

lek. med. Krzysztof Blecha

Centrum Ziołolecznictwa Krzysztof Blecha

Leczenie atopowego zapalenia skóry – homeopatia czy ziołolecznictwo?

Atopowe zapalenie skóry (AZS) jest przewlekłą chorobą zapalną, która charakteryzuje się tworzeniem wykwitów i świądem. Jest ona bardzo trudna do leczenia choroba, zatem postępowanie terapeutyczne powinno być wielokierunkowe i łączyć leki naturalne, takie jak zioła i leki homeopatyczne, z lekami syntetycznymi.

AZS pojawia się najczęściej w pierwszych sześciu miesiącach życia, ale nie jest to regułą. Obraz atopowego zapalenia skóry zależy od wieku chorego, przykładowo u niemowląt są to intensywnie swędzące grudki i pęcherzyki, które pokrywają zmienioną rumieniowato skórę. Obserwujemy je najczęściej na policzkach, czole i głowie. W tak zwanej fazie dziecięcej AZS, która rozpoczyna się od ok. 2. roku życia i trwa aż do okresu dojrzewania, spotykamy zmiany w postaci grudek i blaszek zlokalizowanych wokół nadgarstków, stawów skokowych oraz na stopach, dłoniach, w zgięciach łokciowych i podkolanowych. U osób dorosłych zmiany lokalizują się nie tylko w fałdach zgięciowych, na twarzy i szyi, ale także na plecach i ramionach. Są to wówczas suche, łuszczące się grudki i blaszki na podłożu rumieniowym. U dzieci chorych na AZS zwiększa się ryzyko wystąpienia astmy alergicznej i kataru alergicznego.

Jak rozpoznać AZS?

Kryterium rozpoznania według Hanifina i Rajki stanowi obecność co najmniej trzech z czterech głównych cech choroby: świądu, typowej morfologii i lokalizacji zmian, przewlekłego i nawrotowego przebiegu oraz osobniczego bądź rodzinnego wywiadu atopowego¹. U chorych można stwierdzić również inne, mniej znaczące objawy choroby, które mogą być pomocne w postawieniu diagnozy, takie jak suchość skóry, rybia łuska, natychmiastowe reakcje skórne, nawrotowe zapalenia spojówek, świąd po spoceniu, nietolerancja pokarmów i wełny, rumień twarzy czy podwyższony poziom IgE.

Czynniki, które sprzyjają pojawieniu się alergii, to atopia u rodziców (tabela), ale także narażenie na kontakt z alergenami, których źródłem mogą być pyłki traw i drzew, roztocza lub zwierzęta domowe. AZS często ma swe przyczyny w alergenach pokarmowych, takich jak mleko krowie czy kurze jaja. Jego prawdopodobieństwo zwiększa stres, a także zakażenie gronkowcem złocistym. Osoby chore na AZS powinny unikać kontaktu z szorstkimi, zwłaszcza wełnianymi tkaninami. Pojawienie się atopowego zapalenia skóry może być także związane z uszkodzeniem płaszcza lipidowego skóry poprzez zbyt częste mycie dziecka. Czynnikiem, który znacząco zmniejsza prawdopodobieństwo wystąpienia AZS, jest karmienie piersią (co najmniej przez cztery miesiące).

Ryzyko wystąpienia alergii atopowej u dzieci w zależności od predyspozycji rodzinnych²

Choroby atopowe w rodzinie	Częstość alergii u potomstwa
Brak	10–15%
Jedno z rodziców chore	30–40%
Matka i ojciec chorzy	>60%

