Allergieformen – Typ I (Sofort-Typ, anaphylaktischer Typ - häufigste Form)

Typ I: Bei der Typ I Allergie liegt eine Fehlfunktion der Regelung der IgE-Antikörper vor. IgE-Antikörper bewirken durch mehrere Mediatoren schon in geringen Mengen eine Erweiterung der Blutgefäße und steigern deren Durchlässigkeit für weiße Blutkörperchen. T-Zellen, die normalerweise die IgE-Aktivität auf ein vernünftiges Maß einschränken, fehlen bei der Typ I Allergie oder sind zu wenig aktiv. Bei der Typ I Allergie werden durch die Vermittlung von IgE-Antikörpern **Entzündungsmediatoren, z.B. Histamin, Leukotriene, Prostaglandine aus Basophilen Granulozyten und Mastzellen freigesetzt.** Dadurch wird eine Entzündung von Haut, Schleimhaut oder eine systemische Entzündung hervorgerufen.

- **allergisches Asthma**
- **allergische Bindehautentzündung**
- **Heuschnupfen**
- **Nesselsucht**
- **Angioödem, anaphylaktischer Schock**
- **Arzneimittel (Penicillin!)- und Nahrungsmittel**

Allergische Reaktion nach Sekunden bis Minuten

Allergieformen – Typ II (zytotoxischer Typ) und Typ III (Immunkomplex-Typ)

Typ II: Bildung von Immunkomplexen aus zellwandständigen Antigenen (z.B. Medikamenten, Blutgruppen-Antigenen) mit zirkulierenden IgG- oder IgM-Antikörpern. Komplementsystem oder zytotoxische Killerzellen aktiviert + Zytolyse (Zerstörung) körpereigener Zellen.

- **allergisch bedingte Hämolytische Anämie, Thrombopenie (Malaria)**
- **Agranulozytose (Metamizol – Cotrimoxazol – Carbamazepin)**

Allergische Reaktion nach 6 bis 12 Stunden

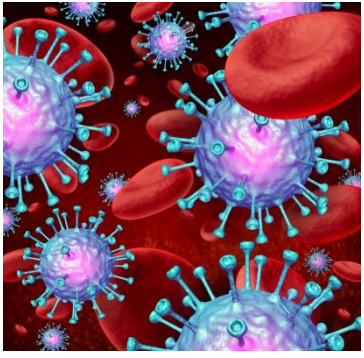
Typ III: Es werden Immunkomplexe aus IgG- und IgM-Antikörpern und freien Allergenen gebildet. Dadurch werden Komplementfaktoren aktiviert (C3a und C5a). Diese führen zur Phagozytose (aktiven Aufnahme) der Immunkomplexe durch Granulozyten unter Freisetzung gewebeschädigender Enzyme (z.B. Elastase, Kollagenase).

- **allergische Vaskulitis**
- **exogen-allergische Alveolitis „Farmerlunge durch Schimmelsporen“**
- **allergische bronchopulmonale Aspergillose durch Aspergillus Schimmelpilzsporen**

Allergische Reaktion nach 6 bis 12 Stunden

Allergieformen – Typ IV (verzögerter Typ)

Typ IV: Die Typ IV Allergie ist nach der Typ I Allergie die häufigste Allergieform. Bei der Typ IV Allergie werden Lymphokine aus spezifisch sensibilisierten T-Lymphozyten freigesetzt. Diese Lymphokine bewirken die Aktivierung bzw. Vermehrung von Makrophagen und mononukleären Zellen sowie deren Wanderung an den Ort der Allergenbelastung. Dadurch erfolgt eine lokale Infiltration und Entzündung.



- **Tuberkulinreaktion**
- **allergisches Kontaktekzem (Nickel, Cobalt, Metalle)**
- **Arzneimittelexanthem (Penicillin, Sulfonamide, Cephalosporine, Röntgenkontrastmit.)**
- **Transplantatabstoßung, evtl. auch Lebensmittel (Gluten, Casein, …)**

Allergische Reaktion nach 12 bis 72 Stunden

Heuschnupfen: Praktische Tipps

Pollenkalender, Schlafen bei geschlossenem Fenster, Pollenschutzgitter, Luftfiltration mittels HEPA-Filter, getragene Kleidung nicht ins Schlafzimmer + Haare waschen vor dem Schlafen gehen + Kopfkissen häufig wechseln, Pollenfilter im Auto (jährlich wechseln), Kreuzallergene kennen

