

# Das Lymphsystem

## Bedeutung in Erfahrungsheilkunde und Wissenschaft

Ein Beitrag von Dr. med. Jürgen Frost und Bärbel Tschsch

Wenn es um die Therapie chronischer Erkrankungen geht, gehört die Einbeziehung des Lymphsystems zu den Basics in der Erfahrungsheilkunde. Nicht umsonst gehören Lymphmittel zu den ältesten homöopathischen Komplexmitteln.

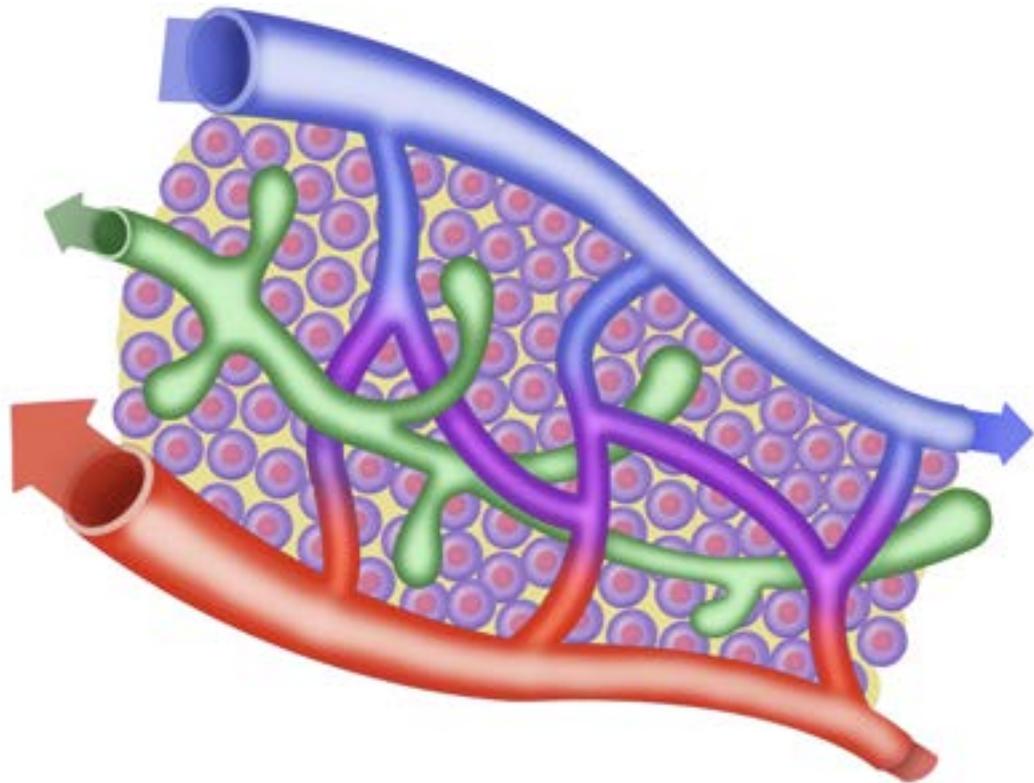


Foto: ilusmedical / shutterstock.com

Inzwischen rückt das Lymphsystem auch in den Fokus der Wissenschaft: Die Erkenntnisse aus neuesten Forschungen führen dazu, dass sogar Anatomiebücher umgeschrieben werden müssen.

### Das Lymphsystem im 20. Jahrhundert

Als „Saft des Saftes, die Essenz“ bezeichnete Thomas Mann die Lymphe in seinem „Zauberberg“ schon vor hundert Jahren. Anerkannte therapeutische Konsequenzen in der etablierten Medizin blieben jedoch jahrzehntelang aus. Zunächst war es nur die Erfahrungsheilkunde, die das therapeutische

Potential des Lymphsystems erkannte. In der Mitte des vergangenen Jahrhunderts begann man, den Lymphabfluss manuell zu beeinflussen: Die Manuelle Lymphdrainage (MLD) als Therapieoption für Zirkulations- und Lymphabflussstörungen wurde entwickelt. Einer der Väter der MLD war Dr. Emil Vodder, der Stauungszustände im Lymphabflussbereich als Ursache für rezidivierende Sinusitiden, Kopfschmerzen und Hautprobleme erkannte und erfolgreich manuell behandelte.

