

# PHYTO

*Therapie*  
**AUSTRIA**

www.phytotherapie.at

www.phyto-austria.at

Die Zeitschrift der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie

**Schwerpunktthema:**

**Phytotherapie in der Gynäkologie ▶ S.4**

**Pflanze des Monats:**

**Die Schafgarbe (*Achillea millefolium* s.l.) ▶ S.8**

**Mitteilungen der Gesellschaft und Termine ▶ S.16 / Gewinnspiel ▶ S.10**



**5 FIVE**  
**NF**  
**NOW OPERATED**  
**BY FIVE-NF.TV**  
GmbH



Medizinischer  
Pharmazeutischer  
Verlag



Ein österreichisches Unternehmen  
seit über 40 Jahren

# Buch*aktuell*

Kompetenz und Erfahrung  
online und in unserer Buchhandlung



Symbolfoto

## Der neue Fachkommentar zum Österreichischen Arzneibuch 2013

Dieser Fachkommentar zum Österreichischen Arzneibuch und die **Neuaufnahme von 24 neuen Arzneitees** stellen ein optimales Bindeglied zwischen der langen Tradition des ÖAB und den modernen Ansprüchen dar.

ISBN: 978-3-85200-225-5 € 13,20

Bestellen Sie Ihr Exemplar im Buch-Shop auf  
[www.buchaktuell.at](http://www.buchaktuell.at)!  
Wir liefern österreichweit porto- und spesenfrei!

## Buch*aktuell*

Spitalgasse 31A, 1090 Wien, Tel: 01/402 35 88-30  
Online-Buchhandlung: [www.buchaktuell.at](http://www.buchaktuell.at)

Wir liefern österreichweit porto- und spesenfrei!

## Am Schnittpunkt von Naturwissenschaft und Kunst

Botanischer Malkurs mit Margareta Pertl im  
Heilkräutergarten der Apotheke zum Löwen von  
Aspern

Termin: Samstag 22. und Sonntag 23. Juni 2013  
von 9 bis 17 Uhr

Preis: € 100,- für beide Kurstage

Ort: Apotheke zum Löwen von Aspern  
1220 Wien, Groß-Enzersdorferstraße 4  
T 01/2821382

[www.apo-aspern.at](http://www.apo-aspern.at)

Anmeldung: per e-mail an [office@denkraumdonaustadt.at](mailto:office@denkraumdonaustadt.at)  
(maximale TeilnehmerInnenzahl: 14 Personen)

In Kooperation mit der Zoologisch-Botanischen Gesellschaft in  
Österreich

Im Themenschaugarten auf der Dachanlage der Apotheke zum  
Löwen von Aspern, in welchem rund 130 Arzneipflanzen wachsen,  
wird die traditionsreiche, teilweise in Vergessenheit geratene, klö-  
sterliche Heilkunst veranschaulicht.

Diese blühende und duftende Oase bietet den BesucherInnen  
nicht nur einen Ort der Kontemplation sondern wird auch zur Ver-  
mittlung von Bildungs- und Kunstthemen genützt.

Unter der fachkundigen Anleitung von Margareta Pertl bekom-  
men die KursteilnehmerInnen in einem zweitägigen Malkurs eine  
Einführung in Theorie und Praxis der wissenschaftlich botanischen  
Illustration. Heilpflanzen werden beobachtet, gezeichnet, aquarel-  
liert und in verschiedenen Techniken dargestellt.

Für Interessierte am Malkurs gibt Frau Pertl am 3. Mai 2013 ab 17  
Uhr im Seminarraum der Apotheke zum Löwen von Aspern ko-  
stenlos eine Einführung in die Technik der Botanischen Malerei

## SECOND ANNOUNCEMENT



61<sup>st</sup> International Congress and Annual  
Meeting of the Society for Medicinal  
Plant and Natural Product Research (GA)

including Presymposium  
European Cooperation in Science and Technology (COST 1006)  
Challenges and Limitations in Metabolic Pathway Engineering  
of Secondary Natural Products

September 1 – 5, 2013  
Münster, Germany



WESTFÄLISCHE  
WILHELMS-UNIVERSITÄT  
MÜNSTER

[www.ga2013.org](http://www.ga2013.org)

# Editorial

*„Lernen Sie die unglaubliche Kraft der wilden Kräuter kennen...“*

## Liebe Leserin, lieber Leser!



*Gerade bin ich im Internet an dieser dynamischen Einladung hängen geblieben. Ja, überall grünt und blüht es, und allerorten kann man sich bei Kursen und Führungen über Kräuter und deren Kräfte belehren lassen! Es ist zwar sehr erfreulich, wenn sich auch Laien wieder zunehmend für Wildkräuter und Heilpflanzen interessieren. Aber - so schreibt der Botanikarzt Leonhart Fuchs schon 1543, also vor 470 Jahren, in seinem New Kreüterbuch - „ob schon einer vil kreüter kent/so würdt er dannest noch lang kein artzt sein“.*

*Und daran denkt man, wenn man z. B. bei einer Führung mit einer Kräuterpädagogin erfährt, dass „Rotklee Flügel verleiht und 2 bis 3 Blüten davon Hormontabletten ersetzen, dass Brennnessel gut ist gegen Glatzenbildung, bei Venenproblemen und bei Bluthochdruck“, dass also doch gegen jede Krankheit ein Kraut gewachsen ist!*

*Wess´ Herz voll ist, dem geht der Mund über - Begeisterung für das Grüne ist schön, wenn aber Falsches und zuviel versprochen wird, kann das auch Schaden anrichten und die „Kraft der Kräuter“ und damit die Phytotherapie insgesamt in Misskredit bringen.*

*Noch einmal Leonhart Fuchs, als Rektor der Universität Tübingen an seine Mediziner-Kollegen: sie sollten „...zur Sommerszeit mit den Medizinstudenten die Felder und Berge öfters besuchen und dabei das Aussehen der Pflanzen beobachten und ihnen ihre lebendige Anschauung vermitteln, und nicht die Kenntnis der Heilpflanzen.... den einfältigen Kräuterweibern überlassen.“\* Das war allerdings 1538, und heute würden wir uns hüten, verschiedene Kräuterkundige und (sich selbst so bezeichnende) Kräuterhexen in dieser Weise zu apostrophieren. Aber viele Beispiele zeigen, dass Kritik angebracht ist.*

*Seriöse Information über „die Kraft der wilden Kräuter“, besonders durch Arzt und Apotheker, erscheint deshalb heute mindestens ebenso wichtig wie vor 500 Jahren. Nützen wir jede Gelegenheit, dazu beizutragen!*

*Hoffentlich kommen Sie selbst auch dazu, in dieser Sommerszeit frische, lebende Arzneipflanzen zu „begreifen“ und sich daran zu erfreuen –*

*das wünscht Ihnen*

*mit besten Phyto-Grüßen*

*Ihr*

*Wolfgang Kubelka*

[wolfgang.kubelka@univie.ac.at](mailto:wolfgang.kubelka@univie.ac.at)

\* im Original lateinisch

## Impressum

[www.phyto-austria.at](http://www.phyto-austria.at)

**Herausgeber:** Medizinisch pharmazeutischer Verlag/in Kooperation mit FIVE-NF GmbH gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie. **Medieninhaber (Verleger):** MPV Medizinisch pharmazeutischer Verlag GmbH, Kutschergasse 26, 1180 Wien, Tel: 0676 3759859, E-Mail: [redaktionsbuero@five-nf.tv](mailto:redaktionsbuero@five-nf.tv) **Geschäftsführer:** DI (FH) Gunther Herzele. **Redaktion:** Karin Herzele. **Fachredaktion:** Univ.-Prof. Dr. W. Kubelka, Univ.-Doz. Dr. R. Länger, Univ.-Doz. Dr. H. Pittner. **Fotos:** Kubelka, Länger, Saukel. **Titelbild:** *Achillea millefolium* s.l. **Layout & Grafik:** FIVE-NF GmbH. **Anzeigenverkauf:** FIVE-NF GmbH, Kutschergasse 26, 1180 Wien, Tel: 0676 3759859, E-Mail: [contact@five-nf.tv](mailto:contact@five-nf.tv) **Druck:** AV + Astoria Druckzentrum GmbH, Faradaygasse 6, 1030 Wien. Abopreis für 6 Ausgaben 2013: Euro 36,-.

Das Medium „Phytotherapie Austria“ (ISSN 1997-5007) ist für den persönlichen Nutzen des Lesers konzipiert und beinhaltet Informationen aus den Bereichen Expertenmeinung, wissenschaftliche Studien und Kongresse sowie News. Namentlich gekennzeichnete Artikel und sonstige Beiträge sind die persönliche und/oder wissenschaftliche Meinung des Verfassers und müssen daher nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. Diese Beiträge fallen somit in den persönlichen Verantwortungsbereich des Verfassers. Der Inhalt von entgeltlichen Einschaltungen und Beilagen sowie Angaben über Dosierungen und Applikationsformen liegen außerhalb der Verantwortung der Redaktion oder des Verlages und sind vom jeweiligen Anwender im Einzelfall auf ihre Richtigkeit zu überprüfen.

**Copyright:** Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt, verwertet oder verbreitet werden. Nachdruck oder Vervielfältigung – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. **Wissenschaftliche Beiräte:** Univ.-Prof. Dr. R. Bauer, Graz; Univ.-Prof. Dr. E. Beubler, Graz; Univ.-Prof. Dr. G. Buchbauer, Wien; Prof. Dr. V. Fintelmann, Hamburg; Univ.-Prof. Dr. Ch. Franz, Wien; Univ.-Prof. Dr. Th. Kartnig, Graz; Univ.-Prof. Dr. h. c. B. Kopp, Wien; Univ.-Prof. Dr. W. Marktl, Wien; Univ.-Prof. Dr. A. Prinz, Wien; Univ.-Prof. Dr. R. Saller, Zürich; Univ.-Prof. Dr. Dr. h. c. H. Schilcher, München; Univ.-Prof. Dr. V. Schulz, Berlin; Univ.-Prof. Dr. H. Stuppner, Innsbruck; Univ.-Prof. Dr. H. Wagner, München; Univ.-Prof. Dr. M. Wichtl, Mödling; Univ.-Prof. Dr. K. Widhalm, Wien.



# Phytotherapie in der Gynäkologie

**P**hytotherapie in der Frauenheilkunde hat eine lange Tradition und erfreut sich bei der Behandlung von endokrinologischen Funktionsstörungen, von Entzündungen des äußeren Genitales und der ableitenden Harnwege und im Bereich der Geburtsvorbereitung und Geburtshilfe zunehmender Beliebtheit. Dabei ist das Einsatzgebiet innerhalb der Fachrichtung begrenzt und zumeist auf milde und moderate Krankheitsbilder und Befindlichkeitsstörungen beschränkt.



