

Humoralmedizinische Praxis  
BAND 2  
Praktische Arzneitherapie

Haftung: Alle Angaben in diesem Buch basieren auf sorgfältiger Auswertung der Recherchen und Erfahrungen der Autoren. Weder die Verfasser noch der Verlag können für die Anwendung der in diesem Buch beschriebenen Therapien und Heilmittel Gewähr übernehmen. Alle Rechte, insbesondere die des Nachdrucks, der Übersetzung, des Vortrags, der Radio- und Fernsehsendung und der Verfilmung sowie jeder Art der fotomechanischen Wiedergabe, der Telefonübertragung und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen und Verwendung in Computerprogrammen, auch auszugsweise, sind vorbehalten.

Die Nutzung im Rahmen von Lehrveranstaltungen, Vorträgen und Publikationen ist auszugsweise unter Angabe der Quelle (Autoren, Titel) erlaubt und erwünscht. Jede weitergehende Nutzung, Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen bedarf der schriftlichen Genehmigung der Autoren. (Anfrage unter [office@bacopa.at](mailto:office@bacopa.at))

Zu den Bildern und Grafiken: Soweit nicht anders angegeben, stammen die Fotos und Grafiken in diesem Buch von den beiden Autoren oder aus dem Buch «Grundlagen der Traditionellen Europäischen Naturheilkunde TEN» (Bacopa Verlag). Die Illustrationen stammen aus: Gotthilf Heinrich v. Schubert, Naturgeschichte des Pflanzenreichs nach dem Linne'schen System, Stuttgart 1887; Carl Hoffmann's Botanischer Bilder-Atlas, Stuttgart, 1896; Köhler's Medizinal-Pflanzen in naturgetreuen Abbildungen, 3 Bände, Gera-Untermhaus 1890;

© BACOPA Handels- & Kulturges.m.b.H., BACOPA VERLAG  
4521 Schiedlberg/Austria, Waidern 42  
E-Mail: [verlag@bacopa.at](mailto:verlag@bacopa.at), [office@bacopa.at](mailto:office@bacopa.at)  
[www.bacopa.at](http://www.bacopa.at)

Printed in the European Union

ISBN: 9783903071339  
3. korrigierte Auflage, 2021

Friedemann Garvelmann, Christian Raimann

# **Humoralmedizinische Praxis**

BAND 2

## **Praktische Arzneitherapie**

**BACOPA VERLAG**



## 1. HEILPFLANZEN-MONOGRAFIEN

1.1 Heilpflanzenqualitäten . . . . .	8	Chelidonium majus . . . . .	94
1.2 Bestimmung der humoralen Qualitäten von Heilpflanzen . . . . .	10	Cichorium intybus . . . . .	96
1.3 Zuordnung zu den drei übergeordneten Therapieprinzipien . . . . .	10	Cimicifuga racemosa . . . . .	98
1.4 Überprüfung und Neubestimmung der Heilmittelqualitäten . . . . .	12	Cinchona pubescens . . . . .	100
1.5 Weitere Erläuterungen zu den Monografien . . . . .	13	Cinnamomum zeylanicum . . . . .	102
1.6 Monografien . . . . .	15	Cnicus benedictus . . . . .	104
Achillea millefolium . . . . .	16	Convallaria majalis . . . . .	107
Acorus calamus . . . . .	19	Crataegus laevigata . . . . .	110
Aesculus hippocastanum . . . . .	22	Curcuma xanthorrhiza . . . . .	112
Agrimonia eupatorium . . . . .	24	Cynara scolymus . . . . .	114
Agropyron repens . . . . .	26	Cytisus scoparius . . . . .	116
Alchemilla vulgaris . . . . .	28	Drosera rotundifolia . . . . .	118
Allium cepa . . . . .	30	Echinacea purpurea . . . . .	120
Allium sativum . . . . .	33	Eleutherococcus senticosus . . . . .	122
Aloe vera . . . . .	35	Equisetum arvense . . . . .	124
Althaea officinalis . . . . .	38	Euphrasia rostkoviana . . . . .	127
Angelica archangelica . . . . .	40	Filipendula ulmaria . . . . .	130
Arctostaphylos uva-ursi . . . . .	43	Foeniculum vulgare . . . . .	132
Armoracia rusticana . . . . .	45	Frangula alnus . . . . .	134
Arnica montana . . . . .	47	Fumaria officinalis . . . . .	136
Artemisia abrotanum . . . . .	50	Galium odoratum . . . . .	139
Artemisia absinthium . . . . .	53	Galium verum . . . . .	141
Artemisia vulgaris . . . . .	56	Gentiana lutea . . . . .	143
Asplenium scolopendrium . . . . .	59	Geranium robertianum . . . . .	146
Avena sativa . . . . .	62	Ginkgo biloba . . . . .	148
Bellis perennis . . . . .	65	Glechoma hederacea . . . . .	151
Berberis vulgaris . . . . .	68	Glycyrrhiza glabra . . . . .	154
Betula pendula . . . . .	71	Graminis flos . . . . .	156
Borago officinalis . . . . .	73	Grindelia robusta . . . . .	158
Brassica nigra . . . . .	76	Hamamelis virginiana . . . . .	160
Calendula officinalis . . . . .	78	Harpagophytum procumbens . . . . .	163
Capsella bursa-pastoris . . . . .	81	Hedera helix . . . . .	165
Capsicum frutescens . . . . .	83	Hippophae rhamnoides . . . . .	167
Carum carvi . . . . .	85	Humulus lupulus . . . . .	169
Ceanothus americanus . . . . .	87	Hypericum perforatum . . . . .	171
Centaurium erythraea . . . . .	89	Inula helenium . . . . .	174
Cetraria islandica . . . . .	92	Juglans regia . . . . .	177
		Juniperus communis . . . . .	179
		Lamium album . . . . .	182
		Lavandula angustifolia . . . . .	184
		Leonurus cardiaca . . . . .	187
		Levisticum officinale . . . . .	189

