

Eine sorgfältige Fußpflege trägt dazu bei, dass die Pilze nicht so leicht in Haut oder Nagel eindringen können.



Fuß- und Nagelpilz

Milieuverbesserung vertreibt den Pilz

Dr. med. Sonja Blaschke-Grünvogel

Pilzkrankungen der Füße und besonders der Nägel sind meist sehr hartnäckig, und die Behandlung dauert entsprechend lange. Entscheidend für das Entstehen der Erkrankung ist das Milieu im Organismus, weshalb naturheilkundliche Therapieansätze über die symptomatische Behandlung hinausgehen und eine Milieuverbesserung und Stärkung des Immunsystems anstreben.

Anhaltende Pilzkrankungen z. B. der Füße zeigen häufig eine Milieustörung im Organismus an, und zwar äußerlich an der Haut und innerlich vor allem in Darm und Bindegewebe. Eine naturheilkundliche Antipilzbehandlung, ob als alleinige oder Begleittherapie zu den in der Schulmedizin verordneten Antipilzmitteln, die es als Tabletten, Lösungen, Cremes oder Nagellacken gibt, versucht daher immer durch Entgiftung eine Milieuverbesserung des Organismus zu erreichen. Das Milieu kann auf verschiedene Art gestört sein:

- ▶ die Darmschleimhaut oder Darmflora durch ungesunde Ernährung

- ▶ das Bindegewebe kann übersäuert sein
- ▶ Störfelder (z. B. Narben, Zahnherde) und Schwermetalle können den gesamten Organismus belasten

Das daraus resultierende geschwächte Immunsystem und die mangelnde Widerstandskraft erleichtern es den Pilzen, sich im Organismus anzusiedeln und zu vermehren. Kalte Füße und Bewegungsmangel tragen ebenfalls dazu bei.

Einen Hinweis auf eventuelle Organstörungen, die dann unbedingt mitbehandelt werden müssen, geben die Meridiane, die

an den pilzbefallenen Zehen oder Fingern verlaufen. An den Händen sind es der Lungen- (Lu), Dickdarm- (Di), 3-fach-Erwärmer- (3E), Dünndarmmeridian (Dü); an den Füßen der Leber- (Le), Milz-Pankreas- (Mi), Magen- (Ma), Gallenblasen- (Gb) und Blasenmeridian (Bl). Auch die Messpunkte der Elektroakupunktur nach Voll (EAV), z. B. der Lymph- oder Kreislaufpunkt, geben Hinweise auf die betroffenen Organe. Entsprechende Ungleichgewichte können mit Akupunktur, Phytotherapie und Homöopathie eventuell in Verbindung mit einer Nährstofftherapie reguliert werden. Bei vielen Menschen blockieren allerdings Störfelder, Schwermetall- oder weitere Umweltbelastungen (Pestizide usw.) das Regulationssystem. Sie müssen deshalb zuvor beseitigt werden.

Jeder bekommt sein eigenes Ausleitungsschema

Für die unterschiedlichen Umweltbelastungen gibt es verschiedene Ausleitungsmöglichkeiten, für jeden Patienten muss daher ein individuelles Entgiftungsschema festgelegt werden. Eine Vitamin-C-Hochdosis-Infusionstherapie – kombiniert mit einer Eigenblut-Ozon-Therapie – eignet sich bei vielen Giftstoffen sehr gut zur Ausleitung sowie zur Stärkung des Immunsystems, das zur Pilzabwehr dringend benötigt wird.

So zeigt sich der Pilz

Kontakt mit Pilzen haben wir täglich, denn sie befinden sich überall. Aber nicht jeder bekommt eine Pilzkrankung. Dazu muss der Pilz in Haut oder Nagel eindringen können, was aber nur bei einer Vorschädigung möglich ist, oder wenn Immun-, Durchblutungs- oder Ernährungsstörungen vorliegen.

Fußpilz

Beginnt meist zwischen dem vierten und fünften Zeh. Die

Haut rötet sich und juckt. Es kommt zu weißen, verquollenen Verdickungen oder tiefen, schmerzenden Rissen. Der Pilz kann sich auf den restlichen Fuß ausdehnen. Bei anderen Fußpilzformen beginnt es mit schuppigen Verhornungen an der Fußsohle oder Bläschen an Fußgewölbe und Fußkanten.

Nagelpilz

Entsteht häufig aus einem unbehandelten Fußpilz. Der befallene Nagel verdickt und

verfärbt sich weiß, gelb oder bräunlich. In der Regel beginnt die Infektion am freien Rand eines Nagels.

Die Pilze können lange Zeit auf abgestoßenen Hautschuppen überleben und sich so weiter verbreiten. Besonders groß ist die Ansteckungsgefahr dort, wo viel barfuß gelaufen wird, z. B. in Schwimmbad, Sauna, Hotels. Dort sollte man Badeschlappen bzw. Hausschuhe tragen.

sätzlich unterstützen eventuell Basen-Infusionen, Basenbäder oder auch Basenmittel, z. B. Bullrichs Vitaltabletten, Micro-Basic® Pulver, Alkala N Pulver und verschiedene andere, die Entsäuerung.

Man kann die Entgiftung mit Behandlungen in der **Body-Detox®-Wanne** unterstützen. Das Body-Detox®-System basiert auf einem elektrophysikalischen Verfahren, bei dem Wasser ionisiert wird. Dadurch lösen sich aus dem Gewebe auch in tieferen Zellschichten verschiedenste Schadstoffe, die dann über den Urin oder auch Darm ausgeschieden werden. Gleichzeitig fördert diese Behandlung den Lymphabfluss und die Durchblutung. Das Verfahren wird sehr gut vertragen und kommt ohne chemische Medikamente aus.

Homöopathische Mittel als ergänzende Maßnahme

Die oben genannten Maßnahmen lassen sich häufig mit **homöopathischen Mitteln** erfolgreich ergänzen, z. B. mit Mucokohl® D5 Tropfen, Nigersan® D5 Tropfen oder Exmykehl® D3 Zäpfchen, z. T. auch mit Acidum hydrofluoricum D6 und Silicea D6 Globuli. Zusätzlich hilft die Einreibung mit Graphites-Salbe oder einer Salbe mit dem Schüssler-Salz Nr. 8, Natrium chlo-

Vitamin C aktiviert den Zellstoffwechsel und schützt vor freien Radikalen, die die Zellen schädigen und damit das Pilzwachstum fördern können. Es wird meist in einer Dosierung von 7,5 g pro Infusion, zweimal pro Woche verabreicht, selten werden höhere Mengen gebraucht. Die Infusionstherapie hat den Vorteil, dass Vitamin C direkt ins Blut gelangt, ohne den Umweg über den möglicherweise geschädigten Darm nehmen zu müssen. Die hohe Dosis wird meist sehr gut vertragen, und das Vitamin kann so eine rasche Wirkung entfalten.

Die **Eigenblut-Therapie** mit Ozon tötet Pilze und Bakterien, inaktiviert Viren und fördert zusätzlich die Durchblutung, was gerade bei kalten Füßen und Pilzkrankungen sinnvoll ist. Das Ozon aktiviert außerdem das Immunsystem und die körpereigenen Abwehrkräfte, so dass die Betroffenen nicht nur in punkto Pilzkrankung profitieren. Die pilz- und bakterientötende Wirkung des Ozons wird seit über 100 Jahren weltweit erfolgreich in der Trinkwasseraufbereitung genutzt.

Erst Heilungshindernis Übersäuerung beseitigen

Um eventuelle Vitalstoffmängel aufzudecken, empfiehlt sich eine Analyse der Mineralstoff- und Vitaminwerte im Blut. Häufig findet man bei Patienten mit Pilzkrankungen einen Zinkmangel. Zink wird jedoch für über 300 Enzyme und Entgiftungsreaktionen benötigt. Aber auch andere Vitamin- und Mineralstoffdefizite werden häufig entdeckt, z. B. ein Mangel an Selen, Biotin oder Pantothen-säure. Bei entsprechender Substitution

bessern sich häufig auch die Pilzkrankungen.

Außerdem muss der **Säure-Basen-Haushalt** im Körper des Patienten berücksichtigt werden. Nur wenn keine chronische Übersäuerung vorliegt, kann der Körper entsprechend entgiften und den Pilz ausheilen. Stressreduktion, angemessene Bewegung, eine basenreiche, ausgewogene Ernährung sowie ausgiebiges Kauen der Nahrung sollten daher selbstverständlich sein. Zur orientierenden Kontrolle kann jeder selbst eine Urin-pH-Messung im Tagesverlauf durchführen (siehe *Naturarzt* 7/2011: „So regulieren Sie den Säure-Basen-Haushalt“) und dokumentieren. Zu-

Naturarzt

Rechtlicher Hinweis

Bitte beachten Sie:

Naturarzt-Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die Rechte liegen beim Verlag.

Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlages strafbar.

Dies gilt insbesondere für Nachdruck, Vervielfältigung, Verwendung im Internet usw.

Wir danken für Ihr Verständnis.

ratum, bei eher schuppigen Pilzkrankungen.

Falls die Füße übermäßig schwitzen, empfiehlt sich dreimal wöchentlich ein warmes Fußbad mit Salbei oder Rosmarin. Die Durchblutung fördert auch ein erwärmender Fußbalsam. Die Einreibung der befallenen Stellen mit Teebaum- oder Neemöl kann den Pilzbefall ebenfalls verbessern. Neemöl wird aus den Samen des Niembaums gewonnen.

Bei chronischen Darmstörungen, die meist mit einer Veränderung der Darmflora und chronischem Candida-Befall einhergehen, muss zusätzlich eine **Darmsanierung** erfolgen. Je nach Stuhlbefund eignen sich dafür z. B. Symbioflor®, Mutaflor®, Probiotic-sSana®-Pulver. Zusätzlich bringen Magentonika (z. B. Amara-Tropfen) oder Lebertherapeutika, z. B. Mariendistel oder auch Chelidonium (Schöllkraut z. B. als Chelidonium comp Kps.), die Verdauung wieder in Schwung. Die Verbesserung der Verdauungsfunktion ist wichtig, damit Mineralstoffe und Vitamine besser aufgenommen werden können und sich möglichst wenig Giftstoffe (Toxine) im Darm bilden. Eine Neuraltherapie im Bauchbereich regt die Selbstregulation an und bringt oftmals einen Blähbauch schnell zum Verschwinden.

Haut und Nägel spiegeln den Darmzustand

Im Rahmen einer Basisbehandlung der Nagelpilzkrankung hat sich auch die klassische Eigenbluttherapie mit einem Zusatz von **Ameisensäure** (Acidum formicicum) zur Umstimmung des Immunsystems sehr bewährt. Alternativ kann man zweimal täglich fünf Tropfen Acidum formicicum D12 einnehmen. **Heilfasten** nach Buchinger oder F.X. Mayr entlastet und entgiftet den Organismus ebenfalls und trägt zur Stärkung des Immunsystems bei.

Ein chronischer Pilzbefall erfordert außerdem eine zuckerfreie Ernährung für mindestens 8 Wochen, das heißt Zucker und helles Mehl sind tabu, ebenso sehr süße Obstsorten wie Rosinen und Trauben, die viel Fruchtzucker enthalten. Auch danach sollte der Zucker möglichst reduziert werden.

Während einer naturheilkundlichen Behandlung von Pilzkrankungen müssen mehrere Ansätze zum Zuge kommen. Die alleinige Gabe zum Beispiel eines Homöopathikums führt in den seltensten Fällen zur Abheilung. Da vor allem der Nagelpilz meist sehr hartnäckig ist, kommt man oft um Antipilzmittel nicht herum. Die weit verbreitete Belastung durch Elektrosmog, Umweltgifte, Stress und falsche Ernährung trägt zusätzlich zur Verstärkung der Probleme bei und sollte auf jeden Fall mit berücksichtigt werden.

Bei Pilzkrankungen der Füße lässt sich das Hautmilieu durch entsprechende Fußbekleidung, z. B. Socken aus Baumwolle oder Wolle anstatt Kunstfasersocken sowie atmungsaktives oder offenes Schuhwerk anstelle von Turnschuhen, verbessern. Schuhe sollten nach Gebrauch gut auslüften und trocknen. Auch die Füße nach dem Waschen gut abtrocknen.

Mechanische Nagelreinigung fördert Ausheilung

Bei massiver Nagelpilzkrankung gehört auch eine mechanische Reinigung der Nägel im Rahmen einer regelmäßigen medizinischen Fußpflege mit Abfräsen der Nägel, Ausreinigung des Pilzmaterials usw. unbedingt dazu.

Die Behandlung dauert mehrere Monate – bis befallene Nagelanteile vollständig herausgewachsen sind –, und die einzelnen Therapiemaßnahmen erfordern sehr viel Mitarbeit des Betroffenen, z. B. Ernährungsumstellung, Durchführung der äußerlichen Anwendungen und regelmäßige Einnahme der Mittel. Aber nur so kommt man mit der Therapie zum Erfolg und verhindert, dass die Pilzkrankung erneut auftritt. ■

Autorin

Dr. med. Sonja Blaschke-Grünvogel, Jahrgang 1967, Fachärztin für Hauterkrankungen mit Zusatzbezeichnungen: Allergologie, Naturheilverfahren, Homöopathie, Akupunktur. Seit 2002 in eigener Praxis mit Schwerpunkt Naturheilverfahren, Ganzheitsmedizin in München niedergelassen.

