

# phyto therapie.at

Jahrgang 16/Heft 1  
Februar/2022

Die Zeitschrift der  
Österreichischen Gesellschaft  
für Phytotherapie



## Pflanzen in der Schmerztherapie

- Phytotherapie für den Bewegungsapparat
- Weihrauch bei entzündlichen Erkrankungen
- Pflanzliche Hilfe bei Lumbalgie
- Neues über Cannabis





 **ArmoLIPID<sup>®</sup>**  
**PLUS**  
Nutrazeutikum

**Der Begleiter bei Ihrem Cholesterin-  
Management in Verbindung mit einem  
abgestimmten Bewegungs- und  
Ernährungskonzept**



Nahrungsergänzungsmittel  
sind kein Ersatz für  
eine abwechslungsreiche  
und ausgewogene Ernährung  
und eine gesunde Lebensweise.

ARMO-2020-0293

Anzeige

  
**VIATRIS**

## Start ins dritte Corona-Jahr

Liebe Leserin, lieber Leser!

„Wie lange wird das Virus noch unseren Alltag bestimmen und uns persönlich, privat, beruflich und viele Menschen tatsächlich existenziell treffen?“ Diese Frage stellte ich vor einem Jahr im Editorial von Heft 1 unserer Zeitschrift. Inzwischen haben wir zwar viel gelernt, aber auf viele Fragen zur Pandemie haben wir immer noch keine Antworten. Trotz allem hoffe ich, dass wir Sie mit Heft 1/22 bei guter Gesundheit antreffen!



© feel image - Fotografie

Unser kleines, für Jänner geplantes Fest zum 30-jährigen Bestehen der ÖGPHYT mussten wir zwar leider verschieben, ebenso ein Modul der Phytotherapie-Ausbildung, einen neuen Lehrgang mit Modul 1 als Präsenzveranstaltung konnten wir aber dennoch schon beginnen. Dabei hat sich wieder gezeigt, wie wichtig die persönliche Begegnung und die persönliche Kommunikation mit und unter den Kursteilnehmern ist – unter Einhaltung aller gebotenen Regeln natürlich. Wir freuen uns, dass es auch eine Vernetzung von Teilnehmern früherer Kurse untereinander gibt.

Durch das weiter steigende Interesse an Phytotherapie (vgl. S. 15) erhalten wir auch zunehmend Anfragen von Laien: „Wo gibt es in meiner Region eine Ärztin oder einen Arzt, die/der auch Phytopharmaka einsetzt? Wo gibt es eine Apotheke, die mich speziell über pflanzliche Arzneimittel berät?“ Mit einer Liste von „phytophilien“ Ärzten und Apotheken auf der ÖGPHYT-Website wollen wir nun einerseits eine leicht zugängliche Informationsquelle für hilfesuchende Laien anbieten, andererseits die Kommunikation zwischen Ärzten und Pharmazeuten fördern, die sich gerade auf dem Gebiet der Phytopharmaka immer wieder als äußerst nutzbringend und wichtig erweist. Wir hoffen auch auf Ihr Interesse und würden uns über Ihre Beteiligung sehr freuen (vgl. S. 27)!

Die Beiträge im vorliegenden Heft betreffen wieder ganz unterschiedliche Themen – vom Schmerz über Gynäkologisches bis hin zu aktuellen Nachrichten über Hustenmittel für Kinder. Daneben gibt es auch wieder ein Gewinnspiel mit einem schönen Buchpreis!

Ich wünsche Ihnen mit Heft 1/22 eine gewinnbringende Lektüre, und ich hoffe weiterhin auf ein gesundes, persönliches Treffen bei einer ÖGPHYT-Veranstaltung. In diesem Sinne verbleibe ich mit herzlichen Phyto Grüßen,

Ihr Wolfgang Kubelka  
0664 106 91 00  
wolfgang.kubelka@univie.ac.at

# Fachlicher Beirat

## Editor



**emer. o. Univ.-Prof.  
Dr. Wolfgang Kubelka**  
Department für Pharmazeutische Wissenschaften, Abteilung für Pharmakognosie

### Ausrichtung/Zielsetzung

Die Zeitschrift *phytotherapie.at* ist das Fachmedium der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT) und soll deren Mitgliedern, Ärzten, Apothekern, Pharmazeuten und Stakeholdern aktuelle Informationen über Entwicklungen im Bereich pflanzlicher Arzneimittel bringen. Für das fachliche und wissenschaftliche Fundament garantiert ein fachlicher Beirat, bestehend aus Wissenschaftlern, Pharmazeuten, Apothekern und Ärzten aus dem deutschsprachigen Raum.

## Co-Editors



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr.  
Sabine Glasl-Tazreiter  
Department für Pharmazeutische Wissenschaften, Abteilung für Pharmakognosie



Univ.-Doz. Mag. pharm.  
DDR. med. Ulrike Kastner  
Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde in Niederösterreich



Univ.-Doz. Mag. pharm.  
Dr. Reinhard Länger  
Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit



MR i. R. Univ.-Doz.  
Dr. Heribert Pittner  
Präsident ÖGPHYT



Univ.-Prof. Mag. pharm.  
Dr. Judith M. Rollinger  
Department für Pharmazeutische Wissenschaften, Abteilung für Pharmakognosie

## Advisory Board



Univ.-Prof.  
Dr. Dr. h. c. Rudolf Bauer  
Karl-Franzens-Universität Graz



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr. Franz Bucar  
Department für Pharmakognosie, Karl-Franzens-Universität Graz



Univ.-Prof. i. R. Mag. pharm.  
Dr. Gerhard Buchbauer  
Department für Pharmazeutische Wissenschaften, Abteilung für Pharmazeutische Chemie



Dr. sc. nat. Beatrix Falch  
Vizepräsidentin Schweizerische Medizinische Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP), Zürich



emer. o. Univ.-Prof. Dipl.-Ing.  
Dr. Chlodwig Franz  
Institut für Tierernährung und funktionelle Pflanzenstoffe, Veterinärmedizinische Universität Wien



Dr. Fritz Gamerith  
Managing Director von Schwabe Austria GmbH



Univ.-Prof. Dr. Andreas Hensel  
Institut für Pharmazeutische Biologie und Phytochemie, Universität Münster



Univ.-Prof. i. R. Mag. pharm.  
Dr. Dr. h. c. Brigitte Kopp  
Institut für Pharmazeutische Wissenschaften, Abteilung für Pharmakognosie



Univ.-Prof. Dr. med. Karin Kraft  
Lehrstuhl für Naturheilkunde, Universitätsmedizin Rostock



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr. Liselotte Krenn  
Department für Pharmazeutische Wissenschaften, Abteilung für Pharmakognosie



Mag. pharm. Ilona E. Leitner  
c/o St. Lucas Apotheke Wien



Univ.-Prof.  
Dr. Dr. h. c. Matthias F. Melzig  
Institut für Pharmazie, Freie Universität Berlin



ao. Univ.-Prof. Dr. Olivier Potterat  
Department Pharmazeutische Wissenschaften, Universität Basel



Univ.-Prof. Mag. pharm.  
Dr. Hermann Stuppner  
Institut für Pharmazie/Pharmakognosie, Universität Innsbruck



ao. Univ.-Prof. Mag. pharm.  
Dr. Karin Zitterl-Eglseer  
Institut für Tierernährung und funktionelle Pflanzenstoffe, Veterinärmedizinische Universität Wien

### Zeitschrift abonnieren - ÖGPHYT-Mitglied werden

Als Mitglied der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT) erhalten Sie 6-mal im Jahr auch die Fachzeitschrift *phytotherapie.at*. Alle Informationen zur Mitgliedschaft finden Sie auf Seite 31 und auf:

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

## Schwerpunkt: Pflanzen in der Schmerztherapie



- Coverstory: Pflanzliche Unterstützung für den Bewegungsapparat **6**  
Aktuelle Arzneipflanze: Weihrauch **10**  
Fallbericht - Phytotherapie bei Lumbalgie **12**  
Aus der Wissenschaft: Cannabis **14**



## Das politische Gespräch

- Thomas Veitschegger,  
Präsident Österreichischer Apothekerverband **15**

## Immunsystem

- Pflanze im Porträt - Schlüsselblume **16**  
Aus der Wissenschaft - Hustenmittel **18**



## Gynäkologie



- Indikation & Therapie: Menstruationsbeschwerden **20**

## Verdauung



- Falsche Freunde: Schwarzkümmel/Schwarzer Sesam **23**  
Rezepturen **24**  
Aus der Wissenschaft - Arzneipflanze des Jahres **26**



## ÖGPHYT-Mitteilungen

- Aktuelles **27**  
Termine & Highlights **29**

- Impressum **30**  
Fachkurzinformationen/Gewinnspiel **30**  
ÖGPHYT-Mitgliedschaft **31**



**Schwerpunkt:** Schmerz/Rheuma

# Hilfe bei Schmerzen des Bewegungsapparates



Nacken-, Schulter- oder Rückenschmerzen können die Lebensqualität massiv beeinträchtigen. Die Phytotherapie bietet einige Möglichkeiten zur Hilfe. Wichtig ist allerdings eine genaue Abklärung der Ursachen, sagt die Fachärztin für Physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation, Dr. med. Desiree Margotti, im Interview.

Von Martin Rümmele

Schmerz ist für gewöhnlich vor allem ein Warnsignal, und er signalisiert, dass etwas im Körper nicht in Ordnung ist. Schmerzen sind aber für sich genommen keine Erkrankung, sondern ein Hinweis darauf, sich mit dem Körper genauer auseinanderzusetzen. Es gilt also generell, Schmerzen auf den

Grund zu gehen und die Ursache abzuklären, statt sie einfach mit Arzneimitteln zu unterdrücken. Gerade Schmerzen des Bewegungsapparates können vielfältige Ursachen haben. Kopfschmerzen und Migräne können etwa auf Nackenprobleme zurückzuführen sein. Beschwerden im Rücken wieder-

um sind vielschichtig und können ganz unterschiedliche Ursachen haben. Wirbelsäule, Muskulatur, Knochen und Bandscheiben bilden ein komplexes System.

Bei 80 bis 90 Prozent der von Rückenbeschwerden geplagten Menschen sucht man vergeblich nach schweren



© ÖGPHYT

**Zur Person:**  
**Dr. med. Desiree Margotti**

ist Fachärztin für Physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation in Niederösterreich und Vorstandsmitglied der ÖGPHYT. Sie ist Leiterin des Instituts für Physikalische Medizin und Rehabilitation am Landeskrankenhaus Amstetten, und sie ist ausgebildete Kurärztin.

körperlichen Ursachen, sagen Experten. Schuld an Schmerzen im Wirbelsäulenbereich sind oft Bewegungsmangel, Fehllhaltung, Übergewicht, funktionelle Störungen, Stress oder seelische und berufliche Belastungen. Bei den restlichen Fällen gibt es hingegen klar zuordenbare Ursachen, wie Probleme der Bandscheiben, Verletzungen, bekannte rheumatische Erkrankungen, Infektionen oder eine Krebserkrankung. Die Suche nach den Ursachen ist deshalb oft zeitintensiv und bedarf einer einfühlsamen Abklärung.

Dr. med. Desiree Margotti ist Fachärztin für Physikalische Medizin und allgemeine Rehabilitation am Landeskrankenhaus Amstetten sowie Kneippkurärztin, und

sie kennt sich bestens mit Phytotherapie aus. Sie wendet pflanzliche Produkte auch regelmäßig bei ihrer Arbeit an, erzählt sie im Interview mit *phytotherapie.at*.

