

Jeremy Ross

Klinische Materia Medica

120 westliche Arzneipflanzen
in der Chinesischen Medizin

2. Auflage

Mit einem Geleitwort von Andreas Höll
Aus dem Englischen übersetzt von Regine McKenzie



Zuschriften, Verbesserungsvorschläge und Kritik

Verlag Systemische Medizin AG
Müllerstraße 7 – 93444 Bad Kötzing
info@verlag-systemische-medizin.de

Wichtiger Hinweis für den Leser

Durch Forschung und klinische Erfahrungen unterliegen die Erkenntnisse in Medizin und Naturwissenschaften einem beständigen Wandel. Der Autor hat sorgfältig geprüft, dass die in diesem Werk getroffenen therapierelevanten Aussagen und Angaben dem derzeitigen Wissensstand entsprechen. Hierdurch wird der Leser dieses Werkes jedoch nicht von der Verpflichtung entbunden, ggf. auch anhand anderer Werke zu diesem Thema zu prüfen, ob die dort getroffenen Aussagen und Angaben von denen in diesem Werk abweichen. Der Leser trifft seine Therapieentscheidung in eigener Verantwortung. Ggf. erwähnte Produktnamen sind geschützte Marken oder eingetragene Markenzeichen der jeweiligen Eigentümer, Unternehmen oder Organisationen, auch wenn sie im Einzelnen nicht ausdrücklich als solche gekennzeichnet wurden.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

2. Auflage 2018

© 2019 Verlag Systemische Medizin AG, D-93444 Bad Kötzing

Das Werk ist, einschließlich aller seiner Teile, urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der durch das Urheberrechtsgesetz gesetzten Grenzen ist ohne ausdrückliche und schriftliche Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in digitalen On- und Offlinemedien bzw. -systemen.

Deutsche Übersetzung: Regine McKenzie, Mountlake Terrace, U.S.A.

Planung: Rolf Lenzen, Bad Kötzing

Redaktion, Lektorat und Projektmanagement: Theresa Fischer, Rolf Lenzen, Bad Kötzing

Illustrationen: Inken Töpffer

Satz und Herstellung: publishing support, München

Druck und Bindung: Strauss GmbH, Mörlenbach

Titelfoto: © agephotography, www.fotalia.com

ISBN 978-3-86401-031-6

Aktuelle Informationen finden Sie im Internet unter www.verlag-systemische-medizin.de

Inhalt

Geleitwort	VII
Teil I Einleitung	1
Zum Gebrauch des Buchs	3
Arzneikombinationen – Prinzipien und Praxis	8
Dosierung und Verabreichung	10
Sicherheit	14
Teil II Materia Medica	
120 Monographien von A–Z	17
Teil III Arzneigruppenvergleiche	413
Adstringierende Arzneimittel	415
Alterative Arzneimittel	416
Antiasthmatische Arzneimittel	417
Antidepressive Arzneimittel	419
Antikatarthalsche Arzneimittel	420
Antimikrobielle Arzneimittel	422
Aromatische Arzneimittel	425
Arzneimittel mit Isochinolin-Alkaloiden	427
Bittere Arzneimittel	429
Bittere, beruhigende Arzneimittel	430
Blut-Tonika	432
Herzregulierende Arzneimittel	433
Kreislaufanregende Arzneimittel	434
Laxierende und purgierende Arzneimittel	436
Nervenstärkende Arzneimittel	437
Süße Tonika	439
Uterusregulierende Arzneimittel	440
Teil IV Anhang	443
Quellen- und Siglenverzeichnis	445
Literaturverweise	447
Glossar	516
Terminologie für chinesische Organe und Syndrome	520
Arzneimittel für chinesische Syndrome	523
Arzneieigenschaften	554
Arzneinamen	559
Arznei-Indices	
Deutsch – Botanischer Name	566
Botanischer Name – Familie	569
Familie – Botanischer Name	571
Pharmazeutischer Name – Deutsch	573
Botanischer Name – Pinyin	578
Pinyin – Botanischer Name	580
Westliche Indikationen – Arznei(paare)	582
Arznei(paare) – Westliche Indikationen	###
Über den Autor	###
Danksagung	###

Achillea

Deutscher Name Schafgarbe
Botanischer Name *Achillea millefolium* L., s. l.

Pharmazeutischer Name *Achilleae millefolii herba cum flore* (Millefolii herba cum flore)

Verwendete Pflanzenteile Pflanze mit Blüten

Chinesische Medizin *Yáng Shī Cǎo* (洋薯草), der oberirdische Teil von *Achillea* wird in der Chinesischen Medizin kaum verwendet.

Familie Korbblütler (Asteraceae, Compositae)

Kurzportrait Eine aromatisch riechende mehrjährige Pflanze mit aufrechten, normalerweise unverzweigten Stängeln. Sie wird 20–100 Zentimeter hoch und bildet Ausläufer. Die federartigen Blätter sind lanzettlich und doppelt bis dreifach gefiedert. Kleine weiße oder manchmal auch rosafarbene Blüten sitzen auf dichten flachen Blütenständen. *Achillea* ist in der nördlichen Hemisphäre heimisch und wächst dort auf Grasflächen, an Wegrändern und Wiesen. Sie bevorzugt gut durchlässige Böden.

Hinweise Bei *Achillea millefolium* handelt es sich um eine ganze Gruppe von kaum unterscheidbaren Spezies und Subspezies, die sich durch Polyploidie entwickelt haben (Veränderung der Chromosomenzahl).² Bei verschiedener Chromosomenzahl weisen die Unterarten von *Achillea millefolium* häufig beträchtliche Unterschiede in ihrer chemischen Zusammensetzung auf, wodurch dann wieder Unterschiede in der Temperatur, Wirkung und Anwendung auftreten können.¹

Eigenschaften

Temperatur warm–kühl

Geschmack scharf, bitter, aromatisch, adstringierend

Organe Lunge, Milz, Herz, Uterus

Traditionelle Anwendung im Westen

Dioskurides (1. Jh. n. Chr.)³

- Die Blätter zerstoßen und auf eine frische Wunde auflegen, um diese zu schließen und zu



heilen, von Hitze und Entzündung zu befreien und um das Blut zum Gerinnen zu bringen

- Das Arzneimittel mit Wolle zum Zäpfchen rollen und in die Scheide einführen, um übermäßige Monatsblutungen zu verringern
- Die Blätter in einem Dekokt aufbereiten, um damit Dysenterie zu behandeln

Lyle (1897)⁴

- Achillea* fördert den Appetit und tonisiert die Verdauungsorgane.
- Es ist ein gutes Allzweck-Tonikum für den Körper.
- Im Kaltmazerat zubereitet wirkt es als Tonikum für Fieberpatienten in der Genesungsphase, bei nervöser Entkräftung sowie bei Lungentuberkulose und nächtlichen Schweißausbrüchen.

