



PHYTO

Therapie AUSTRIA

Schwerpunktthema:
Der Schatzkasten der Natur schützt vor Erkältungs-
krankheiten 4 S.4

Aktuelle Arzneipflanze:
Weg-Rauke (*Sisymbrium officinale*, Brassicaceae =
Cruciferae ▶ S.18

Mitteilungen der Gesellschaft ▶ S.12 / Termine ▶ S.2 / Gewinnspiel ▶ S.10

Jetzt
NEU

Das führende
Apothekenmagazin –
vielseitig, aktuell,
praxisbezogen und
zu 100 % aus Österreich.



- Kompetente und verständlich aufbereitete Beiträge rund um die Gesundheit für jede Altersgruppe
- Neues aus der Welt der Pharmazie
- Hilfreiche Gesundheitstipps zu aktuellen Themen
- Interessantes aus der Schul- und Alternativmedizin
- NEU im modernen Layout und mit größerer Schrift

Top- Informationen kostenlos
monatlich aus Ihrer Apotheke!

Termine:

8th Symposium on MAP

10. bis 13. September 2018, Bonn, Deutschland

<http://www.dfa-aga.de>

International Conference on Pharmacognosy and Pharmacovigilance - New Drug Innovations from herbs and medicinal plants

17. und 18. September 2018, Toronto, Kanada

<https://scientificfederation.com/pharmacognosy-pharmacovigilance-2018/>

18th World Pharma Congress - Challenges and Opportunities in Transforming the Pharma Industry

18. bis 20. Oktober, Warschau, Polen

<https://world.pharmaceuticalconferences.com>

33. Südtiroler Herbstgespräche

25. bis 28. Oktober, Bozen, Südtirol

www.phytoherbst.at

HMPPA Workshop: Cannabis - Phytochemical, Pharmacological and Clinical Evidence

15. November 2018, Wien

<http://www.hmppa.at/hmppa-events/?lang=en>

33. Schweizerische Jahrestagung für Phytotherapie

22. November, Baden, Schweiz

<http://www.smgp.ch/smgp/aktuelles/aktuelles2.html>

30th International Symposium on the Chemistry of Natural Products

25. bis 29. November, Athen, Griechenland

<http://www.iscnp30-icob10.org/>

59. Österreichische Pflanzenschutztag: Chemischer Pflanzenschutz am Scheideweg – bringen Alternativen den nötigen Erfolg?

27. und 28. November, Ossiach

<http://www.oeaip.at/index.php?id=1344>

Diplom Phytotherapie

Die ÖGPHYT-Wochenend-Seminare finden beim Fortbildungszentrum für Allgemeinmedizin (FAM) in Pöchlarn/NÖ statt. Begrenzte Teilnehmerzahl, bitte beachten Sie die notwendige Anmeldung!

Kurs 2017/2018

Modul VII: 29., 30. September 2018

Modul VIII: 1., 2. Dezember 2018, Prüfungstermin

Parallelkurse 2018/2019

Block A

Modul 4: 13., 14. Oktober 2018

Block B

Modul IV: 3., 4. November 2018

Fragen bezüglich An-/Abmeldung für Kurs 2017/18 (VII-VIII) bitte an Frau N. Marjanovic (nada.marjanovic@mylan.com), für die Parallelkurse 2018/19 (A und B) an Frau S. Precht (Sandra.Precht@peithner.at). Weitere Informationen: www.fam.at, www.phytotherapie.at.

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser! Gegen alle Gewohnheit

...hat Sie diesmal auf dem Cover des Heftes kein Pflanzenbild begrüßt - schön, dass Sie trotzdem das Heft nicht gleich in der „Rundablage“ entsorgt haben!

Die ausgewählten Fotos vom „Wiener Kongress“ sollen nämlich die Teilnehmer vor allem an die vielen Begegnungen und Gespräche in und außerhalb der Hörsäle erinnern! Die Vorträge und Poster fanden Sie ja als Abstracts schon in Heft 3, eine kurze Nachlese gibt es in der vorliegenden Ausgabe (S. 19), hier auch Berichte über das Kräuterforum Pöllauberg (S. 19) und die traditionelle Pharmakobotanische Wochenexkursion, diesmal in Goldegg (S. 17).*

Zu berichten ist weiters, dass die Pharmakobotanischen Exkursionen in den Bundesländern sowie ein „Phytotherapie-Refresher“ für DiplominhaberInnen gern und gut angenommen wurden, und dass die ÖÖGPHYT aufgrund der anhaltenden Nachfrage nach Pflanzlichem für Tiere eine Arbeitsgruppe „Veterinär-Phytotherapie“ eingesetzt hat (S.8).

Das Angebot an Kräuterwanderungen, (Kurz-)Kursen und Seminaren, die dem erfreulichen Interesse an allem, was mit Pflanzen zu tun hat, entgegenkommen, ist enorm. Oft ist aber nicht klar, auf welchem Niveau, mit welchem ideologischen oder wissenschaftlichen Hintergrund dabei über eine Anwendung von Pflanzen zu medizinischen Zwecken oder als Nahrungsmittel berichtet wird. Die westliche Phytotherapie basiert zwar auf Erfahrungen durch etwa zwei Millenien, hat aber – wie die Medizin allgemein - in den letzten Jahrzehnten durch die Entwicklung der Wissenschaft einen enormen, vorher nicht gekannten Fortschritt erfahren, der anerkannt, breit bekannt gemacht, ja, verteidigt werden muss. Darum bemüht sich die ÖGPHYT und ersucht Sie um Ihre Unterstützung!

Wie gewohnt, finden Sie auch in diesem Heft Schwerpunktartikel, Aktuelle Arzneipflanze, Termine, Mitteilungen der ÖGPHYT, sowie Fallbeispiel und Gewinnspiel (viel Glück!).

*Erfreuliches Durchblättern des Heftes und einen schönen Herbst wünscht Ihnen
mit besten Grüßen*

Ihr

Wolfgang Kubelka

wolfgang.kubelka@univie.ac.at

**(vgl. auch www.phytotherapie.at, Die Zeitschrift der Gesellschaft online)*

Impressum

www.phyto-austria.at

Herausgeber: FIVE-NF GmbH gemeinsam mit der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie. **Medieninhaber (Verleger):** FIVE-NF GmbH, Kutschergasse 26, 1180 Wien, Tel: 0676 4405181, E-Mail: 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:** Der Knopfdrucker, istock, wikipedia, Kubelka, Länger **Titelbild:** Kongress Impressionen. **Layout & Grafik:** FIVE-NF GmbH. **Anzeigenverkauf:** FIVE-NF GmbH, Kutschergasse 26, 1180 Wien, Tel: 0676 44 05 181, E-Mail: contact@five-nf.tv. **Druck:** Bösmüller Print Management GesmbH & Co. KG Josef-Sandhofer-Straße 3, 2000 Stockerau, Obere Augartenstraße 32, 1020 Wien. Abopreis für 6 Ausgaben 2018: Euro 44,00.

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. Dr. h. c. B. Kopp, Wien; Univ.-Prof. Dr. W. Marktl, Wien; Univ.-Prof. Dr. A. Prinz, Wien; Univ.-Prof. Dr. J. Rollinger, Wien; Univ.-Prof. Dr. R. Saller, Zürich; 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. i.R. Dr. K. Widhalm, Wien
Aus Platzgründen oder aus Gründen der Lesbarkeit verzichten wir teilweise auf eine Unterscheidung der männlichen und weiblichen Form. Natürlich ist immer auch die weibliche Form gemeint.

Der Schatzkasten der Natur schützt vor Erkältungskrankheiten

Erkältungskrankheiten, die uns für gewöhnlich mit Schnupfen, Husten, Halsweh, Fieber und Gelenksschmerzen heimsuchen, haben in der Pflanzenheilkunde einen natürlichen Gegenspieler mit besten Karten im „Blatt“. Die Palette der Heilpflanzen reicht von Rottannenknospen über Purpur-Sonnenhut, Efeu, Thymian, Sonnenhut, Salbei, Süßholzwurzel, Eibischwurzel, Schlüsselblume, Eisenkraut, Spitzwegerich, Kamillenblüten, Kapland-Pelargonie bis zu den ätherischen Ölen von Pfefferminze, Eukalyptus, Wacholderbeeren und darüber hinaus. Fast ebenso vielfältig und patientenfreundlich sind mit Tabletten, Kapseln, Pastillen, Sirup, Tropfen, Tees, Sprays und Inhalationen die Anwendungsmethoden.

Eine Erkältung ist eine akute Infektion der Atemwege, welche durch über 200 verschiedene Viren unterschiedlicher Familien verursacht und bakteriell sekundär infiziert werden kann. Die Symptome einer Erkältung umfassen meistens Hals- und Kopfschmerzen, Husten, Schnupfen, Fieber, Gliederschmerzen und Abgeschlagenheit.

Die Phytotherapie wird von der EU-Gesetzgebung als naturwissenschaftliche Methode bezeichnet, zur Heilung, Linderung und Vorbeugung von Krankheiten bis hin zu Befindlichkeitsstörungen, durch Arzneipflanzen, deren Teile, wie Blüten oder Wurzeln, oder Bestandteile, wie ätherische Öle, sowie deren Zubereitungen. Seit 2000 werden pflanzliche Arzneimittel von der EU als „Herbal Medicinal Products“ bezeichnet.

Salus aegroti suprema lex

In der Phytotherapie, einem naturwissenschaftlichen, kausalen oder symptomatischen Therapieprinzip, werden nur Wirkstoffe verwendet, die aus ganzen Pflanzen, Pflanzenteilen oder deren Zubereitungen bestehen. Die Grundlage der Pflanzenheilkunde bilden wissenschaftliche Erkenntnisse. Die rationale Phytotherapie, für die es wissenschaftlich überprüfbare Unterlagen (bibliografische Belege) gibt, ist ein Teil der heutigen naturwissenschaftlichen Schulmedizin [1].

Für die ärztliche Tätigkeit kann aber auch die traditionelle Pflanzenheilkunde genutzt werden. Der Nachweis der Wirksamkeit und Unbedenklichkeit wird dabei durch die praktische Erfahrung, durch Monografien und durch die Plausibilität der vorhandenen Untersuchungen und Studien zum Phytopharmakon, der Dosierung, der Art der Anwendung und der anderen Produkteigenschaften erbracht. Prof. Dr. Dr. h. c. mult. Heinz Schilcher sieht die zukunftsweisende Perspektive der Phytotherapie im Sinne von „Salus aegroti suprema lex“, was übersetzt bedeutet: „Das Heil des Kranken sei höchstes Gesetz.“

Kategorien nach Hauptwirkung

Die Inhaltsstoffe eines Phytopharmakons, eines pflanzlichen Arzneimittels, lassen sich in Hauptwirkstoffe (Effektoren), Wirkstoffe oder Nebenwirkstoffe mit wirksamkeitsmitbestimmendem Charakter, Begleitstoffe (Pharmakokinetik beeinflussende Koeffektoren); Leitsubstanzen (phytochemische Qualitätsprüfung, Identifizierung, Charakterisierung; z. B. Viridiflorol im ätherischen Pfefferminzöl) und Gerüststoffe (Aufbau der Pflanzenzelle, Primärstoffwechsel) einteilen.

Aufgrund der oft zahlreichen Wirkstoffe in einer pflanzlichen Zubereitung entwickeln sich vielfältige nützliche Effekte. Traditionelle, wissenschaftliche und klinische Daten und Fakten führten zum Versuch einer Einteilung ausgewählter Heilpflanzen in Wirkungskategorien (siehe Tab. 1)

Zu allen genannten Heilpflanzen gibt es Daten und Fakten aus der traditionellen und naturwissenschaftlichen Pflanzenheilkunde.

Bei der Behandlung von Erkältungserkrankungen der oberen und tiefen Atemwege wirken Phytopharmaka einerseits kausal durch Verbesserung des Immunsystems (Kategorie I) sowie antivirale und antibakterielle Wirkungen (Kategorie II). Andererseits können in Form von Entzündungshemmung (Kategorie III), Erleichterung der Expektorierung durch Förderung der Sekretolyse und Sekretomotorik, Bronchospasmolyse, Schleimhautabdeckung durch Bildung einer Schutzschicht (Kategorie IV) klinisch bedeutsame symptomatische Effekte erzielt werden.



