

חיזוק מבוקר של מערכת החיסון-

מחלות אוטואימוניות

1

עדו קרן- הרבליסט קליני (Cl.H)

קמפוס ברושים

שומרי הגן

ועד איגוד ההרבליסטים הקלינים של עיל"ם

כל הזכויות שמורות לעדו קרן

גורמים חיסוניים עיקריים המעורבים במחלות אוטואימוניות

- ▶ לימפוציטים מסוג T על מגוון סוגיהם כתאים אשר מתחילים את שרשרת התגובה האוטואימונית. 1
- ▶ קומפלקס החלבונים NFkB (גורם משרה דלקת). גורמים שנמצאו כמעלים את פעילותו בגוף: סטרס מתמשך, קרינה סלולרית, מתכות כבדות, רדיקלים חופשיים, קרינה אולטרה סגולית, LDL מחומצן ועוד. 1,2
- ▶ לימפוציטים מסוג T (באופן ספציפי תאי T רגולטורים) מפחיתי דלקת ותגובה חיסונית- מחסור בהם גורם לתגובה אוטואימונית. 3
- ▶ TNF α – ציטוקין המופרש מלימפוציטים ומקרופג'ים ומגרה תגובה חיסונית, כמות גבוה ממנו נקשרה למחלות אוטואימוניות. תרופות מסוימות נועדו לדכא אתו (יומירה) 4

השפעת צמחים על מערכת החיסון

- עיצוב NFkB (Withania, Tabebuia, Boswelvia, Ganoderma) 1,2
 - עיצוב TNF a (Atractylodis, Andrographis, Boswelvia) 2
 - הגברת פעילות של NK cells (Echinacea, Panax g.) 1
 - עידוד העלאת ספירה לבנה (Astragalus, Eluthrococcus, Panax g., Withania) 1
 - העלאת נוגדנים, הגברת הפרשת ציטוקינים, הגברת פעילות מקרופאג'ים ותאים דנדריטים, הפחתת איקוסנואידים במגוון דרכים ועוד (Astragalus, Ganoderma, Echinacea, Panax g. ועוד רבים) 1
 - הגברת פעילות של תאי T רגולטורים ו/או איזון היחס Th1=Th2 (Ganoderma, Panax g) 1
- וגם:
- ויסות רמות הקורטיזול בדם, העלאה או הורדה. (Glycyrrhiza, Withania, Panax g.) 1,2
 - הורדת רמת המתכות הכבדות בדם (Smilax, Trifolium, Laminaria) 2,5
 - הפחתת סטרס חמצוני (Gingko, Curcuma, Camelia, Panax g) 1,2
 - שיפור איכות השינה (Withania, Verbena, Valeriana, Humulus, Passiflora) 1,2
 - וגורמים נוספים עקיפים כגון טיפול עמידות לאינסולין, כולסטרול גבוה, דיכאון ועוד

המורכבות של מחלות אוטואימוניות

- ▶ לעיתים מציינים שמחלה אוטואימונית הינה פעילות יתר של מערכת החיסון, אך מידע זה אינו מדויק.
- ▶ ישנם גורמים במערכת החיסון שאכן פועלים ביתר אך גורמים אחרים שפעילותם חסרה, לכן נעדיף להתייחס למחלה אוטואימונית

כחוסר ויסות של מערכת החיסון, אשר נובע מחולשה.

- ▶ דוגמה מהיהדות- מרד בר כוכבא- אילו היינו רומאים, לא היינו אומרים על המרד, שהכוח הצבאי באימפריה פועל חזק מידי אלא להפך, היינו אומרים שהשלטון הצבאי איבד שליטה מה שמעיד על חולשתו ולכן כוחות מסוימים בשטח האימפריה פועלים נגדה.
- ▶ כלומר- מחלה אוטואימונית היא חולשה של מערכת החיסון.

גורמים למחלות אוטואימוניות

- ▶ הדעה הרווחת בעולם המדעי היא שאין סיבה ידועה להתפרצות של רוב המחלות האוטואימוניות.
- ▶ בקליניקה של המטפל ההוליסטי (הבוחן את כל תחומי החיים), נפוץ מאד לראות התפרצויות של מחלות כאלו בעקבות אירוע דרמטי בחיים, כגון: תאונה, גיוס הבן, הריון, לידה, גיל ההתבגרות, מעבר דירה, פרידה, טראומה נפשית או פיזית.
- ▶ וגם על רקע: עצירות, חשיפה מוגברת לרעלים, צריכה מוגברת של חומרים ממריצים ומיעוט מנוחה, חרדה ודיכאון ואפילו דיאטה קיצונית.

קשר הקורטיזול

- ▶ קורטיזול הינו הורמון חיוני לתפקוד היומיומי של האדם ושל חיות נוספות.
- ▶ אורח החיים המודרני מוביל ככל הנראה לדרישה וייצור מוגבר של קורטיזול
- ▶ לעיתים הגוף עומד בדרישה ולעיתים מתקשה, בשני המקרים צפויות להתפתח מחלות כרוניות ביניהם מחלות אוטואימוניות:
 - ▶ קורטיזול כמווסת חיסון
 - ▶ קורטיזול כמאפשר אדפטציה
- ▶ עודף קורטיזול כגורם מעודד דלקת עקיף- פגיעה ברירית הקיבה, הגברת חמצון, וירידת ויטמינים חיוניים בדם 1

"רעילות בדם"

- ▶ כבר לפני אלפי שנים רופאים רבים קישרו מחלות שהיום מכונות אוטואימוניות לעודף רעלים בדם ונתנו צמחים וצומות לניקוי על מנת להשיג ריפוי.
- ▶ חשוב לציין שהמושג "רעילות בדם" לקוח מהמסורת, ואותם "רעלים מסורתיים" אינם בהכרח רעלים (טוקסינים) ע"פ התפיסה המודרנית מדעית.
- ▶ היום ישנם מחקרים מעטים שמראים קשר בין כמות של רעלים מסוימים בדם לבין ביטוי של מחלות אוטואימוניות, כך למשל נמצא שהצמח Smilax מוריד רמות של רעלים מסוימים בדם וגם משפר תסמיני פסוריאזיס, ויחד עם זאת נמצא שלחולי פסוריאזיס כמות גבוהה של רעלים מסוימים בדם. 5
- ▶ אולם ברוב המחלות האוטואימוניות לא נמצא קשר ישיר לרעלן ספציפי.
- ▶ אנו רואים בקליניקה מקרים רבים של הטבה במחלות אוטואימוניות כתוצאה מעידוד מנגנוני הפינוי הטבעיים של הגוף, כגון הגברת יציאות, שתן והמרצת לימפה.
- ▶ לכן – ניקוי רעלים מסורתיים ומודרניים הנה אפשרות לאסטרטגיית טיפול ראשונה בטיפול בחולה האוטואימוני.

תיאור מקרה - פסוריאזיס: רקע

- ▶ בת 42 נשואה + 2 (13,10) מנהלת כוח אדם בחברה גדולה
- ▶ תלונה עיקרית- פסוריאזיס, מפושט על מרפקים, ברכיים, גב כף הרגל ואצבעות הרגליים, גב כף היד והאצבעות. אובחן לראשונה ב 2010 לטענתה התחיל כמה חודשים לאחר הלידה הראשונה אבל בהדרגה.
- ▶ הגיעה אלי לאחר שעברה שינוי תזונה נרחב ולקחה צמחים אלטרטיבים במשך 4-5 חודשים, היו תוצאות בחודש הראשון לנטילה ואז המצב נתקע. בין הצמחים שלקחה: Smilax, Rumex, Trifolium, Curcuma, Arctium, Iris, Cynara, Zingiber

