

Macula- degeneration

Naturheilkundliche Therapie bei chronischen Augenerkrankungen

Augen-Regulationstherapie Die Therapie von chronischen Augenerkrankungen stellt ein Stiefkind in den Naturheilpraxen dar, obwohl alleine in Deutschland ca. 4,5 Millionen Menschen an der Maculadegeneration (AMD) und ca. 1 Million am Glaukom erkrankt sind (Quelle: Universitätsklinik Gießen, vgl. http://www.ukgm.de/ugm_2/deu/ugi_aug/273.html vom 10.01.2016).

Die AMD ist die Hauptursache der Erblindung bei Patienten, die über 50 Jahre alt sind (32 % aller Neuerblindungen) gefolgt vom Glaukom und der diabetischen Retinopathie mit jeweils 16 %. Etwa jeder dritte Mensch, der das 75. Lebensjahr überschritten hat, ist an einer AMD erkrankt, jeder 20. wird erblinden (Quelle: Universitätsklinik Gießen). Das sind alarmierende Zahlen. Für viele Patienten, die von ihrem Augenarzt die Diagnose erhalten „Sie sind an einer Maculadegeneration erkrankt“ ist diese Botschaft ein riesengroßer Schock. Die Angst vor der Erblindung ergreift Besitz vom Patienten.

Bei der AMD müssen wir zwei Formen unterscheiden: die trockene und die feuchte AMD.

Die trockene AMD Für die trockene AMD gibt es auf dem schulmedizinischen Sektor keine adäquate Therapie. Den Patienten wird empfohlen, die Augen vor Sonnenlicht zu schützen und Nahrungsergänzungspräparate für die Augen einzunehmen. Sehhilfen, Vergrößerungslupen und Lesegeräte können im Anfangsstadium unterstützend eingesetzt werden. Gerade bei der AMD haben sich alter-

native Therapien als wirkungsvoll erwiesen. Der Bedarf ist sehr hoch, das Angebot eher gering.

Die trockene AMD wird auch „Durchblutungsstörung der Netzhaut“ genannt. Die Maculadegeneration ist eine degenerative Erkrankung der Netzhautmitte. Aufgrund von Durchblutungsstörungen kleinster Gefäße der Aderhaut werden die Lichtsinneszellen der Netzhaut nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und die Stoffwechselprodukte des Sehprozesses nicht im notwendigen Umfang entsorgt. Dadurch entstehen Ablagerungen in der Netzhaut, die auch unter dem Begriff „Drusen“ bekannt sind. Die Degeneration der Lichtsinneszellen ist ein schleichender Prozess. Oft wird die AMD vom Betroffenen erst gar nicht bemerkt, weil das bessere Auge die Fehlfunktion kompensiert. Erst im fortgeschrittenem Stadium oder wenn das zweite Auge ebenfalls betroffen ist, treten die ersten Symptome auf. Es kommt zur langsamen Sehverschlechterung des zentralen Sehens, die aber beständig voranschreitet. Das periphere Sehen bleibt meistens erhalten.

Die feuchte AMD Grundvoraussetzung für das Entstehen einer feuchten AMD ist die trockene AMD. Um der Sauerstoff- und Nährstoffunterversorgung der Lichtsinneszellen entgegen zu wirken, bildet der Körper Wachstumsfaktoren. Bei 15 % der Patienten, die an einer trockenen AMD erkrankt sind, kommt es zum Wachsen neuer krankhafter Gefäße von der Aderhaut durch die Bruch'sche