Hirtentäschel

Abgesehen von den traditionell eingesetzten Arzneipflanzen (Schafrgarbe, Hirtentäschel, Kamille, Frauenmantel, etc.) gibt es zwei Pflanzen (*Vitex agnus-castus* und *Actaea racemosa*), die mit guter klinischer Evidenz bei zwei sehr häufigen Symptomkomplexen, dem Prämenstruellen Syndrom (PMS) und dem Klimakterium eingesetzt werden. Hinzu kommt noch die Fülle der Nahrungsergänzungsmittel auf Basis der Isoflavone, die zumeist Extrakte aus der Sojabohne oder aus dem Rotklee enthalten. Für diese Präparate, bei denen es sich um keine zugelassenen Phytotherapeutika handelt, existieren unzählige Studien, die allerdings

aufgrund der Verschiedenheit in den Extrakten und in den untersuchten Kohorten schwer vergleichbar und somit auch zu werten sind. Isoflavone besitzen milde östrogenartige Wirkung und haben hohe Affinität zu  $\beta$ -Östrogenrezeptoren. Somit wird diesen Verbindungen eine selektive Östrogen-artige Wirkung zugeschrieben. Ob diese „Phytoöstrogene“ allerdings auch ihrem Marketing als „Jungbrunnen“ gerecht werden, bleibt dahingestellt.

In den 1990-er Jahren kam es zu einem regelrechten Boom der Hormonersatztherapie (HRT) bei der Behandlung von Beschwerden im Klimakterium, speziell Hitzewallungen, Depressionen, Libidoverlust und Schlafstörungen. Hinzu kam die nachweisliche Wirksamkeit als Prophylaxe der postmenopausalen Osteoporose.

Mit der WHI (World Health Initiative)-Studie 2002 kam aber eine allgemeine Ernüchterung, da ein Anstieg der Mammakarzinomrate bei HRT-Patientinnen im Alter von 50 bis 79 Jahren beobachtet wurde. Die Stichhaltigkeit und Aussagekraft dieser Studie wird heute von Fachleuten kontrovers diskutiert, nicht zuletzt deshalb, weil aktuelle Studien sogar eine Verminderung der Brustkrebsfälle bei Einsatz einer Östrogenmonotherapie im Klimakterium belegen.

Seither werden Wechseljahrsbeschwerden häufig und mit Erfolg mit Extrakten der Traubensilberkerze behandelt. Die Traubensilberkerze (Wanzenkraut, engl. black cohosh, früher *Cimicifuga racemosa*, jetzt *Actaea racemosa*) ist in Nordamerika heimisch und gehört zu



Schafrgarbe



Univ.-Doz. DDr. Ulrike Kastner

der Familie der Hahnenfußgewächse. Arzneilich verwendet wird der getrocknete Wurzelstock. Die Droge enthält Triterpenglykoside, wie Actein und Cimicifugosid. Das endokrinologische Wirkprofil des Extraktes ist in vivo, im Tierversuch an adnex-



Frauenmantel

ektomierten Ratten und in klinischen Studien an Patientinnen mit klimakterischen Beschwerden mehrfach untersucht worden. Im Gegensatz zu den synthetischen Östrogenen, welche FSH, LH und die Prolaktinfreisetzung beeinflussen, reduziert der untersuchte Traubensilberkerzenextrakt nur die LH-Konzentrationen.

Östrogenbindungsuntersuchungen in vitro haben gezeigt, dass keine stimulierende Wirkung auf östrogen-sensible Zellen durch das Extrakt aus der Traubensilberkerze ausgelöst wird und in vitro eine antiproliferative und damit sogar schützende Wirkung im Hinblick auf das Mammakarzinom

besteht. Somit qualifiziert sich diese Droge als echte Alternative zu einer synthetischen Hormontherapie, wobei die zusätzlich gute Wirkung auf die begleitenden psychischen Symptome hervorzuheben ist. Die Dosierung liegt bei 40mg Drogenäquivalent/die, die Nebenwirkungsrate ist gering. Wegen Berichten über Leberfunktionsstörungen bei der Einnahme von „Cimicifuga“ ist eine engmaschige Kontrolle der Leberfunktionsparameter bei Patientinnen mit Hepatopathien empfohlen. Als Ursache für diese Berichte, die sich sämtlich auf Nahrungsergänzungsmittel beziehen, werden Verfälschungen mit anderen *Cimicifuga*-Arten aus dem asiatischen Raum vermutet, die hinsichtlich Qualität und Reinheit keiner Kontrolle unterliegen. Bei den in Österreich zugelassenen Phytotherapeutika trat bislang keine derartige unerwünschte Wirkung auf.

Für eine ebenso endokrin ausgelöste Befindlichkeitsstörung, dem Prämenstruellen Syndrom (PMS) findet sich ein weiteres, gut geprüftes Phytotherapeutikum, hergestellt aus dem Mönchspfeffer. Die meist ab der 3. Lebensdekade auftretenden Symptome des PMS betreffen ca. 40 Prozent aller

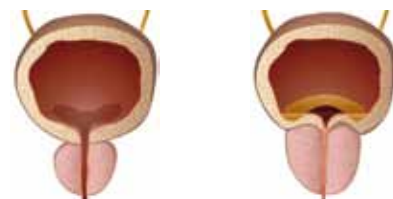


Mönchspfeffer

Frauen vor der Menopause. In der Lutealphase, wenige Tage vor der Regelblutung kommt es dabei zu psychischen Erscheinungen, wie Gereiztheit, Konzentrationsstörungen und Nervosität und auch zu somatischen Beschwerden, v. a. Unterleibsschmerzen, abdominellen Problemen (Völlegefühl, Flatulenz und Obstipation) und besonders schmerzhaften Mastodynien. Die Variabilität des Symptomkomplexes ist groß; oft, aber nicht immer, helfen Änderungen im Lebensstil (Stress-Management, Schlafhygiene, Ernährungsumstellung, etc.). Ist dennoch eine medikamentöse Therapie erforderlich, hat sich der Einsatz von Extrakten aus dem Mönchspfeffer (*Vitex agnus-castus*) bewährt. Bei der bis zu 6 m hohen Pflanze handelt es sich um einen sommergrünen Strauch, der im östlichen Mittelmeerraum beheimatet ist. Für die Extrakte werden die Früchte herangezogen, die als Hauptwirkstoffe Terpene mit Affinität zu Dopaminrezeptoren besitzen. Sie binden an dopaminerge D2-Rezeptoren in der Hypophyse und hemmen dadurch die Prolaktinausschüttung aus den laktotropen Zellen. Somit erklärt sich die Wirkung beim PMS, das mit einer vorübergehenden Prolaktinhypersekretion einhergeht. Bei 80 Prozent der von PMS betroffenen Frauen ist eine Therapie mit *Vitex agnus castus* ausreichend. Die Behandlungsdauer mit 40 bis 60mg Drogenäquivalent/die sollte während der ersten 3 Monate täglich erfolgen, danach vor allem in der zweiten Zyklushälfte. Das Nebenwirkungsprofil ist gering, die Verträglichkeit sehr gut. Bei sehr

## Probleme beim Wasserlassen

- **Gutartige Vergrößerung der Prostata (BPH)**  
aufgrund hormonbedingtem Wachstum der Zellen
- **Einengung der Harnröhre** mit  
Auswirkungen auf das **Miktionsverhalten**



gesunde Prostata      vergrößerte Prostata

- **Symptome BPH:**
  - verzögertes Einsetzen der Miktion
  - Abschwächung des Harnstrahls
  - Gefühl unvollständig entleerter Blase
  - häufiger Harndrang, auch in der Nacht

## Unbeschwertes Wasserlassen



### ! Lösung

- **Einzigartig als diätetisches Lebensmittel**
  - + **Sägepalm-Extrakt 320 mg**  
(in Studien belegte Tagesdosis)
  - Verbesserung der Miktionsbeschwerden
  - + **Nährstoffe aus Granatapfel**  
reich an sekundären Pflanzeninhaltsstoffen
  - + **Selen**  
ein lebenswichtiges Spurenelement
- Nur 1 x **tägliche** Einnahme
- **Sehr gute Verträglichkeit**



Traubensilberkerze

schmerzhaften Perioden (Dysmenorrhö) kann auch auf traditionell verwendete Phytotherapeutika zurückgegriffen werden, wie z. B. das Gänsefingerkraut (*Potentilla anserinae herba*) mit einer empfohlenen Tagesdosis von 4 bis 6 g Droge. Bei Hypermenorrhö (überstarker Periode) gibt es positive Monographien zu Hirtentäschelkraut (*Bursae pastoris herba*) mit einer empfohlenen Tagesdosis von 10 bis 15g Droge.

Neben den genannten endokrinen Funktionsstörungen stellen vaginale Entzündungen (Pilzinfektionen oder bakterielle Vaginosen) und Entzündungen des äußeren weiblichen Genitales (Vulvitis) ein häufiges Problem in der gynäkologischen Praxis dar. Verschiedene Drogen mit Gerbstoffen (Eichenrinde, Zauberstrauchblätter und -rinde), mit antiphlogistischen Inhaltsstoffen (Kamillenblüten, Schafgarbenkraut) und mit ätherischen Ölen (Majoran, Thymian, Lavendel und Teebaum) werden in traditionell überlieferten Magistralrezepturen zu Sitzbädern, Spülungen, Ovula, Ölen und Salben verarbeitet. Dabei stellen Phytotherapeutika einen der drei Grundpfeiler dar (AAA - anogenitale Pflege, Antiseptika, Ansäuerung des Scheidenmilieus) und tragen mit antimikrobieller und granulationsfördernder Wirkung wesentlich zur Heilung bei. Im Rahmen der Schweizerischen Tagung für Phytotherapie 2002 wurde dieses Konzept von R. Widmer publiziert und traditionelle Rezepturen vorgestellt (siehe Kasten).