Od emolientów po olej z czarnuszki

Leczenie i pielęgnacja skóry w AZS najczęściej obejmuje zewnętrzne stosowanie emolientów. Działają one ochronnie, nawilżają i natłuszczają skórę. Czasami w terapii wykorzystuje się maści z glikokortykosteroidami (GKS), które mogą być stosowane również doustnie. Używa się leków immunomodulujących, przeciwhistaminowych czy immunosupresyjnych, a także antybiotyków działających miejscowo w przypadku infekcji. Coraz częściej prowadzi się także leczenie biologiczne. Zatem, jak widać, medycyna wytacza najcięższe działa ze swego arsenału. Dlaczego? Opisywane schorzenie jest trudne w leczeniu, co skłania do tego, aby w terapii AZS zastosować preparaty ziołowe i leki homeopatyczne. Surowcem roślinnym, który wykazuje potencjalne działanie terapeutyczne w przypadku AZS, jest na pewno olej z nasion czarnuszki siewnej. Zaleca się stosowanie oleju w hermetycznych kapsułkach, które zabezpieczają jego jakość. Olej z nasion czarnuszki siewnej powszechnie używany jest w przypadku chorób alergicznych, takich jak egzema skórna, katar alergiczny oraz astma oskrzelowa. Wykazuje on działanie

antyhistaminowe i przeciwzapalne. W jednym z badań przeprowadzonych na dzieciach dowiedziono skuteczności tegosurowca w leczeniu alergii. W grupie 112 pacjentów w wieku od 6 do 17 lat po okresie leczenia olejem istotnie poprawiały się kliniczne objawy choroby (u 80% dzieci z I i II grupy badanej zmniejszył się katar sienny, złagodzeniu ulegały też objawy astmy)³. Z osobistych doświadczeń autora wynikają podobne wnioski jak z wyżej zaprezentowanego badania. Zaobserwowano także, że ważna jest dawka surowca. W ostrym stanie można stosować nawet 3–4 razy dziennie cztery kapsułki po 0,5 g oleju. W przypadku AZS warto ponadto uzupełnić dietę o preparaty ziołowe, które utrudniają przenikanie antygenów przez barierę jelitową. W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza oprócz Alerbonu, czyli preparatu z olejem z czarnuszki w kapsułkach, stosujemy w takiej sytuacji mieszankę ziołową o następującym składzie:

- koszyczek rumianku – 30%,
- owoc kopru włoskiego – 15%,
- liść babki lancetowatej – 12,5%,
- nasiono czarnuszki – 12,5%,
- owoc kminku – 10%,
- liść melisy – 10%,
- owoc anyżu – 10%.

Napar z opisanej mieszanki hamuje stan zapalny toczący się w obrębie jelit, poprawia trawienie, a także łagodzi bóle brzucha i wzdęcia, co ma duże znaczenie w przypadku towarzyszących AZS dolegliwości, zwłaszcza u niemowląt. Nieszczelność jelit można zmniejszyć poprzez przywrócenie w nich prawidłowej flory bakteryjnej. Służą do tego preparaty, które zawierają w swoim składzie błonnik i bakterie probiotyczne. W naszym centrum ziołolecznictwa zalecamy Regulobon, w skład którego wchodzi błonnik z łupiny babki jajowatej oraz otrębów owsianych, a także inulina z korzenia cykorii. Zawiera on także siedem szczepów bakterii probiotycznych w postaci mikrokapsułkowanej.

Korzeń piwonii białej

Potencjalnie dobre efekty w leczeniu AZS można uzyskać, stosując korzeń piwonii białej. Jego efektywność potwierdziło badanie, w którym wykazano, że 1,8 g ekstraktu z tego korzenia działa podobnie jak 10 mg metotreksatu⁴. Zaletą surowca jest to, że jedynym ewentualnym działaniem niepożądanym są łagodne biegunki, które zanikają po zmniejszeniu dawki. W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza stosuje się preparat zawierający ekstrakt z korzenia piwonii białej standaryzowany na zawartość peoniflorinu, połączony z minerałami: żelazem, cynkiem, manganem, miedzią i selenem. Zalecany jest w przypadku AZS oraz innych schorzeń o podłożu autoimmunologicznym, takich jak reumatoidalne zapalenie stawów, łuszczyca, toczeń rumieniowaty czy choroba Hashimoto.

Preparaty do stosowania zewnętrznego

Zioła mogą być stosowane w terapii AZS także jako składniki preparatów do stosowania zewnętrznego. Jednym z takich produktów, wykorzystywanych w Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza, jest ziołowe mydło Boniderm o unikalnym składzie. Zawiera ono składniki ziołowe (wyciągi z tataraku, pokrzywy, rumianku, łośnianu i mydlnicy lekarskiej) oraz wersenian sodu (Na_2EDTA). Substancja ta znana jest bardziej z tego, że używa się jej w terapii chelatacyjnej.

