

Erkältungskrankheiten

Kaum Platz für Antibiotika

Für die Behandlung von Erkältungskrankheiten eignet sich die Aromatherapie – auch wegen des grossen antiinfektiösen Potenzials der ätherischen Öle. Und bei einer unkomplizierten Rhinosinusitis, so das Fazit eines anderen Referats an der 34. Schweizerischen Jahrestagung für Phytotherapie, seien Antibiotika fehl am Platz.

Jürg Lendenmann



Karoline Fotinos-Graf, eidg. dipl. Apothekerin

«Ätherische Öle sind Vielstoffgemische: Jedes Öl enthält 200 bis 300 verschiedene Moleküle», sagte die eidg. dipl. Apothekerin, Karoline Fotinos-Graf an der 34. Jahrestagung der Schweizerischen Gesellschaft für Medizinische Phytotherapie, SMGP. «Durch die Kleinheit der Moleküle, die hohe Lipophilie und Lyobipolarität (hydrophile als auch lipophile Anteile) ist ein tiefes und

rasches Eindringen ins Gewebe möglich», so die dipl. Aromatherapeutin und Phytotherapie-Spezialistin.

Ätherische Öle bei Erkältungskrankheiten

Dank ihrer Flüchtigkeit seien ätherische Öle für die Anwendung bei Erkältungskrankheiten und Atemwegsinfekten prädestiniert. Zudem würden sie ein hohes antivitales und antibakterielles Potenzial aufweisen. Fotinos-Graf: «Dadurch, dass ätherische Öle viele verschiedene Inhaltsstoffe mit mannigfachen unterschiedlichen Wirkprinzipien enthalten, weisen sie ein breites Wirkprofil auf. Aufgrund des Multi-Target-Prinzips kann ein ätherisches Öl zudem für mehrere Indikationen eingesetzt werden.»

«Das Wirkprofil eines ätherischen Öls setzt sich zusammen aus der Wirkung seiner einzelnen Inhaltsstoffe sowie aus der Synergie der einzelnen Inhaltsstoffe untereinander.» Das Gleiche gelte auch für Mischungen, in denen ätherische Öle durch Synergien vielfach effizienter seien als die Einzelöle. Je nach Öl und Inhaltsstoffen, so Fotinos-Graf, können die verschiedensten pharmakologischen Wir-

kungen beobachtet werden: entzündungshemmend, mukolytisch/sekretolytisch, anti-tussiv/bronchodilatatorisch, epithelregenerierend, immunstimulierend ...

Antiinfektiöses Potenzial

Ätherische Öle können auch das Abwehrsystem des Körpers beeinflussen, und zwar sowohl durch psychische Faktoren wie auch durch direkte Wirkung auf immunologische Funktionen. Direkte antiinfektiöse Eigenschaften der Inhaltsstoffe seien vor allem in Bezug auf Bakterien gut belegt.

Ein weiterer Vorteil von Vielstoffgemischen sei, dass die Anwendung in der Regel zu keinen Resistenzen führe. Ätherische Öle, so die Phytotherapie-Spezialistin, können Resistenzen sogar wieder «vermindern» und die Wirkung von Antibiotika synergistisch verstärken. «Ein frühzeitiger Einsatz von geeigneten ätherischen Ölen kann eine Sekundärinfektion verhindern und damit eine Antibiotikagabe umgehen. Somit kann eine adjuvante Therapie helfen, Antibiotika einzusparen und Resistenzbildungen zu vermindern. Und sie kann eine valable Möglichkeit bei der Bekämpfung multiresistenter Keime sein.»

Was für die Wirkung wichtig ist

Damit die ätherischen Öle rasch und effizient ihren Ort des Wirkens erreichen, seien Applikationsmethode und Galenik entscheidend. Mit einer Inhalation können ätherische Öle direkt an den Wirkort gebracht werden. Für die Art der Inhalation spielen dabei die Partikelgrößen eine Rolle:

- Partikel über 10 µm, die durch die Nase eingeatmet werden sollen, erreichen nur die oberen Atemwege. Die klassische Methode «Kochtopf» sei wegen der Verbrühungsgefahr und möglichen Augenreizungen nur als Notfallmethode geeignet. Bei Wasserdampf-Inhalationen seien daher Inhalatoren der Vorzug zu geben. Üblicherweise werden 1–5 Tropfen ätherisches Öl/Mischung während 5–10 Minuten inhaliert.
- Partikel, die kleiner als 6 µm sind, können durch den Mund eingeatmet werden und erreichen so die unteren Atemwege. Inhaliert würden 1–5 Tropfen während 3–5 Minuten. Ultraschallvernebler seien für Babys und Kleinkindern kontraindiziert, und Aerosolgeräte wären nur in Absprache mit dem behandelnden Arzt einzusetzen.

Eine topische Anwendung könne je nach Vehikel bis zu einer Dreifachwirkung führen: inhalativ, lokal und systemisch. Bei Atembeschwerden sei die rektale Anwendung ideal, da so die ätherischen Öle direkt in den Lungenkreislauf gelangen und damit der First-Pass-Effekt vermieden werde. Unter den verschiedenen Arten der oralen Anwendungen wie Lutschtabletten, Kapseln und Tropfen seien Hydrolatmischungen als Tee auch für Kinder möglich.