**Wie gehen Sie mit Schmerzen im Bewegungsapparat und auch mit rheumatischen Schmerzen um? Wo setzen Sie pflanzliche Produkte ein?**

Rheuma, im Sinne von Polyarthritiden, sehen wir heute deutlich seltener, da diese Patienten medikamentös gut eingestellt sind. Das sieht man in Ordinationen nicht mehr. Anders ist es mit dem Bewegungsapparat. Als physikalische Fachärztin im Krankenhaus verwenden wir bei Therapieanwendungen durchaus Heilpflanzen. Zudem gibt es im Bereich der Kneippkurmedizin pflanzliche Op-

tionen. Bei Muskelverspannung und lokalem Schmerz können etwa Moorpäckchen helfen. Auch Munari-Päckchen – Breiumschläge, die als Thermoumschläge bei Schmerzen und Verspannungen auf die jeweiligen Hautareale aufgelegt werden – kommen zum Einsatz. Diese enthalten unter anderem ein Capsaicingemisch.

**Wie funktioniert das?**

Die Haut ist nach der Applikation gerötet. Die Durchblutung wird durch das Capsaicingemisch massiv angeregt. Das transportiert Schmerzstoffe ab und wirkt anästhesierend auf die Schmerzfasern. Allerdings sollte man sich damit auskennen. Es gibt auch Fertigpräparate, die hochdosiert von Fachärzten ▶



## Schwerpunkt: Schmerz/Rheuma

verwendet werden. Im Vorjahr gab es übrigens den Medizinernobelpreis für die Forschungen an den Capsaicinrezeptoren. Die Molekularbiologen David Julius und Ardem Patapoutian wurden für die Entdeckung der Rezeptoren, die für Temperatur und Berührung im Körper verantwortlich sind, ausgezeichnet. Julius verwendete Capsaicin, um einen Sensor in den Nervenenden der Haut, der auf Hitze reagiert, zu identifizieren.

### Welche anderen Pflanzen setzen Sie ein?

Bei Prellungen, bei Verstauchungen und bei Hämatomen verordne ich gerne Arnikagel oder eine Arnika-Tinktur. Es wirkt schmerzlindernd wie auch kühlend und abschwellend. Auch Beinwellsalben verordne ich gerne. Wichtig ist, dass hier Fertigpräparate aus der Apotheke verwendet werden. Beinwellpflanzen enthalten Pyrrolizidinalkaloide, die Leberschäden verursachen können – deshalb wird von selbstgemischten Pflanzenrezepturen abgeraten. Beinwellsalben verschreibe ich gerne nach Knochenödemen und Distorsionen, die

ja oft mit Schwellungen und Hämatomen einhergehen. Was man bei Schmerzen des Bewegungsapparates auch rezeptieren kann, sind Teufelskrallenpräparate, die als Ergänzung zu oder anstelle einer synthetischen Schmerztherapie eingesetzt werden.

### Wie ist es bei Nackenproblemen?

Wir haben zunehmend Kinder mit „Schulkopfschmerz“ in der Ambulanz. Die Ursachen sind ebenfalls Bewegungsmangel und starke Handynutzung. Sie bekommen dann neben Haltungsschulungen ein Pfefferminzöl als Roll-on. Gerade Kinder reagieren sehr gut darauf – sie tupfen es einfach auf die Schläfen und die Nackenmuskulatur. Die von den A-Delta-Fasern langsam übermittelten Kältereize blockieren die an die C-Fasern geleiteten Schmerzreize. Johanniskrautöl wiederum verwenden wir zur Behandlung von postoperativen Narbenschmerzen. Es wirkt auch gut gegen Schmerzen im Nervenverlauf. Es gibt auch eine ganz spezielle Narbenrezeptur mit Allium

cepa (einem Zwiebelschalenextrakt), die wir oft verwenden. Diese wird mit Ultraschalltechnik gezielt auch in tiefere Gewebeschichten eingebracht.

### Und aus der Kneippmedizin?

Hier werden vor allem Heublumpenpackungen verwendet, die über Dampf erwärmt werden, und auf die Wirbelsäule aufgebracht werden. Patienten werden dann darin eingepackt, und es wirkt durchblutungsfördernd und schmerzdämpfend, vor allem bei verspannter Rückenmuskulatur. In Bädern verwenden wir auch Rosmarinöl. Es wirkt ebenfalls durchblutungsfördernd und wird bei Hypotonie zur Kreislaufanregung eingesetzt. Grundsätzlich reagieren auch arthrotische Gelenke gut auf Wärme. Generell gilt aber, dass bei geröteten, geschwollenen und damit bereits erwärmten Gelenken Wärme kontraindiziert ist. In solchen Fällen ist Kälte die bessere Wahl, wie etwa als Topfenwickel. Diese empfehlen wir nach wie vor im Spital.

## Cayennepfeffer

*Capsicum annuum* L. und/oder *Capsicum frutescens* L.

Sowohl die Früchte als auch die Samen des Cayennepfeffers, so die Bezeichnung für die Pflanze, zeichnen sich durch einen brennend scharfen Geschmack aus – daher der Name „Pfeffer“, der auf den Gehalt an Capsaicinoiden zurückzuführen ist. Arzneilich verwendet werden die getrockneten, reifen Früchte (Cayennepfeffer – *Capsici fructus*).

**Inhaltsstoffe:** Cayennepfefferfrüchte enthalten scharf schmeckende Capsaicinoide, Carotinoide und Flavonoide.

**Wirkung:** Das HMPC hat die äußerliche Anwendung von Cayennepfeffer zur Linderung von Muskelschmerzen im unteren Rückenbereich als „medizinisch anerkannt“ („well-established use“) akzeptiert. Die ESCOP empfiehlt die äußerliche Anwendung zur Linderung



von Muskelschmerzen und zur Behandlung von Schmerzen bei degenerativen Gelenkerkrankungen sowie bei rheumatoider Arthritis, zur Behandlung von Nervenschmerzen oder bei schmerzhafter diabetischer Neuropathie.

**Nebenwirkungen:** Cayennepfefferzubereitungen dürfen nicht auf geschädigte Haut oder auf Schleimhäute aufgetragen werden. Kontakt mit den Augen ist unbedingt zu vermeiden; deshalb müssen die Hände nach der Anwendung von Cayennepfefferzubereitungen sorgfältig mit Seife gewaschen werden. Nach Möglichkeit sollen beim Auftragen Handschuhe benutzt werden. Cayennepfefferzubereitungen sollten nicht mit anderen äußerlich anzuwendenden Arzneimitteln gemeinsam angewendet werden.

## Alpinamed® Mobilitätskapseln Forte

### Grünlippmuschel-Lipidextrakt: Therapieunterstützung bei rheumatischen Gelenksbeschwerden

Die Grünlippmuschel (*Perna canaliculus*) gehört zur Gruppe der Mytilus-Muscheln und ist nur an der Küste Neuseelands heimisch. Sie unterscheidet sich genetisch von anderen Muscheln und enthält einen Komplex mehrfach ungesättigter Fettsäuren.

Aus dieser Muschelart wird durch Kaltpressung ein einzigartiger Lipidextrakt gewonnen, der entzündungshemmende Eigenschaften aufweist und schon früher von den in Neuseeland lebenden Maoris als Heilmittel bei Gelenkerkrankungen eingesetzt wurde.



Die Wirksamkeit von Lipidextrakten aus der neuseeländischen Grünlippmuschel auf entzündliche und degenerative Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparates ist mehrfach durch experimentelle und klinische Studien belegt.<sup>1-3</sup>

Pharmakologische Basis der Extraktwirkung ist der Gehalt an teils einzigartigen langkettigen Omega-3-Fettsäuren. Besonders hervorzuheben ist hier ein Strukturanalogon zur Arachidonsäure, allerdings nicht in der Omega-6-Version wie die Arachidonsäure, sondern als Omega-3-Fettsäure.<sup>2</sup> Aus Omega-3-Fettsäuren werden im Gegensatz zu den Omega-6-Fettsäuren über die Enzyme COX und LOX bekanntermaßen vorwiegend entzündungshemmende Prostaglandine gebildet.

Alpinamed® Mobilitätskapseln enthalten einen 150 mg Grünlippmuschel-Lipidextrakt pro Tagesdosis, welcher in der Vergangenheit bei über 1.300 Teilnehmern mit chronischen Gelenkproblemen in Apotheken und Arztpraxen dokumentiert wurde – mit überzeugenden Ergebnissen.<sup>5-7</sup>

So zeigt der praxisnahe Anwendertest in Apotheken (2015–2016):<sup>7</sup>

- Besserung der Beschwerden in 84 % der Fälle
- Bewältigung des Alltags bei 78 % verbessert
- Von 78 % der Teilnehmer als hilfreich bezeichnet
- 77 % wollen Kapseln weiterhin einnehmen
- Bei 51 % Reduktion von Schmerzmitteln

#### Literatur:

- 1 Halpern GM et al., Allerg Immunol 2000
- 2 Treschow AP et al., Comp Biochem Physiol 2007; Part B 147
- 3 Gruenwald J et al., Adv Nat Therapy 2004; 21:3
- 4 Cho, SH et al., Eur Ann Allerg Clin Immunol 2003; 35:6
- 5 Sonderdruck aus Apotheker Krone 21/08
- 6 Dunky A et al., Rheuma plus 2/2011
- 7 Schiel H, Unterwurzacher R, Rheuma plus 2/2017

Produktprofil:

### Alpinamed® Mobilitätskapseln Forte

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke  
(Bilanzierte Diät)



#### Einsatzgebiet:

zum Diätmanagement bei Gelenksbeschwerden durch Abnützung oder rheumatische Entzündung.

#### Inhaltsstoffe pro Tagesdosis (1 Kapsel):

150 mg Lipidextrakt aus der neuseeländischen Grünlippmuschel (*Perna canaliculus*), gelöst in 350 mg Fischöl

#### Anwendungsvorteile:

- ✓ Verringern Beschwerden und Entzündungszeichen in den Gelenken
- ✓ Für bessere Beweglichkeit und geringere Morgensteifigkeit

#### Produktvorteile:

- ✓ Nur eine Kapsel täglich
- ✓ Hohe, mit experimentellen und klinischen Daten belegte, entzündungshemmende Wirkung<sup>1-4</sup>
- ✓ Natürliche, sehr gut verträgliche Therapieunterstützung<sup>5, 6</sup>

#### Zusatzempfehlung:

- ✓ Zu verordneten Analgetika und Antirheumatika
- ✓ Zu anderen OTC-Produkten wie Chondroprotektiva



**Schwerpunkt:** Schmerz/Rheuma

# Weihrauch

(*Boswellia*-Arten, Burseraceae)

Traditionell wird Weihrauch zur Behandlung entzündlicher Erkrankungen eingesetzt. Die European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCAP) sieht Potenziale bei schmerzhafter Gelenkarthritis und entzündlichen Darmerkrankungen.



**Univ.-Doz. Dr. Reinhard Länger**  
Österreichische Agentur für  
Gesundheit und Ernährungssicherheit

Bei Weihrauch denken wohl viele an den aromatischen Duft, der entsteht, wenn man Weihrauch-Harz auf glühende Kohlen legt. Und hier scheiden sich schon die Geister: Manche verbinden mit diesem Geruch hohe Festtage, das weite Schwingen des Weihrauchfasses in Santiago de Compostela, Räuchern in den Räuchernächten, andere können ihn nicht aushalten oder reagieren mit Hustenanfällen. Wobei aber bedacht werden muss, dass die Substanzen zum Räuchern nicht unbedingt reiner Weihrauch sein müssen: auch andere Harze wie Benzoe, Myrrhe und Styrax sowie Mischungen dieser Harze, auch gemischt mit duftenden Pflanzen, kommen zum Einsatz.

