

# phyto therapie.at

Jahrgang 17/Heft 3 | Juni 2023

Die Zeitschrift der  
Österreichischen Gesellschaft  
für Phytotherapie



## Phytopharmaka für Herz und Gefäße

- Weißdorn bei Herzinsuffizienz
- Rosmarin stärkt den Kreislauf
- Was tun bei Krampfadern?





Lebensfreude ist  
Herzenssache!



## Crataegutt®

- stärkt das Herz  
(bei beginnender Leistungsverminderung)
- verringert Abgeschlagenheit & Müdigkeit
- mit der Kraft des Weißdorns

Traditionelles pflanzliches Arzneimittel mit dem Extrakt aus Weißdorn zur Anwendung bei beginnender altersbedingter Leistungsverminderung des Herzens mit Symptomen wie Abgeschlagenheit und Müdigkeit bei Belastung. Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für das genannte Anwendungsgebiet registriert ist. Fachkurzinformation siehe Seite 31

CRA\_2112\_F



## Pfingsten, das liebliche Fest, war gekommen!

Liebe Leserin, lieber Leser!

Ich darf Sie mit den Worten von Johann Wolfgang von Goethe im lang ersehnten Frühling herzlich begrüßen.

*Pfingsten, das liebliche Fest, war gekommen!  
Es grünten und blühten Feld und Wald;  
auf Hügeln und Höhn, in Büschen und Hecken  
übten ein fröhliches Lied die neuermunterten Vögel;  
Jede Wiese sprossete von Blumen in duftenden Gründen.  
Festlich heiter glänzte der Himmel und farbig die Erde.*  
aus Reineke Fuchs „Erster Gesang“, 1793



Vielleicht ist der Neustart in der Natur auch ein Aufruf, die eine oder andere lästige Lebensgewohnheit (Stress, ungesunde Ernährung, Alkohol, Nikotin, mangelnde Bewegung, ...) abzuliegen. In der aktuellen Ausgabe von phytotherapie.at finden Sie eine Zusammenstellung, wie Kreislauf, Herz, Gefäßen und sogar unserem Verdauungssystem mit pflanzlichen Rezepturen wieder neuer Schwung verliehen werden kann.

Ein Exkurs in die pharmazeutische Industrie zeigt, wie aufwendig die Produktion standardisierter pflanzlicher Extrakte – hier am Beispiel von Ginkgo – mittlerweile geworden ist. Jeder Firma, die sich um Herstellung und Vertrieb von Phytopharmaka bemüht, muss auch an dieser Stelle gedankt sein, profitieren wir als „Phytotherapeut:innen“ doch von qualitativ hochwertigen und für die Patient:innen sicheren Produkten. Die vom Apotheker Willmar Schwabe 1866 in Leipzig gegründete Firma besitzt auch in Österreich einen Standort, der heuer sein 40-jähriges Bestehen feiern wird. Herzliche Gratulation!

Nutzen Sie die Jahreszeit aber nicht nur für Ihren körperlichen und geistigen „Reboot“, gehen Sie in die Natur, dort gibt es einiges an Arzneipflanzen zu sehen und neu zu entdecken; Weißdorn, Schlehdorn, Hirtentäschel und Rosmarin werden in dieser Ausgabe etwas genauer unter die „pharmakognostische Lupe“ genommen.

Wenn Sie Ihre Kenntnisse über heimische Heilpflanzen erweitern wollen, bietet die ÖGPHYT zahlreiche Exkursionen an unterschiedlichen Standorten in Österreich an. Sie sind herzlich willkommen!

In diesem Sinne – auf in den „Phyto-Frühling“!

Ihre/Eure

Ulli Kastner

# Fachlicher Beirat

## Editor



**emer. o. Univ.-Prof.  
Dr. Wolfgang Kubelka**  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss., Abt. f. Pharmakognosie,  
Univ. Wien, Ehrenpräsident ÖGPHYT

### Ausrichtung/Zielsetzung/Disclaimer

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. Entgeltliche Einschaltungen gem. § 26 Mediengesetz fallen in den Verantwortungsbereich des jeweiligen Auftraggebers; sie müssen nicht die Meinung von Herausgeber, Reviewer oder Redaktion wiedergeben.

