien mit pflanzlichen Präparaten (Phytotherapie), von denen viele zur Traditionellen Chinesischen Medizin gehören. So erwiesen sich in einer Kontrollstudie Einläufe mit Wurzel- und Blütenpräparaten des in Asien lebenden Schnurbaums (*Sophora flavescens*) als deutlich wirksamer im Vergleich zu Aminosalizylsäure und Prednisolon (53 % gegen 19 %). Zu ähnlichen Besserungen hatten andere traditionelle Wirkstoffe geführt, darunter solche aus der bekannten Aloe-vera-Pflanze.

Baumharz und Curry gegen Darmsymptome

Auch Anwendungen aus dem alten Indien (Ayurveda) bringen erstaunliche Erfolge. Bereits 1997 hatten Präparate aus dem Harz des Weihrauchbaums (*Boswellia serrata*) zu deutlicheren Besserungen geführt als das konventionelle Schmerzmittel Sulfasalazin (82 % gegen 75 %), 2001 konnten dieselben Forscher dieses Ergebnis wiederholen. Auch zur Therapie eines Morbus-Crohn-Schubs zeigten sich Extrakte aus dem Weihrauchbaumharz als sehr wirksam: Deutsche Forscher hatten 102 Betroffene behandelt und festgestellt, dass das natürliche Präparat zusätzlich seinen eigentlichen Effekten auch problemlos vertragen wurde (Vergleichsmittel Mesalazin). Auch das Curcumin, ein Inhaltsstoff des Curry (*Curcuma longa*), wirkt offenbar entzündungshemmend auf die Darmschleimhaut, wie Studienergebnisse vermuten lassen.

China-Nadeln für Darmpatienten

Zu den häufigsten CAM-Techniken, die bei Darmleiden zum Einsatz kommen, zählt neben der Phytotherapie die Akupunktur – und das mit gutem Grund. Die Autoren stießen unter anderem auf eine interessante Arbeit, in der 51 Morbus-Crohn-Patienten genadelt worden waren. Die Akupunktur reduzierte nicht nur die Schmerzen, sondern verbesserte die per Fragebogen überwachte Lebensqualität deutlicher als es in der Vergleichsgruppe (87 gegen 39 Punkte) der Fall war. Eine Studie aus China kam zu dem Schluss, Akupunktur sei bei

Bildquelle: Michael Zimmermann



Phytotherapie ist ein wichtiger Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin. Sie hilft auch bei Darmlen.

Bildquelle: Imagesource



Auch alternativmedizinische Verfahren können und sollen wissenschaftlich geprüft werden.

Colitis ulcerosa ebenso wirksam wie die Therapien der konventionellen Medizin. Die Autoren diskutieren ferner Ursachen für die noch immer sichtbare Zurückhaltung vieler Schulmediziner gegenüber alternativmedizinischen Auffassungen und Methoden. Sie sehen vor allem dort ein Akzeptanzproblem, wo heute noch Lecks in der strikt naturwissenschaftlich geforderten Beweisführung für die Wirksamkeit der Methoden klaffen.

Nebenwirkungen auch bei CAM-Techniken

Keineswegs ist es einfach zu bestimmen und abzuschätzen, welche Einzelwirkung auf welche CAM-Ursache zurückzuführen ist, betonen die Forscher. In Pflanzenextrakten zum Beispiel steckt eine riesige

Anzahl verschiedenster Substanzen, von denen einige wiederum biologisch aktiv sind. Diese Stoffe können beispielsweise Zellreaktionen stoppen, Nervensignale ändern, Bakterien töten und Krämpfe lösen. Dies kann sich jedoch auch im Sinne unerwünschter Wirkungen zeigen. Ausführlich gehen die Autoren auf die heute bekannten Mechanismen physikalischer Anwendungen ein, diskutieren den immer wieder strapazierten Placeboeffekt und widmen sich möglichen Nebenwirkungen, von denen auch die CAM nicht frei ist.

Quelle: Langmead L, Rampton DS: Complementary and alternative therapies for inflammatory bowel disease. Aliment Pharmacol Ther 2006;23,341-9

Weitere Patienteninformationen

In Deutschland:

Deutsche Akademie für Akupunktur e.V.,
Ambazac-Straße 4, 90542 Eckenthal
Tel.: 09126/295210, Fax: 09126/2952159
akademie@akupunktur.de
www.akupunktur.de, www.akupunktur-online.info,
www.akupunktur-information.de, www.stoerherd.de

In Österreich:

Österreichische Gesellschaft für Kontrollierte
Akupunktur (OGKA), Kreuzgasse 21, 8010 Graz
Tel.: 0316/37 40-50, Fax: -51, office@ogka.at; www.ogka.at

In der Schweiz:

Schweizerische Ärztinnen und Ärztegesellschaft für
Akupunktur – Chinesische Medizin – Aurikulomedizin, sacam
c/o gkaufmann Verbandsmanagement, Wattenwylweg 21,
CH-3006 Bern, Tel.: 031/332 41 10, Fax: 031/332 41 12
info@gkaufmann.ch, www.sacam.ch

Bildquelle: Digital Vision Medical Icons