Unterstützend sollten die Nasenschleimhäute mittels einer Nasendusche 1-2 x täglich gespült werden, um Stäube, Pollen, Schadstoffe, Sekret und Borken wirksam zu entfernen. **Mineralsalz aus den Thermalquellen von Bad Ems** (Echtes! Emser® Salz, nicht das „Nasenspülsalz“, das ist nur NaCl) hat sich bei Infekten der oberen Atemwege sowie Allergien und Heuschnupfen bewährt. Das Salzgemisch ist reich an Elektrolyten und diese Ionen sorgen für einen alkalischen pH-Wert von 8,2 bis 9,2 (isotonische Kochsalzlösung besitzt dagegen einen pH-Wert von 7). Der alkalische pH-Wert der Salzlösung bringt einen zusätzlichen Vorteil: er setzt die Viskosität des zähen Sekrets herab. Dieser Effekt geht offenbar über die reine Flüssigkeitszufuhr während einer Nasendusche und Osmose hinaus. Eine Erklärung ist, dass Carbonat und Hydrogencarbonat, zwei der enthaltenen Elektrolyte, die Brückenbindungen zwischen den Mucopolysaccariden, die den zähen Schleim aufbauen, zerstören. Die Sekret-Struktur lockert sich, wird elastischer, die Flimmerhärchen können den Abtransport des Sekrets wieder bewältigen, der Entzündungsstatus lässt nach….

Spezielle Ernährungstipps bei Allergie

Eine typische Allergiker-Basis-Präventionsdiät gibt es zwar nicht, aber grundsätzlich kann hilfreich sein:

- keine Arachidonsäure: also kein Schweinefleisch, wenig Rind, etwas Wild, etwas Pute/Huhn bei Verträglichkeit, keine Erdnüsse (lat. Arachis hypogaea)
- bei rein vegetarischer oder veganer Ernährung: Zinkmangel vorprogrammiert! **unbedingt Zink-Check machen**
- Achtung AM: auch Diuretika, Sartane und einige ACE-Hemmer führen zu Zinkmangel
- 2 x pro Woche fetten Seefisch aus NO-Atlantik: Kabeljau, Seelachs, Hering, **bei Fischallergie zwingend Substitution mit Omega-Fettsäuren und Zink**
- 2-3 Esslöffel kaltgepresstes Leinöl/Tag (ca. 50 % α-Linolensäure als Omega-3-Fettsäure)
- alternativ: Borretschsamenöl oder Nachtkerzensamenöl mit ɣ-Linolensäure als Omega-6-Fettsäure („Hautfettsäure“): regulafit®!

Regulationsplan bei „chronischer“ (langfristig bestehender) Allergie

Basis-Analytik:

- Darmflora Check Symbiopharm, ggf. zusätzliches Stuhlröhrchen für Kyberplus-Analytik wie sIgA oder Zonulin als leaky-gut-Parameter, **dazu einen Zink-Check**

Phase 1 = Korrektur des Säure-Basen-Haushalts, 2 Monate, am besten ab Herbst:

- regulafit® Basencitrate morgens 2 + mittags 2, abends Basentabs (oder Basosyx o.ä. Bicarbonatmittel), dazu 2 x/Woche Basenbad (regulafit® Basenbad)
- unterstützend: abends v.d. Schlafen 6 Wochen 25 mg Zink, danach 3 Monate 15 mg Zink, 1 g Omega-3-Fettsäuren (regulafit® Omega forte), etwas Leinöl/etc.
- Probiotica: z.B. Symbiolact pur 1 x 1 Beutel 2 Monate, danach jeden 2. Tag 1 Btl oder eine Pro/Prebiotica-Mischung wie Kyberg Mucosa

Phase 2 = 5 Monate immunologische mikrobiologische Therapie:

- Prosymbioflor/Colibiogen/Synerga, Symbioflor 1+2 lt. Schema Symbio, dazu individuelle Orthomolekularia-Basis wie regulafit ®Ortho Immun, hypoallergen
- nach 5 Monaten „große Mineralstoff-Analyse“

