

SANUM-PRAXIS-TIPP

INHALATION – EINE BEWÄHRTE METHODE BEI ATEMWEGS- BESCHWERDEN

SANUM-Kehlbeck

› Entwicklung der Inhalation über die Zeit

Die Inhalation ist eine uralte Methode, welche schon vor über 2000 Jahren verwendet wurde, um dem Körper, insbesondere der Lunge, eine Medizin zuzuführen. Die ersten Aufzeichnungen über diese Technik und die damals für diesen Zweck entworfenen Geräte fand man aus dem alten Ägypten. Hier wurde schwarzes Bilsenkraut auf heiße Steine geworfen, sodass die Alkaloide verdampften und vom atemlosen Patienten inhaliert werden konnten. In Süd- und Zentralamerika entdeckten Ureinwohner den therapeutischen und entspannenden Nutzen von Tabak und ähnlichen Pflanzen, die über schmuckhafte Pfeifen verdampft wurden. In China hingegen hat die Opium-Inhalation eine lange Tradition und in Indien verdampfte man Stramonium, sowie Hanf für Inhalationszwecke. Das Wort „Inhalator“ wurde erstmals 1778 im Buch von John Mudge aufgeführt, welcher ihn als „ein radikales und rasches Heilmittel für einen kürzlichen katarrhalischen Husten“ beschrieb^[1].

› Verschiedene Möglichkeiten der Inhalationstherapie

Besonders früh wurde der therapeutische Nutzen von Salzwasser erkannt, woraus verschiedene Kurorte entstanden in denen die Inhalation natürlicher Quellgase und -dämpfe möglich war. Nach wie vor besteht für Menschen mit Lungenleiden häufig die Empfehlung zu einem längeren Aufenthalt am Meer. In den 1950er Jahren nahmen die Therapiemöglichkeiten dann rasant zu, durch die Entwicklung von Inhalationsapparaten, welche ein lungengängiges Aerosol erzeugten. Vor allem durch diese Apparate ist die

Inhalationstherapie mit Wirkstoffen wie β -Sympathikomimetika oder Kortikoiden und Antibiotika eine von Wissenschaft und Kassen anerkannte Therapieform mit festem Stellenwert bei der Behandlung von Atemwegserkrankungen. Abhängig von der Applikationsform unterscheidet sich die Teilchengröße der entstehen Aerosole massiv: So sind die Teilchen eines Pressluftsprays 8-5 μm groß, die eines Ultraschallaerosols 0,5-100 μm und im Dampf sind sie mit 0,001 μm am feinsten. Über das Aerosol wird in der Therapie ein direkter Zugang zur Atemwegschleimhaut gewährleistet, wodurch die Inhalation verschiedene Vorzüge liefert: lokale Wirkung mit schnellem Wirkungseintritt und niedrigere Dosierung, Verringerung einer systemischen Wirkung, Entlastung des Magen-Darm-Trakts und häusliche Selbstbehandlungsmöglichkeiten^[2]. Über den PARI BOY® lassen sich auch SANUM-Präparate wunderbar verdampfen und sind somit in der Inhalationstherapie einsetzbar, bei Atemwegserkrankungen wie z.B. Bronchialasthma, allergischem Asthma und Bronchitis. Es eignet sich die entsprechende Menge an Wasser oder physiologischer Kochsalzlösung mit fünf Tropfen des empfohlenen SANUM-Präparats zu mischen. Unterstützend bei Lungenerkrankungen können NIGERSAN® D5 Tropfen und LARIFIKEHL® D5 Tropfen verwendet werden. Zur Schleimhautunterstützung eignen sich FORTAKEHL® D5 Tropfen, bei bakteriellen Infektionen unterstützen NOTAKEHL® D5 Tropfen und bei viralen Infekten QUENTAKEHL® D5 Tropfen. Zum Starten der Inhalation setzt man sich entspannt aufrecht hin und schaltet das Gerät ein. Während der Inhalation wird das Aerosol gleichmäßig, langsam und tief ein-

und ausgeatmet. Traditionell werden auch Kopfdampfbäder mit Kamille aufgrund ihrer reizlindernden Eigenschaften schon sehr lange in der Bevölkerung angewendet. Dazu gibt es Studien, die einen dosisabhängigen Effekt auf die Symptome einer Erkältung nachweisen^[2]. Das Risiko von Verbrühungen im Gesicht und der Atemwege muss bei Kopfdampfbädern ausgeschlossen werden, indem das Wasser maximal auf ca. 50 °C erhitzt wird. Für die Inhalation wird der Kopf für ca. 15 min über den dampfenden Topf gebeugt, während das Entweichen des Aerosols mit einem Handtuch reduziert werden kann. Eine weitere Möglichkeit der Therapie bieten Inhalationsbäder, in denen man sich die Wirkungen eines warmen Bades und die Eigenschaften der dabei verdampfenden ätherischen Öle zu Nutze macht. Bei einem Atemwegsinfekt eignet sich die ätherische Ölmischung „Erkältung“ mit Rosmarin-, Eucalyptus-, Pfefferminz-, und Majoranöl von BIOFRID® wunderbar als Badezusatz (nicht für Kinder und Schwangere). Hierfür werden zunächst jeweils 5 Tropfen der einzelnen ätherischen Öle in 50 ml Jojobaöl als Trägeröl gemischt. Von dieser Mischung können dann wiederum ein paar Tropfen mit in die Badewanne gegeben werden, sodass während des Bades ein angenehmes Aroma olfaktorisch wahrnehmbar ist. Möglichst vorab die Verträglichkeit am Patienten durch Riechenlassen testen.

LITERATUR



^[1] Sanders, M. (2006). Inhalation therapy: an historical review. *Primary Care Respiratory Journal*.

^[2] Schmiedel, V., & Augustin, M. (2017). Leitfaden Naturheilkunde: Methoden, Konzepte und praktische Anwendung. *ELSEVIER*.