



7 Komplementäre Sterbebegleitung auf physischer Ebene

U. Bühring, Ch. Casagrande, D. Wagenlechner

Die in den Kapiteln 7, 8 und 11 ausgewählten Therapieverfahren richten sich an alle Therapeuten und Begleiter, die Sterbende und trauernde Angehörige begleiten. Sie sind als Anregung gedacht, sich der vielen Möglichkeiten bewusst zu werden, die die Naturheilkunde nicht nur für die letzte Phase unseres Lebens bieten kann, sondern auch für die Unterstützung von Angehörigen und für den überbeanspruchten Therapeuten und Begleiter selbst. Die verschiedenen Anwendungshinweise zu den einzelnen Verfahren geben einen Überblick, der nicht den Anspruch auf Vollständigkeit erhebt.

Die menschliche Physiologie, die Regulation der einzelnen Funktionen des menschlichen Körpers sind schwer zu erfassen. So wenig wie uns die Funktionsweise des gesunden Körpers im Detail einsichtig ist, so komplex sind die Störungen dieser Funktionen beim sterbenden Menschen. Manche Funktionsstörungen lösen ihrerseits eine Kette vom Symptomen und Fehlfunktionen aus, andere stellen eine eigene Erkrankung dar. Beim Sterben-

Keinesfalls sollen die Anwendungshinweise so verstanden werden, dass Therapeuten und Begleiter vielerlei Verfahren unreflektiert gleichzeitig einsetzen, nach dem Motto: „Viel hilft viel“. Vielmehr sollten sie das Verfahren auswählen, das ihnen vertraut ist oder das sie am meisten anspricht. Wer als Therapeut oder Begleiter nur wenig Wissen zu einem ihn interessierenden Verfahren hat, sollte sich einen darin erfahrenen Therapeuten suchen, der ihn berät. In jedem Fall sollten die in Kapitel 6 beschriebenen Anwendungshinweise sorgfältig durchgelesen werden.

den ist es häufig schwierig und manchmal gar unmöglich, Ursache und Symptom zu differenzieren. Auch in der komplementären Sterbebegleitung müssen die Reaktionen eines Patienten auf die angewandten naturheilkundlichen Mittel beobachtet und beurteilt werden.

In der westlichen Welt nehmen die meisten schwer erkrankten oder sterbenden Menschen eine Kombination von verschiedenen Medikamen-

ten ein. Unabhängig von seinem Wirkprinzip (homoöpathisch, pflanzlich, chemisch etc.) hat **jedes** Medikament neben den erwünschten auch unerwünschte Wirkungen. Die Kombination von Medikamenten kann gerade beim sterbenden Menschen zu einer Vielzahl von komplexen Symptomen führen. Diese sind nicht immer auf den ersten Blick als Resultat von Interaktionen verschiedener Medikamente zu erkennen.

Bevor im Weiteren konkrete Therapieansätze für verschiedene Symptome gemacht werden, die uns bei Sterbenden begegnen, möchten wir darauf hinweisen, dass es auch in der komplementären Sterbebegleitung von größter Wichtigkeit ist, jeden Patienten in seinen Reaktionen auf die angewandten naturheilkundlichen Mittel zu beobachten und zu beurteilen. Jeder Mensch hat, auch in der terminalen Phase, individuelle Reaktionsmuster, die es zu erkennen und zu berücksichtigen gilt.

! Beachte

Wenn bei Patienten mit komplexer Medikation Probleme auftreten, sollte eine Medikamenteninteraktion in Erwägung gezogen werden. Unter Umständen kann es hilfreich sein, einzelne Medikamente zu pausieren, um zu beobachten, ob dann eine Besserung eintritt. Im Grunde sollten so wenige Medikamente wie möglich und so viele wie nötig eingesetzt werden.

7.1

Dermatologische Symptome

Die Haut ist das größte Organ des Körpers. Ihre Aufgaben sind vielfältig und auch die Symptome bei Störungen ihrer Funktion sind breit gefächert.