Dr. Wolfgang Steflitsch

Rezente Studien zur Anwendung von Phytopharmaka bei Erkältungskrankheiten

Die Effektivität des Extraktes EPs® 7630 der Kapland-Pelargonie (*Pelargonium sidoides*) konnte in zahlreichen randomisierten kontrollierten Studien und in der Analyse der Cochrane Collaboration bei akuten Atemwegsinfektionen in allen untersuchten Altersgruppen gezeigt werden. In ihrem Review auf Basis von acht kontrollierten klinischen Studien an Kindern und Jugendlichen mit akuter Bronchitis oder Tonsillopharyngitis bestätigten Careddu D. und Mitarbeiter 2018 die signifikante Verbesserung der Symptome und die Heilung der zugrundeliegenden Infektionen. Zusätzlich fanden sich Hinweise auf eine Reduktion von Asthmaanfällen [3].

Die Wirkungen der Kapland-Pelargonie erstrecken sich von der Stimulation der mukoziliären Clearance über die Verminderung der bakteriellen Adhäsion, Internalisierung und Zellschädigung bis zur Steigerung bzw. Zunahme von Typ-I-Interferon, proinflammatorischen Zytokinen, Makrophagen-Aktivität, Defensin-Freisetzung, Phagozytose, oxidativen Reaktionen und intrazellulärer Zerstörung von Krankheitserregern.

Riley D. S. et al. veröffentlichten 2018 eine prospektive, Placebo-kontrollierte, klinische Parallelgruppen-Phase-III-Studie, in welcher insgesamt 207 erwachsene Patienten mit Erkältungssymptomen für maximal 10 Tage entweder 3x 30 Tropfen Kapland-Pelargonien-Extrakt 7630 (Standarddosis) bzw. 3x 60 Tropfen 7630 (Hochdosis) oder Placebo erhielten [4]. Die primären Zielparame-ter waren die Summe der Unterschie-

Tab. 1: Wirkungskategorien ausgewählter Pflanzen

I. Immunmodulation	II. antimikrobiell	III. antiinflammatorisch	IV. Katarrhe, Bronchitis
Echinacea[5]	Echinacea[5]	Süßholzwurzel	Efeu [7]
Nadelhölzer	Nadelhölzer	Eukalyptusöl	Nadelhölzer
Propolis	Thymian [6]	Salbei	Thymian [6]
Enzian	Eukalyptusöl	Propolis	Süßholzwurzel
Holunder	Fenchelöl	Weidenrinde	Pfefferminzöl
Kamillenblüten	Salbei	Spitzwegerich	Fenchelöl
Kapland-Pelargonie [3,4]	Kapuzinerkresse [8]	Kamillenblüten	Meerrettich [8]
Thymian [6]	Meerrettich [8]	Schafgarbe	Spitzwegerich
	Propolis	Eichenrinde	Schlüsselblume
	Kretische Zistrose	Walnussblätter	Primel
	Kamillenblüten	Löwenzahn	Holunder
	Schafgarbe	Mädesüßkraut	Eibischwurzel
	Eichenrinde		Schachtelhalmkraut
	Kapland-Pelargonie [3,4]		Kapland-Pelargonie [3,4]
			Lindenblüten
			Campher

de im Cold Intensity Score (CIS) zwischen Tag 1 und 3 bzw. zwischen Tag 1 und 5 (SSID, sum of symptom intensity differences). Die sekundären Kriterien betrafen individuelle Therapieantworten gemäß CIS, Veränderungen der individuellen CIS-Symptome bzw. anderen Erkältungssymptomen, Arbeitsfähigkeit, Aktivitätsniveau, Lebensqualität (EQ-5D), Zeit bis zur Therapieantwort, Behandlungserfolg und Zufriedenheit mit der Therapie.

Von Tag 1 bis Tag 5 verringerte sich der mittlere CIS-Wert in der 7630-Gruppe um rund 11,2 Punkte und in der Placebo-Gruppe um 6,3 Punkte. Die mittlere SSID war rund 16,0 in der Placebo-Gruppe ($p = 0,0001$). Nach 10 Behandlungstagen waren in der 7630-Gruppe

90,4 Prozent und in der Kontrollgruppe 21,2 Prozent klinisch geheilt ($p = 0,0001$). Die Arbeitsunfähigkeit dauerte in der 7630 Gruppe im Mittel 6,4 gegenüber 8,3 Tage. In allen primären und sekundären Parametern zeigte sich die Überlegenheit der Kapland-Pelargonie gegenüber Placebo. Unerwünschte Nebenwirkungen erwiesen sich für gewöhnlich als leicht und traten bei 15,4 Prozent der 7630-Patienten auf sowie bei 5,8 Prozent der Placebo-Patienten.

Ebenso im Jahr 2018 publizierten Rondanelli M. et al. ihre Übersichtsarbeit über 82 ausgewählten klinische Studien zur Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten mit Vitamin C, Vitamin D, Zink und Echinacea hinsichtlich der Wirkung auf die angeborene und adaptive Immunität sowie der physikalischen Barriere [5]. Für die tägliche Zufuhr von Vitamin C werden 1 bis 2 G empfohlen. Ein adäquater Vitamin D-Haushalt bietet allgemein einen guten Erkältungsschutz. Zink sollte sofort nach Einsetzen der ersten Symptome eingenommen werden. Für Echinacea werden die besten Effekte mit einer Tagesdosis von 2400 mg pro Tag für 4 Monate erzielt. Mit diesen Maßnahmen können Erkältungskrankheiten vorgebeugt und Symptome bezüglich Dauer (8 bis 33 %) und Stärke erfolgreich behandelt werden.

Das Carvacrol-Isomer Thymol ist ein natürliches Phenol-Monoterpen-Derivat und mit 10 bis 64 Prozent ein Hauptbestandteil des ätherischen Öls von *Thymus vulgaris* L. (Lamiaceae). Das große pharmazeutische, nutraceutical und kosmetische Interesse an Thymol beruht auf zahlreichen Studien, welche seine antimikrobiellen, antioxidativen, antiinflammatorischen, krampflösenden und immunmodulierenden Eigenschaften hervorheben. In ihrem Review beschreiben Salehi B. und Mitarbeiter unter anderem jene Thymol-vermittelten sowie ganzheitlich Thymus vulgaris-assoziierten Effekte, die sich günstig auf die Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten auswirken [6].

Lang C. et al. berichteten 2015 über kontrollierte klinische Studien und nicht-interventionelle Untersuchungen bei verschiedenen akuten und chronischen Atemwegserkrankungen mit dem Efeublätter-Trokenextrakt EA 575® [7]. In 18 ausgewählten Studien an insgesamt 65.383 Patienten konnten signifikante Effekte bezüglich Erkrankungsdauer und Symptomlinderung beobachtet werden.

Im Jahr 2012 publizierten Fintelmann V. und Mitarbeiter eine randomisierte, prospektive, doppelblinde, Placebo-kontrollierte Phase-III-Parallelgruppenstudie über eine klinische Prüfung eines Medizinproduktes mit Kapuzinerkresse und Meerrettich bei akuter Atemwegsinfektion [8]. Die Verumgruppe erhielt 3x

2 (Gruppe 1) bzw. 2x 2 Tabletten (plus 1x 2 Tbl. Placebo) (Gruppe 2) täglich, die Kontrollgruppe (3) die entsprechende Anzahl an Placebo-Tabletten. Die maximale Behandlungsdauer betrug 84 Tage. 351 Patienten beiderlei Geschlechts im Alter zwischen 18 und 75 Jahren wurden den 3 Studiengruppen zugeordnet. Zielparameter waren die Inzidenz von Atemwegsinfektionen, Dauer, Schwere, Charakter der Erkrankung, Lebensqualität, Zufriedenheit und Nebenwirkungsprofil.

In der Intention-to-treat-Analyse (ITT) lagen die Infektionsraten in Gruppe 1 bei 13,3 Prozent, in Gruppe 2 bei 18,0 Prozent und in

Extrakt aus Schwarzem Knoblauch wirkt



Schon die „Alten Ägypter.....“, was für Vieles gilt, gilt auch für Knoblauch. Also: seit mehr als 5000 Jahren verlässt sich die Medizin weltweit auf die Wirkung der Schwefelverbindungen aus dem Knoblauch, die nicht nur wirksam, sondern auch für die „stinkenden“ Ausdünstungen verantwortlich sind. Beim Genuss von frischem Knoblauch kann es darüberhinaus zu anderen unerwünschten Wirkungen wie Sodbrennen, Übelkeit, Erbrechen und Durchfall kommen. Dank moderner Verfahren können geruchsfreie Knoblauchpräparate gewonnen werden, bei denen diese unerwünschten Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten, nicht zu befürchten sind.

Extrakte aus gereiftem oder fermentiertem «schwarzen» Knoblauch enthalten alle Inhaltsstoffe, die zum Teil stärker wirksam sind als die des rohen Knoblauchs. Es muss also niemand mehr die von der WHO empfohlene Tagesdosis von ca. 5 g frischem Knoblauch täglich zu sich nehmen und damit die Nasen seiner Umwelt quälen. Wie zahlreiche Studien nachweisen, enthalten die modernen Nahrungsergänzungsmittel durchaus ausreichend Knoblauch-Wirkstoff (WHO-Empfehlung: Tagesdosis bis zu 2,4 mg S-allylcystein) um den medizinischen Einsatz zu rechtfertigen. Sowohl für die fettlöslichen als auch für die wasserlöslichen Schwefel-Inhaltsstoffe konnte die Wirksamkeit zur Senkung von Hypertonie, Cholesterin, Blutzucker und oxidativem Stress nachgewiesen werden, was sich positiv auf die Zellen des gesamten Organismus (Leber, Niere, Darm, Herz und Gehirn) auswirkt. Außerdem kommt es zu einer Verbesserung der Fließeigenschaft des Blutes, die Bildung arteriosklerotischer Plaques wird gehemmt und viele toxische Veränderungen sind unter Knoblaucheinnahme geringer ausgeprägt.

Aufgrund der antiproliferativen und immunstimulierenden Wirkung ist Knoblauch auch bei Krebsleiden indiziert, aufgrund seiner antientzündlichen Wirkung bei entzündlichen Organ- und Gelenkserkrankungen und aufgrund seiner spasmolytischen und karminativen Wirkung auch beim Reizdarm-Syndrom. Die starke antibakterielle und antivirale Wirkung kann bei Erkältungskrankheiten genutzt werden.

Fortsetzung Schwerpunkt S. 5

der Kontrollgruppe 3 bei 25,6 Prozent ($p = 0,0171$). Die sekundären Zielparameter zeigten keine signifikanten Unterschiede. Die Prüfmedikation wurde gut vertragen. Diese Studie demonstrierte eine signifikante Effektivität von Kapuzinerkresse und Meerrettich in der Prophylaxe von akuten Atemwegsinfektionen.

Referenzen:

- 1 Kraft K., März R., Zeitschrift für Phytotherapie, 2006, 27: 279-283
 - 2 Heinz Schilcher (Hrsg.). Leitfaden Phytotherapie. 5. Auflage, 2016; Elsevier GmbH, Urban & Fischer Verlag, München:430-440
 - 3 Careddu D et al. Pelargonium sidoides extract EPs 7630: a review of its clinical efficacy and safety for treating acute respiratory tract infections in children. Int J Gen Med. 2018 Mar 8; 11:91-98. doi: 10.2147/IJGM.S154198. eCollection 2018.
 - 4 Riley DS et al. Efficacy and Tolerability of High-dose Pelargonium Extract in Patients with the Common Cold. Altern Ther Health Med. 2018 Mar;24(2):16-26.
 - 5 Rondanelli M et al. Self-Care for Common Colds: The Pivotal Role of Vitamin D, Vitamin C, Zinc, and Echinacea in Three Main Immune Interactive Clusters (Physical Barriers, Innate and Adaptive Immunity) Involved during an Episode of Common Colds-Practical Advice on Dosages and on the Time to Take These Nutrients/Botanicals in order to Prevent or Treat Common Colds. Evid Based Complement Alternat Med. 2018 Apr 29; 2018:5813095. doi: 10.1155/2018/5813095. eCollection 2018.
 - 6 Salehi B et al. Thymol, thyme, and other plant sources: Health and potential uses. Phytother Res. 2018 May 22. doi: 10.1002/ptr.6109.
 - 7 Lang C et al. A Valuable Option for the Treatment of Respiratory Diseases: Review on the Clinical Evidence of the Ivy Leaves Dry Extract EA 575®. Planta Med. 2015 Aug;81(12-13):968-74. doi: 10.1055/s-0035-1545879. Epub 2015 Apr 15.
 - 8 Fintelmann V et al. Efficacy and safety of a combination herbal medicinal product containing Tropaeoli majoris herba and Armoraciae rusticanae radix for the prophylactic treatment of patients with respiratory tract diseases: a randomised, prospective, double-blind, placebo-controlled phase III trial. Curr Med Res Opin. 2012 Nov;28(11):1799-807. doi: 10.1185/03007995.2012.742048. Epub 2012 Oct 31.
- Literatur:
- Heinz Schilcher (Hrsg.): Leitfaden Phytotherapie. 5. Auflage, 2016; Elsevier GmbH, Urban & Fischer Verlag, München. ISBN 978-3-437-55344-8
- Heinz Schilcher, Ingeborg Stadelmann, Christian Herb: Duft- und Heilpflanzen. 2012; Stadelmann Verlag. ISBN 978-3-943793-03-1
- Wolfgang Steflitsch, Dietmar Wolz, Gerhard Buchbauer (Hrsg.): Aromatherapie in Wissenschaft und Praxis. 2013; Stadelmann Verlag. ISBN 978-3-9811304-6-1