W przypadku skóry w stanie zapalnym korzystny efekt mogą przynieść kosmetyki z dużą zawartością składników czynnych pochodzenia roślinnego. W Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza proponujemy wówczas przeciwzapalny krem Dermobon, w skład którego wchodzi: olej z pestek winogron, destylat oczarowy, ekstrakty z kwiatu nagietka, kwiatu rumianku, z ziela fiołka, z ziela krwawnika, z liścia babki lancetowatej oraz olejki eteryczne: lawendowy, geraniowy, szałwiowy i z drzewa herbacianego. Czasami stosujemy zamiennie krem propolisowo-ziołowy Apibon – zawierający ekstrakt z propolisu, ekstrakt z kwiatu nagietka oraz olejki cytronelowy i z drzewa herbacianego. Receptury te znakomicie sprawdzają się w stanach zapalnych. Należy pamiętać, że osoby chore na AZS są szczególnie narażone na alergeny, zatem przed użyciem każdego kosmetyku należy wykonać dla niego tzw. próbę uczuleniową (posmarować małą powierzchnię wewnętrznej strony przedramienia – jeśli w ciągu 48 godzin wystąpi w tym miejscu świąd i zaczerwienienie, nie należy stosować kremu).

Leczenie homeopatyczne

W terapii AZS pomocne jest również leczenie homeopatyczne. Stosuje się zarówno leki objawowe, jak i leki głębokiego działania, w zależności od zaawansowania procesu chorobowego. Jeżeli objawy mają charakter zmian rumieniowo-obrzękowych, najczęściej rozważa się trzysubstancje: pierwszą z nich jest Belladonna. Podajemy ją wtedy, kiedy pacjent ma połyskliwe, ciemno-czerwone zmiany, towarzyszy im lekki obrzęk oraz ostry, piekący ból, a skóra jest ciepła, swędząca i błyszcząca. Charakterystyczne dla Belladonny jest to,

ze dolegliwości ulegają złagodzeniu pod wpływem ciepła. Najczęściej stosuje się wówczas potencję 9CH 2–4 razy dziennie. *Apis mellifica* jest lekiem wykonanym z pszczoły miodnej, a więc obraz, który będzie leczył, przypomina użądlenie pszczoły. Skóra jest jasnoróżowa, nieco chropowata w dotyku, niczym skórka pomarańczy. Dolegliwości nasilają się pod wpływem ciepła, a łagodzą pod wpływem zimna. Jest to odmienna modalność do modalności Belladonna. Stosuje się potencję 9CH, choć niektórzy autorzy zalecają 15CH. *Urticaurens* to z kolei lek zrobiony z pokrzywy i tak też wygląda jego obraz – przypomina poparzenie pokrzywą. Towarzyszy mu silny świąd, pogorszenie następuje po zimnych okładach (w odróżnieniu do *Apis mellifica*).

Gdy zmiany są zaawansowane...