7.1.1 Dekubitus

Unter einem Dekubitus verstehen wir eine Schädigung der Haut und auch tiefer liegender Gewebe durch Druck. Eine Druckschädigung des Gewebes ist Folge der Immobilität eines bettlägerigen Patienten. Das Gewicht des Patienten lagert auf immer den gleichen Stellen, hierdurch verringert sich die Durchblutung in den entsprechenden Bereichen. Beim Sterbenden kommt es zusätzlich zu einer Verminderung des Herz-Zeit-Volumens,

also der globalen Durchblutung des gesamten Organismus. Die Durchblutungsstörung führt zum schichtweisen Absterben des Gewebes. Häufige Folgen sind starke Schmerzen und Infektionen.

Anthroposophische Therapie

Aus anthroposophischer Sicht entsteht Dekubitus durch eine Schwäche der Lebensorganisation (Wärmeorganisation) im peripheren Zirkulationsbereich sowie durch Störung des Flüssigkeitsorganismus.

Weleda Hauttonikum: Es wird prophylaktisch bei noch intakter Hautoberfläche angewendet. Das Hauttonikum wirkt durchblutungsfördernd und anregend auf den Stoffwechsel der Haut. 1–2-mal täglich die aufliegenden Hautflächen mit einer evtl. rhythmischen Einreibung (Kap. 6.1.2) in Richtung zum Herzen behandeln.

Calendula: hat Einfluss auf die regenerierenden Kräfte des Organismus und wirkt deshalb heilend auf Wunden, die zu einem Verwesungsprozess tendieren (► Abb. 7.1).

Cave
Überempfindlichkeit gegen Korbblütler (Calendula) beachten!

Calendula-Essenz (Weleda): für Wundverbände und Spülungen; 1–2 TL auf ¼ Liter abgekochtes Wasser

Calendula Wundsalbe (Weleda): mehrmals täglich auf die betroffenen Hautpartien dünn auftragen

Calcea Wund- und Heilcreme (Wala): 2–3-mal täglich auf die erkrankten Hautflächen dünn auftragen.

Aesculus/Prunus comp. Essenz (Wala): wirkt belebend und tonisierend auf den Flüssigkeitsorganismus. Speziell bei Schwäche der Lebensorganisation kann eine Durchwärmung bzw. Vitalisierung des Patienten erreicht werden, sofern dies sinnvoll erscheint. Für Umschläge: 2–3 TL auf ¼ Liter lauwarmes Wasser; Für Waschungen: 1 EL



► **Abb. 7.1** Calendula wirkt heilend auf Wunden. (© Vulkanismus/stock.adobe.com)

auf 1 Liter Wasser, 1–3-mal täglich anzuwenden; bei noch intakter Haut kann die Essenz auch unverdünnt eingerieben werden.

Aromatherapie

Für äußerliche Einreibungen wählt man aus den unten aufgeführten Ölen die für den Einzelfall passenden Öle aus. Es können auch alle Öle zusammengemischt werden. Man gibt auf 50 ml Johanniskrautöl insgesamt 10 Tr. aus folgenden ätherischen Ölen (► **Tab. 7.1**).

Fertige Mischungen: „Lunasol Arnikaöl“ und „Ringelblumenöl“, denen verschiedene ätherische Öle beigemischt sind (s. *Kompendium* von Lunasol Kosmetik, Kap. 13.2.3), werden im täglichen Wechsel auf den gesamten Körper aufgetragen. Diese Anwendung verbessert deutlich die pergamentähnliche, brüchige Haut alter Menschen. Die typischen petechialen Einblutungen in die Haut nach langer Kortisontherapie oder durch Gefäßwandschädigung lösen sich in manchen Fällen ganz auf.

Bachblütentherapie

Bachblüten sind bei schweren Hautleiden im Sinne einer Begleitmaßnahme einzusetzen. Sie unterstützen und beschleunigen den Therapieerfolg.

Crab Apple. Crab Apple wird bei jeder Hauterkrankung eingesetzt. Diese Bachblüte wirkt auf den gesamten Organismus reinigend, insbesondere auf die Psyche. Dabei werden die Hautfunktionen im Sinne der Wundheilung unterstützt.

Rescue Remedy. Außerdem hat sich Rescue Remedy zur Unterstützung der Wundheilung vielfach bewährt.