Weihrauch wird durch Einschneiden der Stämme und Äste verschiedener

*Boswellia*-Arten (Familie Burseraceae, Balsambaumgewächse) gewonnen. Die Pflanzen sondern dann ein gummiartiges Wundsekret ab, das an der Luft über zwei bis drei Wochen zu einem sogenannten „Gummiharz“ trocknet. Handelsqualitäten unterscheiden zwischen Sorten, die direkt von den eingeritzten Stämmen gewonnen werden, und solchen, wo die Körner vom Boden geklaubt werden. Die Weihrauchbäume können mehrmals pro Jahr geritzt werden, wobei die beste Qualität bei der letzten Ernte im Jahr erhalten wird.

Weihrauch für Räucherzwecke (Olibanum, Frankincense) stammt vorwiegend von *B. carteri* (auch als *B. sacra* bezeichnet), die größten Mengen stammen aus Somalia, in Reiseprojekten werden aber auch die Vorkom-

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

men im Oman als lohnendes Reiseziel beworben. Daher auch die Bezeichnungen „arabischer Weihrauch“, „somalischer Weihrauch“.

Weihrauch für medizinische Zwecke stammt aus Indien von *B. serrata* (*Olibanum indicum*, *Indian frankincense*). Die Qualität des indischen Weihrauchs für Arzneimittel wird im Europäischen Arzneibuch definiert, wobei ein Mindestgehalt an bestimmten L-Boswelliasäuren gefordert wird. Dies sind pentazyklische Triterpensäuren, die charakteristisch für *Boswellia*-Arten sind. Weiters wurden tetrazyklische Triterpensäuren, ätherisches Öl (ca. 7 %) und Schleim (über 20 %) nachgewiesen.

Indischer Weihrauch ist in der traditionellen indischen Medizin ein altbewährtes Arzneimittel zur Behandlung entzündlicher Erkrankungen. Der deutsche Pharmakologe Hermann P. T. Ammon erkannte bereits Ende der 1970er-Jahre das Potenzial des Weihrauchs und initiierte die chemische, pharmakologische und auch klinische Erforschung. Boswelliasäuren hemmen die Leukotrien-Biosynthese, was die traditionelle Verwendung erklären könnte. Erste klinische Prüfungen von speziellen Extrakten mit hohem Gehalt an Boswelliasäuren an Patienten mit rheumatischen Erkrankungen lieferten ermutigende Ergebnisse. Allerdings blieb die klinische Entwicklung dann stecken: Weihrauch wurde damals als neuer Wirkstoff eingestuft,

weshalb umfangreiche präklinische und klinische Untersuchungen gefordert waren. Im Handel findet man heute eine große Zahl an Weihrauchpräparaten unterschiedlicher bis unbestimmter Qualität, aber bis jetzt gibt es kein Arzneimittel (zugelassen oder registriert) mit Weihrauchextrakt als Wirkstoff.

Bislang gibt es auch keine Belege dafür, dass das Einatmen des Rauches therapeutisch genutzt werden könnte. Im Gegenteil, es gibt sogar kritische Stimmen: Die Feinstaubbelastung durch das Räuchern dürfte nicht unerheblich sein.

Vorsicht! In Gärtnereien finden Sie Weihrauchpflanzen, die aber nichts

mit *Boswellia*-Arten zu tun haben, außer dass die Blätter einen an Weihrauch erinnernden Duft verströmen. Dazu zählen Vertreter aus der Familie der Lippenblütler wie Arten der Gattungen *Plectranthus* und *Iboza*. Der Lippenblütler *Coleus venterii* wird „Rosenweihrauch“ genannt. Was wieder den Kreis zum echten Weihrauch schließt: auch hier gibt es im Handel Rosenweihrauch (Weihrauch versetzt mit Rosenöl und gelegentlich auch Rosenblüten, gilt als besonders gute Qualität zum Räuchern).



## Faktencheck: Weihrauch

**Wirkung:** Traditionell wird indischer Weihrauch zur begleitenden Therapie der chronischen Polyarthritiden verwendet sowie in der ayurvedischen Medizin zur Remissionsbehandlung bei den entzündlichen Darmerkrankungen Colitis ulcerosa und Morbus Crohn. Die European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCO) sieht eine Wirkung bei schmerzhafter Gelenkarthritis und zur symptomatischen Behandlung entzündlicher Darmerkrankungen. HMPC hat indischen Weihrauch bisher nicht bearbeitet.

**Nebenwirkungen:** Selten Magen-Darm-Beschwerden; mitunter allergische Reaktionen. Von einer Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren wird wegen mangelnder Erkenntnisse abgeraten.

**Zubereitung:** Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage. Indischer Weihrauch enthält ca. 60 % Harz mit verschiedenen Boswelliasäuren (Triterpensäuren), außerdem Schleimstoffe und ätherisches Öl.



# Phytotherapie bei Lumbalgie

Die niederösterreichische Allgemeinmedizinerin Dr. Birgit Köppl beschreibt, wie sie eine Patientin mit Lumbalgie phytotherapeutisch behandelte.

**Zur Person:**  
**Dr. Birgit Köppl**  
ist Ärztin für Allgemeinmedizin,  
wohnhaft in Lichtenwörth, Niederösterreich



© privat



Bei einer 38-jährigen Patientin treten im Verlauf der zweiten Schwangerschaft erstmalig hartnäckige, tiefsitzende Schmerzen im Bereich der unteren Lendenwirbelsäule auf. Als diese sich auch nach der Geburt ihres Kindes nicht bessern, sondern im Gegenteil weiter verschlimmern, wird eine Bildgebung mittels MRT veranlasst. Es zeigen sich ein Diskusprolaps bei L5/S1 mit Tangierung von S1 links, eine geringe Osteochondrose sowie Facettengelenkergüsse L4–S1 bds. Im Status finden sich keine motorischen oder sensiblen Ausfälle, Lasègue ist bds. negativ, der Finger-Boden-Abstand beträgt 20 Zentimeter.

Die in der Folge eingeleitete Physiotherapie führt bedauerlicherweise zu einer weiteren Schmerzzunahme. Vor allem in der Früh nach dem Aufstehen werden die Schmerzen und die daraus resultierende Bewegungseinschränkung als sehr quälend und einschränkend beschrieben. Eine medikamentöse Schmerztherapie wird abgelehnt, da die Patientin noch stillt. Der Alltag mit zwei kleinen Kindern ist für die Patientin zu diesem Zeitpunkt nur noch mit dem Tragen eines LWS-Stützmieders bewältigbar.

Mehrere Monate später treten zusätzlich zu den bekannten Beschwerden Gefühlsstörungen im Bereich beider Großzehen auf. Die MRT-Kontrolle zeigt eine Höhenminderung der betroffenen Bandscheibe im Vergleich zur Voruntersuchung, bei einem ansonsten jedoch weitgehend unverändert ausgeprägten Prolaps. Deutlich progredient ist jedoch die erosive Osteochondrose mit neu aufgetretenem subchondralem Knochenmarksödem im Segment L5/S1.

## Phytotherapie

Eine erneute Physiotherapie wird von der Patientin aufgrund der bereits einmal gemachten negativen Erfahrung nicht gewünscht. Da das Kind der Patientin mittlerweile das Beikostalter erreicht hat und nur mehr gelegentlich zusätzlich gestillt wird, erfolgt ein Therapieversuch mit Teufelskralle-Filmtabletten in einer Dosierung von 2-mal 1.200 mg täglich. Zusätzlich wird eine Beinwell-Zubereitung in Form von Traumaplant®-Schmerzcreme 3-mal täglich sowie bei Bedarf lokal aufgetragen.



Die Teufelskralle-Filmtabletten enthalten einen Trockenextrakt aus den Sekundärwurzeln der südwestafrikanischen Pflanze. Die wirksamen Komponenten sind Iridoidglykoside, v. a. der Bitterstoff Harpagosid. Daneben sind u. a. Flavonoide, Phytosterole, Di- u. Triterpene enthalten. Über die Hemmung von entzündungsauslösenden Prostaglandinen wird eine antiphlogistische und leicht analgetische Wirkung erzielt. Entsprechende Zubereitungen können somit einen Beitrag zur (unterstützenden) Behandlung von rheumatischen Beschwerden oder Gelenkschmerzen, z. B. bei Arthrose oder Rückenbeschwerden, leisten. Als Nebenwirkungen können leichte unspezifische gastrointestinale Beschwerden sowie in Einzelfällen allergische Hautreaktionen auftreten. Wegen der Bitterstoffe sollen Zubereitungen aus Teufelskralle nicht bei Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwüren sowie bei Gallensteinen angewendet werden.

Beinwell enthält Phenolcarbonsäuren, wie z. B. Rosmarinsäure, die entzündungshemmende Eigenschaften aufweisen. Weitere Inhaltsstoffe sind u. a. Allantoin, Schleimstoffe, Gerbstoffe und Cholin, die abschwellend und reizlindernd wirken. Beinwell wird vor allem zur lokalen Behandlung von Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen sowie schmerzhaften Muskel- und Gelenksbeschwerden eingesetzt. Aber auch bei schlecht heilenden Wunden kann Beinwell aufgrund seiner granulationsfördernden Wirkung hilfreich sein. In den erhältlichen Fertigpräparaten werden ausschließlich Pflanzen eingesetzt, die keine nachweisbaren Mengen an hepatotoxischen Pyrrolizidinalkaloiden enthalten. Somit ist keine zeitliche Begrenzung der Anwendung notwendig. Hinsichtlich Nebenwirkungen ist lediglich in Einzelfällen mit leichten bis moderaten Hautreaktionen wie Rötung, Ekzem oder Pruritus zu rechnen.

## Verlauf

Bereits nach einer Woche berichtet die Patientin von einer Besserung der morgendlichen Steifigkeit und ein gutes, wenn auch nicht längerfristiges, Ansprechen auf die Lokaltherapie. Nebenwirkungen werden keine angegeben. Nach weiteren zwei Wochen wird eine merkliche Schmerzreduktion und Verbesserung der Beweglichkeit beschrieben. Das Stützmitter kann phasenweise nach und nach weggelassen

werden, und eine leichte körperliche Betätigung, wie längeres Spazierengehen, ist wieder möglich.

Die Patientin entschließt sich schließlich zu einem erneuten Versuch einer gezielten physiotherapeutischen Kräftigung der Rückenmuskulatur. Aufgrund der Vorerfahrungen wird dieses Mal vorsichtig mit zunächst ausschließlich isometrischen Übungen gestartet. Nach positiver Rückmeldung seitens der Patientin kann die Intensität des Trainings jedoch schon bald weiter gesteigert werden und die Patientin nach 10 Einheiten zur Gruppentherapie wechseln.

Die Dosierung der Teufelskralle-Tabletten wird in weiterer Folge auf 2-mal täglich 600 mg reduziert. Die Lokaltherapie wendet die Patientin schon länger nur noch bei Bedarf an, und auch das Stützmitter wird kaum noch verwendet. Noch bestehende muskuläre Verspannungen im unteren Rücken werden mittels regelmäßiger Auflage einer gebrauchsfertigen Heublumenpackung gelindert, welche die Patientin 30 Minuten im Dampfgarer erwärmt und mittels Leinentuch an der gewünschten Stelle fixiert.

Heublumensäcke enthalten naturbelassenes Heu von ungedüngten Wiesen mit vielen unterschiedlichen Pflanzenarten. Die genaue Artenzusammensetzung variiert dabei naturgemäß. An Inhaltsstoffen finden sich Cumarine, Flavonoide, Gerbstoffe, ätherische Öle und viele mehr. Heublumensäcke werden in der Naturheilkunde bei degenerativen und rheumatischen Erkrankungen eingesetzt und wirken lokal hyperämisiert und muskelrelaxierend. Als unerwünschte Wirkungen können allergische Reaktionen/Heuschnupfen auftreten. Als Kontraindikationen gelten Pollenallergie (Gräser), geschädigte Haut, akute rheumatische Schübe sowie akute Entzündungen.

