

Serie: Sprechstunde Naturheilkunde – Teil 2

Schleimhautentzündungen
in Mund und Rachen

KARIN KRAFT

Zur Therapie von Schleimhautentzündungen in Mund und Rachen eignet sich Phytotherapie besonders gut. Mundspülungen und Gurgeln mit Phytotherapeutika bewirken eine Reinigung und Hyperämisierung der Mundschleimhaut und teilweise auch eine Schmerzlinderung und raschere Heilung. Phytotherapie ist bei bakterieller, viraler oder unspezifischer Genese wirksam.

Nachstehende Heilpflanzenzubereitungen eignen sich gut zur Kombination mit konventioneller Therapie, oft können sie auch allein angewendet werden.

Bei gereizten, schmerzhaften Mundschleimhäuten werden Muzilaginosen wie Eibischwurzel, Isländisch Moos und Malvenblätter/-blüten angewendet. Sie bewirken eine Reizlinderung über eine Schutzfilmbildung auf den Schleimhäuten. Kontraindikationen und unerwünschte Wirkungen sind nicht bekannt. Mit dem aus Eibischwurzel oder Malvenblätter/-blüten zubereiteten Kaltwasserauszug sollte man mehrmals täglich gurgeln oder spülen. Isländisch Moos in Form von Pastillen eignet sich zur Schmerzlinderung bei entzündeten Mundschleimhäuten. Auch zur Linderung von Reizhusten und Schluckbeschwerden bei Pharyngitis sind Muzilaginosen angezeigt.

Gerbstoffdrogen

Gerbstoffdrogen wirken antiinflammatorisch, schwach antimikrobiell und wundheilungsfördernd. Man gurgelt oder spült mehrmals tgl. mit einer Abkochung aus Heidelbeerfrüchten, Tormentillwurzelstock oder Rhataniawurzeltinktur bzw. gurgelt mit dem verdünnten ätherischen Öl von Salbeiblättern. Schleimhautläsionen werden mehrmals täglich mit unverdünnter Salbei- oder Tormentilltinktur eingepinselt. Gingivitis und Parodontose



© robocip / Fotolia.com

kann man mit einer Tinktur aus Tormentillwurzelstock oder Rhataniawurzel behandeln. Auch bei Arzneimittel-Enanthemien sind Gerbstoffdrogen sinnvoll. Eine akute Glossitis und eine Stomatitis aphthosa können mit Tee aus getrockneten Heidelbeerfrüchten gelindert werden.

Unerwünschte Wirkungen bei Rhataniawurzel sind seltene allergische Schleimhautreaktionen. Tormentillwurzelstock kann bei empfindlichen Patienten Magenbeschwerden verursachen.

Ätherisch-Öl-Drogen

Die Ätherisch-Öl-Drogen Gewürznelkenöl, Kamillenblüten, Myrrhe, Salbeiblätter und Thymiankraut wirken anti-



© Bernd S. / Fotolia.com

Xerostomie: Enzian für den Speichelfluss

Bitterstoffhaltige Mittel wie Enzianwurzel reizen die Bitterrezeptoren der Zunge und stimulieren so die Schleimdrüsen. Sie sind eine Ergänzung zur Gabe von künstlichem Speichel bei Xerostomie und Sicca-Syndrom. Man macht vor den Mahlzeiten Mundspülungen mit verdünnter Enzianwurzel-tinktur. Bei Magen- und Duodenalulzera ist Enzianwurzel kontraindiziert.



© M&S Fotodesign / Fotolia.com

bakteriell, virostatisch, antimykotisch, z.T. auch lokal antiphlogistisch. Sie sind bei entzündeter, superinfizierter Mundschleimhaut gut geeignet und verträglich. Mit einer wässrigen Lösung mit 1–5% Gewürznelkenöl, Salbeiblätteröl, mit 1:10 verdünnter Myrrhen- oder Thymiantinktur oder Kamillenblütentee bzw. -fluidextrakt sollte man mehrmals tgl. spülen oder gurgeln. Bei Angina tonsillaris eignen sich Gurgellösungen mit Kamillenblüten- und Salbeiblätterextrakten. Die Wirksamkeit ist mit der von Synthetika vergleichbar.

Gewürznelken, Kamillenblüten und Melissenblüten sind bei entsprechender Allergie kontraindiziert. Gewürznelkenöl in konzentrierter Form wirkt gewebereizend, unverdünnte Myrrhentinktur kann vorübergehend leichtes Brennen und Geschmacksirritation auslösen.

Im Wechsel einsetzen

Auch Kombinationen der Wirkprinzipien sind günstig. Zur Behandlung einer akuten, schmerzhaften Stomatitis eignen sich Gewürznelkenöl, Kamillenblüten- und Salbeiblätterzubereitungen im Wechsel, für Aphthen und schmerzhafte Prothesendruckstellen Myrrhe und Salbeiblätter.

Die chronische Stomatitis kann mit Muzilaginosen, Adstringenzen und Amara behandelt werden, z. B. mit einer Kombination aus Eibischwurzel, Kamillenblüten, Schachtelhalmkraut, Walnussblättern, Schafgarbenkraut, Eichenrinde und Löwenzahnkraut. Auch bei chronischer Pharyngitis sollten die unterschiedlichen Wirkstoffgruppen im Wechsel verabreicht werden.

Prof. Dr. med. habil. Karin Kraft

Lehrstuhl für Naturheilkunde
Universität Rostock
Ernst-Heydemann-Straße 6
18057 Rostock