Christopher (1976)⁵

- Reinigung** Bei Einnahme von großen Mengen des heißen Getränks führt es zu Schweißausbrüchen, harmonisiert den Kreislauf und reinigt das Blut von pathologischen Schlackstoffen.
- Fieber** Erkältung, Grippe, Atemwegsblockierungen, Fieber (einschl. Typhusfieber), Hautausschläge, (einschl. Masern und Windpocken)
- Katarrh** Atemwegskatarrh, Kopfschmerzen durch Verschleimung sowie für schleimartigen Ausfluss aus der Blase

Wirkungen, Anwendungen und Paare

Wirkung Chinesische Medizin Klinische Wirkung	Westliche Anwendungen	Arzneipare Beschwerden
Klärt Wind-Hitze Schweißtreibend, fiebersenkend, alternativ	Akute Erkrankungen der Atemwege mit mehr Fieber als Frösteln	Achillea + Mentha piperita Erkältung + Halsschmerzen
Klärt Wind-Kälte Schweißtreibend, fiebersenkend, alternativ	Akute Erkrankungen der Atemwege mit mehr Frösteln als Fieber	Achillea + Zingiber, frisch Grippe + Kälteempfindungen
Klärt Schleim-Hitze in der Lunge Schweißtreibend, fiebersenkend, alternativ	Akute Erkrankungen der Atemwege mit Fieber, Husten, verschleimten Bronchien	Achillea + Asclepias Rippenfellentzündung + Fieber
Klärt kalte Schleim-Nässe in der Lunge Antikatarrhalisch, alternativ	Akute Erkrankungen der Atemwege mit Schleim in Nase oder Bronchien sowie Kälteempfindungen	Achillea + Angelica arc. Grippe + Sinusitis
Klärt Rest-Pathogene, tonisiert das Abwehr-Qi Schweißtreibend, alternativ, tonisiert	Rezidivierende Entzündungen der Atemwege mit leichtem Fieber und Müdigkeit	Achillea + Echinacea Rezidivierende Atemwegsinfektionen
Tonisiert Milz-Qi Bitteres verdauungsförderndes Tonikum	Verdauungsschwäche mit Erschöpfung, postfebrile Genesungsphase	Achillea + Artemisia absinthium Postfebrile Erschöpfung
Tonisiert Milz-Qi Verdauungsfördernd	(Postfebrile) Erschöpfung mit Verdauungsschwäche	Achillea + Cinchona Einige Fälle chronischer Erschöpfung
Reguliert Herz-Qi und Blut Leicht kreislaufanregend, blutdrucksenkend, antithrombotisch	Hypertonie, Tendenz zur Thrombosebildung	Achillea + Salvia miltiorrhiza
Hemmt den Verlust von Flüssigkeiten, stillt Blutungen Adstringierend, antikatarrhalisch, hämostatisch	Nasenbluten, Hämoptyse, Diarrhö, vaginaler Ausfluss, Menorrhagie, Wunden	Achillea + Urtica Menorrhagie

- **Harnbeschwerden** Schwierigkeiten beim Wasserlassen, spärliche Harnentleerung, Harninkontinenz, Bettnässen
- **Fortpflanzungsprobleme** Ausbleibende oder übermäßige Regelblutung und Leukorrhö

BHP (1983)

In diesem Textbuch wird spezifisch Thrombose mit Bluthochdruck als Indikation angegeben, einschließlich Thrombose der Hirngefäße und der Herzkranzgefäße.

Arzneivergleich

- ▶ **Alterative Arzneimittel**, S. 416

Achillea und Hyssopus

- ▶ Hyssopus

Achillea und Tilia

- ▶ Tilia

Pharmakologie

Inhaltsstoffe²

Ätherisches Öl (0,2–1%) Gehalt variiert stark je nach Chromosomenzahl:

- **Hexaploide Pflanzen** haben kein Chama-zulen, dafür aber hauptsächlich oxygenierte Monoterpene, vor allem Linalool (26%) und

Campher (18%), mit etwas Borneol und 1,8-Cineol.

- **Tetraploide Pflanzen** enthalten hauptsächlich Sesquiterpene, vor allem Chamazulen (ca. 25%) und β -Caryophyllen (11–22%).

Sesquiterpen-Lactone Achillicin (= 8-Acetoxyartabsin) ist das wichtigste Prochamazulen

Flavonoide einschließlich Apigenin und Luteolin sowie deren Glucoside

Alkaloide hauptsächlich Achillein (= Betonicin = L-4-Hydroxystachydrin) sowie Stachydrin, Betain und Cholin

Andere Gerbstoffe (3–4%), Polyacetylene, Triterpene, Sterole (einschließlich β -Sitosterol), Cumarin, Phenole wie Salicylsäure und Phenylpropanoide wie Dicafeoylchinasäuren und Chlorogensäure.

Experimentell bestätigte Wirkungen

Folgende Wirkungen wurden für das Pflanzenmaterial von Achillea oder für isolierte Inhaltsstoffe dokumentiert:

- Bakterienhemmend⁷
- Entzündungshemmend⁸
- Antiluzerativ⁹
- Krampflösend⁸
- Choleretisch⁸
- Leberprotektiv¹⁰
- Blutdrucksenkend und blutfettsenkend (Achillea wilhelmsii)¹¹
- Hämostatisch¹²
- Tumorchemmend¹³

Wirkungen aufgrund der Inhaltsstoffe

Antimikrobiell Ätherisches Öl (einschließlich Linalool)⁷

Entzündungshemmend Flavonoide, DCQA-Säuren (Dicafeoylquinic acids)⁸

Krampflösend Flavonoide⁸

Choleretisch DCQA-Säuren⁸

Hämostatisch Achillein (Alkaloid)¹²

Tumorchemmend Achimillinsäuren (Sesquiterpenoide)¹³

Dosierung und Verabreichungsform

Getrocknete Arznei

Dosis 2–6 g getrocknete Arznei als Aufguss, dreimal täglich (JR)

Zubereitung allgemein Für eine große Tasse wird die getrocknete Arznei mit ca. 200–250 ml kochendem Wasser aufgegossen. 10–15 Minuten (zugedeckt) ziehen lassen, dann abseihen und warm trinken

Zubereitung bei Fieber Zur Anregung der Schweißbildung während eines Fiebers, z. B. bei einer Grippe, wird der heiße Aufguss in großen Mengen verabreicht. Zum Beispiel 0,5–1 Tasse, alle halbe bis zwei Stunden, bis der Patient gut schwitzt. Der Patient sollte dann im Bett bleiben und sich warmhalten.

Tinktur 2–4 ml der 1:3-Tinktur in 45% Alkohol, drei- bis viermal täglich (BHP)

Anfangsdosis Man kann mit der Standarddosis anfangen (JR).

Einnahmedauer Achillea kann über einen längeren Zeitraum hinweg eingenommen werden, jedoch große Mengen im starken Achillea-Aufgussgetränk sollten in der Regel nur kurzfristig für akute Beschwerden eingenommen werden (JR).

Sicherheitshinweise

Allgemeine Kontraindikationen Überempfindlichkeit gegenüber Pflanzen der Korbblütlerfamilie (Asteraceae) (M&B Safety)¹⁴

CM-Kontraindikationen Achillea wird kaum in der Chinesischen Medizin verwendet.