Im Laufe der nächsten Wochen kommt es sukzessive zu einer weiteren Besserung, und die Teufelskralle-Tabletten können schließlich ganz abgesetzt werden.

Aktuell ist die Patientin im Alltag weitgehend beschwerdefrei. Die Gefühlsstörungen in den Großzehen haben sich bis auf eine geringe Restsymptomatik links vollständig zurückgebildet. Sportliche Betätigung wie Laufen oder Fahrradfahren sind wieder problemlos möglich. Lediglich bei größerer körperlicher Belastung wie Gartenarbeiten kommt es gelegentlich noch zu einem Auftreten von Schmerzen in vergleichsweise geringer Intensität, die jedoch gut auf die bewährte Lokaltherapie mit Beinwellsalbe ansprechen.



# Therapeutisches Potenzial für Cannabis in der Medizin



Ein neuer Übersichtsartikel der Medizinuniversität Wien zeigt zahlreiche Einsatzmöglichkeiten von Cannabis.

Seit mehr als zwanzig Jahren wird das Endocannabinoidsystem des menschlichen Körpers international erforscht, um auch die Wirkungsweise der Heilpflanze Cannabis sativa und dessen Inhaltsstoffe zu verstehen. Beim Einsatz von Cannabinoiden gibt es zahlreiche Hinweise auf therapeutische Erfolge für Indikationen wie Epilepsie oder Schmerztherapie, die nicht nur begleitend, sondern als Primärtherapie funktionieren könnten. Jedoch gibt es immer noch keine ausreichende Datenlage zur Entwicklung sicherer Cannabinoid-basierter Medikamente in Österreich. Aus diesem Grund hat eine Forschungsgruppe um den Neurobiologen Tibor Harkany von der Abteilung für Molekulare Neurowissenschaften der MedUni Wien das enorme therapeutische Potenzial eines medizinischen Gebrauchs von Cannabis in einem kürzlich publizierten Übersichtsartikel im Topjournal *Science* zusammengefasst.

„Wir wissen, dass Cannabis bei vielen Krankheiten eingesetzt werden könnte, und zum Teil kennen wir auch die Wirkweise. Aber durch diese vielen Produkte entsteht auch der Eindruck, es hilft bei allem und nichts“, sagt Univ.-Prof. Dr. Tibor Harkany, Neurobiologe und Leiter der Abteilung für Molekulare Neurowissenschaften am Zentrum für Hirnforschung der MedUni Wien. Cannabis sei aber keine Wunderpflanze, sondern sehr spezifisch einsetzbar. „Und dazu brauchen wir dringend mehr evidenzbasierte wissenschaftliche klinische Studien.“

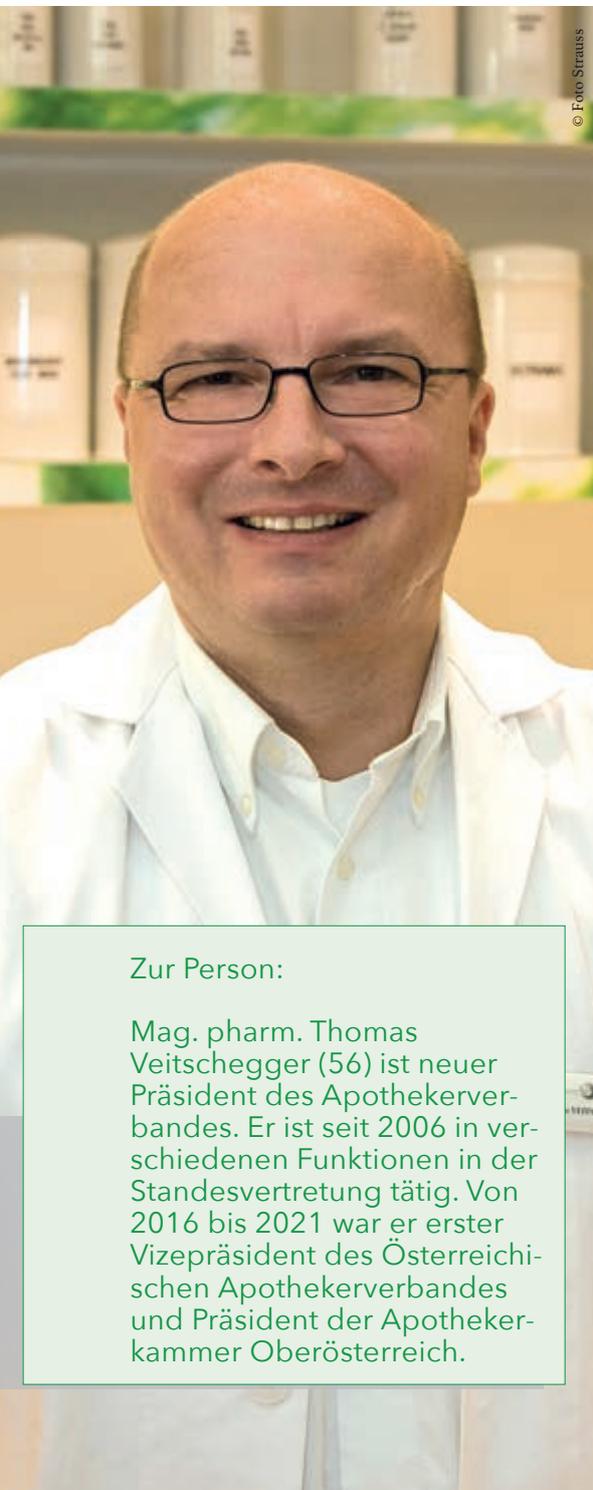
Die klinischen Wirkungen von Cannabismedikamenten seien in der Mehrzahl auf eine Aktivierung von endogenen Cannabinoid-CB1- und CB2-Rezeptoren zurückzuführen. Die am höchsten konzentrierten Stoffe aus der Cannabispflanze sind Delta-9-Tetrahydrocannabinol (THC) und

Cannabidiol (CBD), wobei Letzteres keine psychogenen Effekte bedingt. Der Substanz CBD wird aus anekdotaler Beobachtung eine schmerzlindernde, angstlösende, antiepileptische, antipsychotische, sedierende und neuroprotektive Wirkung zugeschrieben. Derzeit ist CBD in einigen Ländern für die Behandlung therapieresistenter Epilepsie und spastischer Lähmungen zugelassen. In Österreich sind CBD-haltige Medikamente zur Behandlung von multipler Sklerose und von Spasmen sowie zur Therapie bestimmter genetischer Epilepsieformen zugelassen. Außerdem wird ein THC-Produkt als zusätzliche Medikation bei chronischen Schmerzen und im Rahmen von Krebstherapien gegeben. Harkany betont den potenziellen Einsatz von Cannabinoiden sogar als primäre Therapieform bei Epilepsie, weil hier der Krankheitsverlauf schnell und günstig beeinflusst werden könnte.

Univ.-Prof. Dr. Siegfried Kasper, Psychiater und emeritierter Leiter der Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie der MedUni Wien, der große Erfahrung mit derartigen klinischen Studien hat und mit Harkany im Sinne der translationalen Forschung an mehreren Projekten zusammenarbeitet, resümiert: Es sei von großer Wichtigkeit, dass sowohl Universitäten als auch Pharmafirmen grundlegende und translationale Studien zur besseren Erforschung der spezifischen Wirkungen von Cannabinoiden initiieren. Denn es gebe eine große Zukunft, wenn man die Anwendungsformen von Cannabis standardisieren und dann mit diesem standardisierten Extrakt in speziellen klinischen Studiendesigns forschen würde. Beide Wissenschaftler sind sich einig in der Überzeugung, „dass Cannabis in die wissenschaftliche Medizin geholt werden muss“.

## „Phytowissen und Bewusstsein nehmen zu“

Die Nachfrage nach pflanzlichen Arzneimitteln nimmt deutlich zu, sagt der neugewählte Präsident des Österreichischen Apothekerverbandes, Thomas Veitschegger. Im Interview spricht er über die Bedeutung der Phytotherapie und über die Gesundheitskompetenz der Patienten.



© Foto Strauss

### Zur Person:

Mag. pharm. Thomas Veitschegger (56) ist neuer Präsident des Apothekerverbandes. Er ist seit 2006 in verschiedenen Funktionen in der Landesvertretung tätig. Von 2016 bis 2021 war er erster Vizepräsident des Österreichischen Apothekerverbandes und Präsident der Apothekerkammer Oberösterreich.

### *Wie sehen Sie den Stellenwert von pflanzlichen Arzneimitteln im österreichischen Gesundheitswesen?*

Pflanzliche Arzneien spielen bereits jetzt eine wichtige Rolle, und das Angebot an derartigen Präparaten nimmt spürbar zu. Auch wenn sie einen eher kleinen Anteil am Gesamtmarkt haben, sehen wir in den Apotheken, dass die Nachfrage auf Kundenseite in den vergangenen Jahren steigt. Ich halte das für eine positive Entwicklung. Auch als magistrale Zubereitung, die auf eine Person mit all ihren Bedürfnissen abgestimmt wird, können sie eine Therapie maßgeblich unterstützen. Diesen Aspekt, den individuellen Zuschnitt auf einen Menschen, finde ich besonders wichtig, weil so die Treffsicherheit einer Anwendung spürbar erhöht werden kann. Wollen wir das in Zukunft ausbauen, sollten wir darauf achten, das Wissen über pflanzliche Heilmittel auch bei anderen Gesundheitsberufen zu stärken.

### *Welchen Stellenwert haben pflanzliche Arzneimittel und die Phytoforschung für die Apotheken?*

Als Pharmazeutin oder Pharmazeut setzt man sich bereits in der Ausbildung mit der Welt der Pflanzen und mit ihren Wirkstoffen auseinander. Nicht zuletzt, weil die Phytotherapie ja seit Jahrhunderten unser traditionell angestammtes Terrain ist. Da ist es dann auch immer wieder spannend, zu sehen, wenn aktuelle Forschungsergebnisse bestätigen,

was die Urväter unserer Disziplin bereits praktiziert haben. Heute greift das ineinander. Die Forschung bestätigt bestimmte Wirkprinzipien und gibt uns vor, mit welchen Standards wir Arzneispezialitäten herstellen, sodass jederzeit die maximale Qualität garantiert ist.

### *Wie sehen Sie in diesem Bereich die Gesundheitskompetenz der Bevölkerung im Hinblick auf Selbstmedikation?*

Generell ist die Gesundheitskompetenz der Österreicherinnen und Österreicher ausbaufähig – das ist seit Langem bekannt. Gerade wenn es um Arzneimittel geht, bestehen viele Wissenslücken. Der Apothekerverband hat dazu im vergangenen Jahr eine Studie in Auftrag gegeben, in der nur sechs Prozent der Befragten angeben, dass sie sich sehr gut mit Wechsel- und Nebenwirkungen von rezeptfreien Medikamenten auskennen. Gleichzeitig sagen 90 Prozent, dass ihnen die kompetente Beratung zu Arzneimitteln wichtig ist. Das zeigt sehr deutlich, wo hier die Rolle der Apotheken liegt. Wir unterstützen die Menschen dabei, im rezeptfreien Bereich die richtige Arznei für sie zu finden, besonders, wenn es um die Anwendung von pflanzlichen Präparaten geht. Denn auch hier gilt: Wechsel- und Nebenwirkungen können nie ausgeschlossen werden, daher ist unsere Expertise auch so wichtig.



# Schlüsselblume

(*Primula veris* L. und/oder *Primula elatior* L.) Hill.