תיאור מקרה - פסוריאזיס: טיפול

- ▶ מתשאול עולה כי בעבודה יש הרבה לחץ וכעס ומתוקף תפקידה אינה יכולה להביע את כעסה. כאשר מגיעה לביתה כעסה יוצא בעיקר על בן זוגה, מלווה ברגשות אשם וחשש לאבד את המשפחה
- ▶ מטרת הטיפול: ויסות מערכת החיסון על ידי השפעה על יותרת הכליה ומערכת העצבים.
- ▶ בהיבט המסורתי: ניקוז ברמה הרגשית (טיפול ביאנג עולה של הכבד ברובד הרגשי). ניקוי "רעלים" בהיבט המסורתי הוליסטי ולא בהיבט הביולוגי.

פורמולה

- Withania somnifera Radix 40% - אדפטוגן, מוסת מע. חיסון, מזין ומחזק מערכת עצבים, נוגד דלקת 1
- Verbena off. Herba 20% - מזין מערכת העצבים, מרגיע, משלשל עדין- מוריד יאנג הכבד. 1
- Stachis betonica Herba 20% - מרגיע, משלשל עדין, מוריד יאנג הכבד, מרפה פיזי ונפשי 6
- Glycyrrhiza glabra Radix 1:1 20% - אדפטוגן, מאזן את הפורמולה- (טעם ולחות בעיקר), נוגד דלקת. 1

תיאור מקרה- פסוריאזיס: סיכום

- ▶ המטופלת הקפידה על הנחיות התזונה שניתנו ועל נטילת הצמחים על פי ההנחיות. כמו גם, תרגול פיזי של הורדת לחץ.
 - ▶ לאחר כשבועיים החל שיפור בכל הנגעים.
 - ▶ לאחר כחודשיים וחצי הנגעים בקושי נראו והפריעו מעט מאוד למטופלת
 - ▶ טיפול של שבועיים נוספים בקרם פוטו-טוקסי בחשיפה מבוקרת לשמש בדרוג הביא להיעלמות של 100% מהנגעים.
- (90% קרם בסיס, Ruta oil 10% + צריכה מוגברת של צמחים מפחיתי נזקי קרינה)
- ▶ היום- שנתיים וחצי לאחר תחילת הטיפול, ללא זכר לנגעים, לצד שיפור משמעותי באיכות החיים ובזוגיות.

סיכום

תפקוד מערכת החיסון מושפע ממערכות רבות. בבואנו לטפל ולהשפיע על מערכת החיסון יש לקחת בחשבון איזון מערכות נוספות. טיפול באופן הזה יכול להיות יעיל במקרים של מחלות אוטואימוניות, זיהומים חוזרים, אלרגיות וכו'.

שאלות???

תודה רבה על ההקשבה

עדו קרן – הרבליסט קליני (Cl.H)

קמפוס ברושים, שומרי הגן, איגוד ההרבליסטים הקלינים של עיל"ם.

ikherbs@gmail.com 052-5013908

מקורות

1. http://www.naturopedia.com/search_res.asp?rld=238 נטורופדיה
2. <https://www.mskcc.org/cancer-care/diagnosis-treatment/symptom-management/integrative-medicine/herbs> סלואן קטרנינג
3. THOMAS A. WALDMANN, M.D.; R. MICHAEL BLAESE, M.D.; SAMUEL BRODER, M.D.; RANDALL S. KRAKAUER
4. <http://psoriasis.org.il/%D7%9E%D7%94%D7%99-%D7%A4%D7%A1%D7%95%D7%A8%D7%99%D7%90%D7%96%D7%99%D7%A1/> אגודת הפסוריאזיס הישראלית
5. Chevallier A. Encyclopedia of Medicinal Plants. New York, NY: DK Publishing 1996;268.
6. Jalilian N, et al., Phytother Res. 2013 Nov;27(11):1708-13.