Beide Konzentrate werden wie folgt gemischt. Auf 20 ml Wasser-Alkohol-Gemisch (Kap. 6.4.4) gibt man:

- 8 Tr. Rescue Remedy und
- 4 Tr. Crab Apple.

Von dieser Mischung werden täglich 4–5-mal 4 Tr. eingenommen.

► **Tab. 7.1** Dekubitustherapie mit ätherischen Ölen.

ätherisches Öl	Wirkungen
Zistrose	desinfizierend, entzündungshemmend, immunstimulierend, entstauend, lymphflussanregend, hautregenerierend und narbenbildend
Elemi	stark antibakteriell und antiviral, wundheilend, epithelisierend und hautregenerierend
Lavendel fein	desinfizierend, zellregenerierend, schmerzstillend, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd und stark immunstimulierend
Niauli	antiseptisch, entzündungshemmend, zellregenerierend, bindegewebsstabilisierend, hautschützend und schmerzstillend
Rosengeranie	die Hautflora regulierend, desinfizierend, entzündungshemmend, lymphflussanregend, schmerzlindernd und wundheilend
Tea Tree	desinfizierend, entzündungshemmend, hautregenerierend, durchblutungsfördernd und schmerzlindernd

► **Tab. 7.2** Homöopathische Mittel bei Dekubitus.

homöopathisches Mittel	wichtige Symptome
Staphisagria	ungesunde Haut, jede Wunde infiziert sich. Gemüt: liebenswürdige Patienten mit großem Kummer über Jahre, oft unterdrückte Wut (differenzialdiagnostisch zu Silicea)
Paeonia	bei gleichzeitiger Neigung zu stark schmerzenden Hämorrhoiden
Secale	bei schwarz verfärbter Haut mit brennendem Empfinden, Wärme verschlimmert, Patient ist oft abgemagert
Silicea	ungesunde Haut, jede Wunde infiziert sich, Gemüt: kultivierte, nachgiebige Patienten, ruhig und distanziert (differenzialdiagnostisch zu Staphisagria)

Homöopathie

Dosierung: Kap. 6.7.4. Bei Dekubitus anzuwendende Mittel und ihr Symptomspektrum zeigt

► **Tab. 7.2.**

Ceres

Aesculus Urtinktur. Dosierung: 2-mal 2–4 Tr. nach dem Essen. **Wichtige Symptome:** Bild der chronisch venösen Insuffizienz wie Ödembildung, Juckreiz, Ulcus cruris. Dekubitus, als Folge der Mangelversorgung im betroffenen Gewebe, erhält durch Aesculus Urtinktur einen durchblutungsfördernden Impuls, der zu einer Verbesserung der Sauerstoffversorgung im betroffenen Gebiet führt.

Cave

Auf nüchternen Magen oder vor dem Essen kann es mit Aesculus Urtinktur zu Reizungen der Magenschleimhaut kommen.

Calendula Urtinktur. Dosierung: 2-mal 2–4 Tr. täglich. **Wichtige Symptome:** schlecht heilende Wunden, Defektwunden wie von Erfrierungen oder Verbrennungen.

Phytotherapie

Grundlage der Behandlung ist die sanfte und behutsame Anregung der Durchblutung der betroffenen Stellen als Schutz vor dem Wundliegen. Das geschieht – neben entsprechender Lagerung und Druckentlastung – mittels sorgsamer Hautpflege und Einreibungen mit durchblutungsfördernden Ölen oder Salben, bevorzugt auf die noch feuchte Haut.

Johanniskrautöl, Arnika-, Rosmarin- oder Ringelblumenöl (z. B. Weleda): Alle diese fetten Öle eignen sich einzeln oder als **Mischungen**, z. B. Johanniskraut-Ringelblumenöl 1 : 1 oder mit ätherischen Ölen (Kap. 6.2.4).

Laut Prof. Schempp/Uni-Dermatologie Freiburg kann man bei infizierten Wunden/schlechter Wundheilung **Johanniskrautöl-Kompressen** direkt auf die Wunde geben und über Nacht liegen lassen. Fette Öle können direkt auf Wunden gegeben werden, Cremes wg. der Emulgatoren nicht. Johanniskraut bessert die Staphylokokkenbesiedelung der Haut um 50% (andere Phytotherapeutika um 20–25%).