## Co-Editors



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr.  
**Sabine Glasl-Tazreiter**  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss., Abt. f.  
Pharmakognosie, Univ. Wien,  
Vizepräsidentin ÖGPHYT



Univ.-Doz. Mag. pharm.  
DDr. med. **Ulrike Kastner**  
Fachärztin für Kinder-  
und Jugendheilkunde,  
Präsidentin ÖGPHYT



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



MR i. R. Univ.-Doz.  
**Dr. Heribert Pittner**  
Ehrenpräsident ÖGPHYT



Univ.-Prof. Mag. pharm.  
**Dr. Judith M. Rollinger**  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss.,  
Abt. f. Pharmakognosie,  
Univ. Wien

## Advisory Board



Univ.-Prof.  
**Dr. DDr. 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**  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss.,  
Abt. f. Pharmazeut. Chemie, Univ. Wien



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**  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss., Abt. f. Pharma-  
kognosie, Univ. Wien



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



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. **Dr. Liselotte Krenn**  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss., Abt. f. Pharmakognosie,  
Univ. Wien



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. i. R. 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 der Hefrückseite und auf:

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

## Schwerpunkt: Herz und Gefäße



Coverstory: Krampfadern und Phytotherapie	6
Fallbericht - Weißdornextrakt bei Herzinsuffizienz	8
Pflanze im Porträt - Rosmarin	12
Falsche Freunde: Weißdorn und Schlehdorn	14

## Gynäkologie



Aktuelle Arzneipflanze: Hirtentäschel	18
Rezepturen - Klimakterium	20

## Gastroenterologie

Indikation & Therapie - Reflux	22
Reportage - Der Herstellungsprozess von pflanzlichen Arzneimitteln	26



## ÖGPHYT-Mitteilungen

Mitteilungen und Termine	29
--------------------------	----

Fachkurzinformationen, Impressum	31
ÖGPHYT-Mitgliedschaft	32



# Phytotherapeutika gegen Krampfadern

„Der Einsatz von Phytotherapeutika bei Venenbeschwerden hat eine lange Tradition“, sagt der Dermatologe Dr. Alexander Kottas-Heldenberg im Interview.

Von Martin Rümmele

**K** rampfadern werden von vielen nicht nur als nicht schön empfunden, sondern können aufgrund des gestörten Blutflusses zu Beschwerden in den Beinen führen. Schwerwiegende Komplikationen wie Venenentzündungen, Vernarbungen bis hin zum offenen Bein können durch eine rechtzeitige Therapie verhindert werden. Fast zwei Drittel des gesamten Blutvolumens im Körper befinden sich im venösen System. Venen haben, im Gegensatz zu Arterien, eine wesentlich dünnere Gefäßwand, da sie nur einem geringeren Druck standhalten müssen. Durch Venenklappen ist der Bluttransport aus der Peripherie zum Herzen möglich.

„Beinschwellungen, Krämpfe oder Ziehen in der Wade sind typische Symptome der chronisch venösen Insuffizienz. Doch bevor man mit einer Venentherapie beginnt, sollte man die von den

Patient:innen beschriebenen Symptome differenzialdiagnostisch abklären. Denn nicht immer sind Venenerkrankungen dafür verantwortlich“, erklärt der Dermatologe und Phytoexperte Dr. Alexander Kottas-Heldenberg. Beidseitige Beinschwellungen könnten etwa auch durch Medikamenteneinnahme oder aufgrund einer Herzinsuffizienz auftreten. Ebenso müssen ein Lymphödem beziehungsweise ein Lipödem ausgeschlossen werden.

„Entzündliche und thrombotische Erkrankungen des Venensystems führen zu Schädigungen der Venenklappen und in weiterer Folge zu einer Störung des venösen Rückstroms. Aus dieser venösen Stauung resultiert eine chronisch venöse Insuffizienz mit Schwellungen und Schmerzen der unteren Extremität“, sagt der Arzt. Die sogenannte primäre Varikose ist eine pathologische Gefäßerweiterung des oberflächlichen,

aber auch des tiefen Venensystems. Sie beruht auf einer erblichen Disposition im Sinne einer Bindegewebsschwäche und einer daraus resultierenden Klappeninsuffizienz mit einem pathologischen venösen Rückstrom, erklärt Kottas-Heldenberg. „Die Varikose gilt als Volksleiden und betrifft über 50 % der Bevölkerung, zirka 15 % davon zeigen klinisch relevante Symptome.“ Die klinisch sichtbaren Varizen werden in unterschiedliche Typen eingeteilt. Sind die großen Stammvenen, Vena saphena magna oder Vena saphena parva betroffen, spricht man von einer sogenannten Stammvarikose. Mildere klinische Varianten werden als Seitenast- oder Retikulärvarikose und Besenreiservarikose bezeichnet.

