



Foto: fotolia.de

Eine kurze Einführung in die Welt der Phytotherapie

«Deine Wiese soll deine Apotheke sein»

Der Begriff Phytotherapie taucht immer wieder auf, aber viele Leute erahnen nur, wie viel Wissen in dieser Therapiemethode steckt. Das ist schade, denn diese sehr alte Therapiemethode beinhaltet viel Erfahrung und überliefertes Wissen, die in Vergessenheit zu geraten drohen. Sehr zu Unrecht, denn die Phytotherapie konnte sich bereits über eine sehr lange Zeit behaupten.

Text: Tanja Stürm, dipl. Tierheilpraktikerin DPS

Die Phytotherapie bezeichnet eine Therapiemethode mit Pflanzen, Pflanzenteilen (Blüten, Blätter, Samen, Rinden, Wurzeln) und Pflanzenpräparaten. Der Name stammt aus dem Griechischen; «phyton» für Pflanze und «therapeia» für Pflege.

Die Phytotherapie als Therapiemethode ist eine der ältesten Heilverfahren überhaupt; bereits in der Antike wurde erfolgreich mit Pflanzen behandelt. Hippokrates

(460–377 v. Chr.) gab bereits Anleitungen zum Sammeln von Heilkräutern. Hildegard von Bingen (1098–1179) war eine sehr bekannte Pflanzenheilkundlerin. Paracelsus (1493–1541) beschäftigte sich sehr stark mit der Phytotherapie und prägte Sätze wie: «Ubi malum, ibi remedium.» Das bedeutet: «Wo die Krankheit ist, da ist das Heilmittel.» Ebenfalls auf die Phytotherapie bezieht sich der bekannte Satz: «Solum dosis fecit venenum» – «Nur die Dosis macht das Gift.»

Später ist es den beiden Pfarrern Sebastian Kneipp (1821–1897) und dem Kräuterpfarrer Johann Künzle



(1857–1945) zu verdanken, dass sie dieses Wissen einer so breiten Bevölkerungsschicht auf anschauliche Weise nahe brachten.

Früher waren die Kräuter oft die einzig verfügbare Medizin, sowohl für Mensch als auch für Tiere. Wissen wurde über Generationen weitergegeben und ergänzt. Doch mit dem Einzug der Chemie in die Medizin ging langsam der Glaube und das Wissen an die Heilkraft der Natur verloren. Heute zeigt sich ein wiederkehrendes Interesse an der Naturheilkunde und somit auch an der Phytotherapie. Die Wirksamkeit der Pflanzenstoffe lässt sich genau erklären und auch messen.

Methoden und Zubereitung

In der Phytotherapie werden die pflanzlichen Ausgangsstoffe als Drogen bezeichnet. Diese werden entweder frisch, als Tee (sogenannter Aufguss), Tinkturen, Extrakt, Pulver, Kapseln, Tropfen, Salben und Öle verarbeitet.

Infus: Wir nennen das im Alltag Tee; die getrockneten oder frischen Pflanzenteile werden mit heissem oder kochendem Wasser übergossen und nach einer bestimmten Zeit abgeseiht.



Dekokt: Hier werden die Pflanzenteile direkt im Wasser abgekocht und dann abgeseiht. Diese Verarbeitungsweise kommt vor allem bei Wurzeln und kieselensäurehaltigen Pflanzen zum Zuge.

Mazerat: Die Pflanzenteile werden mit kaltem Wasser aufgegossen und dann nach einer bestimmten Zeit abgeseiht. Man macht das bei Pflanzen, deren Schleimstoffe man nützen möchte, weil die Schleimstoffe hitzeempfindlich sind.

Mazerationsdekokt: Ist eine Mischform; zuerst wird die Pflanze mit kaltem Wasser aufgegossen, stehen gelassen und dann noch ausgekocht.

Tinktur: Ist ein alkoholischer Auszug.

Urtinktur: Die Urtinktur, ebenfalls ein alkoholischer Auszug, ist die Grundlage des Ausgangsstoffes für jedes homöopathische Mittel und damit sozusagen das Bindeglied zwischen Phytotherapie und Homöopathie.

Ölauszug: Der Auszug kann sowohl warm (bis 70°C) als auch kalt durchgeführt werden. Genutzt wird das für äusserliche Anwendungen oder zur Salbenherstellung.

Salbe: Pflanzenextrakte werden auch zur Salbenherstellung gebraucht. Bienenwachs ist zum Beispiel ein natürlicher Grundstoff für Salben. Einen Emulgator braucht man dann für die Salben, wenn verschiedene Phasen (z. B. wässrige und alkoholische Auszüge, Ölauszüge) kombiniert werden, damit sich alles gut mischen lässt.

Gel: Werden mit wässrigen und verdünnten alkoholischen Extrakten hergestellt, unter Beimischung von Gelbildnern.

In der Phytotherapie wird ein einzelner Arzneistoff nicht isoliert; es sind immer Stoffgemische, die wirken. Deshalb ist es auch möglich, dass ein Phytopharmakon verschiedene Wirkungen haben kann und folglich bei verschiedenen Krankheitsbildern angewendet wird. Als Naturprodukt unterliegen die wirksamen Inhaltsstoffe natürlichen Schwankungen, die durch den Standort der Pflanze, das Klima, den Erntezeitpunkt und den Verarbeitungsprozess beeinflusst werden. Um ein immer gleiches Arzneimittel zu erhalten, müssen die Ausgangsstoffe und Verarbeitungsmethoden standardisiert werden. Im Unterschied zur Phytotherapie isoliert die Pharmakologie den Wirkstoff zum isolierten Arzneistoff und versucht, ihn auch künstlich nachzubilden und ihn dann eventuell auch zu verändern, um seine Wirkung zu verbessern oder Nebenwirkungen zu verhindern.