► **Tab. 7.3** Phytotherapeutisch wirksame durchblutungsfördernde Öle.

Pflanze	Wirkungen äußerlich	Applikationsform und Anwendung
Johanniskraut, Hypericum perforatum	schmerzlindernd, durchblutungsfördernd, entspannend, granulationsfördernd, entzündungshemmend/antibakteriell, viruzid, antimykotisch, hochwirksames Antibiotikum in der äußeren Anwendung! auch gegen MRSA einzusetzen, Hyperforin fördert die Regeneration der oberen Hautschicht und unterstützt die Hautbarriere	Johanniskrautöl (Rot-Öl Jukunda, Bedan Lotion, Befelka-Hautöl [mit Ringelblume, Kamille, Stiefmütterchen], Hypericum ex herba 5% oleum Wala, Johanniskrautöl Lunarol) Einreibungen, auch prophylaktisch
Arnika, Arnica montana	entzündungshemmend, antiseptisch, schmerzlindernd, durchblutungs- und resorptionsfördernd	Arnikaöl (Lunasol Arnikaöl, Weleda Arnika Massageöl) Öl-Einreibung , bevorzugt 1: 1 mit Calendulaöl; Arnikatinktur nie pur auftragen!
Ringelblume, Calendula officinalis	entzündungshemmend, wundheilungs- und granulationsfördernd, lymphabflussfördernd, antiödematös, antibakteriell, virustatisch, fungistatisch	Calendulaöl, -salbe (Calendula 20%, Echinacea 1% von Weleda, Calendula Wundsalbe Weleda, Weleda Calendula Massageöl, Weleda Baby & Kind Calendula Pflegeöl, Calendula-Echinacea-Salbe [Helixor], Calendumed-Gel, -Salbe, Lunasol Ringelblumenöl) Einreibungen und Pflege ; auch bei trockener, gereizter Haut bestens verträglich!
Sanddorn, Hippophae rhamnoides	Fruchtfleischöl unglaublich hautpflegend, regenerationsfördernd auf Haut und Schleimhaut, entzündungshemmend, antibakteriell und antioxidativ, beschleunigt den Heilungsprozess der Haut, trägt zu einer guten Abheilung ohne Narbenbildung bei	Sanddornfruchtfleischöl (SFF) und Zubereitungen. Bitte beachten: Sanddornfruchtfleisch (in Saft, Elixier, Marmelade) ist zu unterscheiden von Sanddornfruchtfleischöl (durch Kaltpressung/Zentrifugieren aus den Beeren gewonnen) sowie vom Sanddornkernöl (durch Kaltpressung aus Samen gewonnen) SFF pur nur zum Einreiben der Wundränder (färbt: mit Kompresse abdecken), größere Flächen mit 2–5%igen Mischungen in fettem Öl betupfen!

Sanddornfruchtfleischöl. Speziell bewährt haben sich 2–3%ige Zugaben von Sanddornfruchtfleischöl in fette Trägeröle. Das darin enthaltene Vitamin E ist bei Dekubitus besonders wundheilungsfördernd.

Vorbeugung von Dekubitus. Zur Vorbeugung von Dekubitus hat sich das sanfte Einmassieren folgender Ölmischung bewährt: auf 50 ml Johanniskrautöl 2,5 ml Sanddornöl geben und gut verschütteln.

Anwendung: Ölmischung 2–3-mal täglich einmassieren.

Cave

Sanddornöl kann durch die darin enthaltenen Pflanzenfarbstoffe Kleidung oder Bettwäsche einfärben.

Rosmarinhydrolat. Offene Stellen können mit Rosmarinhydrolat bzw. damit getränkten Gazetupfern versorgt werden (in manchen Apotheken ohne Alkohol erhältlich). Das saugt Sekret auf und bindet Gerüche.

Spagyrik

Eine Unterstützung der Hautfunktionen erfolgt durch Entlastung des Lymphsystems und der Nierenfunktion. Auch bei Schwerstkranken empfiehlt sich dieser naturheilkundliche Ansatz. Dazu wird verordnet:

Solunat Nr. 9: 2-mal 5 Tr. morgens und abends

Solunat Nr. 16: 2-mal 5 Tr. morgens und abends

Solunat Nr. 25: Äußerlich wird 2-mal täglich eine Salbenaufgabe mit Solunat Nr. 25 (Azinat-Salbe) verabreicht. Solunat Nr. 25 wirkt antientzündlich, hautreinigend und stimuliert die Abwehrfunktionen der Haut.