Schwangerschaft und Stillzeit Keine unerwünschten Wirkungen bei Menschen bekannt,

► Informationen zu Tierversuchen (M&B Safety); keine Einschränkungen für die Stillzeit bekannt (BSH)¹⁵

Nebenwirkungen ► Allgemeine Kontraindikationen

Überdosierung Keine unerwünschten Wirkungen bekannt (M&B Safety)

Wechselwirkungen Keine unerwünschten Wirkungen bekannt (M&B Safety)

Angelica

Deutscher Name Engelwurz
Botanischer Name *Angelica archangelica* L.
Pharmazeutischer Name Angelicae radix
Pflanzenteil Getrocknete Wurzeln und Wurzelstöcke
Chinesische Medizin *Dāng Guī* (当归) ist die Wurzel von *A. sinensis* (Oliv.) Diels.
Familie Doldenblütler (Apiaceae, Umbelliferae)

Kurzportrait Ein aromatisch riechendes, zweijähriges, bis zu zwei Meter hohe Pflanze mit grünem, hohlen, gerillten Stängel. Die Blätter sind zwei- bis dreifach gefiedert mit eiförmigen, scharf gesägten Abschnitten, weiter oben sind es eher Hüllchenblätter. Die vielen, kleinen Blüten sind cremefarben bis grünlich und bilden große Dolden mit bis zu 25 Zentimeter Durchmesser. *Angelica* ist in Nordeuropa und Asien heimisch und inzwischen auch in Nordamerika eingebürgert. Es wächst auf feuchten Wiesen, an Flussufern und auf Ödland.

Hinweise

Westen Die im Westen verwendeten Pflanzenteile sind entweder die Wurzeln oder Blätter von *A. archangelica*.

China Neben *Dāng Guī*, der normal getrockneten Wurzel von *A. sinensis*, werden eine Vielzahl verschiedener Zubereitungsweisen der Wurzel für verschiedene Zwecke verwendet.

Eigenschaften

Temperatur warm

Geschmack aromatisch, bitter, scharf

Organe Lunge, Milz, Magen, Darm, Herz

Traditionelle Anwendung in China

Dāng Guī, die Wurzel von *Angelica sinensis*, wird als warm, süß und scharf eingestuft und beeinflusst Herz, Leber und Milz.² *Dāng Guī* hat folgende Eigenschaften (JR):



- Tonisiert Blut und behandelt Anämie mit blasser Gesichtsfarbe, verminderter Sehschärfe, Palpitationen
- Reguliert das Blut und wirkt bei
 - Blut-Stagnation bei Traumata, abdominalen Schmerzen und Karbunkeln
 - Durchblutungsstörung mit Blut-Stagnation, Blut-Mangel und innere Kälte
 - Arthritis mit Wind-Nässe-Kälte, Blut-Mangel und Blut-Stagnation
- Reguliert die Menstruation und wirkt bei ausbleibender, unregelmäßiger oder schmerzhafter Regelblutung, postnatalen Beschwerden durch eine Kombination von Blut-Mangel, Blut-Stagnation und innerer Kälte

Weitere Wirkungen

- Befeuchtet den Darm zur Behandlung von Verstopfung bei Blut-Mangel
- Vermindert Schwellungen, hilft bei der Eiterabsonderung, wirkt wundheilend und schmerzstillend, hilft bei Geschwüren und Abszessen
- Hilft bei Husten (sekundäre Arznei)

Traditionelle Anwendung im Westen

Culpeper (1651)³

- Epidemien, schützt gegen Infektion; wirkt gegen Gifte, indem es Herz, Blut und Gemüt besänftigt

Wirkungen, Anwendungen und Paare

Wirkung Chinesische Medizin Klinische Wirkung	Westliche Anwendungen	Arzneipare Beschwerden
Klärt Wind-Nässe-Kälte Schweißtreibend, antirheumatisch, antiarthritisch	Grippe und Sinusitis mit weißem oder wässrigem Sekret, Rheuma oder Arthritis, die sich bei Wind-Nässe-Kälte verschlimmern	Angelica archangelica + Achillea Grippe + Sinusitis Angelica archangelica + Zanthoxylum Arthritis + Kältegefühl
Klärt Schleim-Kälte in der Lunge Antikatarrhalisch	Sinusitis oder Bronchitis mit weißem oder wässrigem Sekret und Kältegefühl oder kalten Gliedmaßen	Angelica archangelica + Thuja Bronchitis + kalte Gliedmaßen
Wärmt und tonisiert Herz-Qi und Yang Kardiotonisch	Herzschwäche mit Erschöpfung und Kältegefühl	Angelica archangelica + Sanguinaria
Wärmt und bewegt das Herz Kreislaufanregend	Kalte Gliedmaßen, Erschöpfung	Angelica archangelica + Capsicum Durchblutungsstörungen + Verdauungsschwäche
Wärmt und tonisiert die Milz, tonisiert Qi, transformiert Nässe und Schleim Bitteres Verdauungstonikum, blähungstreibend, antikatarrhalisch	Verdauungsschwäche, Appetitmangel, Erschöpfung, Adipositas	Angelica archangelica + Rosmarinus Verdauungsschwäche + Anämie Angelica archangelica + Phytolacca Katarrhzustände + Fettleibigkeit
Wärmt und reguliert Darm-Qi Blähungstreibend, krampflösend	Koliken mit Blähungen und Kältegefühl	Angelica archangelica + Acorus Koliken + Blähungen

- Alle Lungenbeschwerden, einschließlich Rippenfellentzündung, Husten, Kurzatmigkeit
- Kalter Magen, hilft bei der Verdauung, für unmäßiges Überessen und Koliken
- Blockierungen von Leber und Milz
- Schmerzen durch Kälte und Wind (Arthritis und Rheuma), Gicht, Ischiasschmerzen
- Fördert die Regelblutung, hilft beim Ausstoßen der Nachgeburt
- Fördert die Harnentleerung, für Beschwerden beim Wasserlassen
- Eitrige Geschwüre: reinigt sie und bewirkt schnelle Wundheilung

Tabernaemontanus (1731)⁴

- Wärmt Kopf und Gehirn und verhindert Schlaganfall bei alten Leuten mit Kältegefühl

- Löst geronnenes Blut auf und beseitigt es bei der Behandlung von inneren Verletzungen durch Stürze oder Schlagwunden
- Kräftigt das Herz, wenn dieses durch Kälte geschwächt ist, hilft bei Ohnmacht und Schwindelgefühl

BHP (1983)⁵

Wirkungen

- Schweißtreibend
- Expektorierend, bittere aromatische Heilpflanze
- Blähungstreibend
- Krampflösend
- Harntreibend

Indikationen

- Atemwegskatarrh, Bronchitis mit Schwäche der Gefäße, psychisch bedingtes Asthma
- Anorexie

- Verdauungsstörungen mit Blähungen
- Periphere Gefäßkrankheit,
- Rheumatische Erkrankungen

Arzneivergleich

- ▶ Blut-Tonika, S. 432
- ▶ Süße Tonika, S. 439
- ▶ Uterusregulierende Arzneimittel, S. 440

Angelica archangelica und Angelica sinensis

Ähnlichkeiten

Beide Arzneien sind wärmend, trocknend, aromatisch und bitter. *A. archangelica* ist jedoch bitterer und *A. sinensis* süßer.