Ein ähnliches Netzwerk wäre auch für viele andere

Gerade die Schweiz hat hinsichtlich der Phytotherapie in der Frauenheilkunde eine Vorreiterrolle eingenommen. 2003 kam es zur Gründung des „Phyto-Gyni-Netzwerks“ Herbadonna als unabhängige Arbeitsgruppe der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie, wodurch eine Plattform für Ärzte, Apotheker und Hebammen zum Austausch von Erfahrungswissen auf diesem Gebiet geschaffen wurde.

klassische Indikationen der Phytotherapie wünschenswert, um traditionelles Wissen zu sammeln, zu reflektieren und zu bewerten und um die Ergebnisse einem breiten Anwenderpublikum und zukünftigen Generationen von Ärzten und Apothekern für die tägliche Praxis bereitzustellen.

vgl. S.16, Gründung der Arbeitsgruppe „Phyto-Rezepturen“ der ÖGPhyt

Dr. Ulrike Kastner  
FÄ für Kinder- und Jugendheilkunde  
Hauptstraße 21  
2344 Maria Enzersdorf  
[ulrike.kastner@stanna.at](mailto:ulrike.kastner@stanna.at)

## Rezepturen nach Dr. Regina Widmer

### Lavendel- oder Teebaum-Vaginalspülung

- ½ Liter Wasser
- 5 Tropfen ätherisches Öl von Lavendel oder Teebaum suspendieren
- als Zusatz zu Sitzbad oder Spülungen

### Vaginale Kräutercreme (Rezept nach Rina Nissim)

- Ricini oleum 2,5g
- Niaouli aeth. 0,25g
- Cypressi aeth. 0,5g
- Salviae aeth. 0,5g
- Matricariae ol. coct.\* 1,25g
- Ung. Hydrophili PM III ad 50,0g
- (Konservierungsmittel Parabene)

Oleum coctum heisst „gekochtes Öl“ (Mazerat). Beim «gekochten Kamillenöl» werden Kamillenblüten in Öl erwärmt, erhältlich über den Großhandel.

### Teebaum - oder Niaouli - Ovula

- Melaleucaae alternifoliae aeth. 3gtt
- (oder Melal. quinquenerv. aeth.3gtt)
- Witepsol ad 3g
- Vaginalmykosen: 10 Ovula
- HPV der Portio: 30 Ovula



Kamille

# WISSENSCHAFTLICHES PROGRAMM

## Phytotherapie - Praxis und Wissenschaft



Phytotherapie - Praxis und Wissenschaft

## 28. Südtiroler Herbstgespräche

24. - 27. Oktober 2013 in Bozen



Akkreditiert und förderbar durch die Österreichische Apothekerkammer

Wissenschaftlicher Leiter: Univ.-Prof. Mag. pharm. Dr. Wolfgang Kubelka

### Kongressorganisation:

Imperial Connection, Andrea Nidetzky  
Titelbild: Mag. pharm. Herwig Schmack

### Kongressbüro: Südtiroler Herbstgespräche

c/o Imperial Connection, Uetzgasse 23/3, 2500 Baden  
Tel: +43 664-419 02 16 Fax: +43 2252-25 43 27-5

[andrea@imperial-connection.at](mailto:andrea@imperial-connection.at)

[www.phytoherbst.at](http://www.phytoherbst.at)

### Donnerstag, 24. Oktober 2013:

- 08:00 Abfahrt zur Pharmakobotanischen Exkursion  
Leitung: Gruppe „Enzian“ Univ.-Doz. Dr. Reinhard LÄNGER, Wien  
Gruppe „Edelweiß“ Univ.-Prof. Dr. Johannes SAUKEL, Wien  
19:00 Kongresseröffnung mit Univ.-Prof. Dr. Renée SCHRÖDER, Wien  
RNA und Kräutergarten - meine Favoriten

### Freitag, 25. Oktober 2013:

- 09:00 Prostata und Phytopharmaka: Erwartungen und Evidenz  
Univ.-Doz. Dr. Michael RAUCHENWALD, Wien  
Pflanzliche Urologica: Selbstmedikation - Apotheker - Arzt  
Dr. Martin ADLER, Siegen  
Neuestes zu pflanzlichen Anti-Infektiva: antivirale, antibakterielle  
Wirkungen Univ.-Prof. Dr. Andreas HENSEL, Münster  
13:00 Mittagessen im Waltherhaus  
14:00 - 16:00 Workshop: Apothekeneigene Qualität  
Univ.-Prof. Dr. Sabine GLASL-TAZREITER, Wien  
Univ.-Doz. Dr. Reinhard LÄNGER, Wien

### Samstag, 26. Oktober 2013:

- 09:00 Phytotherapie bei Magen-Darm-Beschwerden  
Univ.-Prof. Dr. Reinhard SALLER, Zürich  
Wirksamkeit und Sicherheit pflanzlicher Laxantien: Flohsamenschalen,  
Senna & Co Dr. Christoph BACHMANN, Luzern  
11:00 - 12:45 Gesprächskreise mit den Vortragenden  
13:00 Mittagessen im Waltherhaus

### Sonntag, 27. Oktober 2013:

- 09:00 Phytotherapie beim älteren Patienten  
Univ.-Prof. Dr. Karen NIEBER, Leipzig  
Volksmedizin und Computer - eine Erfolgsgeschichte  
Univ.-Prof. Dr. Johannes SAUKEL, Wien  
Arzneistoffdesign am Computer - Spielerei oder Wissenschaft?  
Univ.-Prof. Dr. Gerhard F. ECKER, Wien

### Schlussdiskussion

- 13:00 Abschlusscocktail im Waltherhaus



Alle Vorträge finden im Haus der Kultur  
„Walther von der Vogelweide“,  
gegenüber vom Parkhotel Laurin statt.



Phytoneering by  
Bionorica®  
Natur trifft Forschung.

Bronchipret®  
und der  
Husten geht.

Die 2-fache Pflanzenkraft gegen  
Bronchitis und Husten.

Empfohlen  
von der DGP\*!



Thymian



Efeu





## Die Schafgarbe (*Achillea millefolium* s.l.)



**W**as bedeutet „s.l.“? Diese Abkürzung bedeutet im Zusammenhang mit einem botanischen Pflanzennamen „sensu lato“ (im weiten Sinne), oder auch „sensu latiore“ (im weiteren Sinne). Konkret für die Schafgarbe heißt dies: die Ausprägungen von Morphologie, Anatomie, Chromosomensatz und Inhaltsstoffen sind in diesem Verwandtschaftskreis derart komplex, dass auch Experten nicht immer jedes Individuum mit einem konkreten Artepithet (Art-Beinamen) bezeichnen können. Geschweige denn weniger Geübte, die wohl beim Pflanzenbestimmen nur bis zu ‚Schafgarbe‘ vordringen.

Zum *Achillea millefolium*-Formenkreis im weiten Sinne werden etwa die Kleinarten *A. setacea* (Feinblättrige Schafgarbe), *A. collina* (Hügel-Schafgarbe), *A. pratensis* (Wiesen-Schafgarbe), *A. pannonica* (Ungarische Schafgarbe), und auch die eigentliche Gewöhnliche Schafgarbe (*Achillea millefolium* s.str., sensu stricto, im engen Sinne) gezählt. Alles Arten, die einander äußerlich sehr ähnlich erscheinen, beim genauen Hinsehen aber doch deutliche Unterschiede aufweisen, nicht zuletzt auch im Chromosomensatz. Nicht zu diesem Formenkreis zählen Arten wie die gerne als Zierpflanze kultivierte Gold-Schafgarbe (*A. filipendulina*), die in den Kalkalpen verbreitete Steinraute (*A. clavenae*) oder die Sumpfschafgarbe (*A. ptarmica*).

Monographie von Schafgarbenkraut zählt aber auch die Wundbehandlung zu den anerkannten Indikationen, und so dürfte Achilleus diese Pflanze auf Anraten des Zentaur Chiron zum Stillen von Blutungen verwendet haben. In der Volksmedizin werden vor allem die rosa-blühenden Individuen, die bevorzugt in gebirgigen Regionen vorkommen, mit ‚Blut‘ in Verbindung gebracht. Die roten Blütenfarbstoffe tragen aber kaum zur Wirksamkeit bei.

Die starke entzündungshemmende Wirkung von Auszügen aus dem Schafgarbenkraut wird auf Sesquiterpenlaktone zurückgeführt. Dies sind Substanzen, die aus 15 Kohlenstoffatomen bestehen (sesqui- = lateinisch für andert-halb; Monoterpen: 10 C-Atome, Sesquiterpen: 15 C-Atome). Laktone sind Moleküle mit einer intramolekularen Estergruppe: eine Carboxylgruppe und eine räumlich nahestehende Hydroxylgruppe desselben Moleküls reagieren miteinander, es entsteht ein Ring im Molekül mit einer Esterstruktur. Diese Teilstruktur ist auch von toxikologischer Bedeutung: wenn am ersten C-Atom neben der Carboxylgruppe eine Methylenstruktur zu finden ist (=  $\alpha$ -Methylengruppe) und am dritten eine Hydroxylgruppe, welche die Laktonbindung verursacht (=  $\gamma$ -Lakton), dann sind die molekularen Voraussetzungen für allergene Eigenschaften gegeben. Sesquiterpene mit einer  $\alpha$ -Methylen- $\gamma$ -Lakton-Teilstruktur kommen nicht nur in manchen Kleinarten der Schafgarben, sondern auch in vielen anderen Arten aus der Familie der Korbblütler vor (Kreuzallergie!). Manche Sesquiterpenlaktone (so genannte Proazulene) verändern bei Hitzeeinwirkung ihre Molekülstruktur. So ist dann das destillierte ätherische Öl mancher Schafgarben-Kleinarten wie jenes der Kamille blau gefärbt. Diese Inhaltsstoffgruppe sowie Flavonoide, Betaine usw. machen die Schafgarbe zu einer vielseitig einsetzbaren, wertvollen Arzneipflanze.

Die starke entzündungshemmende Wirkung von Auszügen aus dem Schafgarbenkraut wird auf Sesquiterpenlaktone zurückgeführt. Dies sind Substanzen, die aus 15 Kohlenstoffatomen bestehen (sesqui- = lateinisch für andert-halb; Monoterpen: 10 C-Atome, Sesquiterpen: 15 C-Atome). Laktone sind Moleküle mit einer intramolekularen Estergruppe: eine Carboxylgruppe und eine räumlich nahestehende Hydroxylgruppe desselben Moleküls reagieren miteinander, es entsteht ein Ring im Molekül mit einer Esterstruktur. Diese Teilstruktur ist auch von toxikologischer Bedeutung: wenn am ersten C-Atom neben der Carboxylgruppe eine Methylenstruktur zu finden ist (=  $\alpha$ -Methylengruppe) und am dritten eine Hydroxylgruppe, welche die Laktonbindung verursacht (=  $\gamma$ -Lakton), dann sind die molekularen Voraussetzungen für allergene Eigenschaften gegeben. Sesquiterpene mit einer  $\alpha$ -Methylen- $\gamma$ -Lakton-Teilstruktur kommen nicht nur in manchen Kleinarten der Schafgarben, sondern auch in vielen anderen Arten aus der Familie der Korbblütler vor (Kreuzallergie!). Manche Sesquiterpenlaktone (so genannte Proazulene) verändern bei Hitzeeinwirkung ihre Molekülstruktur. So ist dann das destillierte ätherische Öl mancher Schafgarben-Kleinarten wie jenes der Kamille blau gefärbt. Diese Inhaltsstoffgruppe sowie Flavonoide, Betaine usw. machen die Schafgarbe zu einer vielseitig einsetzbaren, wertvollen Arzneipflanze.