Przy leczeniu AZS zwykle mamy do czynienia ze zmianami zaawansowanymi, rzadko jest to tylko stadium rumienia. W takich sytuacjach dysponujemy kilkoma lekami, najczęściej jest to *Rhustoxicodendron*. Leczy on piekące, swędzące pęcherzyki wielkości główki od szpilki. Pokrywają one zaczerwienioną skórę, która piecze i swędzi. Płyn w pęcherzykach może mieć różne kolory, ale najczęściej jest przezroczysty. Dolegliwości, zwłaszcza świąd, nasilają się pod wpływem zimna, a zmniejszają pod wpływem ciepłych okładów. Świąd zmniejsza się także, gdy dziecko się drapie, ponieważ ogólną modalnością leku *Rhustoxicodendron* jest poprawa przez ruch. Zaleca się najczęściej potencję 9CH. W fazie pęcherzykowej AZS stosuje się także *Cantaris*. Przydatny jest, gdy pęcherzyki są większe i przypominają bąble. Chory odczuwa pieczenie i świąd. Samopoczucie poprawia się po zimnych okładach. Najczęściej stosuje się potencję 9CH dwa razy dziennie. Kolejnym lekiem fazy pęcherzykowej AZS jest *Crotontiglium*. Pęcherzyki zlewają się ze sobą i występują głównie w okolicach narządów płciowych, a także na skroniach, owłosionej skórze głowy i powiekach. W przypadku AZS dochodzi do sączenia się treści surowiczej, która często ulega zakażeniu i powstają zmiany rumieniowo-strupkowe. Najczęstszym lekiem stosowanym w tej fazie choroby jest *Graphites*. Wypryski mają jasnożółty kolor, ale mogą być także żółtobrazowe. Zmiany mają różną grubość, sączy się z nich żółty, gęsty płyn, który może przypominać miód. Zmiany często zlokalizowane są w zgięciach stawów, w pachwinach, między pośladkami, między palcami, a także za uszami. Silne swędzenie zwiększa się w nocy pod wpływem ciepła i mycia, poprawa następuje pod wpływem zimna. Stosuje się najczęściej potencję CH9 lub CH15. Nieco podobny obraz ma *Petroleum*. Przypomina *Graphites*, ale płyn jest bardziej wodnisty i tworzy żółte strupki, a świąd nasila się pod wpływem zimna i słabnie pod wpływem ciepła. Pacjenci odczuwają poprawę w miesiącach letnich. Zmiany rumieniowo-strupkowe mogą ulec zakażeniu. Stosujemy wtedy *Mezereum*. Lek ten pomocny jest w przypadku grubych, białawych lub brązowych strupków, które pokrywają płytkie owrzodzenia. Wydobywa się z nich żółta, ropna treść. Objawy świądu nasilają się w przypadku drapania, ciepła i przemywania tych zmian. Przynalności do owrzodzeń i swędzenia, które nasila się w cieple, np. w pościeli (9CH dwa razy dziennie), wykorzystuje się *Mercuriussolubilis*. Natomiast *Antimoniumcrudum* pomocny jest w sytuacji, gdy strupki są grube, żółtawe, zlokalizowane w obrębie twarzy, szczególnie w kącikach ust i oczu oraz na skórze nozdrzy. Świąd nasila się w nocy i w cieple.

Pacjenci w stanie przewlekłych zmian

Powyżej przedstawiono leki, które stosuje się w stanie ostrym AZS. Jednak najczęściej trafiający do lekarza pacjenci to osoby w stanie przewlekłych zmian, które mają mniejsze nasilenie. Dolegliwości obserwowane w tym okresie choroby charakteryzują się obecnością zmian łuszczących. W terapii wykorzystuje się wówczas sole arsenu. *Arsenicum album* leczy zmiany o charakterze rumieniowo-łuszczącym. Na skórze pojawia się wrażenie posypania jej mąką. Czasami jest ona pomarszczona, sucha, przypominająca pergamin. Zmiany mogą przypominać łuszczycę. Towarzyszy im świąd i pieczenie, które nasilają się w nocy, zwłaszcza między godziną 1.00 a 3.00. Dolegliwości stają się intensywniejsze także w czasie drapania oraz w zimnie, a ulegają złagodzeniu w cieple. Osoby typu *Arsenicum album* są generalnie osobami łatwo marznącymi. *Arsenicumjodatum* jeszcze bardziej przypomina łuszczycę. Na rumieniowato zmienionej skórze pojawiają się szerokie łuski. Skóra jest sucha i zimna. Świąd, w odróżnieniu od *Arsenicum album*, zmniejsza się pod wpływem zimna. Rzadziej stosuje się *Kalium arsenicosum*. Skóra jest wówczas sucha, towarzyszą temu pęknięcia w zgięciach łokciowych i kolanowych. Świąd nasila się w cieple i w trakcie rozbierania. Przy skórze pękającej należy rozważyć także *Septę*, zwłaszcza gdy pęknięcia czasami krwawią, a nie powoduje to dolegliwości bólowych. Zmiany zlokalizowane są w obrębie łokci i kolan. Jeżeli pęknięcia zlokalizowane są w obrębie naturalnych otworów ciała, należy brać pod uwagę również *Nitricumacidum*.