Frühlingsbote gegen Husten

Sie kündigt den Frühling an und hat das auch gleich im Namen: die Schlüsselblume. Der botanische Name *Primula veris* beschreibt auch genau das und leitet sich von lat. „prima“ (= „die Erste“) und „veris“ (= „des Frühlings“) ab und bedeutet „kleiner Erstling des Frühlings“. Auch der verkürzte deutsche Name „Primel“ geht darauf zurück. Ihre Schwester, *Primula elatior*, die Hohe Schlüsselblume, wird in der selben Weise medizinisch verwendet. „Schlüsselblume“ spielt auf die schlüsselförmige Gestalt des Blütenstandes an, in manchen Regionen wie Westösterreich und Süddeutschland wird die Pflanze auch „Himmelsschlüssel“ genannt.

Die Echte Schlüsselblume war auf heimischen Wiesen lange Zeit weitverbreitet. In Monokulturen und stark bewirtschafteten Nutzflächen ist sie mittlerweile aber so selten geworden, dass sie unter Naturschutz gestellt

wurde. Das Sammeln von wild wachsenden Schlüsselblumen ist verboten. Die Blüten und Wurzel des Frühlingsblüher werden zur Unterstützung des Abhustens bei Bronchitis und Husten mit zähem Schleim beziehungsweise bei Nasennebenhöhlenentzündung mit Schnupfen eingesetzt. Ihrer sekretlösenden Eigenschaften wegen findet die Schlüsselblume deshalb häufig in pflanzlichen Arzneimitteln gegen Erkältungen Verwendung. Die Qualität der Primelwurzel (*Primulae radix*) ist im Europäischen Arzneibuch festgelegt. Die Qualität der Primelwurzeltinktur (*Primulae radices tinctura*) beziehungsweise Schlüsselblumenblüten (*Primulae flos cum calycibus*) ist im Deutschen Arzneimittel-Codex festgelegt. Das HMPC hat Primelwurzel und Schlüsselblumenblüten als traditionelle pflanzliche Arzneimittel eingestuft.



von  
Martin Rümmele

Literaturhinweise:  
Wichtl, Teedrogen und Phytopharmaka  
Schilcher, Leitfaden Phytotherapie  
Van Wyk, Handbuch der Arzneipflanzen  
Kommentar zum Europäischen Arzneibuch (Primelwurzel, Nr. 1364)  
EMA/HMPC/104095/2012, Monograph on *Primula*, 2013



## Inhaltsstoffe

Ihre Wirkung bezieht die Schlüsselblume aus Triterpensaponinen beziehungsweise Bioflavonoiden, die in der Wurzel und in den Blüten zu finden sind. Sie helfen, den zähflüssigen Schleim in den Atemwegen zu verflüssigen. Außerdem enthalten die Wurzeln Primulaverin. Aus diesem sogenannten „Phenolglykosid“ bilden sich während des Trocknens Verwandte der Salicylsäure, die wegen ihrer entzündungshemmenden Wirkung geschätzt wird.



## Verarbeitung

Verwendet werden sowohl die getrockneten Wurzelstöcke mit den daran anhängenden 1 mm dicken, langen getrockneten Wurzeln als auch die getrockneten Blüten mitsamt den Kelchen. Die Primelwurzel (*Primulae radices*) wird geschnitten als Tee; als Trockenextrakte in Kapseln; Tabletten und löslichen Instant-Tees; Fluidextrakt in Tropfen und Säften; Tinktur in Tropfen und Lösungen sowie Dickextrakte in Saft verwendet. Schlüsselblumenblüten (*Primulae flos*) werden in Teemischungen, pulverisierte Primelblüten in Dragees verwendet.



## Neben- und Wechselwirkungen

Triterpensaponine können die Magenschleimhaut reizen. Vorsicht ist deshalb bei Patienten mit Magenschleimhautentzündung und Magengeschwüren geboten. Bei Atemnot, Fieber oder eitrigem Auswurf ist ärztlicher Rat einzuholen. Neben- und Wechselwirkungen sind keine bekannt.



© Anastasiia Malinich – stock.adobe.com



## Hausmittel

Da die Schlüsselblume entkrampfend und schleimlösend wirkt, ist sie als Hustentee sehr beliebt. Sie wirkt vor allem gut, wenn der Schleim festsitzt. Unterstützt wird der Effekt der Schlüsselblume durch die Kombination mit anderen sekretlösenden Heilpflanzen, vor allem Thymian wird häufig mit Schlüsselblume kombiniert.



## Botanik

Aus einer Rosette von samtig behaarten, ganzrandigen Blättern entspringen die bis zu 20 cm hohen Blütschäfte. An deren Enden stehen mehrere hängende, angenehm duftende Blüten in einer Dolde angeordnet. Die Kelchblätter sind zu einer Röhre verwachsen, aus der die dottergelbe Blütenkrone mit 5 Lappen deutlich herauschaut. Blütezeit beider Arten ist April bis Mai.



## Geschichte

Die Schlüsselblume wurde bereits im Altertum und Mittelalter zu medizinischen Zwecken verwendet. Der Schlüsselblume wurden im Volksglauben zahlreiche Eigenschaften und Wirkungen zugeschrieben. Am Walpurgistag geerntete Schlüsselblumen sollten Krankheiten und Unfruchtbarkeit des Viehs vorbeugen. Auch glaubte man, dass sie das Jungvieh vor Seuchen und Unfällen bewahren.



## Neues zu Hustensäften für Kinder

Die Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie (SGP) rät von der Verschreibung und Abgabe pflanzlicher Hustensäfte ab. Dies hat zu massiven Irritationen bei den Kinderärzten und Apothekern geführt.

Die Schweizerische Medizinische Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP) hat dazu eine Stellungnahme verfasst. „Die bei Husten üblicherweise in der Phytotherapie eingesetzten Arzneipflanzen wie beispielsweise Efeu, Thymian, Geranie (Pelargonium) oder Spitzwegerich haben sich seit Jahrzehnten in der pädiatrischen Praxis bewährt. Auf PubMed finden sich zahlreiche Studien auch jüngeren Datums, die die Wirksamkeit von Efeu-Extrakten und Pelargonium bei Kindern mit Husten bei guter Verträglichkeit belegen“, heißt es darin.

Liest man in der Literatur, die gemäß der Internetseite von *Smarter Medicine* (<https://www.smartermedicine.ch/de/top-5-listen/paediatrie.html>) als Referenz angegeben ist, nach, stellt man fest, dass sich keine (!) der angegebenen Studien konkret auf Arzneipflanzen bezieht. Schaut man sich auch noch die weiterführende Literatur, die auf Rückfrage von der SGP zur Verfügung gestellt wurde, an, findet sich nur ein einziger Review-Artikel, der von der Wirkung von Echinacea bei Erkältung nicht ganz

überzeugt ist. Aber auch hier steht nichts von „potenziell schwerwiegenden Nebenwirkungen“. Die SMGP empfiehlt daher weiterhin, für Kinder die Phytotherapie als Methode der Wahl bei Husten einzusetzen.

Und in Österreich? „Hustensäfte unter dem 2. Geburtstag werden in Österreich nur sehr selten verwendet, da Kleinkinder bei viralen Atemwegsinfekten eher mit Inhalationen mit einer physiologischen Kochsalzlösung, einer hypertonen 3%-Kochsalzlösung (im Falle einer RSV-Infektion) oder, falls es sich wirklich um eine obstruktive Bronchitis handelt, mit  $\beta$ -Mimetika (zum Beispiel Sultanol®) behandelt werden“, sagt die Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde Dr. Ulrike Kastner. Antitussiva würden in dieser Altersgruppe nicht gegeben. Bei älteren Kindern (Kindergartenalter, Schulalter) können Hustensäfte zur Milderung der Symptomatik eingesetzt werden. Der zumeist zugrunde liegende virale Infekt geht dadurch aber auch nicht schneller vorbei, der Verlauf ist für die Kinder nur etwas angenehmer. „Pflanzliche Hustensäf-

te werden im niedergelassenen Bereich gerne verschrieben, synthetische Schleimlöser (wie Ambroxol oder Acetylcystein) kommen bei Pädiatern eher selten vor.“

Echte Kontraindikationen für pflanzliche (oder auch synthetische) Hustensäfte seien immer dann gegeben (abgesehen von Unverträglichkeiten et cetera), wenn nicht die richtige Indikation gestellt wird. „Damit möchte ich sagen, dass bei einer eindeutigen obstruktiven Bronchitis die Inhalation mit Sultanol die Therapie der Wahl ist und kein Hustensaft, weil dieser allein den Zustand des Kindes auch verschlimmern kann“, sagt Kastner.

Sie sehe die Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Pädiatrie gelesen, „da wir es im deutschsprachigen Raum doch mit einer sehr kontrollierten Abgabe und Anwendung von pflanzlichen Hustensäften zu tun haben, und da auch die meisten Präparate – wenn schon ohne Arztkontakt – so doch über die Apotheken mit einer entsprechenden Beratung abgegeben werden“. Die Phytotherapeutika hätten sich bislang in der Kinderheilkunde bewährt.



# Sicher und gut verträglich

Ginkgo ist nicht gleich Ginkgo! Doch der Spezialextrakt EGb 761® gehört zu den am besten untersuchten und besonders sicheren Pflanzenextrakten der Welt. Eingesetzt wird er dank der antioxidativen, antiischämischen und neuroprotektiven Wirkung unter anderem gegen Demenz und Schwindel.

**G**inkgo gegen das Vergessen? Das versprechen zahlreiche Nahrungsergänzungsmittel (NEM) oder Tees, die mit einer gedächtnisfördernden Wirkung werben. Dabei ist in diesen Nichtarzneimitteln kaum ausreichend Wirkstoff enthalten, und gesetzlich ist ihre Anwendung im Rahmen einer Erkrankung unzulässig. Besonders wenn es um Demenzen geht, sollte man auf standardisierte Ginkgo-Produkte in Arzneimittelqualität zurückgreifen. EGb 761® gehört zu den am besten untersuchten pflanzlichen Wirkstoffen der Welt. Der in Cerebokan® enthaltene standardisierte *Ginkgo-biloba*-Extrakt EGb 761® zeigt in zahlreichen Studien eine vielseitige Wirkung. EGb 761® schützt dabei Mitochondrien, verbessert den neuronalen Energiestoffwechsel und fördert die Mikrozirkulation des Blutes. Er ist ein wesentlicher Bestandteil in der symptomatischen und nebenwirkungsarmen Behandlung von Demenz und demenziellem Syndrom – siehe S3-Leitlinie „Demenzen“ Jänner 2016<sup>1</sup>. Studien belegen auch klinische Wirksamkeit bei leichten kognitiven Beeinträchtigungen (MCI – Mild Cognitive Impairment). EGb 761® ist ebenso bei Schwindel indiziert: Die Evidenz zeigt eine eindeutige Verbesserung der Kompensationsleistung von Schwindelpatienten bei regelmäßiger Einnahme in Kombination mit einem Training.

Bei der Herstellung des Spezialextraktes EGb 761® werden die wirksamen Bestandteile angereichert und unerwünschte Inhaltsstoffe abgereichert, um eine optimale Wirkung zu erzie-



len. Abseits von unerwünschten Wirkungen gilt es gerade bei pflanzlichen Präparaten allerdings, auf mögliche Wechselwirkungen zu achten. Bei den Hauptindikationen des Spezialextraktes EGb 761®, die oftmals ältere Personen treffen, muss das Behandlungskonzept also oft in eine komplexe Medikation integriert werden. Besonders bei bestehender Medikation, die möglicherweise die Blutgerinnung beeinflusst, wurde Ginkgo bisher vorsichtig betrachtet. Studien konnten aber zeigen, dass bei Einnahme von EGb 761® keine Wechselwirkungen in signifikantem Ausmaß bei Thrombozytenaggregationshemmern zu befürchten sind und kein zusätzliches Blutungsrisiko entsteht – siehe Kellermann/Kloft<sup>2</sup> und Gaus<sup>3</sup>.

## Pflanzenporträt: *Ginkgo biloba*



Wie kaum eine andere Pflanze ist der *Ginkgo biloba*, aus der traditionell fernöstlichen Medizin stammend, auch in der westlichen Medizin angekommen.