Unterschiede

A. archangelica wird traditionell häufiger verwendet zum

- Klären von Wind, Nässe und Kälte in den Leitbahnen der Muskeln und Gelenke bei der Behandlung von Rheuma und Arthritis
- Klären von Schleim in der Lunge bei der Behandlung von Sinusitis und Bronchitis
- Tonisieren und Regulieren von Magen- und Milz-Qi bei der Behandlung von Appetitmangel und Darmkoliken mit Blähungen

A. sinensis wird traditionell häufiger verwendet zum

- Tonisieren von Blut bei der Behandlung von Anämie, Ekzemen, Arthritis oder Amenorrhö durch Blut-Mangel
- Regulieren des Uterus bei der Behandlung von Amenorrhö, Dysmenorrhö und postnatalen Beschwerden

Pharmakologie

Inhaltsstoffe

Folgende Studien beziehen sich auf *A. archangelica*, wenn nicht anders angegeben:

Cumarine Osthonol (0,04%) und Osthol⁶, Decursin, Decursinol-Angelat (Isomer von Decursin), Decursinol (*A. gigas*)⁷

Furanocumarine viele Furanocumarine, einschließlich Bergapten, Angelicin und Xanthotoxin⁶

Ätherisches Öl Zusammensetzung variiert: normalerweise α -Pinen (19–32%), δ -3-Caren (10–25%), Limonen (7–10%), manchmal vorwiegend β -Phellandren⁶

Polysaccharide (*A. sinensis*)⁸

Chalcone 4-Hydroxy-Derricin, Xanthoangelol (*A. keiskei*)⁹

Andere Phenolsäuren (Chlorogensäure und Kaffeesäure), Gerbstoffe, Stärke⁶

Experimentell bestätigte Wirkungen

Folgende Wirkungen wurden für *Angelica*-Spezies oder für isolierte Inhaltsstoffe dokumentiert (A.* = keine Spezies-Angabe):

- Bakterienhemmend (*A. gigas*)¹⁰
- Entzündungshemmend (*A. pubescens*)¹¹
- Schmerzstillend (*A. pubescens*)¹¹
- Oxidationshemmend (*A. sinensis*)⁸
- Herzprotektiv (*A. sinensis*)¹²
- Blutfettsenkend (*A. keiskei*)⁹
- Gerinnungshemmend (A.*)¹³
- Blutdrucksenkend (*A. keiskei*)⁹
- Krampflösend (A.*)¹⁴
- Sedierend (A.*)¹⁴
- Antikonvulsiv (A.*)¹⁴
- Neuroprotektiv (*A. gigas*)¹⁵
- Leberprotektiv (*A. archangelica*)¹⁶
- Krebshemmend (*A. gigas*)^{7,17}

Wirkungen aufgrund der Inhaltsstoffe

Bakterienhemmend Decursin und Decursinol-Angelat (Cumarine)¹⁰

Entzündungshemmend Osthol (Cumarin)¹¹

Oxidationshemmend Polysaccharid⁸

Blutfettsenkend, blutdrucksenkend 4-Hydroxy-Derricin (Chalcon)⁹

Krampflösend, sedierend, antikonvulsiv Angelicin¹⁴

Neuroprotektiv Decursin und Decursinol¹⁵

Krebshemmend Decursin, Decursinol-Angelat^{7,17}

Angelica und seine wehenregulierende Wirkung

Pflanzenextrakt Studien hierzu wurden vor allem an *A. sinensis* durchgeführt. Einige der Studien meldeten eine anregende Wirkung auf

die Wehen, während andere Studien eine hemmende oder regulierende Wirkung (je nach Gebärmuttertonus) vermerkten.¹⁸

Isolierte Inhaltsstoffe Studien an isolierten Inhaltsstoffen von *A. sinensis* vermerkten eine Hemmung der Wehen durch die ätherische Ölfraction, vor allem Ligustilid¹⁹, und durch Ferulasäure.²⁰

Östrogene Wirkung von Angelica und Krebs

A. sinensis Studienergebnisse zur östrogenen Wirksamkeit von *A. sinensis* und damit zur Möglichkeit, dass es zur Vermehrung von menschlichen Brustkrebszellen führen könnte, sind widersprüchlich. Eine in-vivo-Studie vermerkte nur eine schwache Östrogen-Rezeptor-Bindung und nur eine schwache Auslösung von Krebszellenwachstum.²¹ Jedoch eine neuere Studie meldete, dass ein Wasserextrakt von *A. sinensis* in vivo das Wachstum von Krebszellen anregte.²²

Krebshemmende Wirkung von Angelica

A. archangelica Das Blattextrakt zeigte eine antiproliferative Wirkung auf Brustkrebszellen in Mäusen.²³

A. gigas Es wurde dokumentiert, dass Decursin und Decursinol-Angelat von *A. gigas* das Wachstum von Brustkrebszellen verhindern und die Signalübermittlung durch Östrogenrezeptoren verminderten.¹⁷ Diese Substanzen inhibierten auch das Wachstum von menschlichen Prostatakrebszellen.⁷

Dosierung und Verabreichungsform

Getrocknete Arznei 0,6–2 g der Arznei in Pulverform oder im Aufgussgetränk, dreimal täglich (BHC2)⁶

Tinktur 0,5–2 ml der 1:3-Tinktur in 50% Alkohol, dreimal täglich (BHC2)

Anfangsdosis Man kann mit der Standarddosis anfangen (JR).

Einnahmedauer Kann über einen längeren Zeitraum hinweg eingenommen werden; ► Sicherheitshinweise (JR)

Sicherheitshinweise

Allgemeine Kontraindikationen Keine bekannt (Kommission E). Kontraindiziert bei Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren (BHC2), aber klinische Daten zu unerwünschten Wirkungen scheinen hierfür nicht vorzuliegen (JR). Dies sind wahrscheinlich theoretische Bedenken, da *A. archangelica* ein bitteres Mittel ist. ► Sicherheitshinweise in den Kap. Artemisia- und Gentiana

CM-Kontraindikationen *Dāng Guī*, die Wurzel von *A. sinensis*, ist kontraindiziert bei Durchfall oder abdominalem Völlegefühl bei Nässe-Syndrom (Bensky).²

Schwangerschaft und Stillzeit

A. archangelica Keine unerwünschten Wirkungen während der Schwangerschaft bekannt (JR), jedoch von einigen Autoren kontraindiziert (BHC2).

Angelica sinensis kann mit Vorsicht während der Schwangerschaft verwendet werden (Bensky). Kontraindiziert während des ersten Trimesters. Auch kontraindiziert für Frauen mit Tendenz zu Fehlgeburten (M&B Safety);²⁴ kann während der Stillzeit verwendet werden (M&B Safety)

Nebenwirkungen Keine unerwünschten Wirkungen bekannt für *A. archangelica*, auch keine phototoxische Wirkung. Jedoch besteht die Möglichkeit, dass die Furanocumarine eine Photosensibilisierung auslösen. Es ist daher angeraten, dass der Patient sich nicht für längere Zeit dem Sonnenlicht aussetzt, während er Angelica-Präparate einnimmt.¹

Überdosierung ► Nebenwirkungen

Wechselwirkungen Keine bekannt für *A. archangelica* (BHC2). Vorsicht bei der gleichzeitigen Einnahme von *A. sinensis* und Cumadin (Gerinnungshemmer), da *A. sinensis* die Wirkung dieses Medikamentes verstärken kann (M&B Safety).