Omega-3 und Allergie

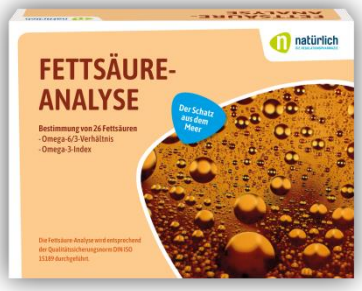
Omega-3-Fettsäuren wie DHA und EPA können vom Körper zwar, aber nur mühsam, aus der Vorstufe α-Linolensäure hergestellt werden **(Zink als Cofaktor!)**, also am besten aus Kaltwasser-Seefisch (NO-Atlantik) wie Hering, Seelachs, Kabeljau oder Makrele zuführen – wenn da nicht das Problem der hemmungslosen Überfischung und evtl. Schwermetallbelastung (Arsen, Cadmium, Methyl-Quecksilber) wäre….

Omega-3 nimmt Einfluss auf die Fließfähigkeit des Blutes und von Membranen (Allergie), Triglyceridspiegel, KHK, Intelligenz und Entzündungsprozesse (Rheuma, chron. entz. Darmerkrankungen, Allergien, Ekzeme), aber auch ADHS und Alzheimer. Produkt-Tipp: regulafit® Omega-3 forte, Krill-Öl oder das flüssige NORSAN-Öl!

Omega-6-Fettsäuren wie die Linolsäure sollte im richtigen Verhältnis zu Omega-3 stehen, gut wäre kleiner 5 zu 1, sehr gut 2 zu 1, in der Realität aber führen wir meist viel zu viel Omega-6 zu. Ein gutes Verhältnis haben hochwertiges Olivenöl und vor allem das Leinöl.

Omega-3 und Allergie – Fettsäure-Analyse

Die Fettsäure-Analyse bietet Informationen zu insgesamt 26 Fettsäuren, die mehr als 99 % aller Fettsäuren im Körper entsprechen. Dabei werden auch ungünstige Fettsäuren wie die Trans-Fettsäuren („gehärtete Fette“) bestimmt, ebenso der sog. Omega-3-Index und das Omega-3/6-Verhältnis. Die Analyse führt das europaweit führende unabhängige Speziallabor für Fettsäure-Analysen, Omegametrix in Martinsried, durch. Die Ergebnisse kommen per Mail direkt in die Apotheke.



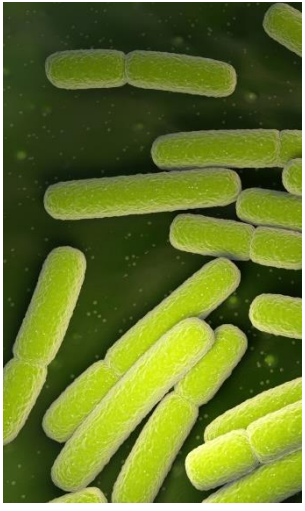
Wichtige Tipps: Nüchtern-Blutentnahme aus der Fingerbeere, auf 2 Testfelder, 15-minütiges Trocknen, dann Versand im beiliegenden Beutel.

Bei Einhaltung einer Nahrungskarenz von mindestens 4 Stunden vor der Blutentnahme und einer Karenz für Omega-3-NEM von 24 Stunden erhält man einen verlässlichen Langzeitwert der letzten 60 - 90 Tage (entsprechend der Halbwertszeit der roten Blutkörperchen, aus deren Zellwand die Bestimmung erfolgt, also kein Serum-Test!).

Allergieprävention: mikrobiologische Therapie

In der Naturheilkunde seit Jahrzehnten bekannt, vermehrt sich nunmehr auch in der Schulmedizin explosionsartig das Wissen um die vielfältigen Aufgaben einer normalen Darmflora (Mikrobiom) im Bereich allergischer Reaktionen. Schon seit 2001 ist die Isolauri-Studie aus Turku, Finnland, bekannt, die selbst (Lancet) und durch eine Follow-up-Studie 4 Jahre später bestätigt, zeigte, was Prävention mittels mikrobiologischer Therapie bewirken kann.