Die moderne Pflanzenheilkunde folgt den Grundsätzen der Naturwissenschaften und beinhaltet auch die Dosis-Wirkungs-Beziehung und definiert auch ähnliche Krankheitsbilder wie die Schulmedizin. Hier unterscheidet sie sich beispielsweise deutlich von der Homöopathie.

Paracelsus beschäftigte sich sehr stark mit der Phytotherapie und prägte Sätze wie: «Ubi malum, ibi remedium.» – «Wo die Krankheit ist, da ist das Heilmittel.»

Illustration: Wikipedia

In der Phytotherapie werden die pflanzlichen Ausgangsstoffe als Drogen bezeichnet.

Foto: fotolia.de



Die Urtingtur ist die Grundlage des Ausgangstoffes für jedes homöopathische Mittel. Foto: fotolia.de

Pflanzliche Inhaltsstoffe

Die pflanzlichen Inhaltsstoffe lassen sich in folgenden Gruppen zusammenfassen:

- Ätherische Öle
- Alkaloide
- Glykoside
- Anthracenderivate
- Bitterstoffe
- Polysaccharide (Schleimstoffe)
- Anorganische Stoffe
- Hormone und hormonartige Stoffe
- Vitamine

Wichtige bekannte pflanzliche Mittel

Die wahrscheinlich bekanntesten Mittel, die heute in verarbeiteter und veränderter Form in der Pharmazie eine wichtige Rolle gespielt haben, sind Opium, Aspirin, Digitalis und Chinin.

Günstige Therapiemethode

Weltweit hat die Phytotherapie einen sehr wichtigen Stellenwert, gerade weil sie im Vergleich zu anderen Medikamenten sehr kostengünstig ist.



Tanja Stürm hat nach der Matura und vier Semestern Medizin die Ausbildung zur Heilpraktikerin und anschliessend zur Tierheilpraktikerin absolviert. Als Homöopathin hat sie sich auf Tiere spezialisiert und arbeitet seit mehr als sechs Jahren selbständig in ihrer Tierheilpraxis in Bischofszell TG. Ihr Therapie-schwerpunkt ist die klassische Homöopathie. Einen sehr wichtigen Stellenwert in ihrem Praxisalltag hat die Beratung über Haltung, Erziehung und Fütterung. Zum Thema «artgerechte Hundefütterung» hat sie einen Ratgeber geschrieben.
www.tierheilpraktikerin.ch

Die Weltgesundheitsorganisation schätzt zum Beispiel, dass 80 Prozent der Weltbevölkerung die Pflanzenheilkunde für medizinische Behandlungen nutzt. Weil bei uns der Prozentsatz mit Sicherheit nicht so hoch ist, lässt sich klar erkennen, wie wichtig die Phytotherapie in anderen Kulturen ist. Altes Wissen um die Pflanzenheilkunde wird in anderen Ländern aktiv weitergegeben, ganz frei von Glaubensgrundsätzen und Weltanschauungen. An vielen

Orten ist es schlicht auch die einzige therapeutische Möglichkeit.

Auch bei Hund und Katze anwendbar

Eng daran gekuppelt ist natürlich auch die Verwendung der Phytotherapeutika im Veterinärbereich. Gerade bei Tieren lassen sich viele Präparate gut unter das Futter mischen, beim Hund ist das in der Regel ein leichteres Unterfangen als bei Katzen. Je nach Mittel aber müssen auch beim Hund gewisse Tricks angewendet werden, um ihn zu überlisten, die heilende Medizin zu sich zu nehmen. Welches der beste Weg ist, muss bei jedem Tier individuell herausgefunden werden.

Prinzipiell werden in der Human- wie in der Tiermedizin die gleichen Pflanzen bei den gleichen Anwendungsspektren angewendet, wobei es natürlich immer artspezifische Ausnahmen gibt.

Grundsätzlich kann mit Pflanzen sehr schön begleitend therapiert werden, gerade wenn es nicht sehr gravierende Krankheitszustände sind. Für Akutbehandlungen eignet sich die Phytotherapie nicht, lediglich bei milden Krankheitsverläufen im Akutstadium. Gerade bei chronischen Problemen oder länger anhaltenden Symptomen aber kommt die Pflanzentherapie zum Zuge.

Therapiedauer

Meistens tritt die Wirkung erst nach längerer Eingabe ein; deshalb spricht man oft von einer sanften Medizin, was aber nicht über die Tatsache hinweg täuschen darf, dass bei falschem Einsatz oder falscher Dosierung sehr wohl starke, unerwünschte Nebenwirkungen auftreten können.

Auch hier soll man sich nochmals den Satz von Paracelsus in Erinnerung rufen, der eigentlich nicht nur bezüglich der Phytotherapie seine Richtigkeit hat, sondern bei sehr vielem im Leben gilt: **«Solum dosis fecit venenum»** – **«Nur die Dosis macht das Gift.»**
«All Ding' sind Gift und nichts ohne Gift, allein die Dosis macht, dass ein Ding kein Gift ist» – *Wie so oft im Leben ist vieles eine Frage des Masses.* 🐾

Die richtige Medikation für den Hund. Tipps für den Hundebesitzer: Welche Pflanzen wann zum Einsatz kommen, was wann nicht verfüttert werden darf und Infos über die Pflanzen erfahren Sie in der nächsten Ausgabe.