Der Ginkgo gehört zu einer Gruppe ansonsten ausgestorbener Samenpflanzen und gilt in seinem heutigen Bestehen als „lebendes Fossil“. Das bedeutet, dass sich der Aufbau seines Organismus erdgeschichtlich nur geringfügig verändert hat.

Nicht zuletzt deshalb wurde der Ginkgo zum Baum des Jahrtausends ernannt. Als Spezialextrakt EGb 761® wird er hierzulande erfolgreich bei der Behandlung von Demenz, Schwindel oder dem demenziellen Syndrom eingesetzt.

### Literatur

- 1 S3-Leitlinie „Demenzen“, Jänner 2016 (AWMF-Register-Nr.: 038-013)
- 2 Kellermann AJ, Kloft C. Is there a risk of bleeding associated with standardized Ginkgo biloba extract therapy? *Pharmacotherapy* 2011; 106(5)
- 3 Gaus W et al., Identification of Adverse Drug Reactions by Evaluation of a Prescription Database Demonstrated for „Risk of Bleeding“ Methods. *Inf Med* 2005; (5):697–703

# Pflanzliche Hilfe für Frauen

Von Menstruationsbeschwerden sind rund 40 bis 60 Prozent der Frauen betroffen. Die Phytotherapie bietet hier einige Unterstützungsmöglichkeiten an, sagt die Wiener Gynäkologin Dr. Bettina Frühwirth.

Von Martin Rümmele

## Mönchspfeffer

*Vitex agnus-castus* L., Lamiaceae

Der Mönchspfeffer ist ein 3 bis 5 m hoher Strauch; charakteristisch sind die großen, handförmig geteilten, kreuzgegenständig stehenden Blätter. Die 4-samigen Früchte erinnern wegen ihrer Farbe (rötlichschwarz) und ihrer Größe an schwarzen Pfeffer, auch schmecken sie scharf. Es wird berichtet, dass die Früchte dieses Strauches von Mönchen in Klöstern gegessen wurden, quasi als Anti-Aphrodisiakum, um die fleischliche Lust zu unterdrücken.

### Inhaltsstoffe:

Arzneilich werden die getrockneten Früchte verwendet. Mönchspfefferfrüchte enthalten Iridoidglykoside, lipophile Flavonoide, Diterpene, ätherisches Öl und fettes Öl.



### Wirkung:

Das Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC) hat Mönchspfefferfrüchte in Form von Trockenextrakten zur Anwendung beim prämenstruellen Syndrom als „medizinisch anerkannt“ akzeptiert. Um die Wirkung zu gewährleisten, sollen Mönchspfefferfrüchte in Form von Fertigarzneimitteln angewendet werden.

### Neben- und Wechselwirkungen:

Schwere allergische Reaktionen mit Gesichtsschwellungen, Atemnot und Schluckbeschwerden wurden beobachtet; berichtet wird auch über Hautreaktionen, Kopfschmerzen, Schwindel, gastrointestinale Beschwerden, Akne und Menstruationsbeschwerden (Häufigkeit nicht bekannt). Mönchspfefferfrüchte haben eine dopaminerge Wirkung; bei gleichzeitiger Einnahme von Dopamin-Rezeptor-Antagonisten kann es deshalb zur gegenseitigen Wirkungsschwächung kommen.



Die Beschwerden, unter denen Frauen rund um die Menstruation leiden, können vielfältig sein. Die am meisten verbreiteten sind das Prämenstruelle Syndrom (PMS) und die Dysmenorrhö – eine schmerzhafte oder schwierige Menstruation. Primäre Regelschmerzen setzen im Normalfall kurz nach der Menarche ein und dauern bei betroffenen Frauen meist bis zur Menopause. Das Prämenstruelle Syndrom (PMS) umfasst einen Symptomenkomplex, der typischerweise zwischen dem Eisprung und dem Menstruationsbeginn quälend wird und mit dem Einsetzen der Blutung wieder vergeht.

Auf körperlicher Ebene tauchen Unannehmlichkeiten wie Flüssigkeitsansammlung in Geweben, Blähungen, Unterbauchschmerzen, Völlegefühl, Obstipation, Kopfweg, Abgeschlagenheit und Spotting auf. Der Schmerzauslöser bei einer Dysmenorrhö ist in diesem Fall die Menstruation selbst mit der physiologischen Prostaglandinausschüttung. Unter sekundärer Dysmenorrhö werden Menstruationsschmerzen verstanden, die von Erkrankungen, wie Myomen, Uteruspolypen, Endometriose/Adenomyose, oder auch nichthormonellen Intrauterinpressaren, die einen Entzündungsreiz subendometrial erzeugen, ausgelöst werden.

Erster Schritt ist deshalb in jedem Fall eine genaue Anamnese zur Klärung, um welches Krankheitsbild es sich handelt, sagt die Wiener Gynäkologin Dr. Bettina Frühwirth. *„Das Beste ist dem Ganzen auf den Grund zu gehen und die Ursachen zu behandeln. Natürlich gibt es auch Möglichkeiten, Schmerzen akut zu behandeln – das löst das Problem aber nicht grundlegend.“*

Regelschmerzen resultieren ihrer Erfahrung nach meistens aus einer Mischung aus körperlichen, psychischen und sozialen Umständen. *„Stress ist ein wesentlicher Faktor. Es scheint so zu sein, als ob in den jüngsten Jahren auch die Empfindungen der Frauen stärker werden. Ob das also wirklich so ist, kann ich schwer sagen“*, berichtet die Fachärztin.

Sie rät deshalb in jedem Fall auch zu Lebensstilmodifikationen. *„In dieser Zeit Ruhe geben und nicht versuchen, zu funktionieren, entspannen, wenig Kaffee konsumieren, Sport treiben.“*

Ähnlich argumentiert auch die Wiener Gynäkologin Dr. Micha Bitschnau. *„In der Zeit vor der Menstruation können manche Frauen ihre ‚Maske‘ der tapferen Anpasstheit und des ‚Funktionierens‘ nicht mehr aufrechterhalten, und Gefühle der Überforderung, des Alleingelassenseins, der verzweifelten Wut oder hilflosen ►*



*Ohnmacht kommen an die Oberfläche. Der Leidensdruck, den diese schwer kontrollierbaren Emotionen erzeugen, ist häufig beträchtlich. Es lohnt sich durch kurzfristiges systemisches Coaching oder längerfristige, mehr in die Tiefe gehende Psychotherapie, diese Gefühlsausbrüche zu dechiffrieren, um sie in eine produktive Lebensveränderung umzulenken. So lösen sich diese psychischen Belastungen sehr gut auf“, empfiehlt sie in einem Bericht in der Ärzte Krone.*

Frühwirth schlägt aus der Fülle an pflanzlichen Arzneimitteln vor allem Mönchspfeffer-Produkte vor.

*„Das hilft nicht im Anlassfall, sondern nachhaltig. Mönchspfeffer senkt in letzter Konsequenz den Prolaktinspiegel, wodurch sich die LH-Freisetzung erhöht. Das führt damit zu einer erhöhten Progesteronwirkung. Progesteron wiederum bewirkt eine Ruhigstellung der Muskelfasern der Gebärmutter. Dadurch kommt es nicht mehr zu so starken Kontraktionen der Gebärmutter, und die Schmerzen werden deutlich besser.“ Allerdings brauche so eine langfristige Therapie eine Anlaufzeit von etwa drei bis vier Wochen. „Mönchspfeffer muss durch den ganzen Zyklus genommen werden. Nach etwa drei Monaten ist die Vollwirkung*

*erreicht. Da kann man gut einschätzen, ob das ausreichend ist, oder nicht.“ Als Tagesdosis empfiehlt Frühwirth 20 mg Extrakt, vorzugsweise morgens nüchtern. „Hier gibt es auch eine gute Studienlage“, sagt sie.*

Im Akutfall rät die Fachärztin zu krampflösenden Phytoprodukten. *„Bei akuten Beschwerden wirken Schafgarbe, Kamille und Frauenmantel krampflösend. Melisse und Fenchel wirken ebenfalls krampflösend.“*

**Nachsatz:** *„Hier gibt es aber noch Bedarf an wirklich guten und breiten Studien.“*

## Frauenmantel

*Alchemilla vulgaris L., Rosaceae*

Frauenmantel ist eine 30 bis 50 cm hohe Halbrossettenstaude, deren Grundblätter mit ihrer rundlichen, gefalteten Spreite mit 7 bis 9 halbkreisförmigen Lappen sehr charakteristisch sind. Sie erinnert an einen Umhang, wie ihn Maria auf Heiligenbildern trägt – und da die Pflanze früher auch in der Frauenheilkunde verwendet wurde, erhielt sie den Namen Frauenmantel.

### Inhaltsstoffe:

Frauenmantelkraut enthält Gerbstoffe (vorwiegend Ellagitannine) und Flavonoide. Verwendet werden die zur Blütezeit gesammelten, getrockneten oberirdischen Teile, bestehend aus Blättern, Blüten und Stängeln.



### Wirkung:

Die European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ES COP) sieht Frauenmantel unterstützend bei unspezifischen Durchfällen, bei Magen-Darm-Beschwerden und bei Menstruationsschmerzen. Diese Anwendungsgebiete stützen sich auf Erkenntnisse der langjährigen Anwendung am Menschen. Die Studienlage ist aber ausbaufähig.

### Neben- und Wechselwirkungen:

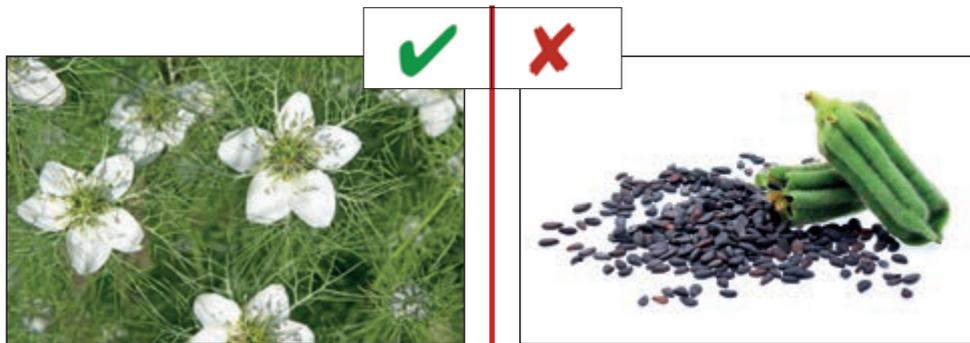
Keine bekannt. Zur Anwendung von Frauenmantelkraut während der Schwangerschaft und Stillzeit liegen noch keine Untersuchungen zur Unbedenklichkeit vor; von einer Anwendung bei Kindern unter 12 Jahren wird wegen mangelnder Erkenntnisse ebenfalls abgeraten.

# Falsche Freunde

von Mag. Heinrich Justin Evanzin

Die neue Kolumne „Falsche Freunde“ soll auf Verwechslungsgefahren in der phytotherapeutischen Praxis hinweisen.

Es gibt auf den ersten Blick sehr ähnlich aussehende Drogen und Gewürze. Zu diesen zählen auch der Schwarzkümmel (*Nigella sativa*, Ranunculaceae) und der schwarze Sesam (*Sesamum indicum*, Pedaliaceae).