Dort wurden Lactobazillen, speziell Lactobazillus GG, 3 Monate vor Entbindungstermin, hochdosiert an Mütter von Hochrisikokindern (1 oder 2 Elternteile als Allergiker) gegeben und diese Maßnahme 6 Monate nach der Entbindung entweder via Mutter bei Stillkindern oder direkt bei Flaschenkinder fortgesetzt. Ergebnis: 50 %-ige Reduktion des Allergierisikos bei den Babys! Das zeigt, der anfangs keimarme Darm des Neugeborenen muss richtig besiedelt werden – ungestört von Antibiotika oder anderen „Störern“ …



Allergieprävention: mikrobiologische Therapie

- der Vaginalkontakt des Säuglings ist wichtig und die mütterliche Doederleinvaginalflora (lactobazillenreiche Flora) sollte vor der Entbindung lokal z.B. durch Symbiovag® oder Vagiflor® und oral durch hochdosierte Probiotika (mind. 109 KBE) wie Symbiolact pur® gestärkt werden = Optimierung des Erstkontakts des Säuglings
- bei Kaiserschnittkindern: z.B. mind. 5 Tage, am besten 3 Wochen lang 1 Amp. Mutaflor Susp. oral

Merke: Auch bei bestehenden Allergien zeigen mikrobiologische Stuhlproben in 4 von 5 Fällen deutliche bis gravierende Mängel – und eine gezielte mikrobiologische Therapie, z.B. im Winterhalbjahr, macht Sinn (siehe 5-Monats-Schemata Symbiopharm) und zeigt Erfolge im Folgejahr.

Regulationskombination Basentherapie und Ausleitung/Entgiftung

Die meisten am Markt befindlichen Ausleitungs- und Entgiftungskuren verwenden spagyrische (PEKANA), homotoxikologische (HEEL) und homöopathische Methoden (ENTOXIN), bei denen pflanzliche und mineralische Ausgangsstoffe gezielt für die Normalisierung der Funktion von Leber und Galle sorgen, die Ausscheidung von toxischen Stoffen über die Niere fördern, die Entgiftungsprozesse der Haut und Schleimhaut fördern sowie den Lymphfluss anregen. Dadurch wird das System der extrazellularen Matrix EZM als ganzheitliche Verbindung angeregt.

WICHTIG: Keine Ausleitung ohne gleichzeitige oder besser bereits ca. 4 Wochen vorher begonnene Basentherapie zur Entsäuerung, da nur so die Proteoglykanstrukturen des Grundgewebes „aufgeschlossen“ werden.

Empfehlungen: regulafit® Basencitrate morgens 2 + mittags 2, abends 2 Basentabs 2 h nach dem Abendessen, ggf. vor dem Schlafen zusätzlich 15 mg Zink

Regulationskombination Basentherapie und Ausleitung/Entgiftung

Klassiker: die Phönix-Ausleitung

Erwachsener:

- 45 Tage lang: 3 x 20 oder 2 x 30 Tr. Thuja-Lachesis spag. oder 60 Tr. in die „Tagesflasche“ (Ausleitung von fettlöslichen Schadstoffen über das lymphatische System)
- dazu Tag 1-3: 3 x 60 (oder 180 Tr. in die Tagesflasche) Silybum spag. **(Ausleitung via Leber-Galle-Darm-System)**
- Tag 4-6: 3 x 60 Tropfen Solidago spag. **(Ausleitung via Niere)**
- Tag 7-9: 3 x 20 Tropfen Urtica arsenicum spag. **(Ausleitung via Haut und Schleimhäute)**
- danach wieder Tag 1 usw., 6 Zyklen = 45 Tage
- benötigte Mengen = je 100 ml Thuja, Silybum und Solidago, 50 ml Urtica

Kind (pro kg Körpergewicht 1 Tr. bei Solidago und Silybum, 1/3 Tr. bei Thuja und Urtica):

- Bsp = 20 kg: 3 x 7 Tr. Thuja und Urtica, 3 x 20 Tr. bei Solidago und Silybum

Regulationskombination Basentherapie und Ausleitung/Entgiftung

Wichtig: bei Hauterkrankungen oder Allergien kann es beim Hautmittel Urtica ars. schon bei normaler Dosierung zu Hautreaktionen kommen! Evtl. hier spezielles Vorgehen: entweder verringerte Dosis (50 %) oder erstmal 2 Zyklen ohne das Hautmittel und dann mit halber Dosis anfangen, ggf. um 1 Tropfen pro Tag erhöhen, also etwas Vorsicht.