Membran in die Netzhaut. Diese gutgemeinte Rettungsaktion unseres Körpers kann leider sehr negative Auswirkungen haben. Durch das Gefäßwachstum kommt es zu einem Verdrängungsmechanismus der Lichtsinneszellen, im extrem ungünstigen Fall zur Netzhautabhebung. Zudem sondern die neu gebildeten Gefäße Flüssigkeit ab, die zerstörend auf die Rezeptoren wirkt. Die dadurch entstehende Ödembildung verstärkt die Netzhautabhebung. Die Gefäßwände sind nicht sehr stabil. Im schlimmsten Fall kommt es zu Einblutungen in die Netzhaut. Dies ist ein Notfall, mit Gefahr der sofortigen Erblindung! Die feuchte AMD kann viel schneller zum Verlust des zentralen Sehfelds führen, als die trockene AMD. In vielen Therapien für die feuchte AMD liegt das Hauptaugenmerk auf der Eindämmung des krankhaften Gefäßwachstums. Könnte die Gefäßneubildung eingedämmt bzw. gestoppt werden, muss sich der Patient darüber im Klaren sein, dass die trockene AMD weiterhin besteht. Ebenfalls die Sauerstoff- und Nährstoffunterversorgung sowie die Ablagerungen. Daher wird der Körper immer wieder versuchen, die Netzhaut durch neu wachsende Gefäße zu versorgen.

Erste Anzeichen/Beschwerden für eine Maculadegeneration

- Um lesen zu können, benötigt der Patient immer bessere Lichtverhältnisse – auch am Tag
- Verminderung der Sehschärfe und Lesefähigkeit

Vorbeugen ist besser als heilen – Was kann der Betroffene für die Gesunderhaltung seiner Augen tun?

Risikofaktor	Prävention
Starres Sehen, d.h. tägliche Arbeit am PC, viel Fernsehen, Computerspiele ... Durch das sog. starre Sehen werden die Augen kaum bewegt, die Augenmuskeln sind wenig aktiv. Dadurch wird das Auge schlechter durchblutet.	Augenbewegungen fördern die Durchblutung, Nährstoff- und Sauerstoffversorgung werden verbessert, Stoffwechselprodukte abtransportiert
Unausgewogene oder einseitige Ernährung	Die Augen lieben farbenfrohes Obst und Gemüse. In ihnen sind Lutein und Zeaxanthin, zwei Karotinoide, aus denen Farbpigmente für die Zapfenzellen gebildet werden. (Schutz vor Lichtschäden der Netzhaut)*
Hoher Cholesterinspiegel – verursacht Ablagerungen von Lipiden	Vegetarische Ernährung
Bewegungsmangel	Bewegung in der Natur, mindestens 30 Minuten täglich
Starke Sonnenlichteinstrahlung	Gute Sonnenbrille
Bestimmte Medikamente: Blutdruckmedikamente, Rheuma- oder Malaria-Medikamente mit Chloroquin	Viel Bewegung, gesunde Ernährung, Stress reduzieren, Blutdrucksenkung
Nervengifte, z.B. Zucker, Alkohol, Kaffee, Nikotin, Fleisch, Wurst	Vermeidung: Sobald die aufgeführten Genussmittel nicht mehr genossen, sondern in größeren Mengen konsumiert werden, haben sie eine schädigende Wirkung auf unser System
Seelischer Stress, negative Gedanken, belastende Gefühle	„Die Augen sind das Tor zur Seele“ – Eine gesunde, optimistische Lebenseinstellung hält den Körper und die Augen gesund
Trinkmenge unter 1 Liter pro Tag	Der gallertartige Glaskörper besteht zu 98% aus Wasser. Um zu entgiften, braucht der Körper genügend Wasser. Mindestens 2,5 Liter pro Tag!

*Viele Makula-Patienten versuchen, über die Zufuhr von Nahrungsergänzungsprodukten mit Lutein und Zeaxanthin die Lichtsinneszellen der Makula zu schützen. Damit die Präparate vom Körper besser aufgenommen werden, sind Nahrungsergänzungsprodukte mit natürlich hergestellten Vitaminen zu empfehlen. Die beste Bioverfügbarkeit haben frisch hergestellte Säfte.