Das Artepithet ‚millefolium‘ (‚Tausendblatt‘) bezieht sich auf die mehrfach fein gefiederten Laubblätter, die im Volksmund, sehr frei übersetzt, auch ‚Mausleiterln‘ heißen. Die lateinische Gattungsbezeichnung leitet sich vom Haupthelden der homerischen Ilias, von Achilleus, ab. Wenn wir die heute üblichen Anwendungsgebiete von Zubereitungen aus Schafgarbenkraut (*Millefolii herba*) ansehen, fällt es auf den ersten Blick schwer, einen Bezug zu Achilleus herzustellen: Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden, leichte krampfartige Zustände (Verdauungstrakt, während der Menstruation). Gemäß der EU-







Im Wald findet man manchmal am Boden die kleinen Bucheckern, zum Knabbern einladend: die Früchte der Rotbuche (*Fagus sylvatica*), dreikantige Nüsse, die zu zweit im Fruchtkbecher, der Cupula, sitzen.

Im „Bucheckerl“ stellen wir Ihnen gelegentlich Bücher vor, um Sie damit auf Neues oder auf das ein oder andere Lesevergnügen aufmerksam zu machen.

Sandra Leonhardt

## **Phytopharmaka nano**

419 S., 232 Tabellen, broschiert, Wiss. Verlagsgesellschaft Stuttgart 2012, ISBN 978-3-8047-2884-4, € 14,80

Unter diesem Titel sucht man vergeblich nano-verkapselte pflanzliche Arzneimittel. In dem Kleinformat (9,5x12,5x1,8cm, mit entsprechender Schrift „kleine“ - für gute Augen!) findet man hingegen eine Fülle von Informationen für 134 häufig verwendete Arzneidrogen: In gut durchdachter, komprimierter Tabellenform bietet die Autorin Angaben zu Inhaltsstoffen, Wirkungen, (Kontra-)Indikationen, Dosierung, Interaktionen und Anwendungen. Berücksichtigt wurden HMPC- und ESCOP-Monographien bzw. entsprechende Fachliteratur. Hinweise auf Erstattungsfähigkeit sowie die Aufnahme von über 400 Handelspräparaten (Stand 8/2011) sind sicher für Anwender in Deutschland von Nutzen, können aber natürlich das Fehlen eines handlichen Verzeichnisses für Österreich nicht ersetzen. Zum raschen Nachschlagen und zur Ergänzung der Phyto-Bibliothek zu empfehlen.



Bernd E. Mader

## **Bäuerliche Heiltraditionen**

Von Naturheilern, Zahnreißern und Viehdoktoren

255 S., Steirische Verlagsges./Leykam Buchverlagsges., Graz 2012 ISBN 978-3-85489-167-3, € 19,90

Im Rahmen seiner Dissertation beschäftigte sich der Pharmazeut Bernd Mader in den 1970er Jahren mit Feldforschung zum Thema Anbau und Gewinnung von Flachs in der Steiermark. Dabei kam er vielfach mit bäuerlichen Heilern ins Gespräch, und das Interesse an der Volksmedizin wurde bei seiner Tätigkeit in einer Grazer Apotheke noch verstärkt. Als Ergebnis seiner Recherchen erschien 1999 das Buch: „Der Höllerhansl, Leben und Wirken des Naturheilers Johann Reinbacher“ (2.Aufl. 2011). Der „Höllerhansl“ war aber bei weitem nicht der einzige bäuerliche Heiler in der Steiermark: in manchen Familien wurde das Wissen um „Naturheilmethoden“ über Generationen weitergegeben, so dass man geradezu von „Heilerdynastien“ sprechen kann. Über diese und einzelne „Boahoaler“ und andere Originale erzählt das vorliegende Buch und bietet eine schöne Erweiterung zu den vorangegangenen Bänden. Abgesehen von den unterhaltsamen Beschreibungen der einzelnen Heiler/innen und den von ihnen praktizierten Methoden sind für den Phyto-Interessierten auch die z. T. bis heute angewendeten, abenteuerlichen Rezepturen absolut lesenswert – als echte Kontrastlektüre zu heutigem evidenzbasiertem Lesestoff.



Arnold Achmüller

Teufelskraut, Bauchwehlblüml, Wurmtod

## **Das Kräuterwissen Südtirols**

Mythologie, Volksmedizin und wissenschaftliche Erkenntnisse

301 S., Edition Raetia, Bozen 2012 ISBN 978-88-7283-427-5, € 26,90

Wieder ein Buch über Südtiroler Heilkräuter!? Das ist der erste Gedanke, wenn man das hübsche Cover mit dem anspruchsvollen Titel sieht, haben sich doch schon viele Autoren\* mit diesem Thema beschäftigt. Aber die drei Pflanzennamen im Titel (Sadebaum, Edelweiß, Wermut) wirken interessant - was ist hier anders? Nach kurzen geschichtlichen Skizzen (u.a. „Die Heilkunde der Kelten“, „- der Germanen“, „Drecksapotheke“, „Bauerndoktoren“) stellt der Autor \*\* etwa 90 Pflanzen vor, die als Heil-, Gift- oder Kulturpflanzen bis heute eine Rolle spielen. Als Illustration werden die zarten Holzschnitte aus dem New Kreutterbuch von Leonhart Fuchs (1543) verwendet, es gibt keine Pflanzenfotos und -beschreibungen. Schwerpunkt liegt bei jedem Porträt auf den erzählend gebrachten Angaben zur Geschichte und Mythologie, weit über Südtirol hinaus, bei Volksbräuchen und bei der Erläuterung von Volksnamen. Deutlich kürzer gehalten sind meist die Bemerkungen zur Volksmedizin und zu den „wissenschaftlichen Erkenntnissen“. Etwa 90 Rezepte (von „Altem Wundbalsam“ bis „Zwiebelsirup“) finden sich bei den einzelnen Pflanzen und in einem eigenen Verzeichnis. Zur Ergänzung der Bibliothek und zur entspannenden Lektüre!



\* als Beispiele: Niederegger, Mayr: Hausbuch der Südtiroler Heilkräuter 2005; ZDN: Volksmedizin in Tirol (EU-Interreg-II-Projekt, 3 Bde., 2001; Kittinger 1994, Pickl-Herk 1996, Spitaler 2001, Stoiber 1994 u.a. Diplomarbeiten Univ.Wien u. Univ.Innsbruck

\*\* Achmüller A.: Keltisch-germanische Heilpflanzen in der Südtiroler Volksmedizin aus naturwissenschaftl. Sicht, Univ.Wien 2007

## Unsere Gewinnfrage diesmal:

**Welcher der genannten Begriffe steht für einen intramolekularen Ester?**

- A) Laktol
- B) Lakton
- C) Laktam
- D) Laktim

Einsendungen an: ÖGPhyt, Dept. für Pharmakognosie, Pharmaziezentrum der Universität Wien, Althanstraße 14, 1090 Wien, Fax: ÖGPhyt: 01/42 77-9552, E-Mail: [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)  
Einsendeschluss ist der 31. Juli 2013.

**Aus den richtigen Einsendungen verlosen wir drei Exemplare des Buches:**

Karl Hiller, Matthias F. Melzig

## Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen

672 S., 400 Abb., Spektrum Akademischer Verlag, 2. Aufl., Heidelberg 2010, € 51.35, ISBN: 978-3-8274-2053-4



Beim Auftauchen einer Frage klickt man heute - fast schon reflexartig - eine wissenschaftliche Datenbank an. Mir ist aber oft noch der Griff zu einem Fachbuch lieber, speziell dann, wenn ich sicher sein kann, darin rasch erste aktuelle Informationen zu einem Stichwort zu finden. Und das ist beim vorliegenden Lexikon durchaus der Fall: die Neuauflage enthält ca. 3.000 Artikel, 14.000 Verweise, 600 Schwarz-Weiß-Abbildungen und viele Strukturformeln von Pflanzenstoffen. 384 Farbbilder (deren Qualität freilich verbessert werden könnte) stellen Pflanzen bzw. Arzneidrogen vor.

Aufgenommen sind auch die Arzneidrogen des Europäischen Arzneibuches, Pflanzen der TCM sowie Arzneipflanzen aus Indien, Afrika und Amerika. Unter dem jeweiligen Stichwort (der wissenschaftlichen Bezeichnung der Pflanze oder der Arzneidroge) findet man Vorkommen, Herkunft, Inhaltsstoffe, therapeutische Verwendung (einschließlich TCM, Volksmedizin und Homöopathie) und interessante historische Anmerkungen.

Außer Angaben über die Pflanzen und über pflanzliche und tierische Drogen findet man auch Informationen über Reinsubstanzen sowie Produkte von Mikroorganismen. Erfreulich die Fülle angeführter Synonyma, seien es Namen von Pflanzen oder von Arzneidrogen!

Man nimmt dieses schöne Buch gern zum schnellen Nachschlagen in die Hand, aber Vorsicht: leicht bleibt man hängen und blättert - von einer Strukturformel zu einer Pflanzenzeichnung zur Anwendung einer Arzneidroge zu einer historischen Bemerkung zur Wirkung einer Reinsubstanz zu... Für alle, die an Arzneipflanzen, Phytopharmaka und Phytotherapie interessiert sind, bestens zu empfehlen!

W. Kubelka

### Auflösung des Gewinnspiels aus Phytotherapie Austria 1/13

Die richtige Antwort auf die Frage, welcher Schmetterlingsblütler 3-geteilte Blätter ähnlich dem eigentlichen Klee hat, lautet: C) Bockshornklee

Aus 110 Einsendungen wurden folgende Gewinner/innen gezogen:

- Dr. Martina Rauscher, 8982 Tauplitz
- Mag. Manfred Stangl, 8103 Rein
- Mag. Cornelia Adelt, 2500 Baden

**Wir wünschen Ihnen viel Freude mit dem Buch**

**„Heilpflanzen der ayurvedischen und der westlichen Medizin“!**

**Die Bücher sind schon unterwegs.**



*Wir gratulieren herzlich!*



Meine  
**Regel:**  
Kein  
Problem!