Parallel dazu entwickelte sich auch in der medikamentösen Erfahrungsheilkunde die Überzeugung, dass das Lymphsystem in der Therapie vieler komplexer chronischer Erkrankungen eine Rolle spielen muss. Wegbereiter für die physiologische Erklärung dieser erfahrungsheilkundlichen Sichtweise wurde Alfred Pischinger mit seiner Beschreibung des Systems der Grundregulation, in dem das Lymphsystem als Reinigungssystem des Gewebes und damit als Ansatzort für eine kausale Therapie eine wesentliche Rolle spielt.

### Für Eilige

Aktuelle Forschungen zeigen die Bedeutung des Lymphsystems für die Entstehung und Progression chronisch-entzündlicher und neuro-degenerativer Erkrankungen. Die Lymphtherapie mit ihren manuellen, medikamentösen und neuraltherapeutischen Methoden erhält dadurch einen neuen Stellenwert.

# Lymphsystem und Komplex-Homöopathie

Die Erkenntnisse über die Bedeutung des Lymphsystems für die Salutogenese und für die ganzheitliche Therapie verschiedenster Erkrankungen ist eng verknüpft mit der Geschichte homöopathischer Komplexmittel. Egal welche der traditionellen Hersteller-Firmen von Komplexmittel-Homöopathika man sich anschaut: Lymphmittel gehören zu den ältesten und bewährtesten Mitteln. Die Zusammensetzungen resultierten aus den Praxiserfahrungen: Naturheilkundler rezeptierten die Kombination verschiedener Einzelmittel und so entstanden nach und nach fixe Kombinationen, die in den Arzneischatz der jeweiligen Firmen übergingen.

Diese homöopathischen Lymphmittel dienen im Wesentlichen drei verschiedenen Angriffspunkten:

- Konstitutionsmittel für Lymphatiker
- Entstauung, Förderung der Drainage des Gewebes, Beseitigung von Mikrozirkulationsstörungen
- antientzündliche Therapie bei rezidivierenden und chronischen Infekten und Entzündungen

Zur Verfügung standen dafür Salben, Tabletten, Tropfen, Injektionen – in unterschiedlichen Zusammensetzungen. Jede Firma hatte da ihre eigenen Schätzchen. Alle hatten das Ziel, das Lymphsystem mit seiner Basisfunktion für die Gesundheit zu unterstützen. Die im Beipackzettel dafür genannten Anwendungsbereiche reichten von lymphatischer Diathese und Scrophulose über Lymphabfluss- und Zirkulationsstörungen bis hin zu chronischen Entzündungen.

## Homöopathische Lymphmittel heute

Wenn man heute nach einem Arzneimittel sucht, das die ausgewiesene Indikation „Lymphabflussstörungen“ trägt, wird man zumindest in Deutschland kaum mehr fündig. Woran liegt das?

Im Zuge der Nachzulassungen ist es den Herstellerfirmen zwar gelungen, den Behörden gegenüber zu zeigen, dass viele Inhaltsstoffe in den Lymphmitteln geeignet sind, das Immunsystem im Zuge eines Infektes positiv zu beeinflussen. Weniger erfolgreich waren sie jedoch leider damit, die Gesetzgeber davon zu überzeugen, dass die Infekt-Abwehr nicht die einzige Domäne des Lymphsystems ist und Lymphmittel auch andere therapeutische Funktionen übernehmen. Die Folge ist, dass viele Lymphmittel heute nur noch registrierte homöopathische Arzneimittel

sind und damit keine Indikation tragen dürfen. Diejenigen der Lymphmittel, die behördlich zugelassen sind, dürfen nur noch Anwendungsgebiete wie Infekte im HNO-Bereich bzw. chronische Erkrankungen mit Lymphknotenschwellungen ausweisen.

Da Herstellerfirmen nur mit der zugelassenen Indikation werben dürfen, geht damit zwangsläufig Vieles von dem Erfahrungswissen verloren. Dem Therapeuten bleibt oft nur die Orientierung an einzelnen Inhaltsstoffen, um auf das große therapeutische Potenzial bewährter Lymphmittel zu schließen.