Dr. Wolfgang Steflitsch
Lungenfachärztliche Wahlarzt-Ordination
mit Schwerpunkt „Medizinische Aromatherapie“
1190 Wien, Döblinger Hauptstraße 1/1
Anmeldung: 0664-793 50 51
wolfgang.steflitsch@a1.at
www.aroma-med.at

Fachkurzinformation

Echinaforce® Tabletten ZUSAMMENSETZUNG: 1 Tablette enthält: 5,9 mg Trockenrückstand eines Flüssigextrakts aus frischem, blühenden Kraut von Rotem Sonnenhut (Echinacea purpurea herba, entspricht ca. 100-200 mg frischem Kraut), Verhältnis Droge-Auszugsmittel 1:12, Auszugsmittel Ethanol 57,3 % m/m 0,3 mg Trockenrückstand eines Flüssigextrakts aus frischen Wurzeln aus Rotem Sonnenhut (Echinacea purpurea radix, entspricht ca. 5,6-9,8 mg frischer Wurzel), Verhältnis Droge-Auszugsmittel 1:11, Auszugsmittel Ethanol 57,3 % m/m. Sonstige Bestandteile mit bekannter Wirkung: Jede Tablette enthält 266,2 mg Sorbitol und 0,9 mg Saccharose (in Orangenaroma). Liste der sonstigen Bestandteile: Sorbitol, Betadex, Hochdisperses Siliciumdioxid, Magnesiumstearat, Orangenaroma. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Immunstimulation, als unterstützende Therapie und Prophylaxe rezidivierender Infekte wie banaler Erkältungskrankheiten mit den Symptomen Husten, Katarrhe, tränende Augen, laufende Nase, Halsentzündungen, Kopfschmerzen und Muskelschmerzen. Dieses Arzneimittel wird angewendet bei Kindern ab 4 Jahren, Jugendlichen und Erwachsenen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff, gegen Pflanzen aus der Familie der Korbblütler (Compositae) oder einen der genannten sonstigen Bestandteile. Da für die Anwendung des Arzneimittels bei Kindern unter 4 Jahren kein ausreichendes wissenschaftliches Erkenntnismaterial vorliegt, ist die Anwendung bei dieser Altersgruppe grundsätzlich nicht angezeigt. ATC-Code: L03AX. INHABER DER ZULASSUNG: guterrat Gesundheitsprodukte GmbH & Co. KG, Eduard-Bodem-Gasse 6, 6020 Innsbruck. REZEPTPFLICHT/ APOTHEKENPFLICHT: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu den besonderen Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln und sonstige Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen sowie Gewöhnungseffekte sind der veröffentlichten

Luftreinigung mit ätherischen Ölen gegen Bakterien, Viren & Co

Atemwegserkrankungen wie Asthma und Allergien (z. B. Heuschnupfen) sind in den letzten Jahrzehnten stark im Zunehmen. Schuld daran sind v. a. steigende Schadstoffkonzentrationen in der Umwelt sowie die hohe Luftbelastung mit Krankheitskeimen und Allergenen in geschlossenen Räumen. Die Luftreinigung mit ätherischen Ölen kann einen wertvollen Beitrag dazu leisten, das Erkrankungsrisiko zu senken.

Eindrucksvolle Studiendaten liegen für den Puressentiel Luftreinigungsspray 41 ätherische Öle vor. Nach internationalen Qualitätsstandards durchgeführte Labortests belegen, dass häufig vorkommende krankheitsrelevante Bakterien (*Staphylococcus aureus*, *Pseudomonas aeruginosa*, *Escherichia coli*, und *Enterococcus hirae*) und Viren (Polio-, Adeno- und Influenzaviren) rasch – häufig bereits innerhalb weniger Minuten nach Kontakt mit dem unverdünnten Spray – und effektiv abgetötet werden (1-3).

Gute Verträglichkeit

Puressentiel Luftreinigungsspray mit 41 ätherischen Ölen erwies sich in einer klinischen Studie mit 53 gesunden Testpersonen und Patienten mit milder funktioneller Lungenerkrankung in der Krankengeschichte als gut verträglich und verursachte keine unerwünschten Effekte. 97 Prozent der Probanden beurteilten die Verträglichkeit des Produktes als exzellent (4).



Referenzen

- 1) Evaluation de l'activité bactéricide du produit Puressentiel Spray aux 41 huiles essentielles Assainissant selon la norme EN NF 1040, Report n°2009/20358/V1, November 2009.
- 2) Activité virucide du produit Puressentiel Spray aux 41 huiles essentielles Assainissant selon la norme EN 14476 2 temps de contact : adénovirus et poliovirus, Report 2010/21311/v1, June 2010.
- 3) Evaluation of suspension virucidal effectiveness against human influenza virus of the product Puressentiel Spray aux 41 huiles essentielles Assainissant, Report n° 2010/23070, October 2010.
- 4) Etude de la qualité de vie et de l'acceptabilité du produit Puressentiel Spray aux 41 huiles essentielles Assainissant réalisée sur au moins 50 volontaires pendant 4 semaines, sous contrôle médical, Report n° 6267-98-E3, April 2011.

BESCHÜTZT DIE KINDER



Echinaforce® Tabletten Junior-Formulierung

- ✓ Hergestellt aus 400 mg Extrakt frisch geernteter *Echinacea purpurea* (95 % Kraut und 5 % Wurzel) aus biologischem Anbau
- ✓ Antiviral & immunmodulierend ^{1,2}
- ✓ Sicher & wirksam zur Vorbeugung und Behandlung von Erkältungskrankheiten ^{3,4}
- ✓ Kann den Bedarf von Antibiotika um 73 % reduzieren ⁴
- ✓ Natürliches Orangen-Aroma
- ✓ Gut verträglich*
- ✓ Zahnfreundlich
- ✓ Laktose- und glutenfrei

Wirkstoff:
Trockenrückstand eines Flüssigextrakts
aus frischem Rotem Sonnenhut

* Von 99,2 % der
Eltern als (sehr) gut
bewertet ³



1 Ritchie MR, Gertsch J, Klein P, Schoop R. Phytomedicine. 2011;18(10):826-31.
2 Pleschka S, Stein M, Schoop R, Hudson JB, Virol J. 2009 Nov 13;6:197.
3 Feldhaus S. Echinacea for the Treatment of Acute Respiratory Tract Infections: A Dose-Response Clinical Trial. In: Conference Report Echinacea in Children. University Hospital Zurich (USZ), Zurich, Switzerland, 25th May 2018. Abrufbar auf guterrat.net/kinder
4 Ogal M. Prevention of Respiratory Tract Infections with Echinacea in Children 4-12 Years Old. In: Conference Report Echinacea in Children. University Hospital Zurich (USZ), Zurich, Switzerland, 25th May 2018. Abrufbar auf guterrat.net/kinder
Fachkurzinformation siehe Seite 6

A.Vogel hilft
– seit 1923

A.Vogel

Wiederbelebung des Arbeitskreises „Veterinär-Phytotherapie“ unter dem Dach der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT)

Das erste Mal formierte sich eine in der „Veterinär-Phytotherapie“ engagierte Gruppe, als 1998 die erste Nummer der Zeitschrift KOMVET-Komplementäre Veterinärmedizin erschien. Dies war das Mitteilungsblatt der Sektion Akupunktur, Neuraltherapie und Homöopathie der Österreichischen Gesellschaft der Tierärzte, die zu diesem Zeitpunkt schon neun Jahre bestand, und in die nun auf Anregung von Univ.-Prof. Dr. Chlodwig Franz, Institut für Angewandte Botanik, Veterinärmedizinische Universität Wien (Vetmeduni Vienna), der Bereich „Phytotherapie“ eingegliedert wurde. Diese Zeitschrift erschien viermal im Jahr, für aktuelle Anlässe wurden auch Sondernummern herausgegeben.

Ziel der KOMVET war es, Neues aus Wissenschaft und Praxis im Bereich KOMplementärer VETerinärmedizinischer Heilmethoden KOMprimiert und KOMplett zu berichten, wie der Chefredakteur Dr. med. vet. Kurt Ganzberger, Tierklinik Aspern, in der ersten Ausgabe schrieb. Die Autoren phytotherapeutischer Themen waren neben erfahrenen praktizierenden Tierärzten aus Deutschland wie Dr. med. vet. Walter Greiff und Dr. med. vet. Ulrich Spielberger hauptsächlich Mag. med. vet. Stefan Lorenz, damals VANA GmbH, derzeit Praxis für ganzheitliche Tiermedizin, Mistelbach, NÖ; Prof. Chlodwig Franz und Karin Zitterl-Eglseer. Diese Gruppe trat im Rahmen eines kleinen Symposiums über „Phytotherapie bei Gastrointestinalen Erkrankungen“ bei der Veterinaria 99 in St. Pölten in Erscheinung. Schon bald stießen Dr. med. vet. Doris Gansinger, Fachtierärztin für Geflügel, Aurolzmünster, OÖ, und Dr. med. vet. Werner Hagmüller, Institut für biologische Landwirtschaft und Biodiversität der Nutztiere, HBLFA Raumberg-Gumpenstein, Außenstelle Wels, OÖ, zur Gruppe dazu.

Von 2005 bis 2008 organisierte das Institut für Angewandte Botanik und Pharmakognosie, Vetmeduni Vienna, unter der Leitung von Prof. Ch. Franz und Dr. med. vet. Isabella Hahn einen Ausbildungslehrgang „Veterinär-Phytotherapie“ für Tierärzte in der Praxis an der Vetmeduni Vienna sowie in Schloss Bach, Kärnten, und Schloss Ollersbach, NÖ, bei dem die vorher genannte „Veterinär-Phytotherapie“-Gruppe vorwiegend die Vortragenden stellte. Zu jedem Modul wurden auch prominente Vertreter aus Deutschland eingeladen, wie Univ.-Prof. Dr. Matthias F. Melzig, Institut für Pharmazie, Freie Universität Berlin, und Dr. med. vet. Gerd Riedel-Caspari, Almapharm, Deutschland. Dr. med. vet. Elisabeth Stöger, Tierarztpraxis Lamprechten, Kärnten, Mitglied des Forschungsinstituts für biologischen Landbau Österreich (FiBL), bereicherte die Veranstaltung durch ihre Berichte über den Einsatz von Phytotherapie in der Praxis. Sie etablierte sich inzwischen auch als kompetente Vortragende über pflanzliche Hausmittel bei Tieren in der Fortbildung von Bauern und Bäuerinnen.

Bei den TierärztInnen in der Praxis bestand eine große rechtliche Unsicherheit über den Einsatz von Phytopharmaka, besonders deshalb, weil es nur sehr wenige zugelassene pflanzliche Arzneimittel für Tiere am Markt gibt. Es beschäftigten sie folgende Fragen: Welche Drogen dürfen bei welcher Tierart eingesetzt werden? Wie lange sind die Wartezeiten bei Nutztieren zwischen der Verabreichung einer pflanzlichen Zubereitung und der Verwendung des Lebensmittels wie Eier, Milch und Fleisch? Darf der Tierarzt überhaupt pflanzliche Hausmittel empfehlen? Da es noch wenig Literatur auf diesem Sektor gab, entstand der Wunsch, alle diese Fragen in einem Buch zu beantworten. 2006 gab die Arbeitsgruppe „Kräuter und Gewürze für Nutz- und Heimtiere“ (www.phytovet.at) die 1. Auflage des Buches „Kräuter für Nutz- und Heimtiere, Ratgeber für die Anwendung ausgewählter Heil- und Gewürzpflanzen“ heraus. Trotz intensiver Suche nach einem geeigneten Verlag konnte niemand gefunden werden, der das Buch verlegte. Der Initiative von Doris Gansinger ist es zu verdanken, dass dieses Buch im Eigenverlag verlegt werden konnte. Nach 5000 verkauften Exemplaren war das Buch 2011 vergriffen. 2012 erschien eine 2. aktualisierte Auflage, ebenfalls wieder im Eigenverlag. Folgende Autoren haben



Ao. Univ.-Prof. Mag. pharm. Dr.
Karin Zitterl-Eglseer

in diesem Buch mitgewirkt: Dr. med. vet. Leopold Aichberger, Fachtierarzt für Geflügel, Tierarztpraxis St. Margareten an der Sierning, NÖ; DI Martina Graftschatter, HBLA Pitzelstätten, Kärnten; Mag. pharm. Florian Fritsch, CEO Richter Pharma AG; Dr. med. vet. Doris Gansinger, Fachtierärztin für Geflügel; Dr. med. vet. Werner Hagmüller, Schwerpunkt Bio-Schwein; Dr. med. vet. Isabella Hahn-Ramssl, Institut für Tierernährung und funktionelle Pflanzenstoffe, Vetmeduni Vienna; Mag. Alexandra Hozzank, Biologin, InfoXgen, Schwerpunkt Betriebsmittel in der Biologischen Landwirtschaft; DI Mag. med. vet. Veronika Kolar, Institut für Tierernährung und Futtermittel, Österr. Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit (AGES) und Dr. med. vet. Elisabeth Stöger, Schwerpunkt Wiederkäuermedizin.

