Akne Inversa

Die Studie wurde von Sanatur GmbH, 78224 Singen initiiert und in enger Zusammenarbeit mit der Selbsthilfegruppe Akne inversa (www.akne-inversa.de) durchgeführt. Die wissenschaftliche und organisatorische Leitung übernahm Frau Heidi Haager-Bürkert, Diplom Oecotrophologin, die medizinische Leitung hatte Herr Anselm Eisenbach, Heilpraktiker in eigener Praxis.

Ziel: Durch diese Studie sollte herausgefunden werden, ob sich das Erscheinungsbild der Akne inversa durch den Verzehr von Spirulina platensis Hau, bzw. SpiruZink Hau (Zink Spirulina) mildern lässt. Zudem soll diese Studie Ansatzpunkte für weitere Untersuchungen zur Erforschung der Anke inversa liefern.

Beschreibung des Krankheitsbildes Auszug aus der Internetseite: www.akne-inversa.de

Akne inversa: „Umgangssprachlich lässt sich dieses Krankheitsbild folgendermaßen umschreiben:

Abszesse, Entzündungen (Beulen) unter den Achseln
Abszesse, Entzündungen (Beulen) in den Leisten
Abszesse, Entzündungen (Beulen) an der Brust
Abszesse, Entzündungen (Beulen) am Po

Trifft die Sache recht kurz, knapp und prägnant!

Akne inversa (Hidradinitis suppurativa, „Schweißdrüsenabszess“) ist eine chronische Erkrankung mit entzündlichen Knoten und Abszessen in den oben genannten Bereichen. Es kommt schubweise zu schmerzhaften, eitrigen Entzündungen mit Knotenbildungen und teilweisen Fistelgängen. Der Krankheitsverlauf ist unterschiedlich - einige haben nur in größeren Abständen spontan heilende, druckschmerzhaft Knoten. Bei anderen schreitet die Krankheit ständig fort, wobei sich größere entzündete Areale mit Fistelgängen und Vernarbungen bilden, die erhebliche Schmerzen und Bewegungseinschränkungen verursachen.“

Problemstellung: Akne inversa ist eine nach derzeitigen universitären Erkenntnissen, unheilbare Erkrankung. Die schulmedizinische Therapie besteht hauptsächlich in der operativen Entfernung der betroffenen Stellen. Aus naturheilkundlicher Sicht kann durch eine Ausleitung unter Berücksichtigung ganzheitlicher Aspekte, sowie durch die ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen eine Milderung der Erkrankung erreicht werden. In letzter Zeit wurden gute Ergebnisse durch die Einnahme von Spirulina platensis bekannt. Dies sollte durch eine Studie näher untersucht werden.

Studienaufbau: **Gruppe* 1:** Anzahl: 10 bis 20 Personen
Dosis: 1. – 12. Woche täglich 3 x 3 Tab.
Spirulina platensis (Sanatur) mit

		jeweils reichlich Wasser (à 300 ml) eingenommen
	Dauer:	12 Wochen (3 Monate)
Gruppe* 2:	Anzahl:	10 bis 20 Personen
	Dosis:	1. – 6. Woche täglich 2 x 2 Tab. SpiruZink (Sanatur)
		7. – 12. Woche, täglich 3 x 2 Tab. SpiruZink (Sanatur)
		jeweils mit reichlich Wasser (à 300 ml) eingenommen
	Dauer:	12 Wochen (3 Monate)

* Die Zusammenstellung der Gruppen wurde anhand der nachfolgenden Parameter vorgenommen, so dass die Verhältnisse der einzelnen Parameter in beiden Gruppen gleich waren.

Geschlecht:	Frauen : Männer
Altersstaffelung:	18 – 25, 26 – 40, 41 – 60, über 60
Betroffene Stellen:	Achselbereich, Leistenbereich,
Frequenz der Häufigkeit:	permanent, 1 – 3 Schübe pro Jahr
Weitere Faktoren:	Raucher : Nichtraucher

Kontrolle:

- Beschreibung des Anfangszustandes durch einen unabhängigen Heilpraktiker (HP)
- Ernährungsstatus wird durch Wochenprotokolle aufgenommen.
- Telefonische Betreuung der Testpersonen während der Testphase durch HP.
- Beurteilung der Veränderung durch unabhängigen HP am Ende der Testphase.

Die Studienteilnehmer wurden über die Internetseite der Selbsthilfegruppe „Akne inversa“ gewonnen.

Teilnehmerzahl:

Von 30 angemeldeten Probanden erschienen 18 zur Anfangsuntersuchung. Davon haben 15 Teilnehmer die Studie mit der Abschlussuntersuchung abgeschlossen. Die hohe Ausfallquote resultierte aus der Begrenzung der Untersuchungsorte auf Düsseldorf und Singen. Von Teilnehmern, die nicht aus diesen Einzugsgebieten stammten, wurde eine hohe Mobilität gefordert, die teilweise aus zeitlichen, mehrheitlich jedoch aus gesundheitlichen Gründen nicht erbracht werden konnte.