## Das Lymphsystem in der Wissenschaft des 21. Jahrhunderts

Während es Anfängern in der Naturheilkunde immer schwerer gemacht wird, das Potenzial naturheilkundlicher Lymphmittel kennen und schätzen zu lernen, scheint das Lymphsystem für die Wissenschaft immer interessanter zu werden. Viele der erfahrungsheilkundlichen Therapieansätze bekommen dadurch nun auch ein wissenschaftliches Fundament.

Jahrzehntelang hatte man den Eindruck, dass die wissenschaftlich orientierte Medizin gar keine therapeutischen Konsequenzen aus dem etablierten Wissen über das Lymphsystem gezogen hat. Im Zuge der Erforschung der großen Krankheiten unserer Zeit – Alzheimer, Parkinson, MS, chronische Entzündungen usw. – rückt es nun jedoch in den Fokus der Wissenschaft.

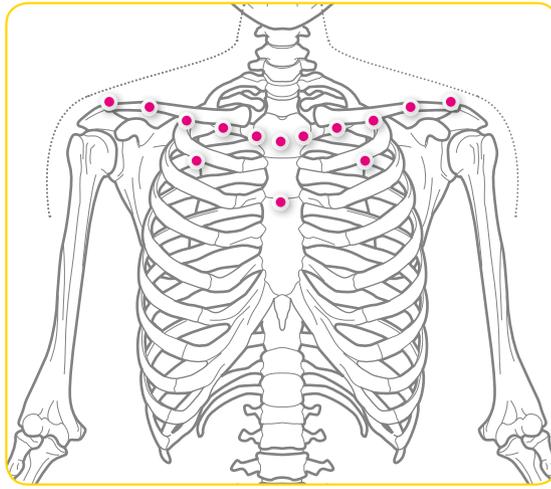
## Silent Inflammation

Erklärungsansätze für die Bedeutung des Lymphsystems im Rahmen der Entstehung und Therapie vieler chronischer Erkrankungen liefert das noch relativ neue Wissen über das subklinische Entzündungsgeschehen im Körper, bekannt als Silent Inflammation.

Eine Entzündung ist eine elementare und überlebenswichtige Reaktion des Organismus auf schädigende Reize. Kontraproduktiv sind allerdings überschießende oder chronische Entzündungen, die das Gewebe und das Immunsystem schädigen. Sie spiegeln einen Verlust der Selbstregulation des Körpers wider. Die meist unbemerkt über lange Zeiträume bestehenden stillen Entzündungen gelten inzwischen als bedeutender Risikofaktor für die Entstehung und die Progression vieler chronischer Erkrankungen wie Fettleber, Typ-2-Diabetes, kardiovaskuläre Erkrankungen, Krebs, MS, Morbus Parkinson, Morbus Alzheimer und natürlich auch Lipo-Lymphödeme. >>

Viele Lymphmittel sind heute nur noch registrierte homöopathische Arzneimittel und dürfen damit keine Indikation mehr tragen.

Daher bleibt oft nur die Orientierung an einzelnen Inhaltsstoffen, um auf das Potenzial bewährter Lymphmittel zu schließen.



### Lymphbelt nach Gleditsch

Die gesundheitlichen Risiken der chronischen, stillen Entzündungen sind mittlerweile auch in der konventionellen Medizin anerkannt. Sowohl eine verlässliche Diagnose als auch eine angemessene Therapie sind jedoch noch eine große Herausforderung: Konventionelle Entzündungshemmer hemmen das Immunsystem und sind damit langfristig mit erheblichen Gesundheitsrisiken verbunden. Die Naturmedizin bietet dagegen vielfältige Möglichkeiten einer Immunmodulation. Überschießende oder chronische Entzündungen können behandelt werden, ohne das Immunsystem zu supprimieren. Insbesondere die Vitamine C und D sind hier in den Fokus gerückt. Sie dienen der Bekämpfung von oxidativem Stress, der eine Folge des Entzündungsgeschehens ist und einen wesentlichen Beitrag zur Chronifizierung leistet.