## Agnofem® Tropfen

- bei prämenstruellem Syndrom mit körperlichen und psychischen Beschwerden
- bei Mastodynie
- bei Regeltempoanomalien
- hormonfrei
- frei von Lactose und Gluten

**Rezeptfreies Arzneimittel.**

### Agnofem-Tropfen

**Zusammensetzung:** 100 g Lösung enthalten: Tinktur (1:5) aus Keuschlammfrüchten (Agni casti fructus, Mönchspfefferfrüchte) 9 g, Auszugsmittel: Ethanol 68 Vol.-% Ethanol. **Wirkstoffgruppe:** G02CX, andere Gynäkologika. **Anwendungsgebiete:** Regeltempoanomalien, prämenstruelle Beschwerden, Mastodynie. **Gegenanzeigen:** Bekannte Überempfindlichkeit gegenüber einem der Bestandteile des Präparates. Hypophysentumoren, Mammakarzinom. **Sonstige Bestandteile:** Ethanol, gereinigtes Wasser. **Abgabe:** Rezeptfrei, apothekenpflichtig. **Zulassungsinhaber:** Madaus, Wien. **Vertrieb:** Madaus, Wien. **Angaben zu Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen und Nebenwirkungen sowie zur Anwendung in Schwangerschaft und Stillzeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.**



## Klimakterische Beschwerden

von Dr. Werner Knabl

**E**ine 55 jährige Patientin nimmt seit 8 Jahren Hormone gegen starke klimakterische Beschwerden. Sie leidet unter Hitzegefühlen, Schwitzen vor allem in der Nacht, dadurch auch an Schlaflosigkeit, in erster Linie Durchschlafstörungen durch die Wallungen. Es besteht auch leichte Nervosität und Neigung zu Kreislaufproblemen (Herzklopfen).

Als Nebenerkrankungen sind bekannt: Asthma bronchiale und chronisch obstruktive Bronchitis, Tinnitus, Autoimmunitheopathie Hashimoto.

An Dauermedikamenten werden neben der Hormontherapie inhalative Lungentherapeutika (Kombination aus Beta-Agonist und inhalativen Corticoiden, Seretide und Sultanol Aerosol) verabreicht. Auch werden intermittierend vom Lungenfacharzt Cortisonstoßtherapien wegen Exazerbationen der COPD durchgeführt.

Die Patientin kommt nun zu mir in die Praxis, weil sie nicht mehr bereit ist, die Hormontherapie gegen die klimakterischen Beschwerden weiter zu nehmen. Die Patientin fragt, ob es andere, eventuell alternative Therapiemöglichkeiten gebe. Sie akzeptiere gewisse Symptome, erwarte sich aber eine Abschwächung und Erleichterung. Es wird ihr eine Kombination aus Kräutertherapie und Akupunkturbehandlung vorgeschlagen.

### **Folgende alternative Behandlung wird also durchgeführt:**

Akupunktur: Nach TCM-Diagnostik besteht ein Nieren Yin-Mangel. Es werden Yin stärkende Punkte gestochen (Niere 6 und Lunge 7, Milz-Pankreas 6, KG 17, Herz7). Bereits nach den ersten Akupunktursitzungen wird über eine Erleichterung am Tag berichtet (vor allem in den ersten Tagen nach der Nadelung), die sich in den folgenden Tagen wieder abschwächt. Auch in der Nacht ist eine Verbesserung anfangs nicht zu bemerken.

Zusätzlich wird anfangs das homöopathische Präparat Pascofemin verordnet (Komplexmittel mit *Agnus castus*, *Cimicifuga*, *Pulsatilla* etc.), das aber keine Verbesserung bringt.

### **Das zuerst verordnete Rezept ist eine Tinktur mit:**

Salbei 150 ml,  
Traubensilberkerze 60ml  
und Herzgespann 150 ml.  
Tagesdosis 3x3 ml.

Dann werden Rezepturen von Kräutertinkturen verabreicht. Die Dosierungen stammen aus: „Eine klinische Materia Medica“ von Jeremy Ross. Ein Rezept reicht für 3 bis 4 Wochen, dann wird bis zur nächsten Rezeptur eine Pause von 2 bis 3 Wochen eingelegt.

Salbei (*Salvia officinalis*) enthält ätherische Öle und Gerbstoffe, wirkt adstringierend und antihidrotisch, hilft bei übermäßigem Schwitzen, vor allem bei Nachtschweiß. Traubensilberkerze (*Actea oder Cimicifuga racemosa*) verwendet man bei klimakterischen Beschwerden und bei dysmenorrhöischem Syndrom. Traubensilberkerze wirkt über östrogenunabhän-

gige Mechanismen und über das ZNS (über Opioid-, Serotonin- und dopaminerge Rezeptoren). Die wichtigsten Inhaltsstoffe sind Hydroxyzimtsäuren, Guanidinalkaloide und Triterpenglykoside. Herzgespannkraut (*Herba Leonuri*) wird bei nervösen Herzbeschwerden eingesetzt, wirkt beruhigend und leicht blutdrucksenkend. Flavonoide, Gerbstoffe und Iridoide sind die wichtigsten Inhaltsstoffe.



Dr. Werner Knabl

### **Nach einer Pause wird rezeptiert**

Frauenmantel 60 ml  
Hopfen 80 ml  
Melisse 60 ml  
Rotklee 80 ml  
Salbei 80 ml  
Tagesdosis 3x 8ml

Frauenmantelkraut (*Alchemillae herba*) enthält Flavonoide und Gerbstoffe, wirkt adstringierend und spasmolytisch und ist indiziert bei Dysmenorrhoe und klimakterischen Beschwerden.

Hopfen (*Humulus lupulus*) und Melisse (*Melissa officinalis*) wirken beruhigend und schlaffördernd und werden bei Schlafstörungen eingesetzt. Hopfen enthält Hopfenbitterstoffe (*Humulone und Lupulone*), ätherisches Öl und Flavonoide sowie Phenolcarbonsäuren. Melissenblätter (*Melissa officinalis*) enthalten Lamiaceengerbstoffe, Flavonoide und ätherische Öle.

Rotklee (*Trifolium pratense*) ist wegen des Gehalts an Phytoöstrogenen (vor allem Isoflavonen) bei klimakterischen Beschwerden indiziert und wirkt agonistisch sowie antagonistisch auf Östrogenrezeptoren.

Gemäß Stärke und Ausprägung der Symptomatik werden dann noch folgende Rezepte gemacht: Hopfen 180 ml, Herzgespann 120 ml und Salbei 180 ml. Tagesdosis 3x6 ml. Dann folgt noch: Melisse 100 ml, Frauenmantel 150 ml und Salbei 80 ml. Tägliche Dosis 3x5ml.

Im Verlauf der Therapie wird über eine Verminderung der Symptomatik berichtet. Vor allem bessert sich der Schlaf. Die Hitzewallungen sind zwar nachts noch vorhanden, aber abgeschwächt und beeinträchtigen die Schlafqualität nicht mehr so stark wie vor Therapiebeginn. Insgesamt fühlt sich die Patientin ruhiger. Mit diesem Ergebnis ist sie im Großen und Ganzen zufrieden und bereut nicht, die Hormonersatztherapie beendet zu haben.

Dr. Werner Knabl,  
9520 Annenheim,  
Burgblickweg 10



In dieser Serie<sup>1</sup> werden in loser Folge aktuelle und interessante „Phyto-Links“ vorgestellt, um das Suchen und Finden relevanter Informationen im Internet etwas zu erleichtern

## Heute: „Visite virtuelle dans l'internet francophone, 1<sup>ère</sup> partie“

### Vorbemerkung:

In der heutigen und in den nächsten Folgen soll einmal die französischsprachige Web-Präsenz der Phytotherapie, die francophone Phytothérapie, betrachtet werden. Wir möchten daher etwas in den online-Ausgaben der französischen Schwestern-Zeitschrift „Phytothérapie“, dem offiziellen Organ der AMPPHY (Association Médicale pour la Promotion de la Phytothérapie) blättern - genauer gesagt, in deren unregelmäßig erscheinenden Rubrik „Phytothérapie et Internet“. Alle Webseiten wurden zuletzt am 03.05.2013 angesehen.

### Phytothérapie. De la Recherche à la Pratique<sup>2</sup>

Rédacteur en Chef: P. Goetz  
ISSN: 1624-8597 (print), 1765-2847 (online) Paris: Springer, Erscheinungsverlauf (print): 1.2003 - ff, (online): 2.2004 - ff

<http://www.springer.com/medicine/journal/10298>  
<http://link.springer.com/journal/10298#>  
<http://www.ampphy.com/>

Der allererste Artikel<sup>3</sup> der Rubrik „Phytothérapie et Internet“, verfasst von G. Mazars, erschien bereits im Jahr 2005, und so erscheint es lohnend, nach 8 Jahren Gültigkeit und Relevanz der vorgestellten Web-Seiten zu betrachten.

1) <http://ethnopharma.free.fr>

Diese Website der „European Society of Ethnopharmacology - Société Européenne d'Ethnopharmacologie“ bietet zwar immer noch eine Vielzahl nützlicher Informationen und Weblinks, mit einem „Last Update : March 21, 2011“ und einem „News-Bereich“, der 2007 endet, aber leider zugleich auch das Bild einer offensichtlich nur selten gewarteten Quelle.

2a) <http://ridgwaydb.mobot.org/mobot/rarebooks/>

Die hier angekündigten „Livres rares de la bibliothèque du Missouri Botanical Garden“ existieren glücklicherweise zwar physisch noch, sind unter der genannten URL aber nicht mehr zu finden...tempus fugit auch und gerade im Web!

Dafür lässt sich andererseits ohne große Recherche-Erfahrung leicht die aktuell gültige Website auffinden, und zwar via:

2b) <http://www.illustratedgarden.org/mobot/rarebooks/>

zu:

2c) <http://www.botanicus.org/>

„Botanicus Digital Library. Botanicus is a freely accessible portal to historic botanical literature from the Missouri Botanical Garden Library. Now online 1 204 titles (books/journals), 5 639 volumes, 2 290 436 pages, 238 902 links to protologies.“

Für bibliophil und botanisch Interessierte eine opulente Fundgrube, die vor allem zum persönlichen Gebrauch frei nutzbar ist („All of the images on Botanicus.org are free for non-commercial use, as long as you abide by the terms set down in the Creative Commons Attribution-Noncommercial 2.5 license“)!