Apium

Deutscher Name	Sellerie (kultiviert)
Botanischer Name	<i>Apium graveolens</i> L. var. <i>dulce</i> (Miller) DC
Pharmazeutischer Name	<i>Apium fructus</i>
Pflanzenteil	Reife Früchte
Chinesische Medizin	<i>Hàn Qín</i> (旱芹), in manchen Texten auch <i>Qín Càì</i> (芹菜), ist <i>A. graveolens</i> L. (ganze Pflanze).
Familie	Doldenblütler (Apiaceae, Umbelliferae)
Kurzportrait	Eine zweijährige Pflanze, die bis zu 60 Zentimeter hoch wird mit ein bis zwei glänzenden gefiederten Blättern und kleinen weißgrünen Blüten, die in Dolden wachsen. <i>Apium</i> hat einen starken charakteristischen Geruch. Seine Früchte sind eiförmig und ca. 1,5 Millimeter lang. Wilder Sellerie wächst in feuchter Umgebung wie Gräben und Flussufern, häufig auf salzhaltigem Boden. Kultivierter Sellerie wird in vielen Ländern angepflanzt.
Hinweise	<i>A. graveolens</i> L. ist der wilde Sellerie, <i>A. graveolens</i> var. <i>dulce</i> (Miller) DC der kultivierte Sellerie, und <i>A. graveolens</i> var. <i>rapaceum</i> . (Miller) DC ist der Knollensellerie. Die Samen von <i>A. graveolens</i> var. <i>dulce</i> werden in der westlichen Phytotherapie verwendet, während in China die gesamte Pflanze eingesetzt wird. Die Samen sind schärfer und bitterer als der Strunk.

Eigenschaften

Temperatur kühl

Geschmack scharf, aromatisch, etwas bitter

Organe Niere, Blase, Herz

Traditionelle Anwendung in China

Qín Càì, die gesamte Pflanze *Apium graveolens*, wird als kühl, bitter und süß eingestuft und beeinflusst Magen und Leber. Sie wird zur Beruhigung der Leber, zum Klären von Hitze, Austreiben von Wind und Transformieren von Nässe verwendet und wirkt bei¹

- hohem Blutdruck, Schwindelgefühl, Kopfschmerzen, gerötetem Gesicht und Augen



- Dysurie mit blutigem Harn
- Furunkeln

Traditionelle Anwendung im Westen

Culpeper (1651)²

- Sellerie ist heißer und trockener als Petersilie und ist wirkungsvoller beim Öffnen von Blockierungen der Leber und Milz; es klärt dicken Schleim und reinigt das Blut.
- Sellerie fördert das Wasserlassen und die Menstruation; es behandelt Gelbsucht, Malaria und Mundgeruch.

Ich gehe davon aus, dass sich Culpeper und Gerard bei ihrer Beschreibung auf *Apium graveolens* beziehen. Sie scheinen jedoch beide den wilden Sellerie zu beschreiben, nicht den kultivierten.

Lyle (1897)³

- Der Samen ist ein mäßig stimulierendes Nerventonicum. Das Gemüse ist ein beruhigendes Mittel zur Nervenstärkung und ist weniger stimulierend als der Samen. Während der Genesung ist es besonders gut geeignet für nervöse Patienten.
- Geeignet bei Depressionen oder Erschöpfungszuständen des Nervensystems bei allgemeiner Erschöpfung oder geistiger Überarbeitung.

Hypericum

Deutscher Name Echtes Johanniskraut
Botanischer Name *Hypericum perforatum* L.
Pharmazeutischer Name *Hyperici herba*
Pflanzenteil Getrocknete blühende Spitzen
Chinesische Medizin *Guàn Yè Lián Qiào* (貫葉蓮翹), das gesamte Pflanzenmaterial von *H. perforatum* L., wird kaum in der Chinesischen Medizin verwendet.
Familie Hartheugewächse (Hypericaceae, Guttiferae)
Kurzportrait Eine bis ein Meter hohe, mehrjährige Pflanze mit einem ausgedehnten System aus kriechenden Wurzelstöcken. Die aufrechten Stängel sind im oberen Teil verästelt und rund mit zwei erhöhten Kanten. Die Blätter sind gegenständig, länglich bis oval, ungestielt und haben durchsichtige Pünktchen. Die Blüten haben fünf Blütenblätter und sind gelb mit schwarzen Flecken. *Hypericum* ist in Europa heimisch und kommt inzwischen auch auf dem amerikanischen Kontinent vor. Es wächst auf Wiesen, in Wäldern und an Böschungen.

Eigenschaften

Temperatur neutral
Geschmack sauer-adstringierend, bitter, etwas süß
Organe Herz, Niere

Traditionelle Anwendung in China

Guàn Yè Lián Qiào (貫葉蓮翹), das gesamte Pflanzenmaterial von *Hypericum perforatum*, wird als neutral und etwas bitter eingestuft. Anwendungsgebiete¹ sind die

- Behandlung von Nasenbluten, Bluthusten, inneren Blutungen, äußeren Blutungen aufgrund eines Traumas
- Klärung von Hitze-Toxinen sowie die Behandlung von Schwellungen und Verbrennungen



Traditionelle Anwendung im Westen

Im Laufe der letzten 2000 Jahre veränderten sich im Westen die Anwendungsgebiete für *Hypericum* immer wieder und zu verschiedenen Zeiten wurden verschiedene Wirkungsweisen beschrieben.

Wundheilend Gerard (1633)² und Culpeper (1651)³ verwendeten ein Präparat aus dem zermalmten Heilpflanze, das sie zur topischen Behandlung von Verbrennungen, Verbrühungen, tiefen Wunden, Geschwüren und Schwellungen einsetzten. Zur oralen Behandlung von inneren Verletzungen verwendeten sie ein Dekokt aus *Hypericum*.

Hypericum wird auch heutzutage noch zur Wundheilung verwendet. Vor allem das Rotöl aus den blühenden Spitzen wird hierfür viel benutzt.

Spinale Erkrankungen Felter und Lloyd (1898)⁴ und Ellingwood (1919)⁵ benutzten *Hypericum* spezifisch für die Behandlung von *Reizungen der Wirbelsäule* mit Empfindlichkeit und brennenden Schmerzen bei leichtem Druck auf die Wirbel sowie zur Behandlung von *Rückgratverletzung* z.B. durch Schock oder Erschütterung der Wirbelsäule. Die Wirksamkeit dieser Arznei für Rückgratverletzungen wurde in jüngsten Studien bestätigt (s.u.). Dioskurides (1. Jh. n. Chr.) empfiehlt *Hypericum* in seinem Text für Ischiasbeschwerden und alle Hüftschmerzen.⁶ Im BHP (1983) wird

Wirkungen, Anwendungen und Paare

Wirkung Chinesische Medizin Klinische Wirkung	Westliche Anwendungen	Arzneipare Beschwerden
Tonisiert und reguliert Herz- und Nieren-Qi, beruhigt Herz-Geist Nerventonicum, antidepressiv, angstlösend	Depressionen mit Niedergeschlagenheit, Gleichgültigkeit, Müdigkeit, nervöse Erregbarkeit, Schlafstörungen, ängstliche Erregung, Überwärmung des Körpers, Beschwerden der Wechseljahre	Hypericum + Scutellaria Depressionen + Schlafstörungen Hypericum + Avena Depressionen + emotionale Labilität in den Wechseljahren Hypericum + Leonurus Depressionen in den Wechseljahren Hypericum + Cimicifuga Depressionen in den Wechseljahren + Hitzewallungen
Beruhigt Nieren-Angst, reguliert das Blasen-Qi Angstlösend, adstringierend	Bettnässen, Schlafstörungen mit Nachtangst bei Kindern	Hypericum + Equisetum Bettnässen Hypericum + Ruta Angsträume bei Kindern
Heilt Wunden Wundheilend, adstringierend, entzündungshemmend, antimikrobiell	Topisch für Riss- oder Stichwunden, Bluterguss	Hypericum Öl-Aufguss Wunden

es für Ischiasbeschwerden und Neuralgien aufgeführt.⁷

Bettnässen Grieve (1931)⁸ und Weiss (1988)⁹ beschreiben Hypericum für Bettnässen bei Kindern. Drei Jahrhunderte vorher hatten Culpeper und Gerard die Arznei für seltenes Wasserlassen und Harnsteine empfohlen.