Nicht für alle Patienten geeignet

Karoline Fotinos-Graf wies darauf hin, dass Vertreter verschiedener Stoffgruppen ätherischer Öle unerwünschte Nebenwirkungen zeigen können. Die SMGP habe daher Empfehlungen zur Verwendung von ätherischen Ölen bei Kleinkindern im Alter von weniger als 30 Monaten auf ärztliche Verschreibung publiziert. Generell sei bei Babys, Kindern, Schwangeren und Stillenden sowie bei Epilepsie und Asthma bei der Anwendung von ätherischen Ölen besondere Vorsicht geboten.

Rhinosinusitis ohne Antibiotika?

«Die Rhinosinusitis ist eine der häufigsten Diagnosen in der ambulanten Versorgung und weiterhin eine Herausforderung in der klinischen Praxis», sagte Dr. med. Kaspar Strub. «Die Entzündung der Nasenhöhle schliesst die Nebenhöhlen mehr oder weniger symptomatisch ein.»

Die Vielfalt der Besiedelung der Schleimhaut sei ein Indikator für die Gesundheit. Das Resultat von Abstrich und Kultur spiegele jedoch die Zusammensetzung der Mikroorganismen zum Zeitpunkt der Entnahme nur eingeschränkt. Mit der PCR-Methode, einem hochspezifischen Nachweis von DNA mittels Polymerase-Kettenreaktion, könne die Veränderung des Mikrobioms der erkrankten Schleimhäute genauer bestimmt werden.

Kein Platz für Antibiotika

«Antibiotika töten die Bakterien oder hemmen deren Wachstum und führen zu einer Verschiebung im Mikrobiom – ohne einen direkten Einfluss zu bewirken auf Entzün-

«Die Rhinosinusitis ist eine der häufigsten Diagnosen in der ambulanten Versorgung und weiterhin eine Herausforderung in der klinischen Praxis.»

dung, Drainage, Belüftung und Anatomie.» Die Nebenwirkungen seien beträchtlich und würden unter anderem Durchfälle, Pilzinfekte, allergische Reaktionen und Resistenzentwicklungen mit einschliessen. «Ogleich die Leitlinien seit Langem den eingeschränkten Einsatz von Antibiotika bei der Behandlung der Erkrankung empfehlen, werden sie bei 67 bis 100 Prozent von Personen Verdacht auf eine akute Rhinosinusitis verschrieben. Aufgrund der marginale Nutzen und im Hinblick auf die Antibiotikaresistenz und der sehr geringen Häufigkeit von ernsthaften Komplikationen haben Antibiotika keinen Platz bei der Behandlung von Personen mit unkomplizierter akuter Rhinosinusitis. Allerdings», so Strub, «können sie in ausgewählten Fällen dennoch sinnvoll sein.»

Die richtige Therapie finden

Die Erkrankung ist oft multifaktoriell bedingt – durch Infektionen, Allergien und



Dr. med. Kaspar Strub

andere Ursachen. «Die Schwere der Symptome», so der Facharzt für HNO und Allergologie sowie klinische Immunologie, «wird dabei durch die Anatomie von Nase und Nasennebenhöhlen mit beeinflusst. Für eine Behandlung mit einer konventionellen Therapie ist es wichtig, den bestmöglichen Zustand eines Patienten zu erfassen.» Es gelte abzuklären, welche Entzündungsreaktionen vorliegen und dann eine darauf basierende entzündungshemmende Therapie zu wählen. Die anatomischen Verhältnisse seien zudem inspektorisch abzuklären.

Zu den Therapien der ersten Wahl, so Strub, gehören abschwellende NaCl-Spülungen, topische Steroide, nichtsteroidale Antiphlogistika, Nasensprays oder -tropfen, Antihistaminika, Phytotherapie, Probiotika und Vitamin D.

NaCl-Spülungen richtig anwenden

Bei einer akuten Entzündung sei die Drainage – die Belüftung – sicherzustellen. Dazu habe sich eine hypertone NaCl-Lösung bewährt, die auch selbst hergestellt und mittels Nasendusche appliziert werden kann. «Die Lösung entzieht der Schleimhaut Flüssigkeit, reichert sich im Sekret an, verflüssigt es und wirkt desinfizierend.» Allerdings, so der HNO-Spezialist, würden hypertone wie auch isotonische Lösungen die Schleimhäute langfristig austrocknen. Strub: «NaCl-Lösungen sind daher kurz, dafür hoch konzentriert anzuwenden.»

Nasentropfen richtig applizieren

Nach den Erläuterungen zu den Besonderheiten der anderen Methoden ging Strub noch auf die Applikation von Nasentropfen ein, die meist falsch durchgeführt werde: im Stehen bei zurückgelegtem Kopf. «Das Applizieren ist mühsam, wenn es effektiv sein soll!» Der Kopf müsse so gehalten werden, dass die Tropfen in die Nasennebenhöhlen fließen können: liegend nach hinten oder kniend nach unten. ●