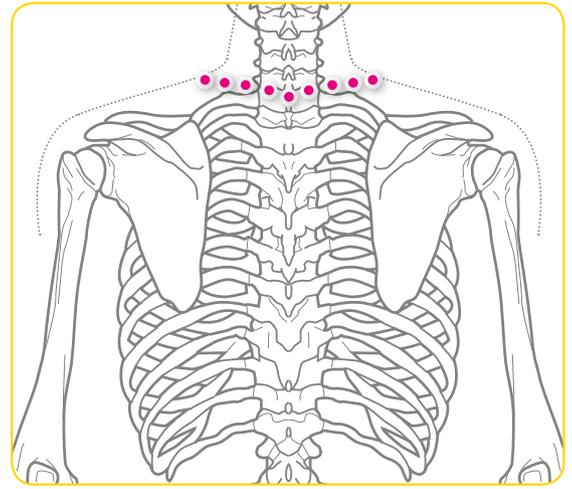
Darüber hinaus liefert das zunehmende Wissen um die stillen Entzündungen auch wichtige Erklärungsansätze für den Nutzen der Lymphtherapie in Zusammenhang mit den oben genannten chronischen Krankheiten. Schließlich sind das Beseitigen von Mikrozirkulationsstörungen und auch die Immunmodulation wichtige Domänen des Lymphsystems.

## Meilensteine in der modernen Lymph-Forschung

In den letzten zehn Jahren hat die Wissenschaft einen größeren Fokus auf das Lymphsystem gelegt. Insbesondere drei Studien machten Schlagzeilen. Sie erklären, warum die Erfahrungsmedizin, die das Lymphsystem in ihre Basisbehandlung einbezieht, so viele Erfolge verzeichnet.

### 1. Antiinflammatorische Wirkung bei chronischen Entzündungen

Die Stimulierung des Lymphsystems wirkt antiinflammatorisch bei chronischen Entzündungen. Das wurde 2010 vom Team um Michael Detmar vom



Institut für Pharmazeutische Wissenschaften an der ETH Zürich nachgewiesen (1). Zunächst hemmten sie im Tierversuch aktive Lymphgefäße. Die Entzündung verstärkte sich. Die anschließende Aktivierung der Lymphgefäße mit Wachstumsfaktoren führte zu einem massiven Rückgang der Entzündung. Die Forscher diskutierten, dass diese, bei Psoriasis beobachteten Ergebnisse, wohl auch auf andere chronisch-entzündliche Erkrankungen wie rheumatoide Arthritis und chronisch-entzündliche Darmerkrankungen übertragbar sein müssten.

### 2. Lymphzellen und -gefäße im Gehirn

Das Gehirn enthält Lymphgefäße und Lymphzellen. Diese überraschende Erkenntnis veröffentlichten Antoine Louveau und Kollegen 2015 in der weltweit angesehensten Zeitschrift für Naturwissenschaften „Nature“ (2). Bis dahin nahm man an, dass sich unser wertvolles Denkorgan zum eigenen Schutz vom Körper-Lymphgefäßsystem vollständig abriegelt. Die Blut-Hirn-Schranke galt als einzige Austauschpforte zwischen Körper und Gehirn – kaum überwindbar für Anderes als die unbedingt notwendigen Nähr- und Botenstoffe, Sauerstoff und Kohlendioxid. Nun wissen wir: Dieser Schutzwall ist durchlässig.

### 3. Gehirnreinigung

Das Lymphsystem ist nicht nur für die Reinigung des Körpergewebes zuständig, sondern auch für die Reinigung des Gehirns. Das wissen wir seit Ende 2017 (3). Wieder ist es die Forschergruppe um Michael Detmar aus Zürich, die zeigt, dass die 500 ml Liquor, die jeden Tag aus dem Blutplasma gebildet werden und dem Schutz, aber auch der Spülung und Reinigung des Gehirns dienen, nicht etwa über das venöse System abtransportiert werden, sondern über das Lymphsystem und zwar v. a. entlang des Seh- und Riechnervs. Das hat weitreichende Konsequenzen, denn damit lässt sich vermuten, dass das Lymphsystem nicht nur für die

Das zunehmende Wissen um stille Entzündungen liefert Erklärungsansätze für den Nutzen der Lymphtherapie bei chronischen Erkrankungen.

Neue wissenschaftliche Erkenntnisse zum Lymphsystem erklären den Erfolg der Erfahrungsmedizin.