Das Redaktionsteam Gansinger, Hagmüller, Hozzank, Stöger sowie Dr. Gerhard Plakolm, Abteilung EU-Bio-Agenden, Institut für Biologische Landwirtschaft und Biodiversität der Nutztiere, Lehr- und Forschungszentrum für Landwirtschaft Raumberg-Gumpenstein, und Dr. Elisabeth Pöckl, BIO AUSTRIA, Abteilung Landwirtschaft, Tierhaltung, verfasste 2011 den „Leitfaden für die Tierbehandlung am Bio-Betrieb“, der vom Ländlichen Fortbildungsinstitut Österreich, herausgegeben wurde. Ein Kapitel ist den Heil- und Gewürzpflanzen zur Anwendung an Tieren gewidmet, ein weiteres den Hausmitteln und traditionellen Pflegemitteln und auch das Kapitel zur Parasiten- und Schädlingsbekämpfung enthält pflanzli-

che Produkte. Der Leitfaden gibt einen Überblick über rechtlich relevante Fragestellungen in Zusammenhang mit der Tier-Behandlung am Bio-Betrieb und versucht konkrete Lösungen für die teilweise lückenhafte und auch widersprüchliche Reglementierung in diesem Bereich anzubieten.

Frau Dr. Isabella Hahn-Ramssl und Prof. Chlodwig Franz bemühten sich über viele Jahre einen Fachtierarztstitel sowie einen Ausbildungslehrgang für „Veterinär-Phytotherapie“ in der Österreichischen Tierärztekammer (ÖTK) zu etablieren. Viele Anträge wurden gestellt und Gespräche geführt, stets mit negativem Ergebnis. Als die ÖTK erstmals Zusatz-Diplome in speziellen Fachbereichen in Ergänzung zum tierärztlichen Diplom nach erfolgreich abgeschlossenem Veterinärmedizinstudium 2014 zuließ, meldete sich sofort eine Proponentengruppe der „Veterinär-Phytotherapie“ bestehend aus folgenden Personen L. Aichberger, Ch. Franz, D. Gansinger, W. Hagmüller, I. Hahn-Ramssl, E. Stöger und K. Zitterl-Eglseer und setzte sich für die Errichtung des ÖTK-Diploms „Veterinär-Phytotherapie“ ein. Ein entsprechender Ausbildungsgang („Curriculum Veterinär-Phytotherapie“, CVP) wird nun seit Frühling 2016 an der Vetmeduni Vienna angeboten. Nach 4 absolvierten Modulen (zwei pro Jahr), bestandener Prüfung und positiv begutachteter Fallbeispiele aus der Praxis kann um das „ÖTK-Diplom Veterinär-Phytotherapie“ angesucht werden. Darüber hinaus gibt es für besuchte Module allgemeine sowie spezielle Fortbildungspunkte der ÖTK (z. B. für bestehende Fachtierarzttrichtungen oder Tiergesundheitsdienst (TGD)-Mitglieder). Mit dem Institut für biologische Landwirtschaft und Biodiversität der Nutztiere, HBLFA Raumberg-Gumpenstein, Außenstelle Wels, OÖ, insbesondere mit Dr. W. Hagmüller besteht schon über viele Jahre eine sehr gute Zusammenarbeit im Forschungsbereich

„Pflanzliche Futteradditive in der Fütterung von Bioschweinen“, aus der einige gemeinsam betreute Diplomarbeiten und Dissertationen (Universität für Bodenkultur und Veterinärmedizinische Universität) sowie Publikationen hervorgingen, die in der Berliner und Münchner Tierärztlichen Wochenschrift veröffentlicht wurden, wie z.B. Jugl-Chizzola et al. 2005, 118, 495-501; Hagmüller et al. 2006, 119, 50-54; Jugl-Chizzola et al. 2006, 119, 238-243; sowie in der Wiener Tierärztlichen Monatsschrift (Veterinary Medicine Austria) Hagmüller et al. 2011, 98, 166-174.

Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass die „Veterinär-Phytotherapie“ Gruppe seit 20 Jahren aktiv an verschiedenen Fragestellungen in unterschiedlicher personeller Zusammensetzung tätig und somit keinesfalls tot war, weshalb es auch nicht einer „Wiederbelebung“ im medizinischen Sinne bedarf. Die Gruppe möchte aber den derzeitigen Aufwind gerne nutzen und freut sich unter dem Dach der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie verstärkt weiterzuarbeiten. Ein mittelfristig angestrebtes Ziel ist die Neuauflage und Erweiterung des Buches „Kräuter für Nutz- und Heimtiere, Ratgeber für die Anwendung ausgewählter Heil- und Gewürzpflanzen“. Hinweise über einen Verlag, der das Buch drucken würde, werden gerne entgegengenommen.

In den ersten Sitzungen der Arbeitsgruppe „Veterinär-Phytotherapie“ innerhalb der ÖGPHYT soll sich aus den genannten „veterinär-phytotherapeutischen Aktivisten“ eine Kerngruppe bilden, die anstehende Probleme ortet und Zukunftsthemen formuliert.

Ao. Univ.-Prof. Mag. pharm. Dr. Karin Zitterl-Eglseer
Institut für Tierernährung und funktionelle Pflanzenstoffe, Veterinärmedizinische Universität, Veterinärplatz 1, 1210 Wien, Austria
karin.zitterl@vetmeduni.ac.at



Nase zu? Kopf drückt? Sinupret® intens

- 🍃 löst den Schleim
- 🍃 öffnet die Nase
- 🍃 befreit den Kopf



4-fach konzentriert* – gut verträglich

* 0,720 mg eingesetzte Pflanzenmischung in Sinupret® intens (entspricht 160 mg Trockenextrakt) im Vergleich zu 156 mg Pflanzenmischung in Sinupret® forte. Eine vierfache Konzentration der eingesetzten Pflanzenmischung ist nicht gleichzusetzen mit einer vierfachen Wirksamkeit.

Unsere Gewinnfrage diesmal:

Die Abbildungen zeigen Blüten, die alle jeweils 4 Kronblätter aufweisen. Aber nur eine Abbildung zeigt einen Kreuzblütler. Welche?



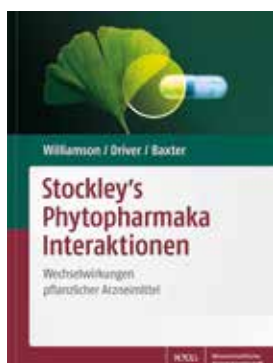
Einsendungen an: ÖGPHYT Dept. für Pharmakognosie, Pharmaziezentrum der Universität Wien,
Althanstraße 14, 1090 Wien, E-Mail: info@phytotherapie.at
Einsendeschluss ist der 31. Oktober 2018

Aus den richtigen Einsendungen verlosen wir drei Exemplare des Buches:

Elizabeth Williamson, Samuel Driver, Karen Baxter

Stockley's Phytopharmaka Interaktionen

Wechselwirkungen pflanzlicher Arzneimittel



XVI + 452 S., Wiss. Verlagsges. Stuttgart 2018, € 45,- ISBN: 978-3-8047-3733-4

Während pflanzliche Arzneimittel bei Laien weitgehend als unbedenklich gelten, ist man in Fachkreisen spätestens seit dem Bekanntwerden der Interaktionen von Hypericum oder den Problemen mit Grapefruitsaft vorsichtig geworden. Angaben zu Wechselwirkungen von pflanzlichen Arzneimitteln findet man weit verstreut in der Literatur, aber seit Jahren auch schon in der Datenbank „Stockley's Herbal Medicines Interactions“, die sowohl online (www.medicinescomplete.com, vierteljährlich aktualisiert) als auch in gebundener Form verfügbar ist.

Mit der deutschen Version von Stockley's liegt jetzt ein Buch vor, das sich für eine rasche Information in der Praxis bestens eignet. Es enthält 64 Monographien zu pflanzlichen Arzneidrogen, Functional Foods und Nahrungsergänzungsmitteln - von Anis bis Weißdorn. Am Anfang jeder Monographie findet man in Kürze Allgemeines (Synonyma, Arzneibücher, Inhaltsstoffe, Verwendung und Indikationen, Pharmakokinetik und eine Übersicht zu Wechselwirkungen). Der praktisch wichtigste Teil folgt jeweils mit einer Darstellung der Interaktionen mit gebräuchlichen Arzneimitteln im Einzelnen (klinische, experimentelle Befunde, Wirkmechanismen, und vor allem: Beurteilung und Maßnahmen!).

Äußerst praxisgerecht ist die Einteilung der Maßnahmen (von „vermeiden“ bis „keine Maßnahmen erforderlich“), des Schweregrades (von „ernst“ bis „denkbar schwach“) und der Evidenz (von „umfangreich“ bis „theoretisch, schwach“). Komprimiert erscheinen diese Einstufungen als fünf graphische Symbole: von „lebensgefährlich, Medikation vermeiden“ bis „ohne klinische Bedeutung“.

Überall dort, wo rasche, fundierte Information über den Einsatz von Phytopharmaka und deren Wechselwirkungen gefragt ist, in der Offizin, in der Ordination, sollte dieses Buch nicht fehlen!

Wolfgang Kubelka

Auflösung des Gewinnspiels aus Phytotherapie Austria 2/18

Die richtige Antwort auf die Frage woraus ein Blütenstand von Korbblütlern bestehen kann lautet : 2) Zungen- und Röhrenblüten

Aus 213 Einsendungen wurden folgende Gewinner*innen gezogen:

- Marlene Leutgeb, Wien
- Mag. Mitterhöfer Monika, Forchtenstein
- Dr. med. Elena Bourdina-Fellmann MSc, Bad Radkersburg

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit dem Buch

„Leitfaden Phytotherapie“!

Die Bücher sind schon unterwegs.



Wir gratulieren herzlich!

Schwarzer Knoblauch: geruchsfrei durch Fermentation.



Bei schwarzem Knoblauch handelt es sich nicht um eine neue Knoblauchsorte. Er entsteht vielmehr, wenn handelsüblicher weißer Knoblauch unter kontrollierten Bedingungen aus Hitze und Luftfeuchtigkeit fermentiert (lateinisch *fermentum*: „Gärung“) wird.

Im Verlauf dieses Prozesses kommt es zu folgenden **chemischen Reaktionen**:

Maillard-Reaktion (nicht enzymatische Bräunungsreaktion)

Aus Zuckern und Aminosäuren des Knoblauchs entstehen dunkle organische Verbindungen (sogenannte Melanoidine), die die Knolle schwarz färben. Sie bekommt eine weiche, etwas klebrige Konsistenz und der typische Knoblauchgeschmack verschiebt sich ins Süße, mit Aromen von Pflaume, Lakritze und Balsamicoessig. In Asien wird schwarzer Knoblauch aufgrund seines Geschmacks bereits seit Langem als kulinarische Delikatesse geschätzt. Dort hat das Fermentieren zum Haltbarmachen und Veredeln von Speisen eine lange Tradition.

Chemische Reaktionen durch Hitze einwirkung (partielle Autolyse durch Aktivierung enthaltener Enzyme)

Durch den Fermentationsprozess wird ein Großteil der lipophilen, flüchtigen Schwefelverbindungen (hauptsächlich Allicin) zu stabilen, hauptsächlich wasserlöslichen Inhaltsstoffen wie S-Allylcystein umgewandelt. „Stabil“ heißt, dass der Stoff weder über die Atemluft noch über die Haut ausgeschieden wird und somit auch nicht den typischen Mund- und Körpergeruch verursachen kann.

Durch den Fermentationsprozess

- ✓ erhöht sich die antioxidative Kapazität¹⁾
- ✓ wird das Produkt verträglicher für Magen und Darm²⁾

1) Sato E et al: Increased anti-oxidative potency of garlic by spontaneous short-term fermentation. *Plant Foods Hum Nutr* 2006b;61:175-8.