# „PHYTO (avec) LINKS“ (Teil 19)



## 3) <http://www.phytotherapy.org/>

Auch diese Website der Gesellschaft für Phytotherapie e.V. hat sich seit 2005 sehr verändert- aber strukturell und graphisch eindeutig gewonnen, wie ein Vergleich der Screenshots zeigt:

1 Die Teile 1 und 2 sind unter <http://www.universimed.com> im „Phytoforum“ online verfügbar, ab Teil 3 unter <http://www.phytotherapie.co.at/ausgaben.html>

2 Mit der hervorgehobenen Nennung dieser Zeitschrift ist keine wie immer geartete Werbung oder Empfehlung verbunden!

3 Phytothérapie (2005) Numéro 1: 40-42 © Springer 2005 DOI 10.1007/s10298-005-0064-3

HR Mag. pharm. Dr. Kurt Schneider

Universität Wien

Fachbereichsbibliothek

Pharmazie + Ernährungswissenschaften

E-mail: [kurt.schneider@univie.ac.at](mailto:kurt.schneider@univie.ac.at)

Web: <http://bibliothek.univie.ac.at/fb-pharmazie/>

## Fachkurzinformation

Vitango® 200 mg-Filtabletten. Registrierungsinhaber: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Karlsruhe, Deutschland. Vertrieb in Österreich: AUSTROPLANT-ARZNEIMITTEL GmbH, Wien. QUALITATIVE UND QUANTITATIVE ZUSAMMENSETZUNG: 1 Filtablette enthält 200 mg Trockenextrakt aus Rhodiola rosea Wurzeln (1,5 – 5 : 1) (WS\* 1375); Auszugsmittel: Ethanol 60% (m/m) Liste der sonstigen Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Croscarmellose-Natrium, gefälltes Siliciumdioxid, Magnesiumstearat, Hypromellose, Stearinsäure, Eisenoxidrot E 172, Titandioxid E 171, Antischaumemulsion. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei geistigen und körperlichen Symptomen von Stress. Die Anwendung dieses traditionell pflanzlichen Arzneimittels beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Pharmakotherapeutische Gruppe: Tonika. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.

Fachkurzinformation: Cerebogan® 80 mg - Filtabletten. INHABER DER ZULASSUNG: DR. WILLMAR SCHWABE GmbH & Co. KG, Willmar-Schwabe-Str. 4, 76227 Karlsruhe, Deutschland. VERTRIEB IN ÖSTERREICH: Austroplant-Arzneimittel GmbH, Wien. QUALITATIVE UND QUANTITATIVE ZUSAMMENSETZUNG: 1 Filtablette enthält als Wirkstoff: 80 mg Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba-Blättern (Egb 761\*) (DEV = 35 - 67:1). Der Extrakt ist quantifiziert auf 17,6 – 21,6 mg Ginkgoflavonglykoside und 4,32 – 5,28 mg Terpenlaktone, davon 2,24 – 2,72 mg Ginkgolide A,B und C und 2,08 – 2,56 mg Bilobalid. Erstes Auszugsmittel Aceton 60% m/m. Liste der sonstigen Bestandteile: Lactose-Monohydrat (45,5mg/Filtablette), Siliciumdioxid (hochdispers, wasserfrei), Cellulose (mikrokristalline), Maisstärke, Croscarmellose Natrium, Magnesiumstearat (pflanzlichen Ursprungs), Hypromellose, Macrogol 1500, Dimeticon, alpha-octadecyl-omega-hydroxypoly(oxyethylen)-5, Sorbinsäure, Eisenoxid rot (E-172), Eisenoxid braun (E-172), Titandioxid (E-171), Talkum. Anwendungsgebiete: Cerebogan 80 mg - Filtabletten werden angewendet bei Erwachsenen zur symptomatischen Behandlung von hirnnorganisch bedingten geistigen Leistungseinbußen im Rahmen eines therapeutischen Gesamtkonzeptes bei dementiellen Syndromen mit der Leitsymptomatik: Gedächtnisstörungen, Konzentrationsstörungen, depressive Verstimmung, Schwindel, Kopfschmerzen. Zur primären Zielgruppe gehören Patienten mit dementiellem Syndrom bei primär degenerativer Demenz, vaskulärer Demenz und Mischformen aus beiden. Das individuelle Ansprechen auf die Medikation kann nicht vorausgesagt werden. Hinweis: Bevor die Behandlung mit Cerebogan 80 mg - Filtabletten begonnen wird, sollte geklärt werden, ob die Krankheitsbeschwerden nicht auf einer spezifisch zu behandelnden Grunderkrankung beruhen. Verlängerung der schmerzfreien Gehstrecke bei peripherer arterieller Verschlusskrankheit bei Stadium II nach FONTAINE (Claudicatio intermittens) im Rahmen physikalischertherapeutischer Maßnahmen, insbesondere Gehtraining. Vertigo. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile des Arzneimittels, Schwangerschaft. Pharmakotherapeutische Gruppe: Andere Antidementiva, Ginkgo biloba. Abgabe: Rezept- und apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.

## Bronchipret® Saft

### Zusammensetzung:

100 g enthalten: 15,0 g Flüssigextrakt aus Thymiankraut (Verhältnis Droge: Drogenzubereitung = 1:2 - 2,5); Auszugsmittel: Ammoniaklösung 10 % (m/m); Glycerol 85 % (m/m); Ethanol 90 % (V/V); Wasser (1:20:70:109); 1,5 g Flüssigextrakt aus Efeu-Blättern (Verhältnis Droge: Drogenzubereitung = 1:1); Auszugsmittel: Ethanol 70,0 % (V/V) Liste der sonstigen Bestandteile Citronensäure-Monohydrat, Kaliumsorbat, Maltitol-Lösung, Ethanol, gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiete Zur Besserung der Beschwerden bei akuter Bronchitis, wenn übermäßige Verschleimung und Husten im Vordergrund stehen. Gegenanzeigen Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe oder einen der sonstigen Bestandteile des Arzneimittels. ATC-Code: R05CA Stand der Information: 08/2010

### Bronchipret® Tropfen

#### Zusammensetzung:

100 g Lösung enthalten: 50 g Flüssigkeit aus Thymian (Verhältnis Droge:Drogenzubereitung 1:2-2,5. Auszugsmittel: gemäß DAB 1997) 3 g Flüssigextrakt aus Efeu-Blättern (Verhältnis Droge: Drogenzubereitung 1:1, Auszugsmittel: Ethanol 70 Vol.%; Alkoholgehalt: 16 Gew.-%, 1 ml = 0,9 g = 19 Tropfen, 1 ml enthält 0,144 g Alkohol Hilfsstoffe Citronensäure-Monohydrat, Gereinigtes Wasser; Das Arzneimittel enthält 15 Gew.-%Alkohol, Saccharin-Natrium-Dihydrat 0,2 g Anwendungsgebiete Bei akuter und chronischer Bronchitis, wenn übermäßige Verschleimung und Husten im Vordergrund stehen. Gegenanzeigen Überempfindlichkeit gegenüber einem Bestandteil des Präparates. ATC-Code: R05CA

Stand der Information: 12/2010 Weitere Angaben zu Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit und Nebenwirkungen entnehmen Sie bitte der veröffentlichten Fachinformation. Hersteller und Zulassungsinhaber Bionorica SE, 92318 Neumarkt, Deutschland Vertrieb in Österreich Sanova Pharma, 1110 Wien Verschreibungspflicht/ Apothekenpflicht Rezeptfrei, apothekenpflichtig



## Stress - Eine unterschätzte Gefahr

Stress wird in unserer Gesellschaft immer noch als unwesentlich, vielleicht sogar als moderne „Zeiterscheinung“ angesehen. Laut Österreichischer Ärztekammer sind bereits eine halbe Million Österreicher an Burn-out erkrankt. Auch die Zahl der Verschreibungen von Psychopharmaka, die hohe Steigerungsraten verzeichnet, spiegelt dies wieder. Doch ist bei der Einnahme synthetischer Medikamente gegen Stress-Symptome und deren psychische Folgeerkrankungen wegen häufig auftretender Nebenwirkungen Vorsicht geboten. Ein neues pflanzliches Anti-Stress-Mittel aus den Wurzeln der *Rhodiola rosea* (Rosenwurz) verspricht in zweifacher Hinsicht eine Verbesserung der Situation. Studiendaten beweisen die Wirksamkeit des Adaptogens.

Je höher der Stress, umso wichtiger scheinen wir zu sein. Oftmals gilt das Credo „Wer nicht gestresst ist, ist nicht wichtig, leistet nichts“. Laut Europäischer Agentur für Gesundheit und Sicherheit sind europaweit rund 40 Millionen Menschen von Stress betroffen. Stress wird von der Weltgesundheitsorganisation WHO bereits als „weltweite Epidemie“ oder „Krebs der Seele“ bezeichnet. Weiters prognostiziert diese, dass spätestens im Jahr 2015 Depression auf Platz zwei der häufigsten Erkrankungen vorgerückt sein wird.

Auch die österreichischen Zahlen sind alarmierend. Laut einer aktuellen Statistik des Hauptverbandes der Sozialversicherungsträger sind 2,5 Millionen Krankenstandtage auf psychische Erkrankungen zurückzuführen und weiters sind psychische Erkrankungen der zweithäufigste Grund für Arbeitsunfähigkeit. Jeder vierte Österreicher und jede vierte Österreicherin fühlt sich vom Burn-out bedroht und eine halbe Million Österreicher sind laut Österreichischer Ärztekammer bereits an Burn-out erkrankt.

### Ursachen und erste Anzeichen erkennen

Die Ursachen sind vielfältig, sowohl familiäre wie auch berufsbedingte Probleme können zur psychischen Erschöpfung führen. Besonders in Krisenzeiten steigt die Angst um den Arbeitsplatz. So schleppen sich immer mehr Arbeitnehmer krank in die Firma. Nur, wenn es wirklich nicht mehr geht, bleiben sie zu Hause.

Das große Problem der Diagnose ist, dass jeder betroffen sein kann und die persönliche Grenze, ab welcher Stress zum Gesundheitsrisiko wird, bei jedem Menschen unterschiedlich ist. Die Anzeichen sind vielfältig: als erste Symptome zeigen sich häufig Kopf-, Nacken- oder Rückenschmerzen. Auch Magen- und Verdauungsprobleme, Schlafstörungen, Konzentrationsmängel oder Hypertonie können ein Hinweis für großen Stress und Belastungen sein. Bei seelischen Anzeichen, wie Lustlosigkeit, Nervosität oder Anzeichen von Depressionen, ist man oft nur einen kleinen Schritt vom „Ausgebrannt sein“ entfernt.