Variante: Generell je belasteter der Gesamtorganismus, desto vorsichtiger die Startmenge:

- Lymphmittel immer volle Dosis… +
- 1. Runde/Beginn mit 3 x 20 Tr. Leber/Galle – 3 x 20 Tr. Niere – 3 x 5 Tr. Haut
- 2. Runde 3 x 30 Tr. Leber/Galle – 3 x 30 Tr. Niere – 3 x 10 Tr. Haut
- 3. Runde 3 x 40 Tr. Leber/Galle – 3 x 40 Tr. Niere – 3 x 15 Tr. Haut
- 4. Runde 3 x 50 Tr. Leber/Galle – 3 x 50 Tr. Niere – 3 x 20 Tr. Haut
- 5. Runde 3 x 60 Tr. Leber/Galle – 3 x 60 Tr. Niere – 3 x 20 Tr. Haut

Heuschnupfen und Produkte aus dem Dachgeschoss des Regulationshauses

1. **allergo Loges®:** Zusammensetzung: 10 g (= 11 ml) Mischung enthalten die Wirkstoffe Acidum formicicum Dil. D4 0,33 g, Apis mellifica Dil. D4 0,33 g, Cardiospermum Dil. D2 0,08 g, Galphimia glauca Dil. D3 0,33 g, Hydrocotyle asiatica Dil. D3 0,40 g, Luffa operculata Dil. D4 0,40 g.

2. **von Phönix Laboratorium** (speziell bei Heuschnupfen, der die Bronchialfunktion verschlechtert): im täglichen oder wöchentlichen Wechsel… (max. 3 Wochen, dann 1 Woche Pause), Aralia Phcp: Aralia racemosa Dil. D10 0,033 g, Atropa bella-donna Dil. D10 0,033 g, Eucalyptus globulus Dil. D10 0,033 g und Lobelia Phcp: Cetraria islandica Dil. D10 0,05 g, Lobelia inflata Dil. D10 0,05 g

Bei akuten Zuständen alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 6-mal täglich, je 5 Streukügelchen einnehmen. Bei chronischen Verlaufsformen 1- bis 3-mal täglich je 5 Streukügelchen einnehmen. Bei Besserung der Beschwerden ist die Häufigkeit der Anwendung zu reduzieren.

Orthomolekulare Unterstützung bei Allergieneigung

Omega-3-Fettsäuren: ca. 1 g DHA/EPA pro Tag

Zink: 15 – 25 mg pro Tag

Vitamin D: 1500 bis 2000 IE pro Tag

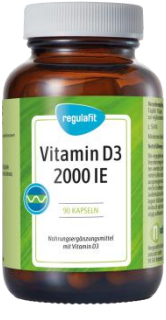
ɣ-Linolensäure: 500 – 2000 mg pro Tag

Empfehlung Zink-Check:

In Haaren und Fingernägeln wird Zink aufgrund des hohen Cysteingehaltes dieses Gewebes sehr gut gebunden und kann gut daraus analysiert werden, denn man erhält intrazelluläre Werte im Gegensatz zur Blutserum-Analytik, die praktisch nie ein Zinkdefizit definiert – kein Wunder, denn Zink ist zu mehr als 95 % intrazellulär gebunden.

TIPP: Bei Zinkdefiziten werden Schwermetalle wie As, Hg, Pb etc. vermehrt aus dem Darm via Zinkbindestellen (CRIP, DMT-1) aufgenommen!

Orthomolekulare Unterstützung bei Allergieneigung

Eigenmarke regulafit®: morgens **regulafit® Borretsch- oder Nachtkerzenöl** 2 Kapseln und **regulafit® Probiot** 2 Kapseln, mittags **regulafit ® Vitamin D 2000** 1 Kapsel und **Omega-3 forte** 2 Kapseln, vor dem Schlafen anfangs 6 Wochen ZINKOROT 25 mg Wörwag, danach **regulafit® Zink Histidin C** 1 Kapsel und **regulafit® Probiot** 2 Kapseln

Möchten Sie zusätzlich Aminosäuren im Produkt, bietet TORRE-Kooperationpartner Kyberg mit Aminoplus IMMUN ein gutes „all in one“- Produkt (die schwefelhaltigen Aminosäuren Methionin und Cystein sind zudem hervorragende Schwermetall-Komplexierer).