Linaria vulgaris . . . . .	192
Linum usitatissimum . . . . .	194
Malva silvestris . . . . .	196
Marrubium vulgare . . . . .	198
Matricaria recutita . . . . .	200
Melilotus officinalis . . . . .	203
Melissa officinalis . . . . .	205
Mentha piperita . . . . .	208
Myosotis arvensis . . . . .	210
Oenothera biennis . . . . .	212
Olea europaea . . . . .	214
Ononis spinosa . . . . .	216
Oxalis acetosella . . . . .	218
Passiflora incarnata . . . . .	220
Pelargonium sidoides/reniforme . . . . .	222
Petasites hybridus . . . . .	225
Peucedanum ostruthium . . . . .	228
Pimpinella anisum . . . . .	230
Pimpinella major . . . . .	232
Piper methysticum . . . . .	234
Plantago lanceolata . . . . .	236
Plantago psyllium . . . . .	239
Potentilla anserina . . . . .	241
Potentilla erecta . . . . .	243
Primula veris . . . . .	245
Pulmonaria officinalis . . . . .	247
Quassia amara . . . . .	249
Quercus robur . . . . .	251
Rosa canina . . . . .	253
Rosmarinus officinalis . . . . .	255
Ruscus aculeatus . . . . .	258
Ruta graveolens . . . . .	260
Salix alba . . . . .	262
Salvia officinalis . . . . .	264
Sambucus nigra . . . . .	266
Sanicula europaea . . . . .	269
Scrophularia nodosa . . . . .	271
Senna alexandrina . . . . .	274
Serenoa repens . . . . .	277
Silybum marianum . . . . .	279
Smilax officinalis . . . . .	282
Solanum dulcamara . . . . .	284
Solidago virgaurea . . . . .	287
Symphytum officinale . . . . .	290
Taraxacum officinale . . . . .	292
Thymus serpyllum . . . . .	295
Thymus vulgaris . . . . .	297
Tilia platyphyllos . . . . .	299
Tropaeolum majus . . . . .	301
Tussilago farfara . . . . .	304
Urtica dioica . . . . .	307
Vaccinium myrtillus . . . . .	310
Valeriana officinalis . . . . .	312
Verbena officinalis . . . . .	314
Viola tricolor . . . . .	317
Viscum album . . . . .	319
Vitex agnus-castus . . . . .	321
Vitis vinifera . . . . .	323
Zingiber officinale . . . . .	325
1.7 Zuordnung der Heilpflanzen zu humoralen Pathologien . . . . .	328
1.8 Organotrope Zuordnung der Heilpflanzen . . . . .	331
<b>2.</b>	
<b>MONOGRAFIEN</b>	
<b>POTENZIIERTER HEILMITTEL</b>	
2.1 Allgemeines . . . . .	343
2.2 Monografien . . . . .	346
Acidum phosphoricum . . . . .	346
Aconitum . . . . .	348
Agaricus . . . . .	350
Ambra . . . . .	353
Ammonium carbonicum . . . . .	355
Anacardium . . . . .	357
Antimonium crudum . . . . .	359
Apis mellifica . . . . .	361
Argentum nitricum . . . . .	362
Arsenicum album . . . . .	364
Arsenum jodatum) . . . . .	367
Asa foetida . . . . .	368
Aurum metallicum . . . . .	370
Barium carbonicum . . . . .	372
Belladonna . . . . .	375
Bryonia . . . . .	378
Calcium carbonicum . . . . .	381

Calcium fluoratum . . . . .	384
Calcium hypophosphoricum . . . . .	386
Calcium jodatum . . . . .	387
Calcium phosphoricum . . . . .	388
Calcium silicicum . . . . .	389
Calcium sulfuratum . . . . .	390
Calcium sulfuricum . . . . .	391
Carbo vegetabilis . . . . .	392
Chininum arsenicosum . . . . .	395
Clematis . . . . .	396
Coccus cacti . . . . .	398
Colchicum . . . . .	399
Colocynthis . . . . .	400
Conium . . . . .	402
Cuprum arsenicosum . . . . .	404
Cypripedium . . . . .	405
Dioscorea . . . . .	407
Ferrum phosphoricum . . . . .	409
Ferrum sulfuricum . . . . .	411
Formica rufa . . . . .	412
Gelsemium . . . . .	413
Graphites . . . . .	415
Gratiola . . . . .	417
Helleborus . . . . .	419
Hyoscyamus . . . . .	421
Kalium aluminium sulfuricum . . . . .	424
Kalium arsenicosum . . . . .	425
Kalium bichromicum . . . . .	426
Kalium bromatum . . . . .	428
Kalium chloratum . . . . .	430
Kalium jodatum . . . . .	431
Kalium phosphoricum . . . . .	433
Kalium sulfuricum . . . . .	435
Lithium chloratum . . . . .	436
Luffa . . . . .	438
Lycopodium . . . . .	439
Magnesium phosphoricum . . . . .	443
Mandragora . . . . .	444
Manganum sulfuricum . . . . .	447
Mercurius solubilis . . . . .	448
Natrium bicarbonicum . . . . .	451
Natrium chloratum . . . . .	452
Natrium phosphoricum . . . . .	454
Natrium sulfuricum . . . . .	456
Nux vomica . . . . .	457

Phosphorus . . . . .	461
Phytolacca . . . . .	463
Podophyllum . . . . .	467
Psorinum (Psoricum) . . . . .	470
Pulsatilla . . . . .	472
Rhododendron . . . . .	476
Rhus toxicodendron . . . . .	477
Scilla maritima . . . . .	479
Sepia . . . . .	481
Silicea . . . . .	483
Sulfur . . . . .	485
Thuja . . . . .	490
Zincum chloratum . . . . .	495
Zincum valerianicum . . . . .	497

#### ANHANG

Heilpflanzenregister . . . . .	499
Heilmittel-Substanzen . . . . .	504
Index Band 1 . . . . .	514
Index Band 2 . . . . .	522

# 1.

## HEILPFLANZEN-MONOGRAFIEN

Aus Sicht der Traditionellen Europäischen Naturheilkunde (TEN) repräsentiert jedes Arzneimittel seine spezifischen humoralen Qualitäten, welche sich aus dem Elementen- und Säftebezug der Ausgangssubstanzen ergeben. Anliegen dieses Buches ist es, neben den üblicherweise beschriebenen stofflichen Aspekten der Heilpflanzen die energetisch-informativen Qualitäten vertieft und aus heutiger Sicht betrachtet wiederzugeben.

### 1.1 Heilpflanzenqualitäten

#### Primäre Qualitäten

Die primären Qualitäten beziehen sich auf die Wärme- und Feuchtigkeitsqualität einer Heilpflanze, die sich aus der Elementenlehre ableiten und teilweise bereits durch Tastwahrnehmung, Aussehen oder Geruch erkennbar sind. Im humoralmedizinischen Sinne können Heilmittel warm oder kalt sowie feucht oder trocken sein.

Dabei werden verschiedene Intensitätsgrade (Grade) unterschieden:

- 1° schwach spürbar
- 2° klar erkennbar
- 3° heftig spürbar
- 4° extrem stark, potenziell schädigend

Eine Heilpflanze wie Engelwurz (*Angelica archangelica*) wird beispielsweise als warm im 2. Grade und trocken im 2. bis 3. Grade beschrieben: *Warm 2 / trocken 2–3*.

In dieser qualitativen Betrachtung stellen Heilpflanzen, wie bereits in Band 1 erwähnt, kein „aktives“ Wirkprinzip dar, welches im Organismus eine bestimmte Wirkung „erzwingen“ kann. Vielmehr wird die Wirkung der Pflanze – besser gesagt, ihr Wirkungsvermögen – als spezifischer Reiz im Sinne einer Information verstanden, welcher entsprechende Reaktionen des Organismus auszulösen vermag.

Die Gradeinteilung ist lediglich eine grobe Einschätzung des Wirkungspotenzials einer Heilpflanze – die effektive Wirkung hängt einerseits von der Zubereitung und Anwendung des Heilmittels ab, wird vor allem aber vom individuellen Reaktionsvermögen des betreffenden Menschen, der das Mittel einnimmt, geprägt. Dieses wiederum basiert auf seiner Konstitution und der aktuellen Krankheitssituation.

In der traditionellen Literatur finden sich relativ häufig unterschiedliche, teilweise sogar gegensätzliche Beschreibungen der Heilpflanzenqualitäten.



Dafür gibt es mehrere Gründe, welche in Band 1, Kapitel 14, näher beschrieben sind. Neben der individuellen Reaktion des Patienten auf einen Heilreiz ist der unterschiedliche Betrachtungswinkel der Heilpflanzenwirkung sicherlich der wichtigste Grund für die verschiedenartigen Einschätzungen der jeweiligen Pflanzenqualitäten:

Bei der therapeutischen Anwendung vieler Pflanzen erfolgt eine Erst- und darauf eine Folgewirkung. Die Erstwirkung beinhaltet das Vermögen der Pflanze, Prozesse und Funktionen im Organismus anzustoßen, aufrechtzuerhalten/zu vermindern oder einzudämmen, ebenso die unmittelbare Reaktion des Organismus auf diesen Impuls.

Viele Leber-Galle-Pflanzen, wie Löwenzahn u.a., wirken beispielsweise verdauungsfördernd, indem sie Tonus und Peristaltik der beteiligten Organe und die Sekretion der Verdauungssäfte (Speichel, Magensaft, Galle, Bauchspeichel) anregen. Diese Funktionssteigerung kann nur durch Wärme erfolgen – eine kalte Pflanze vermag keine Steigerung der physiologischen Verdauungsfunktion zu erzielen. Dabei wird u.a. die Leber erwärmt, die Produktion von Gallenflüssigkeit und der Gallenfluss angeregt und als Folge davon gesteigerte oder pathologische Hitze (übermäßige Gelbgalle oder gelbgallige Schärfe) in den Darm abgeleitet und mit dem Stuhl ausgeschieden. Dadurch wird, falls der Organismus adäquat auf diesen Impuls reagieren kann, als Folgereaktion schlussendlich eine Kühlung erreicht. Je nach Blickwinkel kann nun der ursprüngliche Ansatz der Heilpflanzenwirkung (wärmend) oder aber dessen Folge (kühlend) als Richtpunkt für die Bestimmung der Heilpflanzenqualitäten beigezogen werden. Daraus entstehen unterschiedliche Qualitätsbeurteilungen, je nachdem, ob sich die jeweiligen Angaben auf die Erst- oder auf die Folgewirkung beziehen. Cholagoga wie Löwenzahn werden daher in einigen Quellen als wärmend, in anderen als kühlend bewertet.

Die gleiche Problematik besteht bei vielen ausscheidungsfördernden Heilpflanzen, also z.B. bei Aquaretika, Diaphoretika und Emetika.

Um diesen Gegebenheiten Rechnung zu tragen, werden in diesem Buch die Erstwirkungen aufgeführt, was durchaus zur Folge haben kann, dass Unterschiede zu anderen Veröffentlichungen (welche ihrerseits sowieso bereits bestehen) auftreten. Aus Sicht der Autoren ist es sinnvoll, als Wirkungsvermögen einer Heilpflanze zu beschreiben, was diese im Körper bewegt oder welche Impulse sie generieren kann. Eine mögliche Folgereaktion darauf zu beschreiben, die bei einigen Patienten unter Umständen gar nicht eintritt, erscheint uns wenig sinnvoll.

### **Sekundäre Qualitäten**

Auch die zweite Gruppe von Eigenschaften wird mit den menschlichen Sinnen wahrgenommen, dabei unterscheidet man traditionell verschiedene Geschmacksrichtungen sowie die Festigkeiten „dick“, „mittel“ und „dünn“. Der Geschmack einer Pflanze oder eines Nahrungsmittels ist ein wichtiges Werkzeug, um das Wirkungsvermögen zu ermitteln.

### **Tertiäre, okkulte Qualitäten**

Diese Eigenschaften lassen sich nicht direkt sensorisch herleiten, sondern sind erst therapeutisch nach einer gewissen Anwendungsdauer erfassbar.

## 1.2 Bestimmung der humoralen Qualitäten von Heilpflanzen

Aspekte 1. Ranges sind:

- Erkenntnisse aus der therapeutischen Anwendung  
(Welche Impulse vermag eine Heilpflanze zu geben, was vermag sie zu bewegen, zu vermindern...)
- Sinneswahrnehmung: Geschmack, Geruch
- Modifizierung durch Wahl des Pflanzenteils und der Zubereitungsform/-art  
(Galenik)

Aspekte 2. Ranges sind in der traditionellen Literatur auftretende, weniger verlässliche Kriterien wie Aussehen, Farbe, Standort, Verhalten oder auch herbalastrologische Aspekte. So sind beispielsweise Pflanzen mit roten Teilen (wie Chili) tendenziell wärmer als blaue oder weiße Pflanzen. Kühle Ausnahmen wie Mohn zeigen jedoch die Unzuverlässigkeit dieses Kriteriums. Gleichmaßen sind Wasserpflanzen oder am Wasser wachsende Pflanzen (wie die Weide) tendenziell eher kühl. Allerdings gibt es diesbezüglich ebenfalls Ausnahmen wie z.B. Kalmus.

Die Schlüsselkriterien lauten schlussendlich:

<b>Bezüglich Wärmequalität</b>	Die Pflanze vermag Reaktionen anzustoßen, welche die Wärmeprozesse anregen, steuern und aufrechterhalten.
<b>Bezüglich Feuchtigkeitsqualität</b>	Die Pflanze bringt entweder Feuchtigkeit in den Körper oder vermag im Körper Reaktionen anzustoßen, welche die Feuchtigkeitsprozesse unterstützen oder austrocknende Wärmeprozesse dämpfen.

## 1.3 Zuordnung zu den drei übergeordneten Therapieprinzipien

Die Klassifizierungen nach säfteoptimierenden, säftebewegenden und säfteableitenden Wirkungskriterien ist für die Therapiewahl ausschlaggebend – aber nicht einfach, da sich diese drei Aspekte teilweise gegenseitig bedingen und überschneiden.

**Säfteoptimierendes Wirkungsvermögen und Heilpflanzenbeispiele**

<b>Erste Kochung fördernd</b>	Magentonisierend, appetitanregend, allgemein verdauungsfördernd	Karminativa, Digestiva, Stomachika wie Tausendgüldenkrout
<b>Zweite Kochung fördernd</b>	Leber-Gallenfunktion anregend, Pankreasfunktion anregend	Cholagoga: Choleretika, Cholekinetika wie Artischocke
<b>Dritte Kochung fördernd</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Blutverteilungsfördernd</li> <li>– Stärkend, allgemein tonisierend</li> <li>– Aufbauend, nährend</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Ginkgo, Schafgarbe</li> <li>– Roboranzen, Tonika wie Kalmus</li> <li>– Adaptogena wie Taigawurz</li> </ul>

### Säfteoptimierendes Wirkungsvermögen und Heilpflanzenbeispiele

In der praktischen Anwendung ist die Differenzierung der einzelnen Kochungsschritte nur schwer möglich, da es sich um einen gesamtheitlichen Prozess handelt. In den folgenden Monografien wird daher in den meisten Fällen diesbezüglich keine Differenzierung gemacht.	
Wärmend	Rosmarin, Meerrettich
Kühlend	Antiphlogistika, Refrigeranzien, Febrifuga wie Weide
Befeuchtend	Muzilaginosa wie Eibisch
Trocknend	Adstringenzien wie Tormentill
Verdickend	Koagulanzen wie Carrageen
Verdünnend, zerteilend (z.B. zähe Feuchtigkeit)	Diluenzien, Expektoranzien wie Fenchel
Erweichend	Emollenzien wie Eibisch
Beruhigend	Nervina wie Melisse
Organfunktionsstärkend	Lunge – Huflattich Herz – Weißdorn Leber – Mariendistel Milz – Erdrauch Gebärmutter – Beifuß Niere – Goldrute Psyche und Gehirn – Johanniskraut

### Säftebewegendes Wirkungsvermögen und Heilpflanzenbeispiele

Aktivierend, tonisierend	Tonika wie Rosmarin
Krampflösend, entspannend	Antispasmodika/Spasmolytika, Relaxanzien wie Pestwurz
Blutfluss-, durchblutungsfördernd	Schafgarbe, Ginkgo
Venösen-Rückfluss-fördernd	Roskastanie
Lymphflussfördernd	Lymphagoga wie Steinklee

### Säfteableitendes Wirkungsvermögen und Heilpflanzenbeispiele

Leber-Galleanregend	Cholagoga: Cholekinetika, Choleretika, Cholezystokineta wie Schöllkraut
Abführend	Laxanzien, Purganzien wie Faulbaum
Blähungstreibend	Karminativa wie Kümmel
Harttreibende Mittel	Diuretika (besser: Aquaretika) wie Birke
Schweißtreibend	Diaphoretika wie Linde
Menstruationsanregend	Emmenagoga wie Beifuß

Erbrechen auslösend (heute nicht mehr üblich)	Emetika wie Brechwurz
Auswurfördernd	Expektoranzien wie Fenchel
Speichelflussfördernd	Salivanzien wie Kalmus
Niesreizfördernd (heute nicht mehr üblich)	Sternutatoria wie Schlüsselblume (Wurzel)
Wurmtreibend	Anthelminthika wie Wermut
Reizend, blasenziehend auf der Haut	Rubefazienzen, Vesikatoria wie Meerrettich

## 1.4 Überprüfung und Neubestimmung der Heilmittelqualitäten

Die wichtigste aktuelle Aufgabe ist es, das humoralmedizinische Wissen an die Bedürfnisse und Gegebenheiten unserer Zeit anzupassen.

Eine unreflektierte Übernahme der antiken und mittelalterlichen Heilpflanzenqualitäten erscheint nicht sinnvoll. Neben den widersprüchlichen Angaben der Wirkungskriterien in den alten Quellen sind auch Gesundheitssituation, Konstitution und Reizempfindlichkeit keine fixen Konstanten. Sie sind abhängig von unterschiedlichsten Faktoren wie Zeitgeist, Klima, sozialen Aspekten u.a. Ebenso haben sich Ernährung und Lebensumstände wie auch die Beschaffenheit der Heilmittel verändert.

Bei der Sichtung der überlieferten Heilpflanzenqualitäten erstaunt beispielsweise die große Menge an wärmenden und trocknenden Heilpflanzen – befeuchtende und kühlende Qualitäten sind eher rar.

Das feucht-kalte Wetter unserer Klimazone war als pathogener Faktor für unsere Vorfahren viel gravierender als für heute lebende Menschen. Geheizte Räumlichkeiten, verändertes Essverhalten und ein komplett andersartiger Lebensstil sind nur einige Beispiele für veränderte Grundvoraussetzungen, die in unserer Zeit auch für die Anwendung von Heilpflanzen bestimmend sind. Therapeuten stehen heute nicht selten vor der Aufgabe, das physiologische Feuchtigkeitsprinzip von Patienten zu unterstützen oder aufzubauen, obwohl aufgrund Über- und Fehlernährung unphysiologische Feuchtigkeit häufig im Übermaß vorhanden ist.

Aus diesem Grunde ist es notwendig, alle traditionellen Qualitätsbestimmungen zu überdenken, zu überprüfen und gegebenenfalls anzupassen.

Eine zeitgemäße Beurteilung der Heilpflanzen fordert flexibles Denken sowie Wahrnehmungs- und Experimentierfreudigkeit in der praktischen Anwendung.

Die Humoralmedizin hat sich im Laufe ihrer Geschichte ständig gewandelt und an neue Erkenntnisse angepasst, was auch in Gegenwart und Zukunft weiterhin notwendig ist und sein wird. In diesem Sinne sind die qualitativen Angaben in den folgenden Monografien als „Ausgangswert“ zu interpretieren.

## 1.5 Weitere Erläuterungen zu den Monografien

### Botanik

Die Familienzugehörigkeit der einzelnen Heilpflanzen wird nach aktuellstem Stand beschrieben. Da sich die systematische Botanik diesbezüglich jedoch momentan in einem großen Umbruch befindet – in den letzten 10 Jahren wurden Hunderte von Pflanzen anderen Familien zugeteilt – sind in naher Zukunft weitere Veränderungen zu erwarten.

### Konstitutionsbezug

Viele Pflanzen werden, meist in Rezepturen mit synergistisch wirkenden weiteren Pflanzen und potenzierten Mitteln, in der Konstitutionstherapie verwendet. In dieser Rubrik werden die Konstitutionen in einer etwas modifizierten Terminologie des Konstitutionssystems nach Joachim Broy aufgeführt, bei denen die betreffende Pflanze eingesetzt werden kann.

### Zubereitung und Anwendung

Bei der qualitativen Beurteilung von Heilpflanzen spielen, wie erwähnt, auch Zubereitungsart, Darreichungsform und Anwendungsort eine Rolle.

In den folgenden Monografien werden, wenn nicht anders beschrieben, die Zubereitung der frischen Droge als Teeauszug beurteilt. Die entsprechenden Qualitäten sind also als „Ausgangswerte“ zu betrachten, welche je nach Auszugsmittel, Auszugsdauer, Anwendungsort etc. modifiziert werden können.

Ein Auszug aus Kamillenblüten kann z.B. je nach Auszugsdauer wärmer (kurzer Infus), kühler (langer Infus) zubereitet werden. Leinsamen als Kaltauszug besitzt schleimige, kühle – als Ölpressung sanft wärmende Qualitäten.

### Zubereitungsformen

Zusätzlich zu den in den Monografien beschriebenen Arzneimittelformen sind für viele Heilpflanzen auch weitere erhältlich, welche nur in Ausnahmefällen aufgelistet werden:

- *Urtinkturen*: Werden meist aus Frischpflanzen gewonnen und sind Ausgangsstoff für die Herstellung potenziierter Arzneien. Übliches Symbol: Ø
- *Gemmomazerate*: In Alkohol und Glycerin ausgezogene teilungsaktive Bestandteile (Knospen oder Wurzelspitzen) von Heilpflanzen.
- *Spagyrika*: Die klassische Spagyrik nach Zimpel kennt die drei Zubereitungsschritte Gärung, Destillation und Veraschung.  
Durch die spezifische Zubereitung wird der energetische Aspekt der Heilpflanze erhöht – dabei entfallen allfällige Toxizität, mögliche Nebenwirkungen und Kontraindikationen. Es existieren noch weitere, andersartige spagyrische Herstellungsverfahren.
- *Potenzierte Arzneien*: Siehe Einleitung zu diesem Thema (S. 343).
- *Anthroposophika*: Die Herstellungs- und Anwendungsweisen dieser Arzneimittelgruppe überschneiden sich mit einzelnen Aspekten der Heilpflanzenkunde, Spagyrik und Homöopathie. Einige Zubereitungsmethoden, z.B. die Herstellung vegetabilisierter Metalle wie auch die zugrunde liegende Philosophie sind spezifisch anthroposophisch.

- ➔ *Blütenessenzen*: Pflanzenauszug nach dem spezifischen Verfahren von E. Bach.
- ➔ *Reine ätherische Öle*: Verwendung in der Aromatherapie und in der Heilpflanzenkunde, vor allem für äußerliche Anwendungen.

### Allgemeine Hinweise zur Dosierung

Folgende Informationen sind als „Faustregeln“ zu betrachten und müssen für die praktische Anwendung unbedingt angepasst werden.

Zubereitungsart	Anweisung und Dosierung	Besonderes
<i>Teezubereitung als Infus</i> (mit getrockneten Teedrogen, bei frischen Heilpflanzen wird die Menge verdoppelt)	1–2 TL pro Tasse mit heißem Wasser übergießen, 5–10min ziehen lassen.	Üblichste Form der Teezubereitung – häufig auch als „Kompromiss“ gewählt für Mischungen mit unterschiedlich zuzubereitenden Bestandteilen.
<i>Teezubereitung als Mazerat</i>	1–2 TL pro Tasse mit kaltem Wasser übergießen und bei Blatt- und Blütendrogen 1–2, bei Wurzel- oder harten Fruchtndrogen 6–8 Stunden ziehen lassen.	Speziell für empfindliche Pflanzenteile/ Inhaltsstoffe (z.B. Schleimstoffe), ebenso um gewisse unerwünschte Inhaltsstoffe (z.B. Gerbstoffe) möglichst nicht in Lösung zu bringen.
<i>Teezubereitung als Dekokt</i>	1–2 TL pro Tasse mit kaltem Wasser ansetzen, aufkochen und je nach Teedroge 5–30 Minuten köcheln lassen.	Für harte Pflanzenteile wie Hölzer, Früchte oder Samen. Viele empfindliche Inhaltsstoffe gehen dabei verloren.
<i>Tinktur/Urntinktur</i>	3 x 15–25 Tropfen täglich für Erwachsene in etwas Wasser einnehmen, Einnahmemodalität (vor, während, nach dem Essen) hängt von der verwendeten Heilpflanze ab.	
<i>Spagyrika</i>	3 x 2–3 Sprühstöße oder 3 x 5–7 Tropfen täglich für Erwachsene, je nach Heilmittel.	
<i>Gemmomazerat</i>	3 x 2–3 Sprühstöße tgl. für Erwachsene.	
<i>Blütenessenzen</i>	4 x 4 Tropfen tgl. des Einnahmefläschchen in etwas Wasser.	

## 1.6 Monografien

**ACHILLEA MILLEFOLIUM – GEMEINE SCHAFGARBE**

Familie	Asteraceae – Korbblütler
Synonyme	Tausendblättchen, Achilleskraut, Bauchwehkraut, Frauenkraut, Frauendank, Augenbraue der Venus ( <i>Supercilium veneris</i> ), Soldatenkraut, Blutstillkraut u. a.
Botanik	Ausdauernde, krautige Pflanze
Vorkommen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Europa, Nordamerika, Nordasien, weltweit kultiviert</li><li>• Auf trockenen Wiesen, an Acker-/Wegrändern, als Pionierpflanze</li></ul>





<b>Millefolii herba/flos – Schafgarbenkraut/-blüte</b>	
Humorale Qualitäten/ Geschmack	Warm 1–2, trocken 1 Bitter, leicht salzig und herb
Wirkungskriterien	<p><b>Säfteoptimierend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fördert die Coctio</li> <li>• Wärmend, tonisierend, verdünnend</li> <li>• Vermindert zähe Feuchtigkeit</li> </ul> <p><b>Säftebewegend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Venentonisierend</li> <li>• Blutzirkulationsanregend</li> </ul> <p><b>Säfteableitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übermäßige Gelbgalle, GG-Schärfen</li> </ul>
Konstitutionsbezug	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sanguinogene Konstitution</li> <li>• Plethorische Konstitution</li> <li>• Cologene Konstitution</li> <li>• Gastrische Konstitution</li> <li>• Endokrin-vegetative Konstitution</li> </ul>
Humorales Wirkungsprofil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erwärmt, öffnet den Magen, die Leber, Gebärmutter und reguliert ihren Tonus</li> <li>• Leitet übermäßige Gelbgalle und GG-Schärfen über die Leber ab</li> <li>• Harmonisiert die Blutwärme und reguliert so den Tonus der Gefäße v.a. im venösen Schenkel und fördert damit den venösen Abfluss aus den Geweben</li> </ul>
Zusammenfassung	<p><b>Bei Kochungsstörungen, Blutzirkulationsstörungen und venösen Stauungen</b></p> <p>Die Wirkungsweise der Schafgarbe lässt sich mit dem Begriff „Harmonisierung“ zusammenfassen. Dies erreicht sie primär über die Regulation der Wärmequalität der Säfte, womit sie sekundär den Tonus der Gewebe ausgleicht. In der Summation bewirkt das die Optimierung vieler unterschiedlicher Funktionen in sämtlichen Organsystemen. Sowohl hyper- als auch hypokinetische Zustände werden in ihr physiologisches Maß zurückgeführt.</p> <p>Damit ist ihr therapeutisches Einsatzgebiet sehr breit gefächert. Sie kann immer dann verordnet werden, wenn pathologische Abweichungen der Blutqualität und Störungen in der Tonusregulation pathophysiologische Grundlage der aktuellen Krankheit und der konstitutionellen Situation sind.</p>
Inhaltsstoffe	Ätherische Öle, Bitterstoffe, Gerbstoffe, Flavonoide
Phytotherapeutische Wirkungen	Entzündungshemmend, krampflösend, karminativ, appetitanregend, leber-galleanregend, keimhemmend, blutzirkulationsfördernd, menstruationsregulierend Äußerlich: Wundheilend

<b>Millefolii herba/flos – Schafgarbenkraut/-blüte</b>	
Nebenwirkungen/ Interaktionen	Allergenes Potenzial (Korbblütler)
Zubereitungsformen (innerlich/äußerlich)	Tee, Tinktur, Ø, Spagyrika, Presssaft, Wildkräuterküche Äußerlich: Umschlag, Salbe, Bad
Indikationen	Verdauungsstörungen, Appetitlosigkeit, Leber-Gallenfunktionsschwäche, Magen-Darmkrämpfe, übermäßige oder schwache Menstruationsblu- tung, Menstruationskrampf Äußerlich: Wunden
Kontraindikationen	Korbblütlerallergie
Sonstiges	Eine der ältesten Heilpflanzen (60 000 Jahre alte Funde in einem iranischen Grab) <b>Mythologie:</b> Chiron, der heilkundige Zentaur, soll Achilles die wundhei- lende Pflanze gezeigt haben. <i>Griechischer Mythos</i>

**ACORUS CALAMUS – KALMUS**

Familie	Acoraceae – Kalmusgewächse
Synonyme	Magenwurz, Ackerwurz, Gewürzkalamus, Deutscher Ingwer, Schwanenbrot, Himmelsbrot u.a.
Botanik	Ausdauernde, krautige Sumpfpflanze mit fingerdicken Rhizomen
Vorkommen	<ul style="list-style-type: none"><li>• Asien, Europa, Sibirien, Nordamerika</li><li>• An Teichrändern, Gräben, in Sümpfen</li></ul>



<b>Calami rhizoma – Kalmuswurzelstock</b>	
Humorale Qualitäten/ Geschmack	Warm 2–3, feucht 1 (nach anderen Quellen trocken) Scharf, bitter
Wirkungskriterien	<p><b>Säfteoptimierend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fördert die Coctio</li> <li>• Allgemein tonisierend, wärmend, öffnend, verdünnend</li> <li>• Erwärmt kalte Feuchtigkeit</li> </ul> <p><b>Säftebewegend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feuchtigkeit</li> </ul> <p><b>Säfteableitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übermäßige Gelbgalle, GG-Schärfen</li> <li>• Übermäßige Schwarzgalle, SG-Schärfen</li> </ul>
Konstitutionsbezug	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lymphatisch-hyperplastische Konstitution</li> <li>• Lymphatisch-hypoplastische Konstitution</li> <li>• Katarrhalisch-rheumatische Konstitution</li> <li>• Hydrogenoide Konstitution</li> <li>• Skrofulose, beide Formen</li> </ul>
Humorales Wirkungsprofil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterstützt die Erwärmung und Kochung von rohem Phlegma und damit die Energiebildung</li> <li>• Erwärmt und zerteilt zähe Feuchtigkeit v.a. in den Atem- und Verdauungswegen</li> <li>• Erwärmt, öffnet und entstaut Magen, Leber, Milz und erhöht ihren Tonus</li> <li>• Lymphflussfördernd, besonders bei entsprechender Symptomatik im Bereich des Kopflymphsystems</li> <li>• Leitet übermäßige Gelbgalle, Schwarzgalle und deren Schärfen ab</li> </ul>
Zusammenfassung	<p><b>Bei Kälte- und Feuchtigkeitspathologien, Skrofulose</b></p> <p>Das Wirkungsspektrum des Kalmus ist sehr breit gefächert: Einerseits ermöglicht er durch eine effiziente Durchführung aller Kochungen eine erhöhte <i>Bereitsstellung von Energie und Substanz</i>, welche bei allen Zuständen infolge Wärme- und Feuchtigkeitsmangel zum Tragen kommt. Andererseits bringt er in <i>Bewegung</i>, was durch fehlenden Wärmereiz oder Stauung stockt. Dieser Wirkungsaspekt ist im Bereich des Kopflymphsystems besonders deutlich ausgeprägt.</p>
Inhaltsstoffe	Ätherische Öle, Bitterstoffe, Gerbstoffe, Schleimstoffe
Phytotherapeutische Wirkungen	Verdauungsfördernd, krampflösend, karminativ, sekretionsanregend, entzündungswidrig im Verdauungstrakt Äußerlich: Durchblutungsanregend
Nebenwirkungen/ Interaktionen	Selten Brechreiz erregend