2) Hoshino T et al: Effects of Garlic Preparations on the Gastrointestinal Mucosa. *J Nutr* 2001;131:1109S-1113S

Beim schwarzen Knoblauch, den Alpinamed® für die Extrakterstellung verwendet, handelt es sich um einen speziellen argentinischen Knoblauch, der auf natürliche Weise in einem jahrhundertalten, aufwendigen Verfahren fermentiert wird.



Alpinamed®
URKRAFT
DER NATUR

Herzfit!



CCB.ALP-AL1170908

Neu

**Herz und Nerven gut versorgt
mit schwarzem Knoblauch + B-Vitaminen!**

- ✓ Mit dem Extrakt aus schwarzem Knoblauch zur Unterstützung der Herzgesundheit.
- ✓ Keine Ausdünstung über Atemluft und Haut.
- ✓ Plus Vitamin B1 für eine vitale Herzfunktion und Vitamin B2 zur Unterstützung des Nervensystems.

GPT-Ehrennadelverleihung an Heribert Pittner

Im Rahmen des tetranationalen Phytotherapiekongresses in Wien Anfang Juni (siehe Kongressbericht S. 19) verlieh die (deutsche) Gesellschaft für Phytotherapie (GPT) die Ehrennadel an ÖGPHYT-Präsidenten Heribert Pittner und SMGP-Vorstandsmitglied Beat Meier für deren Engagement im Bereich der Phytotherapie. Wir gratulieren sehr herzlich!

Österreichweite Pharmakobotanische Exkursionen erfolgreich

Wie in der letzten Ausgabe Phytotherapie Austria angekündigt, fanden im Sommer in fast allen Bundesländern Österreichs pharmakobotanische ÖGPHYT-Exkursionen statt. Wir freuen uns über die vielen positiven Rückmeldungen und die zahlreichen Teilnehmer! Danke an alle Exkursionsleiterinnen und Exkursionsleiter, sowie an die „Anmeldezentralen“ – zumeist die jeweilige Landesgeschäftsstelle der Österreichischen Apothekerkammer. Wir hoffen, diese Exkursionsreihe nächstes Jahr wieder stattfinden lassen zu können und um die fehlenden Bundesländer Oberösterreich und Burgenland zu erweitern.

Phytotherapie Refresher 28. und 29. Juli 2018

Das nach längerer Pause wieder einmal ermöglichte Refresher-Wochenende beim FAM in Pöchlarn brachte für die Phyto-Diplom-InhaberInnen unterschiedlicher Jahrgänge ein mit Freude aufgenommenes Wiedersehen, lebhaftes Diskussion von Fallbeispielen aus der Praxis, eine Pharmakobotanische Exkursion mit Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch und die Präsentation aktueller neuer Phytopharmaka. Wiederholung sehr gewünscht!

ÖGPHYT-Arbeitsgruppe „Veterinär-Phytotherapie“ gegründet

In der ÖGPHYT-Vorstandssitzung vom 27. Juni 2018 wurde über das zunehmende Interesse an der Phytotherapie im Bereich der Veterinärmedizin diskutiert und die Einsetzung einer Arbeitsgruppe „Veterinär-Phytotherapie“ beschlossen. Für die Leitung der Arbeitsgruppe konnte erfreulicherweise Frau Univ.-Prof. Dr. Karin Zitterl-Eglseer gewonnen werden. Wir wünschen viel Erfolg! (siehe auch Seite 8)

Curriculum Veterinär-Phytotherapie

Aufgrund des großen Erfolgs wird der Lehrgang weitergeführt. Das 2. Modul für die Fortbildungsveranstaltung für Tierärzte wird von 19. bis 20. Oktober 2018 wieder an der Vetmeduni Wien stattfinden. Bitte melden Sie sich rechtzeitig an bei Frau Alexandra Smetaczek (botanik@vetmeduni.ac.at).

Lehrgang Aromatherapie

Modul 4: 28. und 29. September 2018, Modul 5: 12. und 13. Oktober 2018

Mediziner und Pharmazeuten können mit diesem Lehrgang Fortbildungspunkte der ÖÄK und der ÖÄK erwerben.

Teilnehmer aus anderen Gesundheitsberufen erhalten eine Bestätigung für ihre erfolgreiche Teilnahme. Wenn in einem Jahr Module versäumt werden, können diese zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt werden. Mehr Informationen finden Sie unter <http://www.medizinischearomatherapie.at>

Diplom Phytotherapie – Kurse für 2018 und 2019

Termine für die Fortsetzung der Kurse 2017/2018 sowie 2018/2019 A und B finden Sie unter der Rubrik „Termine“.

Anmeldungen für die Kurse 2019 sind wieder möglich, sobald die Termine feststehen, voraussichtlich ab Anfang September, weitere Informationen demnächst unter www.phytotherapie.at, Mitglieder-Login.

Nächster Prüfungstermin: 2. Dezember 2018, Pöchlarn. Voraussetzung für die Teilnahme an der Prüfung ist der Besuch von mindestens sieben der acht Wochenendseminare, Details auf www.phytotherapie.at.

Prüfungsstoff: Inhalt aller acht Seminare (Skripten, präsentierte Literatur; Kenntnis der Materia medica - Arzneipflanzen, Arzneidrogen, Präparate); Teil der Prüfung ist jedenfalls ein Fallbeispiel präsentiert vom Kandidaten, dazu ist spätestens 4 Wochen vor der Prüfung schriftlich ein Fallbeispiel + Therapieversuch (incl. Präparate, Arzneidrogen etc., ca. 500 Wörter) einzusenden an: info@phytotherapie.at.

Prüfungsmodus: mündlich.

Prüfer: jeweils zwei Prüfer (Medizin, Pharmakognosie) aus dem Kreis der ÖGPHYT/FAM-Seminar-Vortragenden.

Prüfungsgebühr (incl. Diplom): ÖGPHYT-Mitglieder 140.00 €, NMgl.: 180.00 €.

Bei Nichtbestehen der Prüfung ist eine Wiederholung beim nächsten Termin möglich.

Anmeldung zur Prüfung und Fallbeispiel + Therapieversuch bitte bis spätestens 4 Wochen vor dem Prüfungstermin an info@phytotherapie.at senden!

Zusätzlich kann das Diplom auch als ÖÄK-Diplom verliehen werden, ein entsprechender Antrag ist an die Österreichische Akademie der Ärzte zu stellen (www.arztakademie.at/oeaek-diplome-zertifikate-cpds/oeaek-spezialdiplome/phytotherapie/).

Weitere Informationen zu Diplom und Kursinhalten finden Sie auf den Webseiten von ÖGPHYT und FAM: www.phytotherapie.at, www.fam.at. Fragen bezüglich An-/Abmeldung für VII und VIII bitte an Frau N. Marjanovic (nada.marjanovic@mylan.com), für die Kurse A und B an Frau S. Precht (Sandra.Precht@peithner.at).

ÖGPHYT Generalversammlung 2018

Die Generalversammlung 2018 wird am 14. November im Pharmaziezentrum der Universität Wien stattfinden. Wir laden Sie ein, sich den Termin schon jetzt vorzumerken!

Erratum: In der Ausgabe 3/18 fehlt auf Seite 6 der Hinweis auf die Fachkurzinformation von Atrosan® Gel von A. Vogel auf Seite A 13.

Besuchen Sie bitte für Aktuelles auch die Website der ÖGPHYT: www.phytotherapie.at und nutzen Sie dort auch den Internen Bereich für Mitglieder („Mitglieder-Login“) für Anfragen, Mitteilungen, Vorschläge und Gedankenaustausch!

Stress – Eine unterschätzte Gefahr

Erkrankungen aufgrund von Stress haben sich europaweit zu einer großen gesundheitlichen Belastung entwickelt. Immer mehr Personen leiden an den psychischen und körperlichen Folgen permanenter Überlastungen. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) beschreibt Stress sogar als „weltweite Epidemie“. Stress stellt das zweitgrößte berufsbedingte Gesundheitsproblem, nach Rückenschmerzen, in Europa dar – mit erheblichen Auswirkungen auf die Gesundheitssysteme und die wirtschaftliche Produktivität.

Laut Europäischer Agentur für Gesundheit und Sicherheit sind europaweit rund 40 Millionen Menschen von Stress betroffen. Stress galt zwar in früheren Zeiten als gewisses Statussymbol (Stichwort „gestresster Manger“), doch mittlerweile ist gut dokumentiert, dass chronischer Stress, aufgrund familiärer und/oder beruflicher Belastung, Erschöpfung und Schwächezustände auslösen kann.

Was ist Stress?

Stress ist eine überlebenswichtige, evolutionsbiologische Funktion, die unseren Körper bei Gefahr in maximale Alarmbereitschaft versetzt. Er lässt uns blitzschnell entscheiden – Kampf oder Flucht. Das Wort Stress stammt aus dem Lateinischen „Stringere“ bzw. Englischen und bedeutet Druck, Anspannung und Dehnung. In den 1930er-Jahren verwendete der Mediziner Hans Selye den Begriff erstmals, um die „unspezifische Reaktion des Körpers auf jegliche Anforderung“ zu benennen.

Wie wirkt Stress?

Stressoren sind Auslöser für Stress, lassen im Hirn und im vegetativen Nervensystem komplexe biochemische Prozesse ablaufen: Puls, Blutdruck und Muskeltonus werden erhöht. Der Körper ist auf den Notfall vorbereitet und extrem leistungsfähig. Bei Dauerstress werden ständig Cortisol und Adrenalin ausgeschüttet. Ein langfristig erhöhter Cortisolspiegel erhöht den Blutdruck, was auf Dauer die Blutgefäße schädigt und die Gefahr für einen Herzinfarkt ansteigen lässt. Weitere negative Auswirkungen sind Muskelverspannungen, Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Erschöpfungszustände, emotionale Anzeichen wie Launenhaftigkeit oder Konzentrationsprobleme.

Leistungsfähig und gelassen durch stressige Zeiten

Leider gibt es nicht immer einen unmittelbaren Ausweg aus der stressigen Situation. Aber es gibt eine Möglichkeit, mit dem Stress besser zurecht zu kommen: Vitango® 200mg-Filtabletten. Vitango® ist ein traditionelles pflanzliches, rezeptfreies Arzneimittel mit dem Extrakt WS 1375® aus den Wurzeln der *Rhodiola rosea* (Rosenwurz). Es unterstützt den Körper dabei mit Stress besser umzugehen und reduziert geistige und körperliche Symptome von Stress. So bleibt man leistungsfähig aber gleichzeitig gelassen und kann stressige Zeiten besser meistern.

Rhodiola rosea hilft bei zeitweiligen körperlichen und geistigen Symptomen von Stress

Die positive Wirkung der *Rhodiola rosea* wurde inzwischen vielfach durch Studien belegt. So untersuchten Darbinyan et al.¹ 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.² durchgeführte klinische Studie an Patienten eine Verbesserung der Symptome, hervorgerufen durch Stress. Olsson et al.³ zeigten in ihrer erst 2009 veröffentlichten Forschungsarbeit bei Patienten eine signifikante Verbesserung stressbedingter Ermüdungszustände und eine reduzierte Cortisolausschüttung in der Verumgruppe. Der Spezialextrakt WS® 1375 ist unter dem Handelsnamen Vitango® 200 mg – Filtabletten rezeptfrei auch in Österreichs Apotheken erhältlich.



Einnahmeempfehlung:

- 1 Tablette vor dem Frühstück
- 1 Tablette vor dem Mittagessen

Packungsgrößen:

- 30 Tabletten und 60 Tabletten

Quelle:

1 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.

2 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. 3 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

Fachkurzinformation

Vitango® 200 mg-Filtabletten. Registrierungsinhaber: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Willmar-Schwabe-Str. 4, D-76227 Karlsruhe, Deutschland. QUALITATIVE UND QUANTITATIVE ZUSAMMENSETZUNG: 1 Filtablette enthält 200 mg Trockenextrakt aus Rosenwurz (*Rhodiola rosea*, radix et rhizoma), DEV 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 zeitweilig auftretenden Symptomen von Stress wie z.B. Erschöpfung und Schwäche. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels im genannten Anwendungsgebiet beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Vitango 200 mg Filtabletten werden angewendet bei Erwachsenen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten 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.