Die Teilnehmerzahl im Internet ist wesentlich größer. Durch diese leicht zugängliche und zeitlich wie örtlich nicht begrenzte Möglichkeit, standen 534 Fragebögen zur Verfügung - diese bildeten eine wichtige Grundlage, mehr über die Erkrankung Aknen inversa zu erfahren.

1. Geschlecht

**Ergebnis: ca. 80 % weiblich
ca. 20% männlich**

Nur 3 männliche Betroffene (16 %) hatten sich zur Studienteilnahme bereit erklärt. Dieser sehr geringe Anteil spiegelte sich auch an Hand der ausgefüllten Fragebögen auf der Internetseite „Akne inversa“ wieder. Von 534 ausgefüllten Fragebögen wurden ca. 20 % von männlichen und 80 % von weiblichen Betroffenen ausgefüllt.

Dies lässt vermuten, dass diese Erkrankung überwiegend bei Frauen auftritt. Abzuklären wäre jedoch, ob dieses Ergebnis durch die Wahl des Mediums (Internet) oder dem evtl. unterschiedlichen Umgang von Frauen und Männern mit der Krankheit (Mitteilungsverhalten) beeinflusst wurde.

2. Body-Mass-Index (BMI)

In der Lehre von den Maßverhältnissen des Körpers stellt der BMI (Body-Mass-Index) eine der genauesten Möglichkeiten dar, Rückschlüsse auf die Zusammensetzung des Körpers zu ziehen. Der BMI zeichnet sich durch die hohe Korrelation zum Gesamtkörperfett und der relativen Unabhängigkeit zur Körpergröße aus. Der BMI errechnet sich aus dem Körpergewicht in kg dividiert durch das Quadrat der Körpergröße in cm. Anhand des BMI kann eine Unterteilung in Untergewicht, leichtes Untergewicht, Normalgewicht, leichtes Übergewicht, Übergewicht (Adipositas) und extremes Übergewicht (starke Adipositas) vorgenommen werden. Bei den Teilnehmern konnte folgende Verteilung festgestellt werden:

BMI-Einteilung:	Studien-Teilnehmer:	Internet-Telnehmer:
extremes Übergewicht (ab BMI 40)	0 %	4 %
Übergewicht (BMI 30-39,9)	50 %	19 %

leichtes Übergewicht (BMI 25-29,9)	22 %	27 %
normales Gewicht (BMI 19-24,9)	22 %	45 %
leichtes Untergewicht (BMI 18-18,9)	6 %	3 %
Untergewicht (BMI 16-17,9)	0 %	1 %
extremes Untergewicht (BMI unter 16)	0 %	0 %
keine Angaben	0 %	1 %

Der hohe Anteil der Adipösen bei den Studien-Teilnehmern konnte durch die Auswertung der Fragebögen der Internet-Teilnehmer nicht bestätigt werden, wobei die Richtigkeit der Interneteintragungen nicht überprüft werden konnte. In beiden Gruppen war der Anteil der Untergewichtigen sehr gering.

4. Alter

Altersgruppen:	Studien-Teilnehmer:	Internet-Teilnehmer:
bis 20	0 %	5 %
21 bis 30 Jahre:	38,8 %	42 %
31 bis 40 Jahre:	33,3 %	38 %
41 bis 50 Jahre:	11,1 %	15 %
51 bis 60 Jahre:	11,1 %	1 %
über 60 Jahre:	5,5 %	0 %

Es war eine überproportionale Beteiligung der Altersgruppe zwischen 21 und 40 festzustellen. Dies könnte daran gelegen haben, dass die damals bundesweit einzige Informationsplattform über Akne inversa im Internet zu finden war. Dieses Medium wird überdurchschnittlich von dieser Altersgruppe genutzt. Diese Vermutung wurde auch durch das Auswertungsergebnis der Fragebögen der Internet-Teilnehmer gestützt.

5. Rauchverhalten

Rauchverhalten:	Studien-Teilnehmer:	Internet-Teilnehmer:
Nichtraucher (NR)	0 %	12 %
Raucher (R)	17 %	49 %
starke Raucher (R)	77 %	27 %
ehemalige Raucher (ehem. R)	6 %	6 %
ehemalige starke Raucher (ehem. SR)	0 %	5 %
keine Angaben	0 %	1 %

Auffallend war die signifikante Verteilung der Raucher und starken Raucher. Zwischen 76 und 94 % der Betroffenen rauchten!