Reinigung des Körpergewebes zuständig ist, sondern, dass Stauungen im Lymphsystem auch für das Gehirn gravierende Folgen haben können.

Darüber hinaus wurde in der Studie gezeigt, dass im Alter weniger Liquor produziert wird als in jungen Jahren, was die Vermutung zulässt, dass die verminderte Durchspülung mit der Entstehung von Ablagerungen und entzündlichen Vorgängen einhergeht. Die Anregung der Liquorproduktion könnte demnach – ebenso wie die Anregung des Lymphabflusses – eine interessante Option für die zukünftige Behandlung von entzündlichen bzw. neuro-degenerativen Krankheiten, wie Alzheimer, Parkinson oder MS sein.

## Neuer Stellenwert für naturheilkundliche Therapien

Unter Berücksichtigung dieser neuen wissenschaftlichen Erkenntnisse erhalten naturheilkundliche Therapien wie die Behandlung des Lymphbels einen neuen Stellenwert. Der Lymphbelt nach Gleditsch ist eine Kette aus Triggerpunkten um Hals und Schultergürtel (4, 5). Es gilt als Reflexzone für das Lymphsystem und wird therapeutisch stimuliert, wenn Stauungen im Lymphabflussbereich des Kopfs vorliegen.

Unter Einbeziehung der neuen Erkenntnis, dass auch der Abtransport des Liquors auf dem Lymphweg in diesem Bereich erfolgt, erscheint es umso sinnvoller, nicht nur bei Infektanfälligkeit und Spannungskopfschmerz, sondern auch bei entzündlichen und neurodegenerativen Erkrankungen im Kopfbereich den Lymphbelt zu stimulieren.

Die therapiewirksamsten Zentren liegen dorsal in der Höhe des 7. Halswirbels und ventral in Höhe der Sternoklavikulargelenke und jeweils einen Querfinger rechts und links davon.

Zur Stimulierung stehen insbesondere Lymphsalben und Injektionen zur Verfügung. Salben können im gesamten „Halskettenbereich“ aufgetragen werden, besonders aber an den dorsalen und ventralen Zentren. Zusätzlich können die in den Fallbeispielen genannten besonders lymphwirksamen Regionen stimuliert werden. Zumindest im ventralen Bereich kann das der Patient morgens und abends auch selbst tun – mit sanft kreisenden Bewegungen.

In der Naturheilpraxis kann der Lymphbelt zusätzlich mit Neuraltherapeutika und homöopathischen Lymphmitteln zur Injektion gequaddelt werden.

Jürgen Frost, Facharzt für Gynäkologie mit Schwerpunkten auf Naturheilverfahren, Lymphologie und

Onkologie, verwendet Lymphmittel seit Jahrzehnten in seiner Praxis. Die im Folgenden dargestellten Fallbeispiele sind nur ein kleiner Auszug aus seinem breiten lymphtherapeutischen Erfahrungsschatz.

### Fallbeispiel 1

Die 36-jährige lymphatische Patientin Frau L. klagte seit der 20. Schwangerschaftswoche – nach einer bis dahin völlig normalen Schwangerschaft – über zunehmende Kopfschmerzen, besonders im Stirn- und Nackenbereich, und über Probleme mit der Nasenatmung. Klinisch waren nur leichte Symptome einer Affektion der oberen Luftwege und eine leichte Schwellung der Rachenmandeln auffällig.

**Therapie:** Neben dem Hinweis auf eine ausreichende Trinkmenge wurde Frau L. dazu angehalten, jeden Abend, ca. eine Stunde vor dem Schlafengehen, Lymphdiaral sensitiv Salbe (Fa. Pascoe) aufzutragen und sanft einzumassieren – und zwar im Bereich C1/C2, also am Übergang zum knöchernen Schädel, außerdem im Gesichtsbereich unterhalb des Jochbeins, beidseits in der Schläfenregion und in der Stirnregion über der Nasenwurzel. Abschließend noch beidseits am Kieferwinkel.

**Ergebnis:** Innerhalb von zehn Tagen verschwanden die Beschwerden. Im Verlauf der Schwangerschaft traten die Symptome noch zweimal auf. Unter der gleichen Behandlung verschwanden die Beschwerden innerhalb von ein bis zwei Tagen.