### **Rhodiola rosea hilft bei körperlichen und geistigen Symptomen von Stress**

Eine Verbesserung der Situation verspricht der Spezialextrakt WS® 1375 aus den Wurzeln der *Rhodiola rosea*. Die gemäß EMEA-Definition 2007 als Adaptogen eingestufte Pflanze wirkt Stress-Symptomen auf zweifache Weise entgegen: sie hemmt die Ausschüttung der Stresshormone Cortisol und Adrenalin und fördert so das Gefühl von Ausgeglichenheit und Ruhe. Gleichzeitig fördert sie die Leistungsfähigkeit durch die Ankurbelung des Energiestoffwechsels in den Mitochondrien. Es kommt zu einer Abmilderung psychischer und physischer Stress-Symptome wie Erschöpfung und Burn-out. Bisher verfügbare Arzneimittel setzen jedoch nur an einem der beiden Symptomstränge an: sie wirken entweder beruhigend oder Energie spendend.

Die positive Wirkung der *Rhodiola rosea* wurde inzwischen vielfach durch Studien belegt. So untersuchten Darbinyan et al.<sup>1</sup> Ärzte und konnten eine signifikante Verbesserung der geistigen Leistungsfähigkeit und der durch Stress ausgelösten Müdigkeit während des Nachtdienstes nach zweiwöchiger Behandlung mit dem *Rhodiola rosea*-Extrakt nachweisen. 2007 zeigte eine ebenfalls von Darbinyan et al.<sup>2</sup> durchgeführte klinische Studie an Patienten mit leichter bis mittelschwerer Depression, einer häufigen Folgeerscheinung von Stress, eine Verbesserung der Symptome. Olsson et al.<sup>3</sup> zeigten in ihrer erst 2009 veröffentlichten Forschungsarbeit bei Patienten mit Burn-out-Syndrom eine signifikante Verbesserung stressbedingter Ermüdungszustände und eine reduzierte Cortisolausschüttung in der Verumgruppe.

Der Spezialextrakt WS® 1375 ist unter dem Handelsnamen Vitango® 200 mg – Filmtabletten rezeptfrei erhältlich.

<sup>1</sup> Darbinyan, V. et al. *Rhodiola rosea* in stress induced fatigue – a double-blind-cross-over study of a standardized extract SHR-5 with a repeated low-dose regimen on the mental performance of healthy physicians during night duty. *Phytomedicine* 2000; 7(5): 365-371.

<sup>2</sup> Darbinyan, V. et al. Clinical trial of *Rhodiola rosea* L. extract SHR-5 in the treatment of mild-to-moderate depression. *Nord J Psychiatry* 2007; 61(5): 343-348.

<sup>3</sup> Olsson, E.M.G. et al. A randomised, double-blind, placebo-controlled, parallel-group study of the standardised extract SHR-5 of the roots of *Rhodiola rosea* in the treatment of subjects with stress-related fatigue. *Planta Med* 2009

VIT\_300413\_PT

## Pharmakobotanische Exkursion 2013

Die Pharmakobotanische Exkursion (Leitung: ao. Prof. Johannes Saukel, ao. Prof. Sabine Glasl-Tazreiter), gemeinsam mit ÖGPhyt und ÖPhG, findet vom 30. 6 bis 7. 7. 2013 in der Region Tweng/Obertauern (Salzburg) statt. Informationen zur Exkursion finden Sie auf der Website des Postgraduate-Centers der Universität Wien: [www.postgraduatecenter.at](http://www.postgraduatecenter.at)

## Generalversammlung 2013

Die Generalversammlung der ÖGPhyt wird voraussichtlich am 6. November 2013 um 18.30 Uhr in Wien stattfinden. Wir laden Sie schon heute ein, sich den Termin vorzumerken!

## Diplom Phytotherapie

Termine für den laufenden Ausbildungszyklus 2012/2013 (Module 5-8), Seminarort Pöchlarn:

Modul VII: 5./6. Oktober 2013

Modul VIII: 30. November/1. Dezember 2013

Termine für den neuen Lehrgang 2013/2014 (Module 1 bis 4), Seminarort Pöchlarn:

Modul III (mit Exkursion): 31. August/1. September 2013

Modul IV: 9./10. November 2013

Informationen zu Diplom und Kursinhalten: [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), [www.fam.at](http://www.fam.at)

**Anmeldung zu den Phytotherapie-Seminaren bei Frau Natascha Guttmann**

Tel.: 01 505 8008-500, email: [n.guttmann@madaus.at](mailto:n.guttmann@madaus.at)

## 2. Lehrgang Medizinische Aromatherapie 2013

Unter Schirmherrschaft der Österreichischen Gesellschaft für wissenschaftliche Aromatherapie und Aromapflege (ÖGwA) und der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPhyt) wird 2013 der zweite Lehrgang „Medizinische Aromatherapie“ für Ärztinnen und Ärzte stattfinden. Leitung: Dr. Steflitsch, Univ.-Prof. Dr. Buchbauer, Dr. Dorfinger und Dr. Dorfinger. Der Kurs (ca. 100 Stunden) besteht aus einer Intensivwoche (Juni 2013) und schließt mit einem Wochenendmodul (Repetitorium & Prüfung, September 2013) zum Erwerb des Zertifikats ab.

Information und Kursanmeldung: [www.aroma-med.at](http://www.aroma-med.at)

## Arbeitsgruppe „Phyto-Rezepturen“

Im Jänner 2013 wurde vom Vorstand der ÖGPhyt die Einsetzung einer Arbeitsgruppe zum Thema „Phyto-Rezepturen“ beschlossen. Das erste Treffen der Arbeitsgruppe unter der Leitung von Mag. pharm. Ilona Leitner hat am 8. April in Wien stattgefunden.

## Hochschullehrgang „Wildkräuter und Arzneipflanzen“

Der 2. Hochschullehrgang an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Kooperation mit der „Kräuterkraftquelle“ Hirschbach/Mühlkreis beginnt im Juli 2013. Information: [christa.lackner@agrarumweltpaedagogik.ac.at](mailto:christa.lackner@agrarumweltpaedagogik.ac.at)

## Termine:

### 2. Lehrgang Medizinische Aromatherapie (Intensivwoche)

15. bis 22. Juni 2013, Laab im Walde/NÖ

[www.aromamed.at](http://www.aromamed.at)

### Natural Products in Cancer Therapy

25. bis 28. Juni, Neapel/Italien

<http://www.phytochemicalsociety.org/naples/>

### Pharmakobotanische Exkursion 2013

30. Juni bis 7. Juli 2013, Tweng/Obertauern

[www.postgraduatecenter.at](http://www.postgraduatecenter.at)

### Phytopharm 2013

8. bis 10. Juli 2013, Wien

<http://www.ipharma.sp.ru/phyto2013.html>

### Trends in Natural Products Research – A PSE Young Scientists Meeting

21. bis 25. Juli, Obergurgl/Tirol

<http://www.uibk.ac.at/pharmazie/pharmakognosie/trends-in-natural-products-research/>

### 61<sup>st</sup> International Congress and Annual Meeting of the Society for Medicinal Plant and Natural Product Research (GA)

1. bis 5. September 2013, Münster/Deutschland

<http://www.ga2013.org/>

### 2. Lehrgang Medizinische Aromatherapie (Kurs, Repetitorium & Prüfung)

14. und 15. September 2012, Laab im Walde/NÖ

[www.aromamed.at](http://www.aromamed.at)

### Diplom Phytotherapie

Die ÖGPhyt-Wochenend-Seminare finden beim Fortbildungszentrum für Allgemeinmedizin (FAM) in Pöchlarn/NÖ statt.

Weitere Informationen: [www.fam.at](http://www.fam.at), [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at)

### Zyklus 2012/2013:

#### Phytotherapie Modul VII

5./6. Oktober 2013

#### Phytotherapie Modul VIII

30. November/1. Dezember 2013

### Zyklus 2013/2014

#### Phytotherapie Modul III

31. August/1. September 2013, mit Exkursion

#### Phytotherapie Modul IV

9./10. November 2013



## Inkontinenz und Prostatahyperplasie als Indikationsgebiete für Kürbiskernextrakt

**H**arninkontinenz ist infolge der besonderen anatomischen Gegebenheiten und Risikofaktoren wie Schwangerschaft und Geburt speziell bei Frauen weit verbreitet. Bei Männern wiederum tritt die **benigne Prostata-Hyperplasie** mit zunehmendem Alter sehr häufig auf. Die Akzeptanz für einen pflanzlichen Therapieansatz ist in beiden Fällen groß, da er im Allgemeinen durch eine gute Verträglichkeit gekennzeichnet ist.

*Cucurbita pepo styriaca*

### Tradition und Wissenschaft

In der Phytotherapie kommen bei den oben beschriebenen Beschwerden Samen des Steirischen Arzneikürbis (*Cucurbita pepo styriaca*) zum Einsatz. Sie wurden bereits im 17. Jahrhundert medizinisch angewendet. Inzwischen sind die Inhaltsstoffe der vielsamigen Beerenfrucht gut erforscht. In zwei Humanstudien<sup>1, 2</sup> konnte die Wirkung eines speziellen Kürbiskernextrakts bei Stressinkontinenz nachgewiesen werden. Bereits nach einer 2-wöchigen Anwendung ließen sich die täglichen Inkontinenzepisoden um etwa 60 Prozent, nach 6 Wochen sogar um 80 Prozent – bei guter Verträglichkeit – verringern.

### Wirkmechanismen bei der Frau und beim Mann

Hydrophile Komponenten, die derzeit Gegenstand universitärer Forschungsprojekte sind, haben eine stärkende Wirkung auf die Beckenboden- und Blasenmuskulatur. Für wässrige Auszüge eines speziellen, lipidfreien Kürbiskernextraktes (EFLA® 940) ist in vitro eine Hemmung der 5-alpha-Reduktase belegt. Dieses Enzym katalysiert bei Männern die Umwandlung von Testosteron in Dihydrotestosteron, was die Anwendung dieses Spezialextraktes bei benigner Prostatahyperplasie plausibel macht. Bei Frauen konnte in vitro durch diesen fettfreien Kürbiskernextrakt eine Hemmung der Aromatase nachgewiesen werden. Die damit erreichte verminderte Umwandlung von Testosteron in Östrogen hat einen kräftigenden Effekt auf die Muskulatur des weiblichen

Beckenbodens und der Blase.