6. Ernährung

Ernährungsmerkmal:	Studien-Teilnehmer:	Internet-Teilnehmer:
vegetarisch	3 %	3 %
vollwertig	9 %	6 %

normal	38 %	80 %
jodierte LM	31 %	0 %
ungesund	39 %	8 %
sonstiges	0 %	3 %

Der Anteil der Personen, die sich vegetarisch ernährten, war bei beiden Gruppen mit 3 % im Vergleich zur Gesamtbevölkerung mit 8 % gering. Der Anteil der Vollwertköstler widerspiegelte bei den Studien-Teilnehmern mit 9 % fast den Durchschnitt der Gesamtbevölkerung, der bei 10 % liegt. Ein Großteil ernährte sich normal. Auffallend ist der hohe Anteil ungesunder Ernährung bei den Studien-Teilnehmern. Der höhere Anteil der Nennungen bei ungesunder Ernährung und jodierten Lebensmitteln bei den Studien-Teilnehmern ergab sich aus der genaueren Befragung und der Möglichkeit der Mehrfachnennung. Beim Ausfüllen der Internet-Fragebögen war nur eine Wahlmöglichkeit gegeben.

Die meisten Studienteilnehmer ernährten sich mit normaler Mischkost oder/und ungesund. Jodierte Lebensmittel wurden nicht bewusst wahrgenommen, jedoch sollte dieser Lebensmittelgruppe mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden, da Jod die Erkrankung fördern bzw. unterstützen kann. Ein Verzicht oder zumindest eine Reduzierung der Jodzufuhr wurde empfohlen. Der hohe Anteil normaler und/oder ungesunder Ernährungsweise ließ eine geringe Sensibilisierung im Bereich Ernährung vermuten.

7. Trinkmenge

Von den Teilnehmern erreichten fast alle 2 l Flüssigkeitsaufnahme pro Tag. Zu beachten ist, dass alle Teilnehmer im Vorfeld der Studie über die Wichtigkeit der Trinkmenge und die Auswahl der Getränke informiert wurden. Es ist davon auszugehen, dass diese Informationen in positiver Weise im Trinkverhalten umgesetzt wurden.

12 Teilnehmer (67 %) erreichten die gewünschte Trinkmenge von mindestens 2 Litern pro Tag (ohne koffeinhaltige Getränke und Alkohol).

3 Teilnehmer erreichten diese Mindestmenge, wenn koffeinhaltige Getränke mitberechnet wurden.

3 Teilnehmer kamen nur auf eine Flüssigkeitsmenge von bis zu 1,5 l.

Bei den Internet-Teilnehmern war die Auswertung schwierig, da der Anteil der koffeinhaltigen, süßen und alkoholische Getränke mit in die Trinkmenge einbezogen wurde. Diese Getränke haben jedoch keinen positiven Einfluss und sollten nicht zur Trinkmenge gerechnet werden. Durch den hohen Anteil der koffeinhaltigen und gesüßten Getränke an der Gesamtmenge, war keine zuverlässige Bewertung möglich.

Gesamt-Trinkmenge pro Tag der Internet-Teilnehmer

unter 1 l:	23 %
1 bis 2 l:	44 %
über 2 l:	26 %
nicht auswertbar:	7 %

8. Hauttyp

Leichte Tendenz zu empfindlicher Haut, jedoch nicht signifikant. Keine Probleme mit Akne vulgaris. Nur vereinzelt fettige Haut und überwiegend normale bis starke Körperbehaarung. Auffallend ist der geringe Anteil der dunkelhäutigen und dunkelhaarigen Probanden.

Zudem war ein sanftes, geduldiges und nettes Wesen charakteristisch für die Betroffenen. Lohnend erscheint aus dieser Beobachtung die genauere Erfassung des Umgangs mit Stress und Konflikten (innere Aggressionsverarbeitung?).

Haut-Typ: Studien-Teilnehmer

empfindliche Haut	55,6 %
unempfindliche Haut	44,4 %

keine Akne vulgaris	39 %
schwache Akne vulgaris	17 %
starke Akne vulgaris	0 %
keine Angaben	44 %

trockene Haut	50 %
normale / Mischhaut	44 %
fettige Haut	11 %

normale Körperbehaarung	33 %
starke Körperbehaarung	33 %
schwache Körperbehaarung	11 %
keine Angaben	11 %

helle Haut	44 %
mittel	33 %
dunkle Haut	11 %
keine Angaben	11 %

9. Haarfarbe

hellblond	11 %
dunkelblond/hellbraun	44 %
braun, mittelbraun	28 %
rot	11 %
schwarz	6 %

trockenes Haar	22 %
normales Haar	33 %
fettiges Haar	44 %

10. Familienumfeld

Das Familienumfeld war unauffällig verteilt.

alleinlebend	33 %
Partnerschaft	44 %
Familie / Partnerschaft mit Kind	22 %

Akne inversa - betroffene Stellen und Häufigkeit

Die meisten Studienteilnehmer litten permanent, oder hatten mehr als 4 Schübe im Jahr.

Betroffene Stellen:

Achseln	15
Leiste	16
Schritt	10
Po/Steißbein	12
Brust	5
andere Stellen	6

Beschwerdenhäufigkeit:

permanente Beschwerden	12
mehr als 4 Schübe im Jahr	7
2-4 Schübe pro Jahr	1
1-2 Schübe pro Jahr	0
keine Angaben	1

Durch Spirulina konnten bei

61 % der Probanden deutliche Verbesserungen erzielt werden, bei
22 % wurde keine Veränderung erzielt
6 % der Beurteilung sind noch ausstehend

Besondere Beobachtungen:

Konstitutionstypen:

Dyskratisch	28 %	Lymphsystem, Blut
Lymphatisch	6 %	lymphatisches System
Lymphatisch-dyskratisch	33 %	
hämatogen – leicht dyskratisch	11 %	
hämatogen	22 %	Blut und blutbildende Organe

Schlussfolgerung

- aus ernährungsphysiologischer Sicht – Heidi Haager-Bürkert, Dipl. oec. troph. (FH):

Durch den täglichen Verzehr von Spirulina platensis Hau konnte die Ernährungssituation verbessert werden. Dies bewirkte bei 61 % der Studien-Teilnehmer eine Besserung der Beschwerden bei Akne inversa.

Spirulina platensis Hau gehört zu den nährstoffdichtesten Lebensmittel und enthält wichtige Nähr- und Wirkstoffe, wie z.B. vollwertiges Pflanzeneiweiß mit allen 8 essentiellen Aminosäuren, Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente und sekundäre Pflanzenstoffe in leicht verfügbarer Form. Dies macht deutlich, dass die Versorgung des Körpers mit leicht verfügbaren Nährstoffen, wie sie in Spirulina vorhanden sind, eine wichtige Voraussetzung für die Regulierung der Körperfunktionen ist.

Durch die vorliegende Studie konnten zudem wichtige Ansatzpunkte für weitere Untersuchungsansätze geliefert werden.

Der wichtigste Ansatzpunkt resultiert aus den Daten des Ernährungs- und Trinkverhaltens und der auffällig hohen Zahl der Raucher.

Hier liegt die Vermutung nahe, dass der Körper mit einer Vielzahl von Belastungen (Schwermetalle, Herbizide, Pestizide, Zusatzstoffe,...) fertig werden muss. Dieser Aufgabe kann er aber ohne ausreichender Flüssigkeitsmenge und einem kompletten Nährstoffspektrum nicht nachkommen.

Aus ernährungsphysiologischer Sicht ist der Verzehr von Spirulina platensis Hau zur Regulierung der Körperfunktionen sinnvoll.

- aus naturheilkundlicher Sicht – Anselm Eisenbach, HP

Nach Auswertung der Daten ergab sich:
eine Verbesserung der Acne inversa bei 61% der Probandinnen/en.

Wenn nun berücksichtigt wird, dass außer einem 3-monatigen Verzehr verschiedener Spirulina Hau Mikroalgen mit unterschiedlichen Konzentrationen des Spurenelements Zink, weder von meiner Seite aus - und auch soweit mir bekannt, keine anderen Therapien stattgefunden haben, - und auch die Betroffenen keine Veränderungen in ihren bisherigen Lebensgewohnheiten vornahmen, ist dieses Studienergebnis bezeichnend.

Sie bestätigt somit auch die Therapeutenumfrage aus dem Jahre 2001, wonach an erster Stelle die Entgiftung/Ausleitung, einhergehend mit einer deutlichen Erhöhung des Wohlbefindens und der Vitalität genannt wurden.

Signifikant im Ergebnis, die überproportionale Betroffenheit der dyskratisch-lymphatischen Konstitution einschließlich ihrer Mischformen.

Ist doch gerade die dyskratische Konstitution durch Zurückhaltung und Anhäufung der diversesten Stoffwechselzwischen- und Endprodukte, - also eine mangelnde Ausscheidung - gekennzeichnet.

Auf dem Boden des,
- der Dyskrasie typischen trägen Stoffwechsels, entwickeln sich ja dann chronische Erkrankungen, die mit langsamem und auch rapidem Verfall der Lebenskraft einhergehen.

Um dies nun zu verzögern, leitet der Organismus über beschriebene Fistelbildungen aus und die Acne inversa ist somit nichts anderes, als die Kompensation der weisen Natur und unseres schlauen Körpers, Schlimmeres zu verhindern, also:

Ableiten! Ausleiten! Umstimmen!