- Erhöhte Blendempfindlichkeit – besonders abends beim Autofahren
- Verminderte zentrale Sehschärfe – z.B. die Uhr wird erkannt, aber nicht die Ziffern
- Gerade Linien erscheinen wellenförmig, verbogen
- Wahrnehmen von Verzerrungen (Metamorphopsien), wenn z.B. gerade Linien betrachtet werden
- Farben erscheinen blass, kontrastlos, verwaschen
- Im fortgeschrittenen Stadium ist Lesen nicht mehr möglich – der Verlust des zentralen Sehens beeinträchtigt das Leben des Patienten sehr

Rezept für Maculasaft 1 kg Möhren, eine große rote Bete (frisch), eine Orange oder einen Apfel, ein kleines Stück Ingwer, ein Esslöffel hochwertiges Öl.

Dieses Menge reicht für ca. 3-4 Tage. Jeden Tag 250 ml von dem Saft trinken. Den übrigen Saft im Kühlschrank aufbewahren.

Folgende Nahrungsergänzungsprodukte haben sich bewährt:

- Augenfutter: Sekundäre Pflanzenstoffe aus natürlichen Rohstoffen. Dosierung: 1-3 TL täglich, kann in Speisen wie Müsli, Joghurt etc. eingeührt werden.
- MaculaPlex 123 (Biogena)
- Macula-Komplex (Heck Bio Pharma)

Weitere wichtige Vitamine zur Gesunderhaltung der Augen:

- Vitamin C, Vitamin E, Zink

Naturheilkundliche Therapie von chronisch degenerativen Augenerkrankungen

Eine Krankheit manifestiert sich immer auf allen drei Ebenen: Körper, Geist und Seele. Wir können diese Einheit nicht getrennt betrachten. So ist es auch bei chronisch degenerativen Augenerkrankungen. An den Augen hängt ein ganzer Mensch. Sind die Augen erkrankt, ist dies der körperliche Ausdruck – das Symptom, welches uns auf eine Disharmonie auf der Gefühls- und Geistesebene hinweist. Ziel der naturheilkundlichen Behandlung ist es, alle drei Ebenen in die Therapie zu integrieren, um die Selbstheilungskräfte, den inneren Arzt, zu aktivieren. Hierfür bietet die Naturheilkunde viele ganzheitliche Ansätze.

Die Augen-Regulationstherapie setzt sich aus vier unterschiedlichen Naturheilverfahren zusammen. Das Fundament bildet die **Augenakupunktur**. Oft reicht die alleinige Therapie mit der Augenakupunktur nicht aus, um den Körper anzuregen, die Augen zu regulieren. **Psychologische Kinesiologie, Magnetfeldtherapie und ausleitende Verfahren** aus der Phytotherapie runden das Konzept der Augen-Regulationstherapie ab. Die Augen-Regulationstherapie hat sich bei folgenden Augenerkrankungen bewährt: AMD (trockene wie feuchte), Glaukom, Grauer Star im Anfangsstadium, Augenleiden verursacht durch Diabetes, Netzhauterkrankungen, Altersweitsichtigkeit, Retinitis Pigmentosa. In der Augen-Akupunktur haben sich zwei Systeme besonders bewährt: die ECIWO-Akupunktur und die Augenakupunktur nach John Boel.

Die ECIWO-Akupunktur – ein junges, effektives und nachhaltiges Akupunktursystem

Sie basiert auf einem völlig anderen Konzept als die TCM. Die ECIWO-Akupunktur aktiviert das embryonal-genetische Programm des Körpers und gilt als Regenerationstherapie. Entdeckt wurde die zugrunde liegende ECIWO-Theorie vom chinesischen Biologen Prof. Yinqing Zhang (1973). ECIWO = Embryo Contains Information of the

Whole Organism. Nach Prof. Zhang besteht der Körper aus vielen kleinen embryoähnlichen Strukturen, die miteinander vernetzt sind. In diesen Strukturen bildet sich der ganze Körper ab. Jeder Röhrenknochen z. B. stellt eine Miniatur des Gesamtorganismus dar und kann für diagnostische und therapeutische Zwecke erfolgreich eingesetzt werden. Durch die Akupunktur des ECIWO-Systems vermag der Körper eine Regeneration anzukurbeln.