VIT_180620_Pht

Gewinner des Abends bei den IQVIA Awards 2018

Apomedica erhält gleich 4 Auszeichnungen bei den „Pharma-Oscars“

Bei den österreichischen „Pharma-Oscars“ der IQVIA [sprich: aikju:via] ging Apomedica mit 4 von 6 Preisen eindeutig als Gewinner des Abends hervor. Die IQVIA Awards 2018 wurden in Kooperation mit dem Österreichischen Apothekerverband am 18. Juni in Wien in den Kategorien OTC Mirror Award, Generics Mirror Award, Marketing Excellence Award und den heiß begehrten Quality Awards an die jeweils besten Pharmaunternehmen verliehen. Die Platzierung basiert auf Befragungen von 449 heimischen Apotheken und zeigt die Stärken und Schwächen der in Österreich aktiven Pharmaunternehmen auf.

Mit dem „IQVIA Excellence Award“ alias „Pharma-Victor“ wurde heuer eine neue Kategorie eingeführt und zum allerersten Mal jenes Pharmaunternehmen ausgezeichnet, das im Vorjahr die beste Marktperformance im OTC-Markt erreichte. Der **1. Platz** ging an Apomedica für herausragende Bewertungen in den Kriterien Marken- und Produktvielfalt, Produktinnovation, Marktanteil, Wachstum sowie Umsatzstärke.

Der Sonderpreis **Quality Award 2018** wurde in drei Kategorien vergeben und **zwei dieser Kategorien** konnte Apomedica für sich belegen: „**Innovation des Jahres**“ ist das neue Produkt **Dr. Böhm® Magnesium Sport® + Aminosäuren**. Der Gewinn in der Kategorie „**Beste Verbraucherinformation**“ bestätigt die verständliche und ansprechende Endkundenwerbung. Beim **OTC Mirror 2018** belegt Apomedica den **dritten Platz** und verteidigt somit hinter Bayer und Kwizda erneut seine Top-Position.

„Es freut uns besonders, dass wir gerade zu unserem 50-jährigen Firmenjubiläum diese Auszeichnungen der österreichischen Apotheker entgegennehmen durften“, so Mag. Martin Überhuber und Ernst Unger von Apomedica.



Im Bild v.l.n.r. Ernst Unger (Leitung Vertrieb, Apomedica Pharmazeutische Produkte GmbH), Mag. Dr. Martin Spatz (Geschäftsführung Österreich, IQVIA™ Österreich) und Mag. Martin Überhuber (Leitung Marketing & Business Development, Apomedica Pharmazeutische Produkte GmbH) Fotocredit © IQVIA, Alice Schnür-Wala



IQVIA-Awards, Preise: Fotocredit © Apomedica

FKI

Baby LUUF® ätherische Öle Balsam

Zusammensetzung: 1 Gramm Balsam enthält: ätherisches Eukalyptusöl 15 mg, gereinigtes ätherisches Terpinenöl 40 mg, ätherisches Thymianöl 10 mg. Sonstige Bestandteile: Zypressenöl, Majoranöl, Muskatnussöl, Vaseline, Hartparaffin. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur äußerlichen Anwendung bei Erkältungskrankheiten mit Symptomen wie Husten, Schnupfen und Rachenkatarrhen. Für Kleinkinder vom 6. Lebensmonat bis zum vollendeten 2. Lebensjahr. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe oder andere Bestandteile des Balsams. Bereits früher aufgetretene Fieberkrämpfe oder Epilepsie. Pharmakotherapeutische Gruppe: andere Kombinationspräparate gegen Erkältungskrankheiten. ATC-Code: R05X. Zulassungsinhaber: Apomedica Pharmazeutische Produkte GmbH, A-8010 Graz. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln oder sonstige Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit sowie Nebenwirkungen sind der Austria-Codex-Fachinformation zu entnehmen. Stand der Information: Mai 2009

Sinupret® intens, überzogene Tabletten:

Qualitative und quantitative Zusammensetzung - Wirkstoff: 1 überzogene Tablette enthält: 160,00 mg nativen Trockenextrakt (3-6:1) aus Enzianwurzel (*Gentiana lutea* L.), Schlüsselblumenblüten (*Primula veris* L.), Ampferkraut (*Rumex crispus* L.), Holunderblüte (*Sambucus nigra* L.), Eisenkraut (*Verbena officinalis* L.) (1:3:3:3:3). Auszugsmittel: Ethanol 51 % (m/m). Sonstige Bestandteile mit bekannter Wirkung: Glucose-Sirup 3,141 mg, Sucrose (Saccharose) 133,736 mg, Talkum, Calciumcarbonat (E 170), Mikrokristalline Cellulose, Maltodextrin, Cellulosepulver, Hypromellose, Dextrin, Sprühgetrocknetes Arabisches Gummi, Hochdisperses, hydrophobes Siliciumdioxid, Hochdisperses Siliciumdioxid, Titandioxid (E 171), Glucose-Sirup, Magnesiumstearat [pflanzlich], Stearinsäure, Chlorophyll-Pulver 25 % (enthält Kupferchlorophyll E 141) Indigocarmin-Aluminiumlack (enthält Indigocarmin E 132 und Aluminiumhydroxid), Carnaubawachs, Riboflavin (E 101). Anwendungsgebiete: Zur Behandlung von akuten, unkomplizierten Entzündungen der Nasennebenhöhlen (akute, unkomplizierte Rhinosinusitis) bei Erwachsenen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Magen- und/oder Zwölffingerdarmgeschwür. ATC-Code: R05X. Stand der Information: 04/2016.

Balsame mit ätherischen Ölen

Hilfe für Kleinkinder bei Husten & Schnupfen

Husten, Schnupfen und Rachenkatarrhe sind häufige Probleme bei Kleinkindern ab dem 6. Lebensmonat. Für sie gibt es jedoch kaum rezeptfreie Präparate. Zur äußerlichen Behandlung eignen sich Balsame mit ätherischen Ölen, die auf Brust und Rücken aufgetragen werden. Wirksame Kombinationen enthalten etwa Eukalyptus- und Thymianöl sowie Kiefernharzbalsam.

Eukalyptus gegen Husten

Eukalyptus zählt zu den Myrtengewächsen und war ursprünglich in Südastralien beheimatet. Die ätherischen Öle des Eukalyptusbaumes wirken gegen krampfartige Verengungen der Atemwege. Sie lösen den Schleim und helfen beim Abtransport des Sekrets. Das Abhusten wird so erleichtert. Zugleich wird der überschießende Hustenreiz gehemmt. Besonders das durch Destillation aus Eukalyptusöl gewonnene Myrtol entfaltet schleimhautabschwellende und antibakterielle Effekte.¹

Thymian für freie Bronchien

Der echte Thymian kommt vor allem an sonnigen Standorten der Berge in Südeuropa vor. Sein ätherisches Öl unterstützt wie auch der Eukalyptus die Schleimlösung und dessen Abtransport. Hydrophile Komponenten wie Flavonoide wirken zudem bronchospasmolytisch. Für Thymol, einen terpenoiden Naturstoff, ist außerdem eine schmerzlindernde Wirkung nachgewiesen. Über Hemmung der Zyklooxygenase tritt auch eine anti-entzündliche Wirkung ein.¹

Kiefernharz leicht keimhemmend

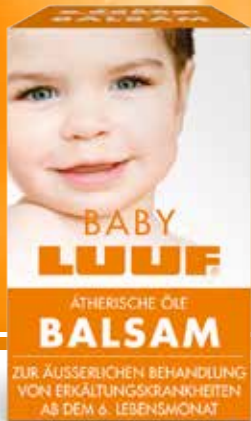
Das ätherische Öl aus dem Kiefernharz (gereinigtes Terpentinsel) unterstützt die oben genannten Wirkstoffe durch sekretolytische und expektorierende Komponenten. Auch eine leicht antibakterielle Wirkung wurde u. a. gegen Staphylo- und Streptokokken nachgewiesen.¹

Kein Menthol, kein Kampfer

Verzichtet werden sollte bei Kleinkindern bis zum 2. Lebensjahr grundsätzlich auf Menthol und Kampfer, weil sie das Risiko für Krämpfe der Atemwege erhöhen. Im Extremfall können sie Atemnot auslösen. Hingegen ist eine Ergänzung der genannten ätherischen Öle durch Zypressen-, Majoran- und Muskatnussöl sinnvoll.

¹ Siegfried Bäumler. Heilpflanzenpraxis heute. Arzneipflanzenportraits. 1. Band. 2. Auflage. Urban und Fischer 2012

Sanfte Hilfe bei Erkältung



LUUF®
Der Erkältungsspezialist seit 50 Jahren.

Qualität aus Österreich. 

Vorteile:

- ✓ Wurde speziell für Säuglinge und Kleinkinder entwickelt
- ✓ Enthält naturreine ätherische Öle aus Eukalyptus, Thymian und Harzbalsamen
- ✓ Besonders sanft – ohne Kampfer und Menthol
- ✓ Wirkt spasmolytisch, antiseptisch und expektorierend

www.luuf.at

ZUR ÄUSSERLICHEN BEHANDLUNG VON ERKÄLTUNGSKRANKHEITEN AB DEM 6. LEBENSJAHRE



Kleinkind mit rezidivierenden Atemwegsinfekten

Ich möchte über ein Mädchen berichten, das ich seit seiner Geburt am 7. 11. 2014 in meiner Praxis betreue.

Familienanamnese:

Von Seiten der Mutter ist ein allergisches Asthma bekannt, das aber durch striktes Ausgrenzen der allergischen Noxen (Pferd und Katze) sehr gut eingestellt ist. Schon seit längerem ist keine Dauertherapie des Asthmas mehr notwendig, sondern nur ein Mitführen einer Anfallstherapie/bzw. eines Notfallsets. Jedoch dürfte hier an das Kind doch eine genetische Schwäche der Atemwege vererbt worden sein.

Anamnese:

Der Schwangerschaftsverlauf und die Geburt waren ohne Komplikationen.

Alle Impfungen entsprechend dem österreichischen Impfplan wurden ohne Probleme vertragen.

Die erste Erkältung/Rhinitis trat im Alter von ca. 8 Monaten auf. Daraufhin traten immer wieder rezidivierende Infekte der Atemwege auf, die auch immer regelmäßiger mit Antibiotika behandelt werden mussten. Das infektfreie Intervall verkürzte sich immer mehr. Der Höhepunkt war im Februar 2016 erreicht, als das Kind mit 15 Monaten an einer Pneumonie erkrankte. Das Kind musste stationär aufgenommen werden, da es bei der Aufnahme nur mehr eine Sauerstofftätigung von 80 bis 85 Prozent aufwies. Nach einem 2-wöchigen Krankenhausaufenthalt mit kontinuierlicher Sauerstoffgabe und i.v.-Antibiose konnte meine Patientin wieder genesen entlassen werden. Danach traten weiterhin immer wieder rezidivierende Atemwegsinfekte und im Sommer 2016 dann auch beginnend Pseudokrupper-Anfälle auf.

Im Herbst 2016 wurde die Mutter bei mir vorstellig, da sie gerne etwas gegen diese immer wiederkehrenden Infekte tun wollte, auch im Hinblick darauf, dass das Kind in der Kindertagesstätte aufgenommen wurde und nun 5 Vormittage dort verbringen sollte.

Therapiekonzept:

Wir vereinbarten als vorbeugende Maßnahmen eine Broncho-Vaxom Kur, sowie im Erkrankungsfall Kaloba-Saft, Thymian-Myrte-Balsam und/oder Engelwurz-balsam und Thymian-Tee (inhalativ unter Bett) und Feuchtinhalationen mit Sole. Weiters wurden für den Pseudokrupper-Notfall „Rectopred“ (magistrale Rezeptur Prednisolon 100 mg supp.) rezeptiert.

Broncho-Vaxom:

Es wurden Broncho-Vaxom 3,5mg Kapseln verordnet. Dabei handelt es sich um ein gefriergetrocknetes Bakterienlysat, das zu gleichen Teilen aus Haemophilus influenzae, Streptococcus pneumoniae, Klebsiella pneumoniae, Staphylococcus aureus, Streptococcus pyogenes und sanguinis und Moraxella catarrhalis besteht.

Als vorbeugende Maßnahme erstreckt sich die Einnahme über 3 Monate. In jedem Monat wird an 10 aufeinander folgenden Tagen je 1 Kapsel eingenommen. Zwischen den Einnahmeperioden sollte jeweils eine Pause von 20 Tagen liegen.

Kaloba-Sirup:

Kaloba ist ein pflanzliches Arzneimittel aus den Wurzeln von *Pelargonium sidoides* (Kapland-Pelargonie). Es ist als traditionell pflanzliches Arzneimittel für Kinder ab 1 Jahr zugelassen und sollte bei Auftreten eines Atemwegsinfektes in einer Dosis von 3 x tgl. 2,5ml eingenommen werden.

