



Erkrankungen der Haare und Nägel

mit Mitteln der Homöopathie und Naturheilkunde behandeln.

Hans-Peter Eppler

Homöopathie und Naturheilkunde, Prävention und Gesundheitsberatung

Weiterbildungsausschuss der Landesapothekerkammer Baden-Württemberg



Hautanhangsgebilde

- Erkrankungen der Haare und Nägel sind Hauterkrankungen

Auf den Nägeln brennen

- Unter den Nägeln brennen
- Ein Haar in der Suppe finden
- Haare auf den Zähnen haben
- An den eigenen Haare aus dem Sumpf ziehen
- Kein gutes Haar an jemanden lassen



Nagelwachstum

- 0,5 bis 1,2 mm pro Woche
- Mittelfinger meist etwas schneller
- Zehen eher 0,2 bis 0,5 mm pro Woche

- Schnelleres Wachstum bei Tag
- Im Sommer schneller als im Winter

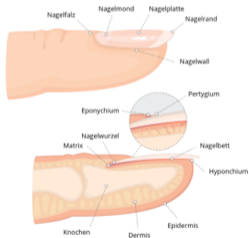
- Je „älter“, je langsamer



Externe Störungen

Interne Störungen

Anatomie der Fingernägel



Gesundheitswissen

Wie äußert sich ein Mangel auf den Nägeln?



Risse

Weiße Flecken

Brüchigkeit

Psoriasis



Onycholyse

Rillen

Beau-Linien

Fungus

Gesundheitswissen



Externe Faktoren

- Rauchen
- "Chemie": Farben, Chemikalien
 - "Spüli", Nagellackentferner
- Extreme Nagelbearbeitung
 - Nagelplatte zu stark gefeilt > zu dünn



Interne Faktoren

- Mangelzustände
 - B, C, Biotin, Folsäure, A (-,+)
 - Ca, Fe (Anämie)
- Stoffwechselstörungen, Erkrankungen
 - Schilddrüse (Erschöpfung, Schwitzen, Herzrasen, Gewicht, RR > Arzt)
 - Schuppenflechte (Psoriasis), 40 bis 50% der Patienten
 - Lebererkrankungen
- Infektionen
 - Nagelpilz
- Medikamente
 - Zytostatika



„Brüchige Nägel“

- Aufspaltung der Nagelplatte vom freien Rand her in übereinanderliegende, horizontal geschichtete Lamellen.
 - Vitamine
 - Eisen
 - Fehlernährung
 - Häufig mit Chemikalien in Kontakt

 - Schilddrüsenunterfunktion (selten)
- Längs, vertikales Brechen
 - Fehlernährung
 - Stoffwechselerkrankung
 - Knötchenflechte

 - Feine Längsrillen = Älterwerden 😊

Nagelpsoriasis





Nagelverfärbungen

- Dunkel
 - Haarfärbemittel
 - Nikotin
- Gelb
 - Schuppenflechte - Psoriasis
 - Onychomykose (Nagelpilz)
 - „Syndrom der gelben Nägel“
 - Atemwegserkrankungen
 - Langsames Wachstum

Nagelverfärbungen

- Weiß
 - Vereinzelt auftretende Streifen/Punkte harmlos (genetisch)
 - Auf mehreren Nägeln meist Mineralstoffmangel
- Blau
 - Sauerstoffmangel – Herz
- Milchglasnägel
 - Terry-Nägel
 - Gefäßveränderung im Nagelbett
 - Herzinsuffizienz, Diabetes (Blutzucker), Leberzirrhose, Colitis, Chemotherapie



Nebenwirkungen



- Weißliche, deformierte Nägel auch bei Blutdrucksenkern
- Betablocker (z.B. Metoprolol)
- ACE-Hemmer (z.B. Ramipril)
- AT1-Antagonisten (z.B. Candesartan)

Nagelverfärbungen

- Halb-halb-Nägel
- Lindsay-Nägel
 - Weißlich – körpernah
 - Rotbraun – körperfern
 - Chronische Niereninsuffizienz



Nagelpilz, Onychomykose

- Meist Fadenpilze (Dermatophyten), meist *Trichophyton rubrum*
 - Lassen sich Keratin schmecken
- Seltener Hefepilze und Schimmelpilze




Nagelpilzbehandlung

- Äußerlich
- Antimykotika
- (vgl. Antibiotika gegen Bakterien)
 - Lacke
 - Creme, Salbe, Gel


- Meist „chemisch“
- D.h. nicht automatisch schlecht!!