Lunasol Kindercreme. Wird Wollfett, das in der Salbengrundlage der Azinatsalbe enthalten ist, nicht vertragen, verordnen Sie alternativ Lunasol Kindercreme. Diese wird mehrmals täglich dünn aufgetragen. Sie wirkt beruhigend, pflegend und reguliert den Hautstoffwechsel.

7.1.2 Juckreiz

Juckreiz gehört zu den unspezifischen Symptomen, deren Ursachen sowohl lokal in der Haut wie auch zentral im Nervensystem zu finden sind. Die wahrscheinlich häufigste Ursache für generalisierten Juckreiz ist eine Austrocknung der Haut. Auch Medikamentennebenwirkungen führen oftmals zu einem generalisierten Juckreiz. Dabei muss nicht unbedingt eine allergische Reaktion vorliegen. Starke Schmerzmittel wie Opiate zeigen als Nebenwirkung regelmäßig zentral bedingten Juckreiz.

Bei Schädigungen von Leber oder Nieren werden harnpflichtige Substanzen nicht oder unzureichend ausgeschieden. Diese Substanzen führen sehr häufig zu quälendem Juckreiz.

Gerade im Bereich von Hautfalten und auch im Genitalbereich führen Infektionen der Haut zu Juckreiz. Diese Infektionen sind meistens durch Überbesiedelung mit physiologischen Hautkeimen bedingt (z. B. Hefepilze), stammen also vom eigenen Körper.

Anthroposophische Therapie

Gesunde Haut hat ein ausgewogenes Verhältnis zwischen Blut und Nerven. Sie ist gut durchblutet und durchwärmt. Ein Ungleichgewicht durch schwache Stoffwechsellätigkeit kann u. a. Juckreiz auslösen.

Rosatium Heilsalbe (Wala). Kolloidale Kieselsäure und natürliches ätherisches Rosenöl durchwärmen und wirken der Entzündungsbereitschaft der Haut entgegen. 2–3-mal täglich einreiben oder als Salbenverband. Die Salbe hat gute pflegende Eigenschaften und einen als angenehm empfundenen Rosenduft.

Echinacea/Viscum comp. Gelatum (Wala). Da die Heilungstendenz beim älteren Menschen schwächer wird, hilft dieses Präparat, die degenerativen Abbauprozesse im Bereich der Haut aufzuhalten bzw. diese in eine Aktivierung und Belebung umzuwandeln. 1–2-mal täglich einreiben.

Quarz D 20 Globuli: stärken die Ich-Organisation. 3-mal täglich 5–10 Globuli unter der Zunge zergehen lassen oder ggf. in einer kleinen Menge Wasser oder Tee auflösen.

Urtica comp. (Wala): greift tief in das differenzierte Flüssigkeitsgeschehen des Mesenchyms ein und wirkt so einer Austrocknung des Bindegewebes entgegen.

- **Globuli:** 1–3-mal täglich 5–10 Globuli unter der Zunge zergehen lassen oder ggf. in etwas Wasser oder Tee auflösen
- **Injektion:** 2-mal wöchentlich bis 1-mal täglich 1 ml subkutan injizieren.

Cave

Urtica comp. enthält kleine Mengen von Milchprotein und kann deshalb allergische Reaktionen auslösen.

Aromatherapie

Die in ► Tab. 7.4 genannten ätherischen Öle eignen sich bei Juckreiz vor allem in Form von Waschungen und Einreibungen (Anwendungshinweise Kap. 6.2.4). Es ist ratsam, vor allem wenn es sich um nervösen Juckreiz handelt, die Wahl des ätherischen Öls den Vorlieben des Patienten zu überlassen, soweit dies noch möglich ist. Ist dies nicht mehr der Fall, wählt man anhand der Wirkungsbeschreibung die wichtigsten Öle (max. 3 Öle) aus.

► **Tab. 7.4** Bei Juckreiz geeignete ätherische Öle für Waschungen und Einreibungen.