## Schwarzkümmel

Droge: *Semen Nigellae*

## Schwarzer Sesam

Droge: *Semen Sesami nigri*

### Inhaltsstoffe:

u. a. 30–35 % fettes Öl, 0,4–2,5 % ätherisches Öl (p-Cymen, Thymochinon,  $\alpha$ -Pinen, Carvacrol),  $\alpha$ -Hederin, Nigellin und Nigellon

### Verwendung:

aufgrund des Linolsäuregehalts als Nahrungsergänzungsmittel; traditionell bei Erkältung, Bronchitiden, rheumatischen Beschwerden, GIT-Störungen, Blähungen, Diarrhöen und Dysmenorrhö. In der Medizin arabischer Sprache bei Magenbeschwerden und Koliken. In Ägypten bei Asthma bronchiale. In Indien als Anthelminthikum, insbesondere bei Bandwürmern bei Kindern. Äußerlich auch als Paste zur Behandlung von Hämorrhoiden, Abszessen und Hodenentzündungen.

### Nebenwirkung:

keine bekannt

### Kontraindikation:

bestehende Allergie

### Monografien:

Bäumler, Heilpflanzen: Praxis heute – Porträts, Rezepturen, Anwendung, (2010) Elsevier, Urban und Fischer.

### Inhaltsstoffe:

hpts. fettes Öl (v. a. Di- und Triglyceride, wenig freie Fettsäuren), Lignane (Sesamin, Sesamolin, Asarinin), Sterole, Phospholipide

### Verwendung:

Öl als Bestandteil in Zubereitungen zur äußerlichen Anwendung, Hautpflegemittel. Als Lösungsmittel für lipophile Arzneistoffe (inkl. Injektionslösungen). Das gepresste Öl in der asiatischen Küche. In der TCM: 黑芝麻 Hei Zhi Ma. In der orientalischen Küche als Paste (Tahina). Das Öl kann bei Obstipation angewendet werden. Anwendung erfolgt p. o. oder auch direkt rektal appliziert. In der Landwirtschaft zusammen mit Pyrethroiden als Insektizid, da Sesamin damit synergistisch wirkt.

### Nebenwirkung:

keine bekannt

### Kontraindikation:

bestehende Allergie

### Monografien:

Martius, Die ostindische Rohwaarensammlung der Friedrich-Alexanders-Universität zu Erlangen, (1853) Palm und Enke; EuAB 10.0/0433; Hunnius (2020), Teuscher Gewürze und Küchenkräuter (2018)



# Teemischungen für die Verdauung

Die ÖGPHYT bietet zu vielen Indikationen Rezepturen, die von Expertinnen und Experten erstellt wurden und auch in der Grünen Box bis 100 g kassenfrei sind. *phytotherapie.at* zeigt diese künftig immer in der Rubrik „Rezepturen“ mit QR-Code zur Website und dem jeweils vorausgefüllten Rezeptformular zum Ausdrucken.

## Magen-Darm-Tees bei dyspeptischen Beschwerden

### Magentee bei Dyspepsie I

Wermutkraut	10
Schafgarbenkraut	40
Pfefferminzblätter	30
Bitterorangenschale	20

Kassenformulare  
zum Download:



### Magentee bei Dyspepsie II

Angelikawurzel	40
Kalmuswurzel	20
Ingwerwurzel	20
Bitterorangenschale	20

Kassenformulare  
zum Download:





## Magen-Darm-Tees bei Blähungen (auch mit krampfartigem Charakter)

### Windtreibender Tee I

Kümmel	40
Kalmuswurzel	20
Kamillenblüten	20
Melissenblätter	20

Kassenformulare  
zum Download:



### Windtreibender Tee II

Koriander	35
Kamillenblüten	25
Pfefferminzblätter	10
Süßholzwurzel	10
Melissenblätter	20

Kassenformulare  
zum Download:



### Windtreibender Tee III

Fenchel	40
Kalmuswurzel	20
Pfefferminzblätter	20
Süßholzwurzel	10
Melissenblätter	10

Kassenformulare  
zum Download:



# Der gelbe Enzian ist Arzneipflanze 2022



Die Herbal Medicinal Products Platform Austria (HMPPA) – bestehend aus Expertinnen und Experten österreichischer Universitäten – hat es sich zur Aufgabe gemacht, jährlich in Österreich die Arzneipflanze des Jahres zu küren.

Dieses Mal fiel die Wahl auf die bekannte Alpenpflanze gelber Enzian (*Gentiana lutea* L.). Auszüge der Wurzel des gelben Enzians werden als traditionelle pflanzliche Arzneimittel zur Unterstützung der Verdauungsfunktion und zur Appetitanregung verwendet.

Verantwortlich für die Wirkung sind stark bitter schmeckenden Pflanzenstoffe, die an spezifischen Bitterstoffrezeptoren binden und reflektorisch die Speichel- und Magensaftsekretion anregen. Neuere Untersuchungen zeigen, dass Enzianextrakte

und deren Inhaltsstoffe entzündungshemmende, lipidsenkende und antiatherosklerotische Wirkungen aufweisen, aber auch zu einer Stimulation des Nervenzwachstums führen. Daraus ergibt sich viel Potenzial für zukünftige Anwendungen. Allerdings müssen diese

Effekte noch in klinischen Studien am Menschen bestätigt werden.

An der Haut fördern die Bitterstoffe des Enzians die Bildung von Schutzproteinen und Lipiden und damit die Ausbildung einer intakten Hautbarriere. Dies könnte die Verwendung des gelben Enzians für die Wundheilung erklären. Es gibt aber auch neue Studien, die eine entzündungshemmende Wirkung von äußerlich angewendetem Enzianextrakt an der Haut und bei Neurodermitis zeigen. Die molekulare Struktur der Bitterstoffrezeptoren (TAS2R) wurde erst im Jahr 2000 geklärt.

Heute sind beim Menschen über 25 Bitterstoffrezeptoren bekannt, die man in fast allen Organen des menschlichen Körpers findet. Dort vermitteln sie vielfältige Effekte. So wirken Bitterstoffe an der Lunge krampflösend und erleichtern das Abhusten; positive Wirkungen, die bereits an Asthmapatienten und Patienten mit COPD geprüft wurden. Es ist davon auszugehen, dass die Entdeckung der Bitterstoffrezeptoren im ganzen Körper nicht nur ein Rationale für die traditionelle Verwendung des gelben Enzians liefert, sondern auch neue Einsatzmöglichkeiten aufzeigt.



Mehr Informationen auf der Website der HMPPA:



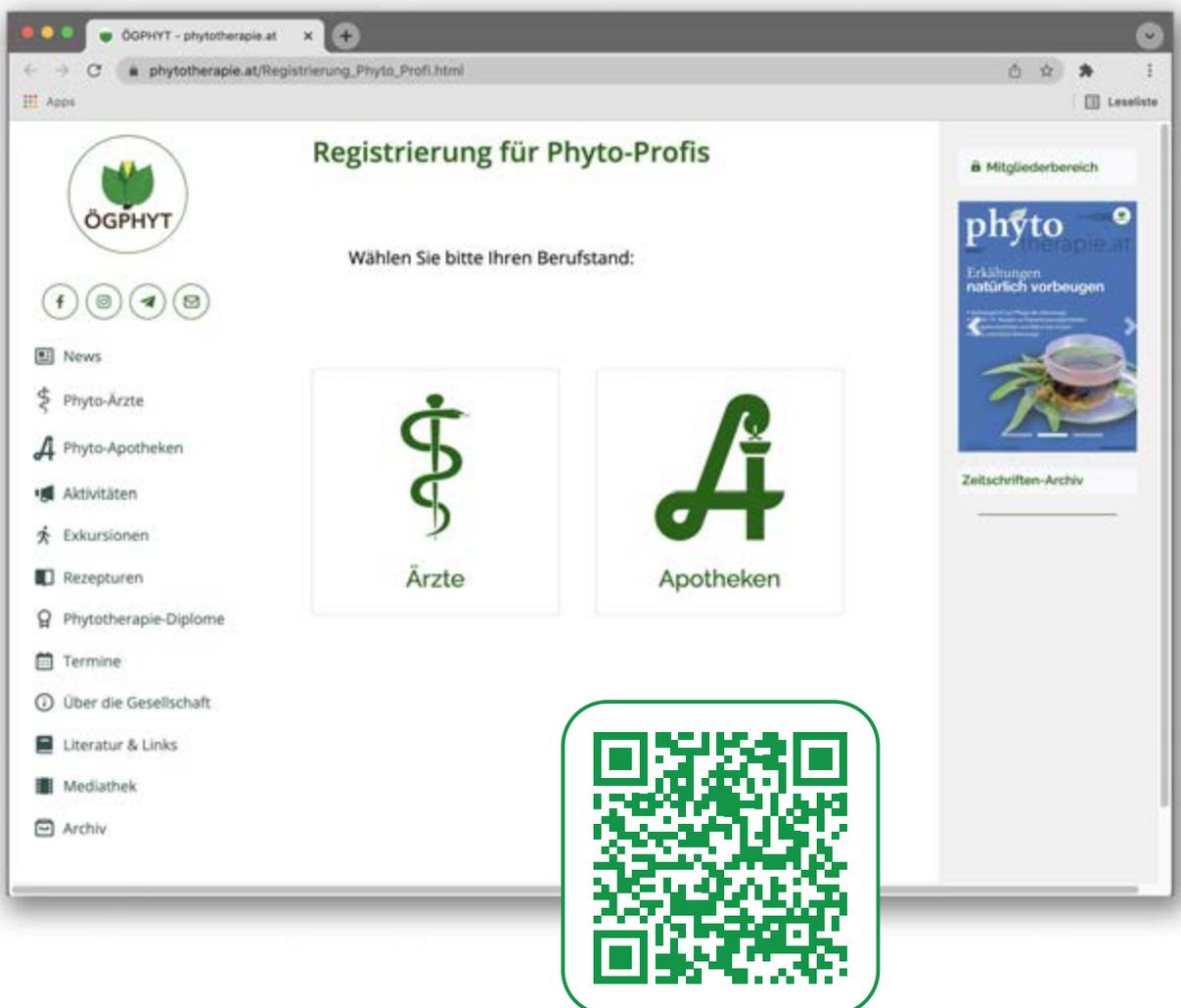
## Neues auf [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at) - wir suchen Phyto-Profis!

Mit der neuen öffentlichen Liste von Phyto-Apotheken und Phyto-Ärzten wollen wir die Website der ÖGPHYT als zentrales Informationsportal für Ärzte, Apotheker und nun auch Patienten etablieren. Damit bleibt [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at) auch weiterhin die erste Adresse für die wissenschaftliche Pflanzenheilkunde – auch für interessierte Laien und Hilfesuchende.

Die Phyto-Apotheken- und Phyto-Ärzte-Listen werden als zweiter und dritter Hauptmenüpunkt zu einer einfach erreichbaren Informationsquelle für Patienten, die auf der Suche nach Phyto-Profis sind. Doch nicht nur für Patienten, sondern auch für Phyto-Profis untereinander soll die öffentliche Liste zur besseren Vernetzung beitragen.

Im November begannen wir mit dem Aufruf an Apotheken und erhielten bereits zahlreiche Einsendungen. Dafür möchten wir uns bedanken! Nun freuen wir uns, auch alle Ärzte zur Teilnahme aufzurufen. Nutzen Sie einfach die neuen Online-Formulare zur Registrierung! Als Phyto-Profi kommen Sie mit dem abgedruckten QR-Code direkt zur Anmeldung. ([https://phytotherapie.at/Registrierung\\_Phyto\\_Profi.html](https://phytotherapie.at/Registrierung_Phyto_Profi.html))

Besuchen Sie uns doch wieder einmal auf [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), und entdecken Sie, was es Neues gibt!



The screenshot shows a web browser window with the URL [www.phytotherapie.at/Registrierung\\_Phyto\\_Profi.html](http://www.phytotherapie.at/Registrierung_Phyto_Profi.html). The page features the ÖGPHYT logo and a navigation menu on the left. The main content area is titled 'Registrierung für Phyto-Profis' and contains the instruction 'Wählen Sie bitte Ihren Berufstand:'. Below this instruction are two buttons: 'Ärzte' with a Rod of Asclepius icon and 'Apotheken' with a stylized 'A' icon. A QR code is overlaid on the bottom right of the page.