Ängstliche Erregung Felner und Lloyd listen Hypericum für Hysterie, Grieve empfiehlt es für Hysterie und nervöse Depressionen und im BHP steht, dass dieses Mittel sedierende Wirkung hat und für Erregbarkeit verwendet werden kann. Weiss schreibt, dass Hypericum für Bettnässen und Nachtangst bei Kindern verwendet werden kann.

Depressionen In den letzten 25 Jahren wurde Hypericum hauptsächlich bei Depressionen eingesetzt. Weiss erkannte die komplizierte Wirkung von Hypericum. Er schreibt, dass es das Gemüt erhellt und für ängstliche Erregung und für Depressionen verwendet werden kann. Er ist der Ansicht, dass seine Wirkung für Bettnässen möglicherweise durch seinen Einfluss auf das ZNS hervorgerufen wird.

Beschwerden der Wechseljahre In der BHP wird klimakterische Neurose als Hauptindika-

tion für Hypericum aufgeführt, Wichtl¹⁰ erwähnt neurotische Depressionen während der Wechseljahre.

Andere

- *Malaria* (Dioskurides)
- *Durchfall* (Gerard, Culpeper)
- *Hämoptyse, Hämatemesis* (Gerard, Culpeper, Grieve)
- *chronischer Katarrh der Atemwege* (Grieve)

Arzneivergleich

- ▶ Antidepressive Arzneimittel, S. 419
- ▶ Bittere, beruhigende Arzneimittel, S. 429

Pharmakologie

Inhaltsstoffe¹¹

Phloroglucinolderivate hauptsächlich Hyperforin (2–4%) und Adhyperforin (0,2–1,9%)

Naphthodianthrone (0,06–0,4%) hauptsächlich Hypericin (0,03–0,9%) und Pseudohypericin (0,03–0,34%)

Flavonoide (bis 4%)

- *Monoflavonoide* hauptsächlich Glykoside von Quercetin, einschließlich Hyperosid

(0,7–1,2%), Quercetin-3-Glucuronid (Miquelianin, 0,1–0,3%)

■ **Biflavone** hauptsächlich Biapigenine, einschließlich Amentoflavon

Gerbstoffe (6–15%) hauptsächlich Procyanidine, einschließlich A2; B1,2,3,5,7; und C1

Andere ätherisches Öl (0,1–0,25%), hauptsächlich 2-Methyloctan (16%) und α -Pinen (10,6%)

Experimentell bestätigte Wirkungen

Folgende Wirkungen wurden für das Pflanzenmaterial von *H. perforatum* oder für isolierte Inhaltsstoffe genannt:

- Virenhemmend¹²
- Bakterienhemmend¹³
- Entzündungshemmend^{14,15}
- Wundheilend^{16, 17}
- Neuroprotektiv^{18,19}
- Oxidationshemmend¹⁸
- Antidepressiv, ► Beurteilungen^{11,20}
- Angstlösend^{21,22,23}
- Temperatursenkend²³
- Hilft bei klimakterischen Beschwerden (vermindert die körperlichen und emotionalen Symptome, erhöht das sexuelle Wohlbefinden)^{24,25}
- Krebshemmend^{26,27}

Wirkungen aufgrund der Inhaltsstoffe

Naphthodianthrone (vor allem Hypericin) virenhemmend¹², entzündungshemmend (Pseudohypericin)¹⁴, antidepressiv²⁰, temperatursenkend (Hypericin)²³

Phloroglucinolderivate (vor allem Hyperforin) bakterienhemmend¹³, entzündungshemmend^{14,15}, antidepressiv²⁰, krebshemmend²⁷

Flavonoide entzündungshemmend (Amentoflavon)^{14,15}, neuroprotektiv (Quercetin, Kämpferol, Biapigenin)¹⁸, antidepressiv²⁰, temperatursenkend (Miquelianin, Amentoflavon)²³, krebshemmend (13-118-Biapigenin)²⁶

Hypericum und Depressionen

Milde bis mittelschwere Depressionen In vielen klinischen Untersuchungen kam man zu dem

Schluss, dass Hypericum bei drei diagnostischen Hauptmerkmalen einer Depression (Niedergeschlagenheit, Gleichgültigkeit und Energieverlust) und bei gleichzeitigen Symptomen wie Schlaflosigkeit und Konzentrationschwäche eine erhebliche Besserung bewirkt. ► Beurteilungen²⁰

Mittelschwere bis schwere Depressionen Zwei Studien erbrachten, dass sich durch die Einnahme von Hypericum keine Besserung ergab¹¹, zwei später durchgeführte Studien jedoch belegten, dass es genauso wirksam ist wie Paroxetin, ein selektiver Serotonin-Wiederaufnahmehemmer.^{29,30}

Dosierung und Verabreichungsform

Innere Anwendung

Getrocknete Arznei 2–4 g der Arznei in Pulverform oder im Aufgussgetränk, dreimal täglich (umgerechnet vom M&B Safety)²⁸

Tinktur 1,5–3 ml der 1:3-Tinktur in 45% Alkohol, dreimal täglich (JR).

Flüssigextrakt 1–2 ml des 1:2-Extrakts oder Äquivalent in Tabletten- oder Kapselform, dreimal täglich (umgerechnet vom M&B Safety)

Anfangsdosis Man kann mit der unteren Standarddosis anfangen (JR).

Einnahmedauer Keine Einschränkungen (ESCO)²⁰

Topische Anwendung

Ein Öl-Aufguss oder eine Salbe aus den frischen blühenden Trieben von Hypericum kann auf Schnitt- oder Quetschwunden, bei Myalgien und Verbrennungen 1. Grades aufgetragen werden (Kommission E).³¹ Instruktionen zur Zubereitung des Öls und der Salbe finden Sie bei Green.³²

Sicherheitshinweise

Allgemeine Kontraindikationen

Schwere Depressionen Hypericum (ohne andere Mittel) ist nicht geeignet zur Behandlung von schweren Depressionen, z.B. mit Selbstmordgedanken. In solchen Fällen kann es je-

doch ein gutes Begleitmittel zu anderen Therapieansätzen sein, z.B. Medikamenten oder Psychotherapie (M&B Safety).

Wirkung Wenn sich innerhalb von 4 Wochen nach Einnahmebeginn keine offensichtliche Besserung der Depressionen abzeichnet, sollte die Einnahme von Hypericum gestoppt werden (ESCOPE).

UV-A-Bestrahlung Patienten sollten sich nicht der natürlichen oder künstlichen Sonnenbestrahlung aussetzen, wenn sie hohe Dosen Hypericum einnehmen (M&B Safety).

CM-Kontraindikationen Keine Kontraindikationen aufgeführt für *H. perforatum*

Schwangerschaft und Stillzeit Keine Daten zu Menschen verfügbar; sollte nur nach Rücksprache mit dem Arzt eingenommen werden (ESCOPE); Vorsicht beim Stillen (B&M)³³

Nebenwirkungen Gelegentlich milde Übelkeit, Unruhe, Ermüdung oder Kopfschmerzen (ESCOPE)

Überdosierung Keine unerwünschten Wirkungen bei Menschen bekannt, jedoch sind phototoxische Reaktionen zu erwarten (M&B Safety)

Kontraindikationen Hypericum ist bei gleichzeitiger Einnahme folgender Medikamente kontraindiziert:

- Immunsuppressiva (Cyclosporin)
- Herzwirksame Glykoside (Digoxin)
- HIV-Non-Nucleosid-Reverse-Transcriptase-Inhibitoren (Nevirapin)
- Andere HIV-Protease-Inhibitoren (Indinavir)
- Chemotherapie-Medikamente (Irinotecan)
- Gerinnungshemmer (Cumadin, Phenprocoumon)
- Calcium-Kanal-Antagonisten (Nifedipin, Verapamil)
- Finasterid (5-Alpha-Reductase-Hemmer)
- Methadon (Opioid)

Wechselwirkungen Vorsicht, Hypericum sollte bei gleichzeitiger Einnahme folgender Medikamente nur mit Vorsicht verwendet werden. Der Patient sollte überwacht werden (B&M)³³:

- *Selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (Paroxetin, Trazodon, Sertralin) und andere serotonerge Medikamente (Nefazodon, Venlafaxin)* sehr geringes Risiko
- *Orale Kontrazeptiva*
 - *hyperforinreiche Extrakte* mittleres Risiko
 - *geringe Hyperforin-Extrakte* sehr geringes Risiko
- *Fexofenadin (Antihistaminikum)* mittleres Risiko
- *Benzodiazepine (Midazolam, Alprazolam)* mittleres Risiko
- *Theophyllin (Bronchospasmolytikum)* geringes Risiko
- *Statine (Atorvastatin, Simvastatin, aber nicht Pravastatin)* mittleres Risiko (Blutcholesterin regelmäßig überwachen)
- *Antikonvulsiva (Phenytoin, Phenobarbital)* geringes Risiko
- *Hypoglykämische Medikamente (Gliclazid, Tolbutamid)* geringes Risiko
- *Ivabradin (Kardioregulator)* mittleres Risiko
- *Talinolol (Betablocker)* mittleres Risiko
- *Methylphenidat (ZNS-Stimulans)* geringes Risiko
- *Omeprazol (Protonenpumpenhemmer)* geringes Risiko
- *Oxycodon (Opioid)* mittleres Risiko
- *Voriconazol (Antimykotikum Triazol)* mittleres Risiko
- *Zolpidem (Beruhigungsmittel)* geringes Risiko

Nähere Informationen in den Quellen^{28, 33}

III Arzneigruppen- vergleiche

Adstringierende Arzneimittel	415
Alterative Arzneimittel	416
Antiasthmatische Arzneimittel	417
Antidepressive Arzneimittel	419
Antikatarrhalische Arzneimittel	420
Antimikrobielle Arzneimittel	422
Aromatische Arzneimittel	425
Arzneimittel mit Isochinolin-Alkaloiden	427
Bittere Arzneimittel	429
Bittere, beruhigende Arzneimittel	430
Blut-Tonika	432
Herzregulierende Arzneimittel	433
Kreislaufanregende Arzneimittel	434
Laxierende und purgierende Arzneimittel	436
Nervenstärkende Arzneimittel	437
Süße Tonika	439
Uterusregulierende Arzneimittel	440

Adstringierende Arzneimittel

Hier werden die sieben Arzneien *Calendula*, *Capsella*, *Hamamelis*, *Myrica*, *Polygonum*, *Potentilla* und *Sanguisorba* miteinander verglichen. Weitere adstringierende Arzneien, die hier nicht beschrieben werden, sind *Agrimonia* und *Rubus*.

Temperatur

Wenn Sie bei Ihren Patienten ein adstringierendes Mittel einsetzen wollen, müssen Sie zuerst feststellen, welche Temperatur das Mittel haben soll.

Sanguisorba und Calendula sind kühlende Arzneien und daher spezifisch für heiße oder warme Syndrome.

Polygonum ist kühlend und daher gut für warme Syndrome.

Hamamelis und Potentilla können für neutrale oder warme Syndrome verwendet werden.

Capsella ist weder wärmend noch kühlend und kann daher für warme, neutrale oder kühle Syndrome verwendet werden, je nachdem mit welchen Arzneien es kombiniert wird.

Myrica ist wärmend und gut geeignet für kühle bis kalte Syndrome.

Calendula officinalis

Als kühlendes Arzneimittel kann *Calendula* Hitze von der Körperoberfläche und von der gastrointestinalen Mukosa klären. Es ist spezifisch für

- Sonnenbrand und Verbrennungen
- Pilzinfektionen der Nägel, Haut oder Scheide
- Krampfadern, vor allem wenn entzündet
- Gastritis oder Colitis
- Lymphstörungen

Capsella bursa-pastoris

Die neutrale *Capsella* ist auch blutstillend und kann für Blutungen bei kalten, neutralen oder heißen Syndromen verwendet werden, je nachdem mit welchen Arzneien es kombiniert wird.

Spezifische Anwendung *Capsella* ist spezifisch für abnormale Gebärmutterblutung, kann

aber auch für Blutungen im Magen-Darm-Trakt oder im Urin verwendet werden.

Hamamelis virginiana

Je nach Zustand des Patienten und je nach den Arzneien, mit denen es kombiniert wird, kann *Hamamelis* entweder als neutrales, tonisierendes oder als kühlendes, entzündungshemmendes Adstringens wirken.

Neutral und tonisierend Wie auch *Capsella*, kann *Hamamelis* der Milz dabei helfen, das Blut in den Bahnen zu halten und das Sinken von Milz-*Qi* zu hemmen. Es kann neutrale oder sogar kühle Syndrome behandeln, wenn es mit einem wärmenden Adstringens wie *Myrica* kombiniert wird. Es ist geeignet für Krampfadern, Blutungen, Hämorrhoiden und Prolaps mit Schwäche und Tonusmangel.

Kühlend und entzündungshemmend Wie *Calendula* kann auch *Hamamelis* eine kühlende Wirkung haben und Hitze von der Oberfläche klären, wie z. B. bei Verbrennungen, sowie Hitze im Darm beseitigen, z. B. bei Colitis. Allerdings ist *Capsella* nicht so kühlend wie *Calendula*.

Myrica cerifera

Myrica ist wärmend und wirkt antikatarrhalisch. Es ist spezifisch für

- Sinusitis mit übermäßiger Schleimabsonderung (Schnupfpulver oder Waschlösung)
- Durchfall mit Kältegefühl im Abdomen und Schleim im Stuhl
- Leukorrhö mit weißem Ausfluss und Kältegefühl
- Menorrhagie mit Kältegefühl
- langsam heilende Geschwüre (topische Anwendung)

Polygonum bistorta

Antikatarrhalisch oder reizlindernd *Polygonum* ist kühlend und entzündungshemmend und kann je nach Zustand des Patienten entweder antikatarrhalisch oder reizlindernd wirken.

Spezifische Anwendung Traditionell ist *Polygonum* spezifisch für Durchfall, vor allem bei Kindern, sowie für schleimige Colitis.

Es kann jedoch auch für Harninkontinenz, Bettnässen und Zystitis verwendet werden.

Potentilla erecta

Potentilla kann, wie *Hamamelis* auch, für neutrale und warme Syndrome verwendet werden. Es ist ein Arzneimittel mit hohem Gerbstoffgehalt und wirkt daher spezifisch für akuten Durchfall. Studien bestätigen, dass es zur Behandlung von Magen-Darm-Entzündungen,

einschließlich Geschwüren und Colitis, geeignet ist.

Sanguisorba officinalis

Sanguisorba ist wahrscheinlich von den sieben erwähnten Arzneien das kälteste Mittel und daher spezifisch für Hitze- oder Nässe-Hitze-Syn-drome bei folgenden Beschwerden:

- Gastrointestinale Blutungen oder übermäßige Gebärmutterblutung
- Durchfall, Colitis ulcerosa
- Ekzeme, Verbrennungen, Geschwüre

Alterative Arzneimittel

Alterative Arzneien können Toxine aus dem Gewebe und Blut beseitigen. Sie helfen bei der Behandlung von Erkrankungen durch Toxin-Ansammlung, z.B. bestimmte Hautkrankheiten, Rheuma, Arthritis und Gicht.

Entgiftungsmechanismen Alterative Arzneien können angesammelte Gifte aus dem Gewebe entfernen und in die Lymph- und Blutgefäße überführen. Von dort werden sie zur Leber oder zu einem anderen Organ zur Entgiftung gebracht, oder sie verlassen den Körper über Schweiß, Urin oder Stuhl.

Verschlimmerung der Symptome Toxine, die schneller aus dem Gewebe freigesetzt als sie vom Körper entgiftet oder ausgeschieden werden, können sich im Blut ansammeln und wieder durch das Gewebe zirkulieren. Dies kann zu vorübergehender Übelkeit, Diarrhö, Fieber, Unruhe, Reizbarkeit, Depressionen und Verschlimmerung von Hautausschlag führen sowie zu Muskel- oder Gelenkentzündung und -schmerzen. Diese Verschlimmerung kann mild bis stark sein.

Arzneien mit Potenzial zur Verschlimmerung

Hohe Wahrscheinlichkeit zur Verschlimmerung Arzneien, die die Gifte äußerst schnell freisetzen und in das Blut überführen, neigen

dazu, eine Verschlimmerung zu bewirken. Hierzu gehören einige der Arzneien, die Wind-Hitze- Restfaktoren, Hitze-Toxine und Nässe-Hitze beseitigen:

- Einige der Arzneien, die beim unvollständigen Ausbruch febriger Hautausschläge helfen, z.B. *Arctium-Samen*
- Alterative Arzneien mit einer schnellen Toxin-Freisetzungsgeschwindigkeit und einer langsameren Entgiftungs- und Toxin-Beseitigungsgeschwindigkeit, z.B. *Taraxacum* und – in geringerem Maße – *Rumex*

Geringe Wahrscheinlichkeit zur Verschlimmerung Folgende Arzneien führen nicht so leicht zu einer Verschlimmerung:

- Alterative Arzneien mit starker schweißtreibender Wirkung (z.B. *Achillea*), die die Toxine relativ schnell über den Schweiß ausscheiden
- Alterative Arzneien mit starker antimikrobieller, antikatarrhalischer und expektorierender Wirkung (z.B. *Echinacea*, *Thuja* und *Thymus*), die dabei helfen, die Toxine abzu husten oder anderweitig über den Schleim aus dem Körper auszuschleiden
- Alterative Arzneien mit purgierender Wirkung, im Gegensatz zu einer nur mild laxierenden Wirkung (z.B. *Rheum* und *Rhamnus*), die Toxine schnell über den Stuhl ausscheiden

- Alterative Arzneien, die Hitze aus dem Blut beseitigen (z.B. *Scrophularia ningpoensis*)
- Arzneien mit milder alterativer Wirkung, die aber der Leber stark bei der Entgiftung helfen und auch leberschützend wirken (z.B. *Silybum*)
- Alterative oder entgiftende Arzneien, die auch stark entzündungshemmend wirken (z.B. *Smilax* oder *Viola*) und die dadurch den entzündlichen Effekt der Toxine im Blut vermindern können

Vorsicht mit alternativen Arzneimitteln

Alle Arzneien, die traditionell zum Freisetzen von Toxinen aus dem Gewebe in das Blut dienen, sollten mit Vorsicht verwendet werden, außer wenn sie auch eine kompensierende, schweißtreibende, purgierende, entgiftende, leberschützende oder entzündungshemmende Wirkung haben.

Arzneiliste Vorsicht ist also angeraten bei Arzneien, wie Apium, Arctium, Berberis, Galium, Iris, Mahonia, Petroselinum, Phytolacca, Rumex, Taraxacum und Trifolium. Vor allem bei hohen Dosen und empfindlichen Patienten sollte man mit Umsicht vorgehen. Bei manchen Patienten mit Toxin-Ansammlung tritt eine Verschlimmerung schon bei sehr kleinen Dosen von alternativen Arzneimitteln auf.

Allgemeine Vorsichtsmaßnahmen Um einer möglichen Verschlimmerung der Symptome bei Einnahme alternativer Arzneien vor-

zubeugen, sollte der Patient mehr Wasser trinken und den Konsum potenziell toxischer, irritierender Nahrungsmittel und Getränke reduzieren. Das bedeutet, Patienten sollten weniger schwere und stark gewürzte Speisen, zuckerhaltige Nahrungsmittel, Alkohol, Tee und Kaffee zu sich nehmen.

Alterative Arzneien für das Atmungssystem

Bei der Einnahme von alternativen Arzneien, die Rest-Pathogene und Schleim aus der Lunge beseitigen, ist es weniger wahrscheinlich, dass sie zu einer Verschlimmerung von Hautausschlag, Arthritis oder Durchfall führen als bei alternativen Arzneien, die Hitze-Toxine und Nässe-Hitze aus dem Gewebe beseitigen.

Alterative Arzneien für das Atmungssystem (z.B. *Echinacea*, *Thuja* und *Thymus*) können zu vorübergehenden febrigen Zuständen, geschwollenen Lymphdrüsen, Energiemangel, Abhusten von Schleim oder Schleim im Stuhl führen, während sie die Rest-Pathogene und den Schleim aus dem Körper beseitigen.

Alterative Arzneien für das Lymphsystem

Arzneimittel, die Rest-Pathogene und Schleim aus den Lymphdrüsen beseitigen (z.B. *Galium*, *Iris* und *Phytolacca*) können auch Symptome, wie die oben genannten Symptome für das Atmungssystem, hervorrufen.

Antiasthmatische Arzneimittel

Von den hier verglichenen fünf Arzneien Ephedra, Euphorbia, Lobelia, Thymus und Viburnum sind Ephedra und Lobelia diejenigen mit der stärksten antiasthmatischen Wirkung. Sie sind auch die Grundlage für die Kombination für akutes Asthma.

Ephedra-Spezies

Allergische Beschwerden Ephedra ist spezifisch für jegliche Kombination folgender Be-

schwerden: allergisches Asthma, allergische Rhinitis, allergische Urtikaria.

Klärt Wind-Kälte Ephedra ist spezifisch zum Klären von Wind-Kälte mit äußerer Fülle und Schweißlosigkeit. Für Patienten mit Wind-Kälte-Syndromen, äußeren Mangel und übermäßiges Schwitzen ist Ephedra kontraindiziert.

Nur in der akuten Phase Da Ephedra sehr stimulierend und zerstreudend ist, sollten Kombinationen mit Ephedra während der chronischen Phase oder der Genesungsphase ausge-