„Innerliche“ Therapien der Schulmedizin

- Das zurzeit wirksamste Antimykotikum zur oralen Behandlung ist Terbinafin
- Danach Itraconazol vor Fluconazol
- Deutsche Dermatologische Gesellschaft (DDG) kontinuierliche Gabe von 250 mg Terbinafin täglich über einen Zeitraum von drei bis vier Monaten.
- Bei Befall des Großzehennagels Terbinafin über sechs Monate
- Praxisalltag: initiale „Boosterung“ 250 mg Terbinafin pro Tag 1 (2) Woche(n), danach 1 x wöchentlich.
- In seltenen Fällen kann bei nicht ausreichendem Ansprechen die Terbinafin-Dosierung auf 2 x 250mg pro Woche erhöht werden.



„Innerliche“ Therapien der Schulmedizin

- Entscheidend für den Erfolg einer oralen Therapie der Nagelmykose ist in jedem Fall eine kontinuierlich durchgeführte, äußerliche Behandlung der befallenen Nägel.
- Die Therapiedauer beträgt bei Fingernägeln entsprechend in der Regel sechs Monate und bei Zehennägeln 12-18 Monate.
- Bis Nagel vollkommen unversehrt aussieht.

Künstliche Nägel

- Verstärkte Hygiene
- Höhere Belastung mit Pilzen und Bakterien



Lavendelöl Teebaumöl und Co.

- Bei vielen Untersuchungen sehr gut gegen verschiedene Pilzstämme wirksam.
- Ätherische Öle (ggs. Fette Öle)
- Pinene, Alpha-Pinen
- Myrte, Fichtennadel, Dill, Kümmel, Rosmarin, Terpentinöl

- Risiko: Allergie





Nachtkerzenöl - prima bei Neurodermitis und Co.

- Verstärkt die Barrierefunktion unserer Haut
- Entzündungshemmende Wirkung
- Besonders auffällig bei Neurodermitis zu beobachten

- Auch zur Nagelpflege

- Mit mindestens 10 % Lavendelöl mischen
- Eventuell Jojobaöl (Wachs, „Schutzwirkung“ bei starker Belastung)

Sinnvolle Auswahl:
„Miteinander“

Schulmedizin



Haar-Nagel
Erkrankungen

Naturheilkunde

Lebensweise

Sinnvolle Auswahl

Hormone
Antimykotika

The diagram features a central red circle labeled 'Haar-Nagel Erkrankungen'. To its left, a horizontal arrow points towards the circle, with the text 'Hormone' above it and 'Antimykotika' below it. To the right of the circle, two diagonal arrows point away from it. The upper arrow is labeled '„Bauarbeiter“', '„Material“', and '„Energie“'. The lower arrow is labeled 'Rauchen aufhören' and 'Ernährung'. The background is light green with a red arrow pointing right at the top left and some faint grey lines on the left side.

Haar-Nagel
Erkrankungen

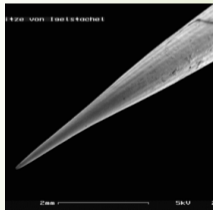
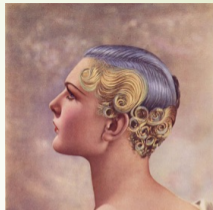
„Bauarbeiter“
„Material“
„Energie“

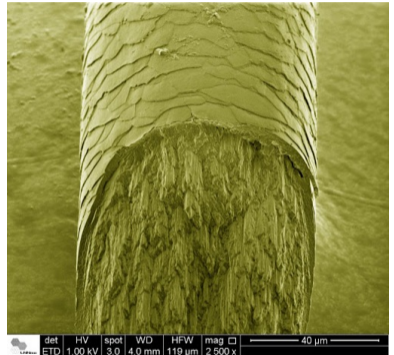
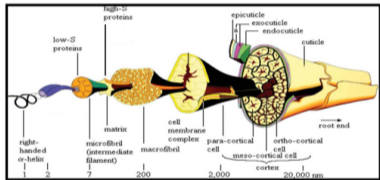
Rauchen
aufhören
Ernährung

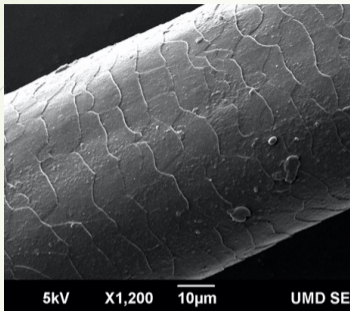
Keratine

- Faserproteine
- Hornsubstanz
- Finger-Zehennägel, Haare
- Krallen, Klauen, Hufe, Hörner, Igelstacheln, Schnäbel, Federn, Hornschuppen (Reptilien)

