

Seminar für Integrative Phytotherapie
Pressemitteilung vom 08.08.2007 20:21:18

Phytotherapie: Wann sind pflanzliche Heilmittel sinnvoll?

Heilmittel aus Pflanzen sind im Trend. Die Nachfrage steigt und wir werden überschwemmt mit Informationen und Empfehlungen zu diesem Thema. Gleichzeitig gibt es aber immer noch Ärztinnen und Ärzte, die den Heilpflanzen jede Wirksamkeit absprechen. Für sie kommen nur synthetische Arzneimittel in Frage. Es gibt jedoch viele Anwendungsbereiche, in denen pflanzliche Heilmittel sehr sinnvoll sind. Um welche Bereiche handelt es sich und was ist dabei zu beachten?

(News4Press.com) Fünf unterschiedliche Gebiete sind es hauptsächlich, in denen Phytotherapie – die Anwendung pflanzlicher Heilmittel – empfehlenswert ist:

1. Als Alternative zu chemisch-synthetischen Präparaten.

Bei vielen Beschwerdebildern stehen sowohl chemisch-synthetische als auch pflanzliche Arzneimittel mit ähnlicher Wirksamkeit zur Verfügung. Ein Beispiel dafür sind Johanniskraut-Präparate bei leichten und mittleren Depressionen. Eine ganze Reihe von Studien belegt, dass sie den synthetischen Antidepressiva ebenbürtig sind. In solchen Fällen besteht eine Wahlmöglichkeit. Weil die pflanzliche Variante weniger unerwünschte Nebenwirkungen zeigt, ist es in solchen Fällen oft sehr vernünftig, sie vorzuziehen.

2. Bei „Befindlichkeitsstörungen“

Ein grosser Teil der Beschwerden sind zwar lästig, beeinträchtigen vorübergehend die Lebensqualität und sind trotzdem nicht als echte Krankheiten zu bezeichnen. Leichte Nervosität, eine temporäre, geringfügige Magenverstimmung oder gelegentliche Einschlafschwierigkeiten – solche Störungen brauchen keine „harten“ Behandlungen mit chemisch-synthetischen Medikamenten. Pflanzliche Heilmittel können hier mit ihrer meist sanften Wirkung gut Abhilfe schaffen – und das mit geringerem Risiko.

3. Im Frühstadium von Erkrankungen

Bei den ersten Symptomen einer Erkrankung angewendet, können pflanzliche Arzneimittel so wirksam sein, dass die Krankheit gar nicht voll ausbricht. Das lässt sich beispielsweise beobachten, wenn Sie bei den ersten Anzeichen einer Erkältung ein warmes Kräuterbad nehmen. Aber auch manche leichtere Blasenentzündung lässt sich mit pflanzlichen Mitteln im Anfangsstadium noch kupieren.

4. Wenn keine Alternative verfügbar ist

In gewissen Bereichen gibt es gar keine chemisch-synthetischen Medikamente. Beispiele dafür sind die Leberschutzwirkung des Wirkstoffs Silymarin aus der Mariendistel, die Verbesserung der Stressbewältigung durch Ginseng oder die Anregung des Immunsystems durch Sonnenhut (Echinacea) oder Umckaloabo.

5. Ergänzend zu chemisch-synthetischen oder anderen Therapien

Die Wirkung pflanzlicher Heilmittel stösst in manchen Fällen an Grenzen. Für viele schwere, ernsthafte oder gar lebensbedrohliche Krankheiten reichen sie allein nicht aus. Hier wäre es unverantwortlich, auf chemisch-synthetische Arzneimittel zu verzichten. Oft eignen sich in solchen Fällen aber Heilmittel der Phytotherapie als begleitende Behandlung. Sie können dann genutzt werden zur Wirkungsverstärkung der Medikamente, zur Verminderung unerwünschter Wirkungen oder zur Verbesserung von Wohlbefinden und Lebensqualität. So bringt beispielsweise die Anwendung von Heilpflanzen gegen Tumore nicht den durchschlagenden Erfolg, der in solchen Situationen eben nötig wäre. Mit Heilpflanzen lassen sich aber zahlreiche unerwünschte Nebenwirkungen von Chemo- oder Strahlentherapien lindern. Das kann ein nicht zu unterschätzender

Gewinn an Lebensqualität sein.

So lässt sich also mit Fug und Recht behaupten, dass pflanzliche Heilmittel einen wichtigen Platz einnehmen in der Behandlung unterschiedlichster Leiden. Zu beachten ist allerdings, dass es ganz unterschiedliche Zubereitungen aus Pflanzen gibt, die als Heilmittel angepriesen werden. Phytotherapeutika müssen grundsätzlich die gleichen Kriterien erfüllen wie die chemisch-synthetischen Medikamente. Das heisst: Ihre Wirksamkeit muss in kontrollierten Studien an Patienten belegt werden. Das ist nötig, weil bei der Anwendung eines Heilmittels sonst nie geklärt werden kann, ob der Organismus auch von selber wieder gesund geworden wäre (der grösste Teil aller Beschwerden und Krankheiten heilt „von selbst“) und wie gross der (immer mitspielende) Placebo-Effekt ist. So fehlen beispielsweise erfolgreiche kontrollierte Studien bisher für Bachblüten und Spagyrik. Beide Methoden gewinnen ihre Heilmittel auch aus Pflanzen und finden Menschen, die überzeugt sind von ihrer Wirkung. Die Frage, wie weit es sich dabei um einen Placebo-Effekt, um ein Selbstheilungsphänomen oder um eine spezifische Wirkung des Präparates handelt, bleibt dabei offen. Es ist wichtig, solche Differenzierungen zu machen und nicht alles in einen Topf zu werfen, was pflanzlicher Herkunft ist.

Martin Koradi, Dozent für Phytotherapie
Seminar für Integrative Phytotherapie
Winterthur

Wer sich fundiert mit verschiedenen Anwendungsformen pflanzlicher Heilmittel auseinandersetzen möchte, findet dazu auf www.phytotherapie-seminare.ch ein vielfältiges Angebot an Ausbildungen, Kursen und Exkursionen für Laien oder Personen aus Gesundheitsberufen, sowie ein Heilpflanzen-Infoportal und eine grosse Bildergalerie.

Seminar für Integrative Phytotherapie
Martin Koradi
Loorstrasse 16
8400 Winterthur
Tel:052 202 20 29
www.phytotherapie-seminare.ch