TORRE
Die natürlich-Apotheken

Kompetenzboard

Titel: Lichen ruber planus: Basen-, Enzym- und Mikrobiomtherapie

Fallnummer: 24

Datum: 13.11.2026

Anfrage:

Eine Patientin leidet an Lichen ruber planus und hat insbesondere starke Beschwerden im Mundbereich. Eine Therapie mit Prednisolon in Tablettenform sowie eine Mundspüllösung mit Lidocain brachten keine ausreichende Linderung.

Die Frage lautet, ob eine Säure-Basen-Therapie bzw. eine Enzymtherapie auch bei Autoimmunerkrankungen wirksam sein kann und welche unterstützenden Maßnahmen sinnvoll wären.

Antwort:

Hier die Antwort unseres pharmazeutischen Teams:

Lichen ruber planus (Knötchenflechte) betrifft häufiger Frauen (dreimal so häufig wie Männer) über 50 Jahre. Es werden Autoimmunprozesse vermutet, spezifische Antikörper sind jedoch nicht bekannt.

Ausschlussdiagnosen: Rheumatoide Arthritis (Rheumafaktoren, CCP-Antikörper),

? Hashimoto-Thyreoiditis (s. u.)Häufig auch Leberbeteiligung ? Leberwerte prüfen, Hepatitis-A/B/C-Antikörper bestimmen

Empfohlene Zusatzdiagnostik bei Verdacht auf Autoimmunprozesse:
? Vitamin-D-Wert (Zielwert 40–50 ng/ml = 100–125 nmol/L, nicht weniger)
? Eisenstatus: Hb, Ferritin (>50 ng/ml), Transferrinsättigung, CRP
? TSH und Hashimoto-Antikörper (TPO-AK, TG-AK)
? Omega-3-Fettsäure-Status (TORRE-eigene Bestimmung): 28 Fettsäuren, Verhältnis pro- zu antiinflammatorisch

? Da hier ein chronisches Geschehen vorliegt, gibt es keine „schnelle Lösung“, sondern nur eine langfristige Umstellung.

(A) Basis:
? Ernährung: kein Schweinefleisch, keine Erdnüsse (Arachidonsäurehaltig), viele natürliche Antioxidantien (Beeren, Aubergine, Karotten etc.)
? Orthomolekular: 1–2 g Omega-3 pro Tag (z. B. Norsan-Öl 8 ml/Tag oder 1–2 Stück regulafit® Omega-3 extra/vegan, je nach Fettsäurestatus, zum Essen)
? 2.000–4.000 I.E. Vitamin D/Tag, ggf. Loading je nach Blutwert, zum Essen
? 200 µg Natriumselenit (nüchtern) täglich
? 100 mg Ubichinol (zum Essen, als mitochondriales Antioxidans)

(B) Extra:
? 6 Wochen Basentherapie-Kur: morgens 2–2–0–0 Basencitrate Kapseln + abends 0–0–0–2 Basen Complex
? 1–2 × wöchentlich 45 Minuten Basenbad (Wanne)
? Abends Ölziehen: 10 ml kaltgepresstes Olivenöl 5 Minuten im Mund ziehen, dann ausspucken (lokale Entgiftung)

(C) Danach – 5 Monate mikrobiologische Therapie (Mikrobiota / Darmschleimhaut / Immunsystem):
? 2 Monate: Multispezies-Produkt, z. B. Probiot regulafit® 2×2 Kapseln oder Mucosa Kyberg 1×1 Tütchen täglich
? Danach 3 Monate: rotierend täglich Mucosa/Multispezies ? Mucozink Nutrimmun (Glutamin, Spurenelemente) ? Praelasan (lösliche Ballaststoffe) ? wieder Mucosa

Zur Enzymtherapie:
Der Nutzen einer Enzymtherapie bei Autoimmunerkrankungen ist fraglich. Vertreter von Mucos oder Dr. Münch befürworten sie zwar, jedoch existieren keine überzeugenden Untersuchungen oder Studien, insbesondere wenn kein gesicherter Autoimmunzusammenhang besteht. Die oben beschriebenen Maßnahmen sind bereits umfangreich und in der Praxis ausreichend.

Hinweis: Unsere Empfehlungen basieren auf bestem Wissen und Gewissen sowie auf den Inhalten der regulationspharmazeutischen Ausbildung bei TORRE. Sie dienen der Unterstützung Ihrer pharmazeutischen Beratung und ersetzen keine ärztliche Diagnose oder Therapie. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben keine Haftung für die Umsetzung übernehmen können.