- Leonor Michaelis (1875-1949)
 - Thioglycolsäure (Dauerwelle)







Tannenzapfen

Baustelle

- Bauarbeiter
- Material
- Energie





Baustelle “Haar und Nagel“

- **Bauarbeiter**
 - **BIOCHEMIE** nach Schübler
 - **Homöopathie**
- **Material**
 - Mineralien, Vitamine
 - CYSTIN, BIOTIN
- **Energie**
 - Hormone, hormonartige Therapien



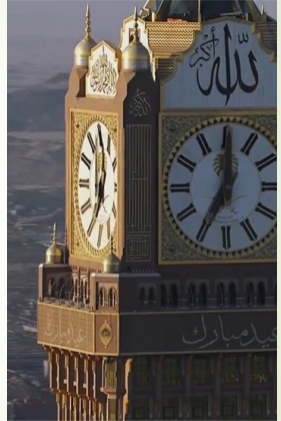
Antlitzdiagnostik

- Schüßler-Salze
- Enthalten die Mineralien in "homöopathischer" Dosierung
- D6 1 : 1.000.000
- D12 1 : 1.000.000.000.000
- Ausnahme: D3
 - 1 : 1000



Informations- vermittlung

- 1: 27.514.880 (Fläche)
- Zwischen D7 und D8
- Jaeger-LeCoultre Calibre 101
- Abraj Al Bait Towers

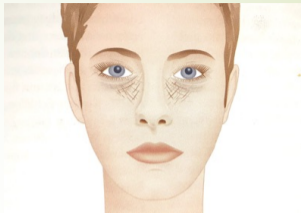


Calcium fluoratum Schüßler-Salz Nr. 1

- Calciumfluorid
- Schlafe Konstitution der elastischen Fasern
- Würfelfalten

- Schuppenflechte, Pilze

- Innere Unruhe



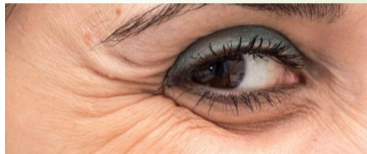
Silicea

Schüßler-Salz Nr. 11

- Kieselerde, Siliziumdioxid
- Falten, Krähenfüße
- „Vorzeitige“ Alterung
- Schwaches Bindegewebe
- Neigung zu blauen Flecken

- Haar-Nagel-Beschwerden

- Mangel an Selbstvertrauen
- Schnell zornig



Natrium chloratum

Schüßler-Salz Nr. 8

- Kochsalz
- Feuchtigkeitsregulierung
 - Zu trocken
 - Zu feucht
 - Undurchblutete Körperteile
- Psychisches Konstitutionsmittel
 - Kummer
 - Schicksalsschläge



Kalium phosphoricum Schüßler-Salz Nr. 5

- Kaliumphosphat
- Nerven
- Muskeln

- **Kreisrunder Haarausfall**

- Ängstlich
- Weinerlich
- Schreckhaft





Schüßler-Kuren individuell zusammenstellen

➤ Welche Salze passen zu mir?

➤ Eventuell reine Pulver als
Mischungen.

➤ Ferrum phosphoricum D 12 40 g

➤ Calcium fluoratum D12 40 g

➤ Silicea D12 40 g

➤ Kalium phosphoricum D6 40 g

➤ 3 x täglich 4 Messlöffelchen

Thallium bei Haarausfall



- 5 µg/l Bundesamt für Risikobewertung
- 5 µg Thallium/1.000.000.000 µg Wasser = homöopathisch (D8/D9)

- Thallium sulfuricum
- Thallium aceticum

- Früher kurzfristig D4
- Meist längere Zeit zwischen D6 und D12
- Bei unserem Thallium comp. Haben wir aus Sicherheitsgründen **D8** gewählt.