### Fallbeispiel 2

Die Mutter eines zweijährigen klassisch lymphatischen Mädchens berichtete davon, dass ihre Tochter schnarchte und seit einigen Wochen schnell erschöpft sei. Bei der Untersuchung fielen geschwollene Rachenmandeln auf, eine diffuse Schwellung des Mittelgesicht-Bereichs sowie eine leichte Schwellung der Augenlider.

**Therapie:** Bis zum Untersuchungstermin beim Facharzt wurde der Mutter empfohlen, die Lymphdiaral sensitiv Salbe (Fa. Pascoe) im Bereich der Nasolabialfalte und in der Kieferwinkelregion zweimal täglich sanft aufzutragen.

**Ergebnis:** Die Fachkollegen des regionalen Netzwerks informierten darüber, dass sie der Mutter die Fortführung der Behandlung empfohlen hatten.

### Fallbeispiel 3

Die 14-jährige Patientin K. war mit einem BMI von 45 stark übergewichtig und litt seit einigen Jahren unter chronischen Sinusitiden und Tonsillitiden, Konzentrationsstörungen und ermüdete sehr schnell. Die chronischen Nasennebenhöhlen-Affektionen bestanden nach konventioneller Antibiose und >>

Zur Stimulierung stehen insbesondere Lymphsalben und Injektionen zur Verfügung.

Der Lymphbelt sollte auch bei entzündlichen und neurodegenerativen Erkrankungen im Kopfbereich stimuliert werden.

Tonsillektomie weiter. Radiologisch zeigten sich diffuse Veränderungen.

**Therapie:** Kontinuierliche Behandlung mittels Nasendusche, Lymphdiaral Basistropfen SL und tägliche Anwendung der Lymphdiaral sensitiv Salbe (beide Fa. Pascoe). Mit der Salbe hat sich die Patientin selbst die Stirn- und Oberkieferregion, sowie Kieferwinkel und Nacken-Region einmassiert bzw. von ihrer Mutter einmassieren lassen. **Ergebnis:** Nach drei Monaten hatten sich die Beschwerden nach Analogskala 1–10 von ursprünglich 8 auf 4–5 verbessert. Zusätzlich wurde die Supplementierung von Vitamin D und K<sub>2</sub> empfohlen. ■

Der Beitrag wurde in Zusammenarbeit mit der Firma Pascoe Naturmedizin verfasst.

(Grafik: Bärbel Tschech)



## Literatur

1. Huggenberger R: Stimulation of lymphangiogenesis via VEGFR-3 inhibits chronic skin inflammation. *The Journal of Experimental Medicine*. 2010, 207(10):2255–69
2. Louveau A: Structural and functional features of central nervous system lymphatic vessels. *Nature*, 2015; DOI: 10.1038/nature14432
3. Ma Q, Ineichen BV, Detmar M, Proulx ST: Outflow of cerebrospinal fluid is predominantly through lymphatic vessels and is reduced in aged mice. *Nature Communications*, 10. November 2017, doi: 10.1038/s41467-017-01484-6
4. Gleditsch JM: Reflexzonen und Somatotopien. Als Schlüssel zu einer Gesamtschau des Menschen, WBV Biologisch-Medizinische Verlagsgesellschaft mbH&Co KG
5. Pascoe Naturmedizin (Hg.): Wissenschaftliche Belege. Lymphdiaral – Ihr Lymphsystem natürlich im Fluss. 2016



### Dr. med. Jürgen Frost

Er ist Gynäkologe, Arzt für Naturheilverfahren, Lymphologie und ärztlicher Psychotherapeut mit einer onkologisch-gynäkologischen Praxis mit ganzheitlichem Schwerpunkt in Solingen. Er ist Referent – u. a. für die Deutsche Krebsgesellschaft und die Deutsche Gesellschaft für Lymphologie.

Kontakt: info@praxis-frost.de



### Bärbel Tschech

Sie ist Biologin und seit mehr als 20 Jahren bei einer naturheilkundlichen Pharma-Firma beschäftigt. Als Fachreferentin in der medizinisch-wissenschaftlichen Abteilung ist sie unter anderem für die Erstellung von Fachtexten für Broschüren und die Homepage verantwortlich.

Kontakt: baerbel.tschech@pascoe.de