Durch die Akupunktur des diagnostizierten ECIWOS wird der embryonale Bauplan des Organs aktiviert und der Körper daran erinnert, wie das Organ gesund aussah. EWICOS befinden sich auf dem ganzen Körper. Für die Augen-Akupunktur werden folgende ECIWOS akupunktiert:

- im Gesicht
(Augenbrauen, niemals im Auge selbst)
- an den Händen
- an den Knien
- an den Füßen

Die ECIWO-Akupunktur ist eine individuelle Therapie. Nur nach genauer vorheriger Diagnose wird das entsprechende ECIWO akupunktiert.

Akupunktur nach John Boel Basierend auf dem ECIWO-System entdeckte John Boel, dass sich um jedes Gelenk ein weiteres Mikrosystem befindet. Diese Reflexpunkte stehen in direkter Verbindung mit verschiedenen Arealen des zentralen Nervensystems. Auch hierbei wird nur der Punkt akupunktiert, der sich nach vorheriger Diagnose zeigt. Er nannte seine Entdeckung „Akupunktur 2000“. Bei

der Augen-Akupunktur hat es sich bewährt, diese zwei Mikrosysteme in der Therapie von chronisch-degenerativen Augenerkrankungen zu kombinieren. Da die Durchblutungsstörungen bei der AMD im Vordergrund stehen, wird die Akupunktur mit einer Magnetfeldtherapie kombiniert. Das Magnetfeld verstärkt die Wirkung der Akupunktur und hat einen wesentlichen Einfluss auf die Durchblutung der kleinsten Gefäße (Mikrozirkulation).

Durch diese Therapie werden die Regulationsmechanismen auf der körperlichen Ebene sehr stark aktiviert. Die Durchblutung wird verbessert, Schlackenstoffe werden gelöst, Regulations- und Regenerationsprozesse angestoßen. Unterstützt wird diese körperliche Reinigung durch ausleitende Verfahren.

Jeder Krankheit liegt auch eine seelische Ursache zu Grunde. Meistens sind es unverarbeitete Konflikte oder negative Glaubensmuster, die den Nährboden für das Entstehen des körperlichen Symptoms bilden. Deshalb ist es sehr wichtig, für den weiteren Therapieverlauf ein naturheilkundliches Verfahren zu wählen, das die Geistes- und Gefühlsebene in die Behandlung mit einbezieht. Die Psychologische Kinesiologie erweist hier große Dienste.

Psychokinesiologie Diese von Dr. Klinghardt entwickelte Methode macht über den Muskeltest eine Kommunikation mit dem Unterbewusstsein möglich. Sie gehört in den Bereich der Biofeedback-Psychotherapie. Oftmals weisen körperliche Beschwerden, Stress oder psychische Belastungen darauf hin, dass ver-

drängte innere Konflikte nach außen gelangen wollen, um gelöst zu werden. Um eine Besserung der Beschwerden zu erreichen, sollte der nicht gelöste seelische Konflikt bewusst gemacht werden.

Ein weiteres Phänomen, das negative Auswirkungen auf die Heilung hat, sind „Sabotageprogramme“. Das sind tief im Limbischen System verankerte Glaubenssätze, die nicht kongruent mit dem vom Patienten bewusst erlebten Wünschen, Vorstellungen und Zielen sind. Sie sabotieren die Heilung. Das, was gut tut, ist nicht möglich. Erst wenn der Sabotage-satz aufgedeckt und abgelöst wurde, kann die Heilung ungehindert voranschreiten.

Frauke Struck-Haas

Heilpraktikerin mit Praxis in Hömberg, Expertin für Homöopathie, Augen-Regulationstherapie und Kinesiologie, Dozentin an den Paracelsus Schulen

info@frauke-struck-haas.de



Seminare Augenheilkunde

- 11. Februar, Würzburg
- 13. Februar, Jena
- 14. Februar, Freiburg
- 17. Februar, Magdeburg
- 17. Februar, Erfurt
- 7. März, Heilbronn
- 16. März, Dresden
- 17. März, Kassel

Info/Anmeldung: www.paracelsus.de