Baustelle “Haar und Nagel“

- Bauarbeit
 - BIOCHEMIE nach Schübler
 - Homöopathie
- **Material**
 - **Mineralien, Vitamine**
 - **CYSTIN, BIOTIN**
- Energie
 - Hormone, hormonartige Therapien



Baustelle “Haar und Nagel“

- Bauarbeit
 - BIOCHEMIE nach Schübler
 - Homöopathie
- **Material**
 - **Mineralien, Vitamine**
 - **CYSTIN, BIOTIN**
- Energie
 - Hormone, hormonartige Therapien

Biotin

2,5 bis 5 mg täglich

- Vitamin B7
- Vitamin H

- Genauer Bedarf ist bis heute unbekannt.
- Produktion durch Darmbakterien (evtl. mehr als durch Nahrung)
- Energiestoffwechsel
- Psyche und Nervensystem
- Haare, Haut, Schleimhäute





Biotin



- **Schützt nur bedingt vor Haarausfall** (schützt vor Abbrechen)
- Verbessert die Möglichkeit Proteine in Aminosäuren zu spalten, die wiederum zu Keratin umgewandelt werden
- Gesunde Haarfollikel werden vermehrt
- Elastizität, Haarkern
- Gegen trockene Haare

- Mangel bei „Magenschutz“, Antacida
- Morbus Crohn, Antibiotika, Antiepileptika



Cystin - Cystein

- 17% des Haarkeratins = Cystin
- Verbessert die Elastizität
- PRIORIN (?)
 - 2 mg L-Cystin/Kapsel
- Höhere Dosierungen sinnvoll
 - Gute Erfahrungen ca. 100 mg



Haarausfall



- ▶ 70 bis 100 Haare fallen pro Tag aus
- ▶ Alopezie, Alopecia
- ▶ Hypotrichose (reduzierte Haaranzahl)

- ▶ AGA Androgenetische Alopezie
 - ▶ 80% aller Männer
 - ▶ 50% der Frauen (nach der Menopause)
 - ▶ Aromatase-Hemmer



Baustelle “Haar und Nagel“

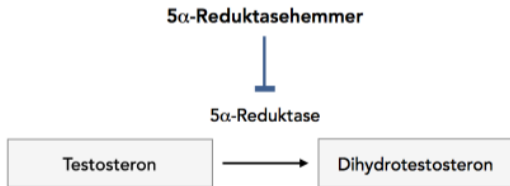
- Bauarbeiter
 - BIOCHEMIE nach Schübler
 - Homöopathie
- Material
 - Mineralien, Vitamine
 - CYSTIN, BIOTIN
- Energie
 - Hormone, hormonartige Therapien



Dihydrotestosteron (DHT)

- Testosteron (Prohormon)
 - Dihydrotestosteron
 - Estradiol
- Erblich bedingte Überempfindlichkeit der Haarfollikel gegen DHT
- Dreht an unserer Baustelle die Energie ab.

Eine hormonelle Möglichkeit





Energie durch Alfatradiol

- Hormonwirksame Haarwässer
- Alfatradiol ist ein Wirkstoff aus der Gruppe der
- 5alpha-Reduktasehemmer
- ein Stereoisomer des weiblichen Sexualhormons 17 β -Estradiol, das praktisch keine östrogenen Eigenschaften aufweist
- Häufige Nebenwirkungen durch die Hilfsstoffe




Cimicifuga-Tinktur

Tinktur aus Traubensilberkerze

- Die Wirkungen werden unter anderem auf die Bindung an Östrogenrezeptoren zurückgeführt.





Blutdrucksenker Lonolox 1982

- Erweiterung der Blutgefäße
- Bessere Nährstoffversorgung von Haarfollikeln
- **Nebenwirkung: Verstärktes Haarwachstum**



Minoxidil Regaine

- 2%ig bei Frauen
 - Verbesserung im Scheitelbereich
- 5%ig bei Männern (18 bis 49 Jahre) – anlagebedingte Glatzenbildung
 - Schwierig bei Geheimratsecken
 - Bei dunklen Haaren wohl besser wirksam, nicht zu spät beginnen
- Dauertherapie
- Zu Beginn meist Verschlechterung

Die Haut und ihre Anhangsgebilde sind ein Spiegel der Seele



Bachblüte: Crab Apple

- Die „Reinigungsblüte“ Holzapfel
- Oft fühlen sich Menschen mit Haar- und Nagelproblemen wie „schmutzig“ und „unordentlich“
- Häufiges Waschen, Duschen
- Mit Crab Apple findet man wieder das richtige Maß
- Richtige Relation zu Ordnung



Bachblüte: White Chestnut

- Weiße Kastanie
- Beendet "Teufelskreise" der Gedanken
- Raus aus dem Gedankenkarusell Haare!
- Ziel: **MEIN KOPF IST FREI UND KLAR!**



*Gar manche hat Haare auf den
Zähnen-
Dir aber wachsen wahrhaftige Strähnen.*

PROSIT
NEUJAHR!