Thymian-Myrte-Balsam aus der Bahnhofapotheke Kempten:

Die Inhaltsstoffe sind Baobab- und Johanniskraut in Olivenöl, Mandelöl, Bienen- und Jojobawachs, Wollwachs, Sheabutter, Myrte, Niaouli, Salbei, Thymian, Ysop und Zirkelkiefer.

Wird während der Erkältungszeit für Säuglinge ab 6 Monaten verwendet (dort sehr sparsam), und damit werden Rücken und Brust einmassiert.

Engelwurz-balsam aus der Bahnhofapotheke Kempten:

Die Inhaltsstoffe sind Johanniskraut in Olivenöl, Bienenwachs, Wollwachs, Angelikawurzel, Majoran und Thymian.

Wird bei Schnupfnase für Säuglinge ab 6 Monaten verwendet (dort sehr sparsam), und damit werden die Nasenflügel eingerieben.

Thymian-Tee inhalativ:

Thymian wurde aus der Apotheke bezogen. Es wurde bei beginnenden Infekten eine große Schüssel mit heißem Wasser und Thymian unter das Bett gestellt, sodass der Dampf aufsteigen konnte und auch die Raumluftfeuchtigkeit dadurch erhöht werden konnte.

Feuchtinhalation mit Sole:

Da es mit einem Kleinkind nicht möglich ist, unter einem Handtuch über dem Topf zu inhalieren, behalf man sich zuerst mit einem Regenschirm. Dies funktionierte auch recht gut. Dann entschied sich aber die Mutter, der Einfachheit halber ein Pariboy-Inhalationsgerät zu kaufen, und die Mutter konnte nun so vereinfacht mit dem Kind Emser Sole inhalieren.

Verlauf:

Mit der Broncho-Vaxom-Kur wurde Mitte September 2016 begonnen. Diese wurde gut vertragen und komplett eingenommen. Beendet konnte diese Kur Mitte Dezember werden, ohne dass das Kind inzwischen ernsthaft erkrankte, obwohl es gleichzeitig auch in der Kindertagesstätte eingewöhnt wurde. Nur einmal war in dieser Zeit eine leichte Rhinitis zu beobachten, die von der Mutter mit Kaloba und Engelwurz-balsam behandelt wurde und komplikationslos verlief.

Insgesamt sind seit Herbst 2016 bis Herbst 2017 mehrere leichte Infekte der oberen Atemwege und nur eine mit Antibiotika zu behandelnde Bronchitis aufgetreten. Auch die Frequenz der Pseudokrupper-Anfälle hat sich deutlich verringert, und meistens war ein Auskommen mit den Anlassmaßnahmen ohne Einsatz von Cortison zu bewerkstelligen.

Die Mutter hielt sich sehr genau an unsere Vorgaben und begann bei den ersten Anzeichen eines Infekts mit Kaloba-Saft, Thymian-Myrte-Balsam und Engelwurz-balsam sowie dem Thymian-Tee unter dem Bett sowie den Sole-Inhalationen.

Mittlerweile hat sich die Frequenz, Schwere und Krankheitsdauer der Infekte deutlich abgeschwächt und kann als typisch für Kinder im Alter von 3 Jahren angesehen werden.

Seit Sommer 2017 wurde auch kein Pseudokrupper-Anfall mehr beobachtet.



Dr. Andrea Pegger

Die wunderbare Welt der Botanik

Die diesjährige pharmakobotanische Exkursion führte uns in das Hochplateau rund um Goldegg, im Salzburger Pongau. Eine bunte Gruppe aus Pharmazeuten, Ärzten, Chemikern, Informatikern, Studenten und anderen Botanikbegeisterten wurde von ao. Univ.- Prof. Dr. Johannes Saukel mit Unterstützung von David Prehler, BSc, geführt. Inmitten der Salzburger Berge verweilten wir eine Woche am Bändelsee im Hotel Seeblick, idealer Startpunkt für zahlreiche Wanderungen in die umliegenden Bergwelt.

Täglich zog es uns nach einem üppigen Frühstücksbuffet, gewappnet mit Lupe, Fotoapparat und Schreibwerkzeug, in die artenreiche Pflanzenwelt der Umgebung. Die zunächst geschlossene Gruppe teilte sich des Öfteren auf dem Weg zum Gipfel. Die einen sammelten Fichtenfaulpech, die anderen lauschten den mitreißenden Ausführungen von David Prehler zu verschiedensten biologischen Themen. Prof. Saukel präsentierte eine Fülle floraler Prachtexemplare, die er eingehend

Aufgrund des drohenden Schlechtwetters erkundeten wir am dritten Tag die nahe Umgebung der Pongauer Grasberge. Diesmal nahmen wir uns besonders viel Zeit, um einander ähnelnde Arten zu vergleichen und zu unterscheiden, wie *Verbascum austriacum* und *Verbascum densiflorum*. Außerdem beschäftigten wir uns näher mit dem Wurmfarne, Frauenfarne und dem Straußenfarne.

Am vierten Tag fuhren wir mit der Gondel auf 2.035 m und genossen bei unserer Wanderung am Fulseck den Rundblick über das Gasteiner Tal, die Radstädter Tauern und den Großglockner. In der dort heimischen alpinen Pflanzengesellschaft fanden wir nicht nur alte Bekannte wie *Arnica montana* und *Veratrum album*, sondern auch eine Vielzahl von nicht nur arzneilich verwendeten, sondern auch botanisch interessanten Ericaceae. Auf unserem Rückweg erwartete uns noch eine Besonderheit der heimischen Fauna, Bergmolche, welche sich in den dort zahlreich vorhandenen Moortümpeln tummelten.



besprach, sobald sich die Gruppe wieder um ihn versammelt hatte. In dieser Runde wurde nicht nur auf die Morphologie und Systematik eingegangen, sondern auch auf die medizinische Anwendung und den Einsatz in der europäischen Volksmedizin. Des Öfteren gab es auch Beiträge zur Verwendung in der traditionellen chinesischen Medizin von Dr. Katharina Krassnig. Von unseren knurrenden Mägen getrieben, ließen wir uns in Gipfelnähe auf einer sonnigen Almwiese nieder und verspeisten in geselligem Beisammensein unsere Lunchpakete. An manchen Tagen bestiegen einige Exkursionsteilnehmer den Gipfel und bewunderten das alpine Panorama, wohingegen die anderen bei einem kleinen Mittagsschläfchen die Sonne genossen. Während des Abstiegs freute man sich auf Kaffee und Kuchen im Hotel und das regenerierende Bad im Bändelsee. Nach dem wohlverdienten Abendmenü botanisierten wir munter weiter, dabei wurden Prof. Saukel und David Prehler nicht müde, die mit uns durchgegangenen Pflanzen nochmals zu besprechen und zu wiederholen.

Am ersten Tag erkundeten wir die nähere Umgebung und bestiegen das Gamskögerl. Auf dem Weg begegneten uns viele alte Bekannte wie *Salvia glutinosa*, *Aconitum lycoctonum* und *Hypochaeris radicata*. Außerdem wurden uns wieder die Unterschiede zwischen *Petasites hybridus*, *Petasites albus* und *Tussilago farfara* ins Gedächtnis gerufen.

Unsere zweite Wanderung führte uns in die Berchtesgadener Alpen, wo wir über begrüntes Schiefergebirge hin zu den beeindruckenden Felswänden des Hochkönigs marschierten. Wir fanden dort neben *Rhododendron hirsutum*, *Cuscuta epithymum* auch die besonders intensiv duftende *Gymnadenia odoratissima*.

Am darauffolgenden Regentag wurden verschiedene Arzneipflanzen und anatomisch interessante Ericaceae unter der profunden Anleitung von Mag. pharm. Sofija Laufer mikroskopisch präpariert und von Prof. Saukel ausführlich erläutert. Außerdem zückten wir Exkursionsflora und Lupe, so manche Gruppe wagte sich auch an die häufig zu wenig beachteten Farne, Moose und Gräser heran.

Unsere letzte Wanderung führte uns auf den Ahornstein, wo wir lernten, eine Vielzahl an *Cirsium*-Arten zu unterscheiden. Zu guter Letzt begegnete uns wie an jedem Tag, *Hieracium pilosella*. Bei Kaffee und Kuchen auf der Moosalm genossen wir unser letztes Beisammensein am Berg.

Mit 300 Arten in dieser Woche hatten wir ein straffes Programm, dennoch kam der Spaß auf dieser Exkursion nie zu kurz. Unter anderem versetzte David Prehler auch „langgediente Profi-Exkursionsteilnehmer“ in Staunen, indem er durch die anschaulich demonstrierten Bestäubungsmechanismen täglich aufs Neue begeisterte. Die Begriffe „Nudelpumpenmechanismus“ und „Schlafplatzblume“ werden uns allen noch lange im Gedächtnis bleiben.

Wir danken dem Exkursionsleiter Prof. Saukel für diese gelungene Woche und freuen uns auf eine spannende Reise ins Reich der Pflanzen im kommenden Jahr!

Claudia Haager, Sofija Laufer
Anm.: Die Exkursion wurde als Veranstaltung des Postgraduate Centers der Universität Wien gemeinsam mit der ÖGPHYT (Österr. Ges. f. Phytotherapie) und der ÖPhG (Österr. Pharmazeut. Ges.) durchgeführt.
www.postgraduatecenter.at
www.phytotherapie.at
www.oephg.at

Weg-Rauke (*Sisymbrium officinale*, Brassicaceae = Cruciferae)

Die Rauken werden heute alle zur Gattung *Sisymbrium* aus der Familie der Kreuzblütler gezählt. Der Begriff Rauke wird aber von der Pflanzengattung *Eruca* aus der gleichen Familie abgeleitet. *Eruca* und Arten der Gattung *Diplotaxis* werden im Lebensmittelbereich als *Rucola* zusammengefasst.

Diese Sprachverwirrung ist noch dazu gepaart mit der Tatsache, dass Kreuzblütler auch für den interessierten Laien nicht leicht zu bestimmen sind. Der Blütenbau ist bei allen gleich: 4 meist kleine Kelchblätter, 4 Kronblätter, 6 Staubblätter (außen 2 kurze, innen in einem Kreis 4 lange), 2 fertile Fruchtblätter (zwischen den Fruchtblättern entwickelt sich eine falsche Scheidewand), Frucht eine Schote (wenn die Frucht deutlich länger als breit ist) oder ein Schötchen (ungefähr gleich lang wie breit).

Im Fall von *Sisymbrium officinale* sind die Kronblätter 3 bis 4 mm lang und gelb, die Frucht ist eine lange dünne Schote, die dem Spross eng anliegt. Die blütentragenden Seitensprosse stehen sparrig ab und sind nur wenig beblättert. Diese sparrige Wuchsform mit den eng anliegenden Früchten macht die Weg-Rauke dann aber doch wieder einigermaßen identifizierbar. Die Weg-Rauke ist eine einjährige, gelegentlich auch zweijährige Pflanze und bevorzugt Stickstoff-reiche Standorte, meist brachliegende Ruderalflächen. Man vermutet, dass sie ursprünglich im eurasischen Gebiet heimisch war, nun aber als Neophyt auch in allen anderen Erdteilen anzutreffen ist.

Wie die meisten Vertreter der Kreuzblütler enthält die Weg-Rauke Glucosinolate. Diese Senfölglykoside sind Schwefel- und Stickstoff-enthaltende Moleküle, die nach Abspaltung des Zuckerrestes durch das Enzym Myrosinase Isothiocyanate (Senföle) ergeben. Diese Senföle schmecken scharf und/oder riechen stechend (Senf, Kren). Deshalb werden die Samen der Weg-Rauke wie Senf verwendet, die frischen Blätter weisen einen kresseartigen Geschmack auf.

Früher wurde die Weg-Rauke in die Gattung *Erysimum* (Schöterich) gestellt; bei manchen Arten dieser Gattung wurden herzwirksame Glykoside nachgewiesen. Aktuelle Untersuchungen belegen, dass in der Weg-Rauke nur minimale Mengen davon enthalten sind. Auch aus der traditionellen medizinischen Verwendung sind keine diesbezüglichen unerwünschten Wirkungen bekannt. Zur Absicherung wird aber für die Verwendung in Arzneimitteln ein Nachweis gefordert, dass der Gehalt unter 1 ppm (1 mg pro kg getrocknete Arzneidroge) liegt.

Trockenextrakte aus *Sisymbrii herba* (Auszugsmittel Wasser) werden schon seit vielen Jahrzehnten in Portugal, Frankreich, Belgien und Deutschland bei Heiserkeit und Reizhusten medizinisch verwendet. Damit wird die volkstümliche Bezeichnung der Weg-Rauke als ‚Sängerkraut‘ verständlich. Da auch alle Sicherheitsbedenken ausgeräumt werden konnten, verabschiedete der Ausschuss für pflanzliche Arzneimittel (HMPC) bei der Europäischen Arzneimittelagentur (EMA) eine Monographie zur traditionellen medizinischen Verwendung von Wegraukenkraut mit dieser Indikation. Die Anwendung erfolgt entweder oromucosal als Lutschtablette oder oral. Auch die Anwendung bei Kindern (Lutschtablette ab 6 Jahren, oral in flüssigen Darreichungsformen ab 3 Jahren) wurde als sicher bewertet.