ätherisches Öl	Wirkungen
Angelikawurzel	stark antiseptisch, entzündungshemmend, durchblutungsfördernd, nervenberuhigend, seelisch stabilisierend und stimmungsaufhellend
Bergamotte	desinfizierend, entkrampfend, entspannend, stimmungsaufhellend, angstlösend
Lavendel fein	krampflösend, ausgleichend, beruhigend, aufbauend und angstlösend
Melisse	beruhigend, antiallergisch, ausgleichend, entkrampfend, Gefühl von Schutz vermittelnd
Narde	antiallergisch, juckreizstillend, hautregenerierend, durchblutungsfördernd, entspannend
Neroli	entkrampfend, juckreizstillend, beruhigend, entspannend, stimmungsaufhellend
Rose	desinfizierend, beruhigend, juckreizstillend, wundheilend, nervenstärkend, stressreduzierend, ausgleichend, harmonisierend
Tea Tree	durchblutungsfördernd, juckreizstillend, entzündungshemmend, stabilisierend, vitalisierend
Vetiver	antiallergisch, juckreizmildernd, hautregenerierend, ausgleichend nervenberuhigend

► **Tab. 7.5** Homöopathische Mittel bei Juckreiz.

homöopathisches Mittel	wichtige Symptome
Arsenicum album	trockene Haut, Gefühl von intensivem Brennen und Juckreiz; Jucken wird durch Kratzen verschlimmert. Patient ist sehr ängstlich – vor allem um Mitternacht.
Dolichos	Juckreiz ist unerträglich, vor allem nachts. Ursachen sind meist Leberfunktionsstörungen mit Ikterus oder fortgeschrittene maligne Erkrankungen.
Mezerenum	Juckreiz wird durch Hitze verschlimmert, Haut neigt zum Aufspringen, Hautrisse mit geometrischen Mustern; Patient neigt zu Angst, die im Magen empfunden wird (differenzialdiagnostisch Arsenicum album).

Lunasol. Zudem hat es sich bewährt, die juckenden Hautpartien mit Lunasol Rosenwasser sanft abzureiben und darüber dünn das Körperöl Lunasol Rosenöl aufzutragen (Kap. 13.2).

Bachblütentherapie

Folgende Bachblüten werden gemischt (Kap. 6.4.4) und als Mischung bis zu 6-mal täglich verabreicht:

Holly. Holly wirkt beruhigend auf seelische Reaktionen, wie z. B. Ärger, Wut und Gereiztheit, die juckreizverstärkend wirken können.

Impatiens. Impatiens vermittelt mehr Ruhe und Gelassenheit, was juckreizmildernd wirkt.

Willow. Willow kann negative Einstellungen wie Frustration und Enttäuschung abbauen helfen, die sich über die Haut in Form von Juckreiz äußern können.

Homöopathie

Dosierung: Kap. 6.7.4. Bei Juckreiz anzuwendende Mittel und ihr Symptomspektrum zeigt ► **Tab. 7.5.**

Ceres

Aesculus Urtinktur. **Dosierung:** 2-mal 2–4 Tr. nach dem Essen. **Wichtiges Symptom:** Juckreiz vor allem an den Beinen (venöse Stauungen).

Cave

Mit Aesculus Urtinktur auf nüchternen Magen oder vor dem Essen kann es zu Reizungen der Magenschleimhaut kommen.

Melilotus Urtinktur. **Dosierung:** 2-mal 2–4 Tr. täglich. **Wichtige Symptome:** Juckreiz mit gleichzeitigen Schwellungen, Melilotus unterstützt bessere Durchblutung des Gewebes.

Taraxacum Urtinktur. **Dosierung:** 2-mal 2–4 Tr. täglich **Wichtiger Hinweis:** entlastet die Haut durch Ausleitung und Entgiftung über die Leber. Bei Schwerstkranken nur einzusetzen, wenn die Leberfunktionen noch aktiviert werden können.

Phytotherapie

Wichtig ist sorgfältige Hautpflege mit feuchtigkeitsspendenden, reizlindernden Hautcremes, Pflegeölen, kühlenden Waschungen/Auflagen oder (nie heißen!) Ölbädern. Normalerweise richtet sich die Auswahl der Externa nach der Grunderkrankung. In der Palliativpflege steht die Linderung der Symptome im Vordergrund.

Beruhigende Teemischungen

Bei sehr quälendem Juckreiz begleitend beruhigende Teemischungen anbieten mit **Melisse, Lavendel, Rose, Hopfen oder Passionsblume** (je 20 g, davon 3-mal täglich 1 TL/Tasse Wasser aufbrühen).

Waschungen/Umschläge/Bäder

Apfelessig. Bei vielen schwerkranken Patienten mit sehr trockener Haut ist der Säureschutzmantel der Haut gestört. Um diesen zu erhalten und somit den Juckreiz zu lindern, sind tägliche (oder 2-mal täglich) Ganzwaschungen mit Zusatz von naturreinem Apfelessig empfehlenswert, am besten mit Zusatz von naturreinem Apfelessig (100 ml Essig/2 l warmes – nicht heißes! – Wasser). Nachfolgend eine Hautpflege mit fetten Ölen durchführen.

Milch-Öl-Waschungen. Waschungen mit Milch-Öl-Mischung (50 ml Milch mit 2 EL Mandelöl vermischt, evtl. mit Honig, Salz oder etwas Schlagsahne als Emulgator und bei Bedarf Zusatz von 1–2 Tr. ätherischen Lavendelöls).

Maizena-Bad/-Auflage. Dem Badewasser wird so viel Maizena (=Maisstärke, kühlend und juckreizlindernd, kann Hautfette und Körpersekrete aufnehmen) zugefügt, bis das Wasser milchig wird (3–5 EL/5 l Wasser), Badedauer 10 Minuten. Nur trocken tupfen, nach ca. 1 Std. ist das Maisstärkepulver nicht mehr sichtbar. Danach Hautpflege mit **Johanniskraut/-Mandelölmischung** mit evtl. Zusatz von ätherischem Lavendelöl.

Pfefferminz-, Lavendeltee. Auflagen/Umschläge mit diesen Tees wirken aufgrund der Verdunstungskälte kühlend, entzündungshemmend und juckreizlindernd.

Malven- und Ringelblumenöl. Malven- und Ringelblumenöl verbessern den Hautstoffwechsel und halten die Haut feucht und widerstandsfähig; das lindert den Juckreiz.

Eichenrinde, Salbeiblätter, Schwarz-/Grüntee, Walnuss-, Zaubernuss-/Zistroseblätter. Diese Arzneidrogen mit Gerbstoffen eignen sich für Waschungen, Umschläge und Bäder. Sie wirken austrocknend, lindern den Juckreiz, hemmen die Entzündung, wirken abschwellend und heilungsfördernd. Bsp. **Eichenrinde:** den Körper des Patienten mit einem Sud aus Eichenrinde abwaschen. Dazu 20 g zerkleinerte Eichenrinde auf 1 l Wasser aufkochen, für 5–10 Minuten ziehen lassen, abseihen und mehrmals täglich anwenden.

Malventee Waschungen.

Arzneidrogen mit Schleimstoffen wirken reizlindernd. Bestens bewährt haben sich lauwarne Malventee Waschungen.

Minzöl-Wasser-Waschungen/-Benetzung.

Bei **starkem Juckreiz** lindern **Minzöl-Wasser-Waschungen** (5 Tr. ätherisches Pfefferminzöl auf 1 l Wasser, kräftig geschüttelt. Oder Primavera life Pfefferminzwasser [kBA] oder **Hamamelis-/Rosenwasser** bio, **Pfefferminztee** oder verdünnten Obstessig in eine Flasche mit Pumpsprayaufsatz füllen und öfter aufsprühen).

Ölbäder

Falls möglich, pflegende Creme- oder Ölbäder: „Balneum Hermal“ (mit **Soja**), „Ölbad Cordes F“ (mit **Erdnuss**).

Einreiben

Das behutsame Einreiben nach dem Waschen mit einer feuchtigkeitsspendenden **Lotion** verhindert das Austrocknen vorgeschädigter Haut.

Eine Übersicht über juckreizstillende Phytotherapeutika gibt ► **Tab. 7.6.**