Besuchen Sie bitte für Aktuelles auch die Website der ÖGPHYT:  
[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at) mit dem *internen Mitgliederbereich!*

### Prüfungen zum Diplom „Phytotherapie“

Die nächsten Prüfungen (mündlich) finden am **19. Februar 2022** in Innsbruck statt. Voraussetzung für die Teilnahme an der Prüfung ist der Besuch von mindestens sieben der acht Wochenendseminare.

Prüfungsstoff: Inhalt aller acht Seminare (Skripten, präsentierte Literatur; Kenntnis der Materia medica – Arzneipflanzen, Arzneidrogen, Präparate); Teil der Prüfung ist jedenfalls das eingesendete Fallbeispiel.

Prüfer: Jeweils zwei Prüfer (Medizin, Pharmakognosie) aus dem Kreis der ÖGPHYT-Seminar-Vortragenden. Prüfungsgebühr (inkl. Diplom): ÖGPHYT-Mitglieder: 140 Euro, Nichtmitglieder: 180 Euro.

Die Anmeldefrist zur Prüfung am 19. Februar 2022 ist leider schon abgelaufen. Weitere Prüfungstermine werden rechtzeitig bekanntgegeben.

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

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/](http://www.arztakademie.at/oeaek-diplome-zertifikate-cpds/oeaek-spezialdiplome/phytotherapie/)).

### Diplom Phytotherapie/FAM

Lehrgang 2021/2022 (bereits ausgebucht)

Modul 5: 2.–3. April 2022

Modul 6: 14.–15. Mai 2022

Modul 7: 27.–28. August 2022

Modul 8 mit Prüfung: 3.–4. Dezember 2022

Lehrgang 2022/2023 (bereits ausgebucht)

Modul II: 25.–26. Juni 2022

Modul III: 10.–11. September 2022

Modul IV: 26.–27. November 2022

Informationen zu Diplom und Kursinhalten:

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

Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an Frau

Iris Freystetter/Frau Viktoria Barcal:

[seminare@schwabe.at](mailto:seminare@schwabe.at)

### Diplom Phytotherapie/Schloss Hofen

Lehrgang 2020/21 (bereits ausgebucht): Modul 8 mit Prüfung: 18.–19. Februar 2022 (Innsbruck)

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

Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an Frau Caroline Ebner: [caroline.ebner@schlosshofen.at](mailto:caroline.ebner@schlosshofen.at)

### Curriculum Veterinär-Phytotherapie

Die beliebte Fortbildungsreihe für Veterinärmediziner wird in einem neuen Zyklus weitergeführt.

Modul I: 8. bis 9. April 2022 (Atmungstrakt, Haut, Augen, Ohren),

Ort: Web-Seminar der VetMedUni Vienna.

Anmeldung bis 1. April über: <https://www.vetmeduni.ac.at/veterinaer-phytotherapie/anmeldung>.

Begrenzte Teilnehmerzahl.

Besuchen Sie bitte für Aktuelles auch die Website der ÖGPHYT: [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at) mit dem internen Mitgliederbereich!

#### **Synergy Forum 2022**

14.–15. Mai 2022, Bonn, Deutschland

<https://www.synergy-forum.org/forum-2022>

#### **International Congress on Integrative Medicine and Health**

24.–26. Mai 2022, Phoenix, Arizona, USA

<https://www.consortiumcongress.org>

#### **Tage der Arzneipflanzen**

Bitte merken Sie schon jetzt den Termin vor: 10.–12. Juni 2022

#### **Tetranationale Tagung: Phytotherapie 2022 – innovativ**

Gemeinsamer Kongress der SMGP, GPT, NVF und ÖGPHYT

16.–18. Juni 2022, Zürich, Schweiz

<http://phytotherapie2022.smgp.ch>

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

28.–31. August 2022, Thessaloniki, Griechenland

[www.ga-congress.org](http://www.ga-congress.org)

## **Feier: 30 Jahre ÖGPHYT**

### **Ursprünglicher Termin 27. I. 2022 – VERSCHOBEN**

Die Gründung unserer Gesellschaft fand am 28. I. 1992 statt. Zur Feier dieses 30-jährigen Jubiläums wird im Laufe des Jahres 2022 ein abendliches Symposium im Pharmaziezentrum der Universität Wien stattfinden. Als Festvortragende werden Univ.-Doz. Heribert Pittner, Univ.-Prof. Judith Rollinger und Univ.-Doz. Ulrike Kastner zu hören und zu sehen sein. Für das leibliche Wohl wird gesorgt.

Weitere Informationen folgen im Frühjahr 2022.

# Gewinnspiel !

Jetzt mitspielen und eines von 3 Exemplaren des Buches „Heilpflanzenpraxis Heute – Rezepturen und Anwendung“

von Siegfried Bäumler (3. Auflage) gewinnen!



**Frage:**  
**Weihrauch ist ...**

- a) getrocknetes Holz
- b) ein Pflanzengummi
- c) ein Gummiharz
- d) eingetrocknetes ätherisches Öl

Unter allen richtigen Einsendungen werden 3 Exemplare des Buches „Heilpflanzenpraxis Heute – Rezepturen und Anwendung“ (3. Auflage) von Siegfried Bäumler aus dem Verlag Elsevier verlost. Der Rechtsweg und eine Barablöse sind ausgeschlossen.

Senden Sie die Antwort an:

**Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT),**  
c/o Abteilung für Pharmakognosie der Universität Wien  
Pharmaziezentrum, Althanstraße 14, 1090 Wien  
oder per E-Mail an: [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)

**Einsendeschluss ist der 14. März 2022**

## Fachkurzinformationen

### Cerebokan® 80 mg - Filmtabletten.

Inhaber der Zulassung: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Willmar-Schwabe-Str. 4, 76227, Karlsruhe, Deutschland. Qualitative und Quantitative Zusammensetzung: 1 Filmtablette 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, 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: Cerebokan® 80 mg - Filmtabletten werden angewendet bei Erwachsenen zur symptomatischen Behandlung von hirnorganisch 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 Cerebokan® 80 mg - Filmtabletten 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 physikalisch-therapeutischer 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. ATC-Code: N06DX02. Abgabe: Rezept- und apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.

### phytotherapie.at - IMPRESSUM

**Medieninhaber/Herausgeber:** Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT), Pharmaziezentrum c/o, Abteilung für Pharmakognosie der Universität Wien, Pharmaziezentrum Althanstraße 14, 1090 Wien, [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), E-Mail: [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at), Verlag: MedMedia Verlag und Mediaservice GmbH, Seidengasse 9/Top 1.1, 1070 Wien, **Verlagsleitung:** Mag. Gabriele Jerlich, **Projektleitung:** Alexandra Hindler, [a.hindler@medmedia.at](mailto:a.hindler@medmedia.at), **Redaktion:** Martin Rümmele, [m.ruemmele@medmedia.at](mailto:m.ruemmele@medmedia.at), **Editorial Board:** Univ.-Prof. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter, Univ.-Doz. DDr. Ulrike Kastner, Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Kubelka, Univ.-Doz. Dr. Reinhard Länger, Univ.-Doz. Dr. Heribert Pittner und Univ.-Prof. Dr. Judith Rollinger, **Produktion:** Anita Singer, [a.singer@medmedia.at](mailto:a.singer@medmedia.at), **Grafik:** Harald Wittmann-Duniecki, [h.wittmann@medmedia.at](mailto:h.wittmann@medmedia.at), **Lektorat:** [onlinelektorat.at](mailto:onlinelektorat.at) | Sprachdienstleistungen, **Druck:** Print Alliance HAV Produktions GmbH, Druckhausstraße 1, A-2540 Bad Vöslau, **Ab-  
overwaltung:** Alexandra Kogler, [abo@medmedia.at](mailto:abo@medmedia.at), MedMedia Verlag und Mediaservice Ges.m.b.H., Seideng. 9/Top 1.1, 1070 Wien, **Druckauflage:** 19.000 Stück, **Grundsätze und Ziele:** Präsentation von Themen und Standpunkten der ÖGPHYT sowie Interviews mit relevanten Stakeholdern, **Allgemeine Hinweise:** Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die persönliche und/oder wissenschaftliche Meinung des jeweiligen Autors wieder und fallen somit in den Verantwortungsbereich des Verfassers. Trotz sorgfältiger Prüfung übernehmen Medieninhaber, Herausgeber und Verleger keinerlei Haftung für drucktechnische und inhaltliche Fehler. Aus Gründen der Lesbarkeit wird auf eine geschlechterspezifische Formulierung verzichtet. Bilder ohne Credit wurden vom jeweiligen Interviewpartner beigestellt. Vervielfältigung und Verbreitung sowie Übersetzung ist nur mit Zustimmung des Verlages erlaubt. Die gesetzliche Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz finden Sie unter [www.med-media.at](http://www.med-media.at).

# ÖGPHYT

Jetzt Mitglied werden

und Zeitschrift und Newsletter beziehen!



Die Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie fördert die rationale Beschäftigung mit dem pflanzlichen Arzneischatz in wissenschaftlicher und allgemeinmedizinischer Hinsicht. Wir sind Ärzte, Pharmazeuten aus der Apotheke, der Industrie und Universität sowie Vertreter der Wirtschaft und Gesundheitsbehörden. Veranstaltungen, Informationen und Unterlagen stehen allen Mitgliedern des eingetragenen Vereins zur Verfügung.

**JA, ich bin an Phytotherapie interessiert. Ich möchte als ordentliches Mitglied in der ÖGPHYT aufgenommen werden. Den entsprechenden jährlichen Mitgliedsbeitrag von derzeit 30 Euro entrichte ich nach Erhalt der Unterlagen.**

Senden Sie untenstehenden Kupon per Post oder E-Mail (info@phytotherapie.at) an:

Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie  
p. A. Abt. für Pharmakognosie der Universität Wien,  
Pharmaziezentrum, 1090 Wien, Althanstraße 14

Anmeldung auch über

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



Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Bitte senden Sie mir auch die Zeitschrift und den kostenlosen Newsletter!

Unterschrift \_\_\_\_\_

Ich stimme zu, dass mein Name und meine Adresse in das Mitgliederverzeichnis der ÖGPHYT aufgenommen werden, und ich habe das Datenschutzkonzept der Gesellschaft zur Kenntnis genommen. (Dieses finden Sie auf unserer Website.)

# Cerebokan®

Antidementivum

Frühe Intervention bei  
kognitiven Leistungsdefiziten



Cerebokan® enthält den Spezialextrakt EGb761®  
EGb761® wirkt multifaktoriell und neuroprotektiv¹

Ergebnis:<sup>2,3</sup>

- Verbesserung der Kognition
- Verbesserung der kognitiven Funktionalität
- Verbesserung der Lebensqualität

Mit EGb761® dem Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba-Blättern. <sup>1</sup>[https://dgn.org/wp-content/uploads/2012/12/038013\\_LL\\_Demenzen\\_2016.pdf](https://dgn.org/wp-content/uploads/2012/12/038013_LL_Demenzen_2016.pdf). <sup>2</sup>Grass-Kaplanke et al 2011. Effects of Ginkgo Biloba Special Extract EGb 761® in Very Mild Cognitive Impairment (MCI) Neuroscience & Medicine, 2011, 2, 48-56; doi:10.4236/nm.2011.21007. Published Online March 2011 (<http://www.scirp.org/journal/nm>). <sup>3</sup>Gavrilova S.I. et al., Efficacy and safety of Ginkgo biloba extract EGb 761® in MCI with neuropsychiatric symptoms: a randomized, placebo-controlled, double-blind, multicenter trial. Int J Geriatr Psychiatry 2014. DOI: 10.1002/gps.4103