Obgleich diese Wirkprinzipien als vorrangig gelten, geht man davon aus, dass weitere Effektmechanismen und Sameninhaltsstoffe für den positiven Einfluss auf den Harnwegtrakt von Bedeutung sind. So sind beispielsweise auch antibakterielle und entzündungshemmende Eigenschaften der Kürbissamen bekannt.

<sup>1</sup> Terado T., Sogabe H.: Open Clinical Study of Effects of Pumpkin Seed Extract/Soybean Germ Extract Mixture. Jpn J Med Pharm Sci 2001; 6 (5):727-37

<sup>2</sup> Yanagisawa E. et al.: Study of Effectiveness of Mixed Processed Food Containing Cucurbita Pepo Seed Extract and Soybean Seed Extract on Stress Urinary Incontinence in Women. Jpn J Med Pharm Sci 2003; 14 (3): 313-22

### FACT Box

- Schätzungen zufolge erkrankt im Verlauf des Lebens etwa jede 4. Frau (und etwa jeder 10. Mann) an Harninkontinenz oder Blasen-schwäche. Das Risiko für diese Krankheitsbilder steigt allgemein mit zunehmendem Alter an. Allerdings sind häufig auch jüngere Frauen betroffen.
- Die benigne Prostatahyperplasie tritt ab dem 6. Lebensjahrzehnt bei rund 50 % aller Männer auf, die Häufigkeit des Auftretens steigt sogar bis über 90 % im 9. Lebensjahrzehnt.
- Die Wirkstoffe aus Samen des Steirischen Arzneikürbisses sind hydrophil und können dadurch in fettfreien Spezialextrakten angereichert werden. Diese kommen gegen Prostatahyperplasie sowie Beckenbodenschwäche und Inkontinenz zum Einsatz.



# Phytokompetenz für Blase & Prostata

Mit dem patentierten Kürbiskern-Spezialextrakt EFLA® 940

Dr. Böhm® Kürbis nur 1 Tablette täglich

- ✓ Hoch konzentriert für den Mann ab 40
- ✓ Unterstützt einen normalen Harnfluss



Dr. Böhm® Kürbis superplus Tabletten

- ✓ Für Blase, Prostata und Vitalfunktion des Mannes
- ✓ Plus Lycopin, Selen und Ginseng



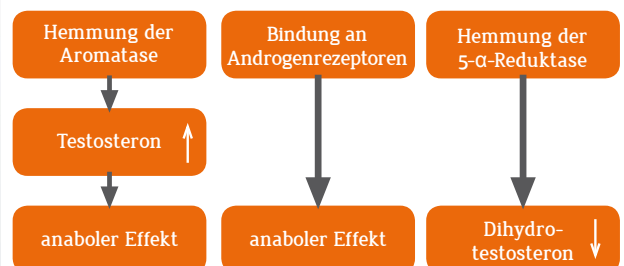
## QUALITÄT AUS DER APOTHEKE



### Wussten Sie, dass...

Eine klinische Studie an 45 Männern zwischen 65 und 88 Jahren zeigt, dass der Kürbiskernextrakt EFLA® 940 die Anzahl der nächtlichen Blasenentleerungen (Nykturie) signifikant verringerte. Nach einer Einnahmedauer von 6 Wochen ergab sich eine Verringerung der Urinationshäufigkeit um rund 40% (Terado, 2004).

Mehrere Mechanismen sowie polare Inhaltsstoffe des Kürbiskernextraktes EFLA® 940 bestimmen die Wirkung



Terado T et al. Clinical Study of mixed processed foods containing pumpkin seed extract and soybean germ extract on pollakiuria in night in elderly men. Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61.

## Phytos für die Frau – ein buntes Sträußchen für die Gesundheit



### Magnolie – bei Schlafstörungen und innerer Unruhe

Bei einer Vielzahl von Frauen wird die Lebensqualität in den Wechseljahren stark durch psychovegetative Symptome wie Ver Stimmungszustände, Reizbarkeit und Schlafstörungen beeinträchtigt.

#### Wirkung:

Magnolienrindenextrakt besitzt eine ausgleichende Wirkung bei Schlafstörungen und innerer Unruhe. Die wesentlichen Inhaltsstoffe des Magnolienrindenextraktes sind Honokiol und Magnolol. Ihre Wirkung ist wissenschaftlich gut dokumentiert. Sie binden an die  $\alpha$ -Untereinheit des GABA<sub>A</sub>-Rezeptors, des wichtigsten inhibitorischen Rezeptors des zentralen Nervensystems (Ai J., Wang X., Nielsen M. 2001).

#### Enthalten in:

Estromineral serena Tabletten. Empfehlung: 1 Tablette täglich.



### Salbei – bei übermäßigem Schwitzen

Hyperhidrose ist als Problem der Wechseljahre bekannt und tritt oft in Kombination mit Hitzewallungen auf. Doch im Prinzip kann jede/r davon betroffen sein - sei es durch nervöse Veranlagung, starkes Übergewicht oder Hormonschwankungen (Pubertät, Wechseljahre).

#### Wirkung:

Die schweißhemmende Wirkung von *Salvia officinalis* ist schon lange bekannt und wissenschaftlich belegt. 120 mg standardisierter Salbeiextrakt ermöglichen eine rasche und lang anhaltende Schweißreduktion (bis zu 6 Stunden).

#### Enthalten in:

Nosweat Madaus Kapseln. Empfehlung: 1 - 3 Kapseln pro Tag.

Sommer-Tipp: bei Nachtschweiß 2 Kapseln vor dem Zubettgehen.



### Ringelblume – bei Reizungen der Vaginalschleimhaut

In den Wechseljahren, aber auch nach einer Geburt oder Antibiotika-Therapie kann die vaginale Schleimhaut trockener und dünner werden und ihre natürliche Elastizität verlieren. Jucken, Brennen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr sind unangenehme Begleiterscheinungen. Reizungen werden durch Calendula gelindert.

#### Enthalten in:

Estromineral Gel. Empfehlung: 1 x täglich mit dem Applikator auftragen.



### Thymian – bei bakterieller Vaginose und Pilzinfektion

Manche Frauen leiden häufig unter Infektionen und Entzündungen im Intimbereich, die mit Jucken, Brennen oder Ausfluss einher gehen. Das ist nicht nur schmerzhaft, sondern kann insbesondere in der Schwangerschaft eine Gefahr darstellen.

#### Wirkung:

Ein wirksamer Bestandteil des Thymians ist das ätherische Öl mit Thymol und Carvacrol. Thymol wirkt antibakteriell und antimykotisch und besitzt desodorierende Eigenschaften.



#### Enthalten in:

Sagella Aktiv unterstützt den sauren pH-Wert im Intimbereich indem es die Besiedelung mit Bakterien und Pilzen verhindert, ohne die erwünschten Milchsäurebakterien zu beeinflussen.



### Mönchspfeffer – bei Zyklusunregelmäßigkeiten und PMS

Die Indikationen für Mönchspfeffer umfassen das prämenstruelle Syndrom (PMS), Mastodynie und Regeltempoanomalien. Durch regelmäßige Einnahme über einen längeren Zeitraum kommt es zur Regulierung eines erhöhten Prolaktin-Spiegels, zur Normalisierung des Zyklus und der Gelbkörperbildung und zu einer generellen Besserung der körperlichen und psychischen Beschwerden beim PMS.

tin-Spiegels, zur Normalisierung des Zyklus und der Gelbkörperbildung und zu einer generellen Besserung der körperlichen und psychischen Beschwerden beim PMS.

#### Wirkung:

Die Wirksamkeit von Agnus-castus-Extrakten beim PMS ist durch klinische Studien abgesichert, ebenso die Wirksamkeit bei Mastodynie. Hohe Erfolgsraten konnten auch in offenen Studien bei Regeltempoanomalien erzielt werden.<sup>1</sup> Eine Zulassung bei Fruchtbarkeitsstörungen gibt es nicht, jedoch wird *Agnus castus* aufgrund der Normalisierung des Menstruationszyklus und des Eisprungs bei unerfülltem Kinderwunsch oft erfolgreich eingesetzt.

#### Enthalten in:

Agnofem-Tropfen. Empfehlung: täglich 1 x 40 Tropfen über 3 Monate.

1 - Kubelka W, Langer R: Phytokodex. Pflanzliche Arzneispezialitäten aus Österreich 2001/2002; 2. Auflage 2001

[www.madaus.at](http://www.madaus.at)

Eine Information von Madaus GmbH, Prinz-Eugen-Straße 8, 1040 Wien

Fotos: Fotolia

Am 14. Mai 2013 wurde die ÖGPhyt, vertreten durch Präsident Doz. Pittner und Gattin, als „Erfolgreicher Kongressveranstalter 2012 in Wien“ im Wiener Rathaus ausgezeichnet.

Näheres in Phytotherapie 4/13.



## Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie

Als Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie fördern wir die rationale Beschäftigung mit dem pflanzlichen Arzneischatz in wissenschaftlicher, aber auch in allgemeinmedizinischer Hinsicht. Wir, das sind Ärzte der verschiedensten Richtungen (niedergelassen oder im Krankenhaus tätig), Pharmazeuten aus der Apotheke, der Industrie und Universität sowie Vertreter der Wirtschaft und Gesundheitsbehörden.

Veranstaltungen, regelmäßige Informationen und einschlägige Unterlagen zur Phytotherapie stehen allen Mitgliedern dieses eingetragenen Vereins zur Verfügung. Nützen auch Sie die Chance zur Fortbildung, lernen Sie eine interessante Erweiterung Ihrer Möglichkeiten durch wissenschaftliche Aufbereitung uralter Therapien näher kennen.

**Jedes Mitglied, das sich mit Arzneimitteln aus der Pflanze näher auseinandersetzen will, ist uns herzlich willkommen!**

**Ja,**

ich bin an Phytotherapie und pflanzlichen Arzneimitteln interessiert. Daher möchte ich als ordentliches Mitglied in der Gesellschaft für Phytotherapie aufgenommen werden. Den jährlichen Mitgliedsbeitrag von € 20,- werde ich nach Erhalt der Unterlagen entrichten.

Name .....

Adresse .....

Telefon .....

e-Mail .....

Unterschrift .....

Bitte senden Sie diesen Kupon mit der Post oder per Fax (01) 4277 9552 an:

**Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie**

p. A. Dept. f. Pharmakognosie d. Univ. Wien, Pharmaziezentrum  
1090 Wien, Althanstraße 14

Anmeldung übers Internet unter: [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at)



Erfahrung braucht die Chance  
gelebt zu werden:  
**CEREBOKAN® bei Demenz.**



CEB\_130412\_PbT

austroplant