Leki głęboko działające

Leczenie homeopatyczne przedstawione powyżej to stosowanie leków o działaniu objawowym. Nie należy jednak zapominać, iż w przypadku leczenia chorób przewlekłych, do których bez wątpienia należy AZS, powinno się również zastosować leki głęboko działające. Jeżeli dolegliwości przebiegają z określonymi zaostrzeniami i remisjami, czyli znajdują się w obrębie skazy psorycznej, należy rozważać leki takie jak *Sulfurlycopodium*, *Natriummuriaticum*, *Sulfurjodatum* czy *Calcareacarbonica*. Jeżeli choroba przebiega jak w skazie sykotycznej, czyli jest przewlekła, bez ewidentnych zaostrzeń i remisji, rozważyć należy leki o nazwie *Sepia*, *Thuja*, *Silicea*, a także *Natriumsulfuricum*. Czasami w przypadku braku poprawy bądź gdy pacjent przestaje reagować na dobrze dobrany lek można zastosować *Tuberculinum*, *Medorrhinum* lub *Psorinum*. Bardzo częstym objawem w przypadku AZS jest świąd, zatem należy pamiętać o lekach, które ten świąd łagodzą. Do nich zalicza się *Staphysagria*, *Radium bromatum*, *Cistuscanadensis*, *Chamomilla* i *Manganumaceticum*. Dołączyć można również *Histaminum* lub częściej stosowany w ostatnim czasie *Poumonhistaminum*. Oba leki stosuje się w potencjach 15CH.

Leczenie homeopatyczne jest postępowaniem wymagającym dużej wiedzy i głębokich studiów, jest dalece bardziej skomplikowane niż leczenie ziołami czy farmakoterapia. Dlatego artykuł ten traktuję jako poglądowy, zwłaszcza w aspekcie leczenia homeopatycznego.

Atopowe zapalenie skóry to bardzo trudna do leczenia choroba, zatem postępowanie terapeutyczne powinno być wielokierunkowe. Należy łączyć leki naturalne, takie jak zioła i leki homeopatyczne, z lekami syntetycznymi. Nie można ograniczać się wyłącznie do leków syntetycznych, ponieważ byłoby to w większości przypadków jedynie leczenie objawowe. Postęp nauk medycznych ukazuje nam coraz nowsze odkrycia związane z AZS. Wielką rolę ma do odegrania w tej materii gastroenterologia, czyli nauka o chorobach układu pokarmowego. Jej odkrycia rzucają nowe światło na kolejne możliwe przyczyny tej choroby.

Bibliografia:

1. Wanat-Krzak M. i in., *Współistnienie i kolejność pojawiania się innych chorób alergicznych u dzieci chorych na atopowe zapalenie skóry*, „Postępy dermatologii i alergologii” XX(3)/2003, s. 136.
2. Kubicka-Kozik B. i in., *Obecność uczuleń i objawy alergii w rodzinach atopowych*, „Alergia Astma Immunologia” 12(1)/2007, s. 35.
3. Mańkowska D., Bylka W., *Nigellasativa L. – związki czynne, aktywność biologiczna*, „Herba Polonica” 55(1)/2009, s. 109.
4. He D., Dai S., *Anti-Inflammatory and immunomodulatory effects of Paeonia Lactiflora Pall., a Traditional Chinese Herbal Medicine*, *Frontiers in Pharmacology*” 2(10)/2011, s. 1.

Wybicia:

Kryterium rozpoznania AZS stanowi obecność co najmniej trzech z czterech głównych cech choroby: świądu, typowej morfologii i lokalizacji zmian, przewlekłego i nawrotowego przebiegu oraz osobniczego bądź rodzinnego wywiadu atopowego.

Leczenie i pielęgnacja skóry w AZS najczęściej obejmuje zewnętrzne stosowanie emolientów – działają one ochronnie, nawilżają i natłuszczają skórę.

W przypadku skóry w stanie zapalnym korzystny efekt mogą przynieść kosmetyki z dużą zawartością składników czynnych pochodzenia roślinnego.

Leczenie homeopatyczne jest postępowaniem wymagającym dużej wiedzy i głębokich studiów, jest dalece bardziej skomplikowane niż leczenie ziołami czy farmakoterapia.