Somit ist die Grundlage für Registrierungen traditioneller pflanzlicher Arzneispezialitäten mit *Sisymbrii herba* gelegt.

Disclaimer: Dieser Artikel repräsentiert die persönliche Meinung des Autors und nicht zwangsläufig die offizielle Meinung des BASG (Bundesamts für Sicherheit im Gesundheitswesen) / der AGES Medizinmarktaufsicht.



Das war der Phytotherapiekongress 2018 in Wien

Seit dem Jahr 2012 veranstalten die Phytotherapiegesellschaften von Deutschland (GPT), der Schweiz (SMGP) und Österreich (ÖGPHYT) im zweijährigen Abstand gemeinsame Kongresse. Der jüngste Kongress „Phytotherapie 2018 – Mit Phytotherapie in die Zukunft“ fand vom 31. Mai (Fronleichnam) bis zum 2. Juni 2018 im Pharmaziezentrum der Universität Wien statt. Mit 289 registrierten Teilnehmern wurden selbst sehr optimistische Erwartungen erfüllt. Kongresspräsident war ÖGPHYT-Präsident Univ.-Doz. Dr. Heribert Pittner. Erstmals lief dieser Kongress als tetranationaler Kongress, da auch die Niederländische Vereinigung für Phytotherapie (NVF) als Mitveranstalter fungierte. Weitere Mitveranstalter waren die internationalen Gesellschaften GA und ESCOP sowie die Österreichische Pharmazeutische Gesellschaft (ÖPhG).

Es wurden Vorträge zu den Themen „Cannabis“, „Infektionskrankheiten“, „Regulatorisches“, „ZNS“ und „Entzündungen“ gehalten. Da bei einem Kongressbericht von einer Seite Länge nicht auf jeden einzelnen Vortrag eingegangen werden kann, verweise ich auf Heft 3/18 dieser Zeitschrift, in dem die Kurzfassungen aller Vorträge und Poster publiziert worden sind.

Es wurden nicht weniger als 56 Poster präsentiert, die überwiegend von beachtlicher Qualität waren. Es war erfreulich, dass nicht weniger als 21 Poster entweder in österreichischen Forschungseinrichtungen oder zumindest mit österreichischer Beteiligung erstellt worden sind. Die Firma Finzelberg hat Posterpreise gestiftet, die von der Österreichischen Pharmazeutischen Gesellschaft aufgerundet wurden. Im Sinne der „Phytotherapie“ hat sich die tetranationale Preisjury bei 2 von 3 Posterpreisen für klinische Beiträge entschieden.

Die stilvolle Kongresseröffnung besorgte ein erlesenes Instrumentaltrio, das 2 Sätze aus dem Grand Trio in Es-Dur op. 39 für Klarinette, Cello und Klavier von Ludwig van Beethoven zu Gehör brachte. Beethoven hat dieses Werk seinem Freund Professor Johann Adam Schmidt gewidmet, der in einem handschriftlich hinterlassenen Lehrbuch (Wien 1811) die Begriffe „Pharmacognosis“ (= „Arzneyenkunde“) und „Pharmacodynamik“ (= „Arzneyenkräftelehre“) neu geschaffen hat. Den Flügel für die Kongresseröffnung stellte in dankenswerter Weise Prof. Wolfgang Kubelka aus seinem Privatbesitz zur Verfügung.

Gesellschaftlicher Höhepunkt war der Heurigenabend beim Fuhrgassl-Huber in Neustift am Walde. Nachdem das für den 1. Juni prognostiziert gewesene Unwetter über Wien nicht stattgefunden hat, stand einer perfekten Heurigenidylle bei klassischem Buffet und süffigem Wein in einer lauen Sommernacht nichts mehr im Wege. Dennoch war auch am folgenden Samstag, dem letzten Kongresstag, der Hörsaal nach wie vor sehr gut besetzt.

Der Kongress verlief ohne größere Pannen, und die meisten kleineren Probleme konnten durch den Kongressservice der Universität Wien rasch und professionell behoben werden. Einen extra Blumenstrauß verdiente die ÖGPHYT-Generalsekretärin Dr. Anna Pitschmann für ihren großartigen Einsatz, besonders in der unmittelbaren Phase der Kongressvorberei-

tungen. Während des Kongresses gab es wohl Kritik an den unbequemen Sitzbänken sowie an der hohen Lufttemperatur im Hörsaal 8, es überwog aber bei weitem das Lob für einen gelungenen Kongress. Es sollte ein „Wiener“ Kongress werden, und ich freue mich, dass dieses Vorhaben so gut aufgenommen worden ist.

Am Ende des Wiener Kongresses luden die GPT zum nächsten nationalen Kongress von 19. bis zum 21. 9. 2019 nach Potsdam sowie die SMGP zum nächsten internationalen Phytotherapiekongress von 11. bis zum 13. Juni 2020 nach Zürich ein. Die Verbundenheit zwischen den deutschsprachigen Phytotherapiegesellschaften kam in ganz besonderer Weise dadurch zum Ausdruck, dass kurz vor dem Kongressende die GPT-Präsidentin Prof. Karin Kraft völlig überraschend an den ÖGPHYT-Präsidenten Doz. Heribert Pittner und den SMGP-Geschäftsführer Prof. Beat Meier die Ehrennadel der GPT überreichte.

von Ilona Leitner

1. Kräuterforum Pöllauberg

Im Mittelpunkt des Kräuterforums Pöllauberg vom 10. bis 13. Mai 2018 standen Heilpflanzen zur Bekämpfung von Magen-Darm-Erkrankungen. Im interdisziplinären Zugang fanden die TeilnehmerInnen vielfältige Anregungen zur arzneilichen Anwendung, zur Zubereitung von heilsamen Gerichten, zum Würzen von Speisen und zum Sammeln von Kräutern im oststeirischen Hügelland. Dazu bietet der Veranstaltungsort viele Möglichkeiten: wenige Schritte entfernt wächst eine Vielzahl von Arzneipflanzen. Umgeben von biologisch geführten Obstgärten liegt der Tagungsort im Naturpark Pöllauer Tal im milden, Leib und Seele entspannenden Klima auf fast 1000 m Seehöhe. Die TagungsteilnehmerInnen durften sich einer mit einer Haube ausgezeichneten regionalen, BIO-zertifizierten Küche erfreuen.

Eine Reihe von prominenten Heilpflanzen stand im Mittelpunkt von Vorträgen, Workshops, Kräuterwanderungen und vielen Gesprächen aus medizinischer, pharmazeutischer und diätologischer Sicht. Bei der Vielfalt der interessanten parallelaufenden Vorträge, Workshops und Kräuterwanderungen fiel manchen TeilnehmerInnen des Kräuterforums die Auswahl schwer. Ziel der Tagung war die ganzheitliche Betrachtung von Befindlichkeitsstörungen unter Einsatz von Heilkräutern und Arzneidrogen, die strengen Qualitätsstandards entsprechen müssen. Altbewährte Rezepturen und neue Einsatzgebiete von Pflanzen mit Bitterstoffen, ätherischen Ölen, Gerb- und Schleimstoffen bilden bei der Behandlung von Beschwerden und bei der Begleitung von Diäten die Grundlage von richtiger Beratung und individuell abgestimmtem Einsatz appetitsteigernder, beruhigender, schleimhautschützender oder verdauungsfördernder Inhaltsstoffe. Definierte, hohe Arzneibuch-Qualität und allenfalls biologischer Anbau sind hier die Voraussetzung für eine erfolgreiche Anwendung. Eine wesentliche und notwendige Wissensquelle sind auch therapeutische Erfahrungen, die im Pöllauer Kräuterforum in regen Diskussionskreisen ausgetauscht wurden und Fortsetzung bei weiteren Veranstaltungen finden sollen.

Der Kongress fand auf Initiative der Fa. Kottas gemeinsam mit vier Partnern statt: GAMED, Lebensweise, ÖGPHYT und Retter, Details bei: www.kraeuterforum.eu.

Ändert nicht den Stress.

Aber die Art damit umzugehen.

Energie und Gelassenheit
statt Erschöpfung und Anspannung!

Vitango® hilft gegen körperliche und
geistige Symptome von Stress.

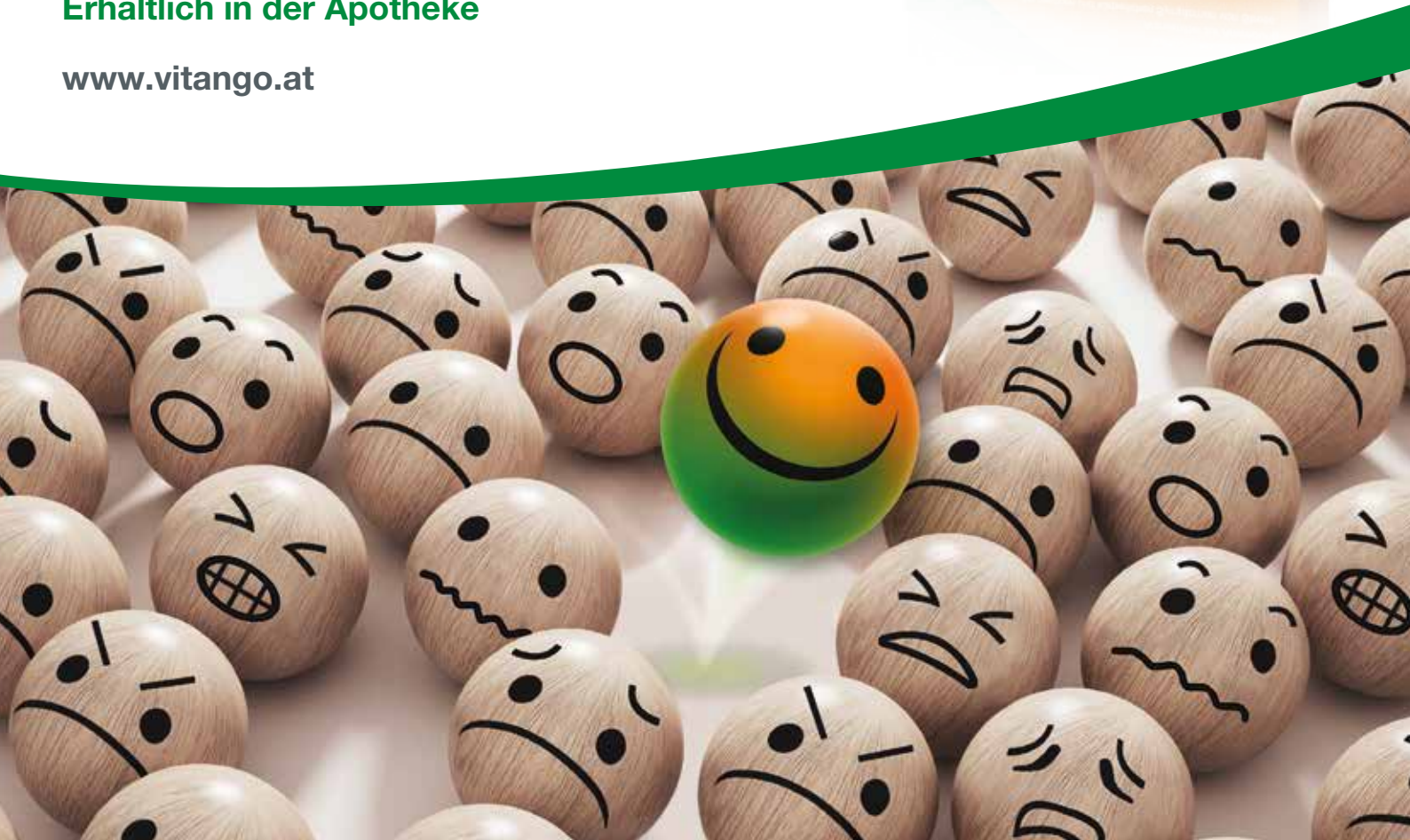
Pflanzlich · Gut verträglich

Erhältlich in der Apotheke

www.vitango.at



VIT_180710_PT



Vitango® 200 mg-Filmtabletten zum Einnehmen. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel mit Rhodiola rosea-Extrakt WS® 1375 zur Anwendung bei zeitweilig auftretenden Symptomen von Stress wie z.B. Erschöpfung und Schwäche. Die Anwendung beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung.