

## Naturheilkundliche Gichtbehandlung

von Peter Launhardt

Von Gicht spricht man, wenn es durch mineralische Ablagerungen in Form von Harnsäurekristallen auf Dauer zu schmerzhaften Entzündungen und Funktionseinschränkungen, insbesondere an Gelenken kommt. Die akute Gichtsymptomatik spielt sich vorzugsweise im Gelenkbereich der Extremitäten ab, kann sich aber auch im Schulter- und Brustbereich manifestieren. Der „klassische“ und äußerst schmerzhafte Gichtanfall am Großzehengelenk des Fußes stellt meist den akuten Höhepunkt einer unausgeglichene und seit langem gestörten Stoffwechselsituation des Patienten dar.

Bei der Gicht handelt es sich – trotz der typischen Gelenkentzündung und den begleitenden Allgemeinsymptomen - nicht um eine rheumatische Erkrankung, wie man vermuten könnte, sondern hauptsächlich um eine physiologische Störung des Harnsäurestoffwechsels. Beim enzymatischen Ab- und Umbau von Eiweißen entstehen im Körper vor allen Dingen *Harnstoff* und *Harnsäure* als Stoffwechselprodukte.

Die Harnsäure stammt aus dem Abbauprozess der Nukleinsäuren (Purinen) der Zellkerne. Da fast alle Zellen auch einen Zellkern besitzen, fällt - je nach Zelltyp - immer eine bestimmte Menge an Harnsäure im Stoffwechsel an. Die Harnsäure wird, im Blutplasma gelöst, zur Ausscheidung an die Nieren weitertransportiert und sollte im gesunden Stoffwechsel eine bestimmte Konzentration (über 6,5 mg/dl) nicht überschreiten, damit es nicht zur einer Ausfällung und Ablagerung von Harnsäurekristallkomplexen kommt. Bei einer andauernden Harnsäurekonzentration von über 7,0 mg/dl im Blut spricht man von einer *Hyperurikämie*, welche die stoffliche Grundlage und Voraussetzung für die Entstehung einer akuten oder chronischen Gicht darstellt.

Abgesehen von den anlagebedingten und erbten Störungen im Harnsäurestoffwechsel, stellen Ernährungsfehler und/oder verwandte Stoffwechselerkrankungen, wie beispielsweise Diabetes, Nieren- und Lebererkrankungen, sowie Fettstoffwechselstörungen die Hauptursachen für gichtige Erkrankungen dar.

So kann auf der einen Seite der Stoffwechsel durch ein Überangebot von Eiweißen und Harnsäuresubstanzen belastet sein, welches durch die reichliche Aufnahme purinhaltiger Nahrungsmittel, wie beispielsweise Innereien und Hülsenfrüchte entsteht. Aber auch durch strenge Hungerkuren, körperliche Extrembelastungen oder bestimmte Krebserkrankungen, kann es trotz einer ausgewogenen Ernährung zu einer Hyperurikämie kommen, da vermehrt Zellen im Körper abgebaut werden. Auf der anderen Seite kann der Stoffwechsel auch dadurch mit zuviel Harnsäure belastet sein, wenn Abbau und Ausscheidung durch eine zu schwache Tätigkeit von Leber und Nieren vermindert sind.

Eine weitere Voraussetzung, die die Entstehung von Gicht und auch eine Vielzahl anderer Erkrankungen begünstigt, ist die chronische Übersäuerung des Körpers. Vor allen Dingen sind die zahlreichen enzymatischen (aufspaltenden) Prozesse unseres Stoffwechsels in einem besonderen Maße abhängig von einem günstigen Säure-Basen-Milieu (*pH-Wert*), welches innerhalb sehr enger physiologischer Grenzen liegt. Verschiebt sich der pH-Wert dieses Milieus auch nur geringfügig, kommt es zu einer deutlichen verringerten und unvollständigen enzymatischen Stoffwechselleistung, bei der sich eine Vielzahl schädlicher Substanzen bilden, die den Körper wie bei einer chronischen Vergiftung belasten und zu Ablagerungen und anderen Störungen führen können.

Im ungünstigsten Fall haben wir es also bei der Gicht mit einer allgemeinen oder konstitutionellen Stoffwechselschwäche, einer dauerhaften Fehlernährung und einer chronischen Übersäuerung zu tun, die sich eines Tages – überwiegend bei Männern mittleren Alters und nach einem Ess- und Trinkgelage - plötzlich und schmerzhaft im Gelenkbereich manifestiert. Ein akuter Gichtanfall kann sich, je nach Stoffwechsellaage

und therapeutischer Einsichtigkeit des Patienten, über viele Jahre hinweg wiederholen und sich im Laufe der Zeit zur einer chronischen Gicht entwickeln, die schlimmstenfalls zur Zerstörung, Deformation und Versteifung der befallenen Gelenkstrukturen und Organe führt.

Glücklicherweise kann man schon bei einem akuten Gichtanfall, der als ein deutliches und unbestechliches Warnsignal des Körpers betrachtet werden sollte, durch kurzfristiges Heilfasten und einer entsprechenden purin- und eiweißarmen Diät Schlimmeres verhüten und den geschundenen Stoffwechsel entlasten.

Auch eine gründliche und dauerhafte Entsäuerung mit Hilfe so genannter basischer Nahrungsmittel und Präparate ist äußerst ratsam, damit alle weiteren therapeutischen Maßnahmen zur Stoffwechselperverbesserung erfolgreich sind. Eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme mit viel stillem Wasser und Kräutertees zur Verdünnung und Lösung der Schlackestoffe, sowie zur Durchspülung und Unterstützung der Nieren, sollte neben einer disziplinierten Diät ebenso selbstverständlich sein. Nicht umsonst spricht man bei der Gicht von einer so genannten Wohlstandskrankheit, da diese Erkrankung in der Bevölkerung in Not- und Kriegszeiten nur selten auftritt.

Ein klassisches pflanzliches Heilmittel, das sehr oft im akuten Gichtanfall und zur Nachbehandlung eingesetzt wird, ist *Colchicum autumnale*, die so genannte Herbstzeitlose, welche durch ihr sehr giftiges Pflanzenalkaloid *Colchizin* nur mit äußerster Vorsicht und unter therapeutischer Aufsicht angewandt werden sollte. Durch ihre starke botanische Vitalität (*Colchicum* blüht im Herbst, wenn andere Pflanzen verblühen!) und ihre pharmakologische Giftigkeit, fordert sie – in richtiger Dosierung und heilsamer Absicht – den chronisch vergifteten Körper des Gichtpatienten heraus und provoziert gezielt den geschwächten Stoffwechsel. Die Giftwirkung von *Colchicum* – wie auch aller anderen „Gifte“, die zu Heilzwecken eingesetzt werden – muss vom Körper bewusst und forciert überwunden werden, wobei im Idealfall auch gleichzeitig die giftigen Substanzen der Krankheit mit überwunden werden.

Von *Colchicum autumnale* gibt es zu diesem Zwecke zahlreiche standardisierte Mono- und Komplexpräparate in Form von Urtinkturen und homöopathischen Tiefpotenzen.

Auch die sagenumwobene *Alraune* (*Mandragora officinalis*) wird in entsprechender therapeutischer Zubereitung aufgrund der Signatur ihres knorrigten und harten Wurzelkörpers bei Verhärtungen und Deformationen von Knochen und Gelenken eingesetzt.

Zur Anregung der Ausscheidung von Harnsäure und anderer Schlackestoffe sind besonders Tees und Tinkturen von *Birkenblättern* (*Betulae folium*) und *Brennnessel* (*Urtica urens*) über einen längeren Zeitraum einzunehmen.

Homöopathisch gibt es – entsprechend der Gesamtheit der Symptomatik – eine Reihe gut erprobter Einzelmittel. So stellt *Lycopodium* in tiefen bis mittleren Potenzen meist eine gute Unterstützung dar. Ergänzend hat *Sulfur* in niedriger Potenz eine reinigende und durchwärmende Wirkung auf den gesamten Stoffwechsel.

Äußerlich sind es – neben kühlenden Umschlägen – Arnikasalbe und auch Johanniskrautöl, die eine gewisse Schmerzlinderung erzeugen können.

Zum Abschluss möchte ich noch kurz auf den „Gichttypus“ eingehen: Schon die Heilkundigen alter Zeiten haben in bildhafter Weise insbesondere die Kräfte des Denkens und des Kopfes als eine mineralisierende und verhärtende Geste des Menschenwesens dargestellt. Wenn Menschen – nicht nur durch das Älterwerden – zu übermäßigen Verhärtungen, Ablagerungen und Versteifungen neigen, dann hat es auch etwas mit Ihrer inneren Einstellung und Geisteshaltung zu tun.

Beim Gichtpatienten treffen wir oft auf einen dogmatischen, dickköpfigen und schlecht gelaunten Menschen, der gerne mit materiellen und kulinarischen Genüssen versucht, seinen chronischen Verdross und seine mangelnde Lebensfreude zu kompensieren. Der Typus des griesgrämigen, diktatorischen Patriarchen und Großgrundbesitzers, der – zwar

materiell wohlhabend, aber einsam – in dem Roman „Der kleine Lord“ durch die warmherzige Unschuld und bedingungslose Liebe eines Kindes seelisch geläutert wird, verdeutlicht sehr prägnant den ganzheitlichen Konflikt der Gichtthematik. Die akuten Gichtanfälle eines solchen Patienten symbolisieren nachdrücklich, dass es so nicht mehr „weitergehen“ kann und seelisch-geistige Wärme, gepaart mit liebevoller Hingabe und Offenheit an das Leben, die besten Heilmittel zur Erlösung und Transformation hartherziger Lebenskonzepte darstellen.

Autor:  
Peter Launhardt  
Heilpraktiker  
Darmstädter Str. 8  
DE-10707 Berlin  
(030) 889 247 83  
[www.heilersein.de](http://www.heilersein.de)