Pflanzliche Therapeutika sollten möglichst frühzeitig als Begleittherapie eingesetzt werden, rät der Phytotherapeut: „Die Wirkung beruht vor allem auf ve-



mentonisierenden, ödemprotektiven und antiexsudativen Eigenschaften. Zusätzlich wirken sie antiphlogistisch, antioxidativ und unterstützen die Funktion des Lymphabflusses positiv. Die Anwendungsdauer sollte kurmäßig 6 bis 8 Wochen erfolgen, dann sollte eine Pause von 1 bis 2 Wochen eingelegt werden, um eine Tachyphylaxie zu vermeiden. Anschließend kann die Anwendung für 6 bis 8 Wochen wiederholt werden.“ Bei sehr ausgeprägten Verläufen einer chronisch venösen Insuffizienz sollte unbedingt ergänzend eine Kompressionstherapie mittels Strumpf oder Verband erfolgen.

Die Aktivierung der Wadenmuskelpumpe durch regelmäßige Bewegung hilft ebenfalls die Venenfunktion zu unterstützen. Als wirksame Pflanzen nennt Kottas Rosskastanie, Buchweizen, Mäusedorn, Steinklee, Arnika, Citrus-Flavonoidgemische und Rotes Weinlaub. 🌿



## Zitronatzitrone

*Citrus medica*

**Inhaltsstoffe:** Das ätherische Öl (0,2–0,6 %) enthält unter anderen Monoterpenen das zitronig riechende Limonen. Wichtige Wirkstoffe sind Flavonoide wie Hesperidin, Naringin, Rutin und Diosmin, daneben Vitamin C und Vitamin B.

**Wirkung:** Die Flavonoide, im Speziellen Hesperidin und Diosmin, haben antioxidative Eigenschaften, wirken entzündungshemmend und abschwellend. Einsatz vor allem als Kosmetikum.

**Nebenwirkungen:** keine bekannt



## Rotes Weinlaub

*Vitis vinifera*

**Inhaltsstoffe:** Flavonoide bis zu 7 %, unter anderem Kämpferol- und Quercetinderivate, Anthocyane 0,2–1,4 %, oligomere Procyanidine, Polyphenole.

**Wirkung:** Wässrige beziehungsweise wässrig-alkoholische Extrakte haben antioxidative, antiexsudative und ödemprotektive Eigenschaften. Die Kapillardurchblutung wird verbessert. Durch die Hemmung der Prostaglandinsynthese wirkt das rote Weinlaub entzündungshemmend.

**Nebenwirkungen:** keine bekannt



# Weißdornextrakt in der Therapie bei Herzinsuffizienz

Die Tiroler Internistin Dr. Helena Talasz beschreibt den erfolgreichen Einsatz von Weißdornextrakt bei einer betagten Patientin.



**E**ine 84-jährige Patientin – aktiv und selbständig in den Aktivitäten des täglichen Lebens – zog sich eine Oberschenkelfraktur zu. Nach der operativen Erstversorgung kam es zum Auftreten von multiplen, schweren infektiösen und internistischen Komplikationen, die einen insgesamt mehrmonatigen stationären Aufenthalt auf traumatologischen, internistischen und Intensivstationen zur Folge hatten. Trotz oder aufgrund der unzähligen operativen und medikamentösen Interventionen verschlechterte sich der Allgemeinzustand der Patientin kontinuierlich. Sie war vor allem durch kardiale Probleme mit tachykardem Vorhofflimmern, Hypotonie, Herzinsuffizienz mit Atemnot, Beinödemen und häufiger Nykturie beeinträchtigt.

#### Zur Person:

**Dr. Helena Talasz** ist Fachärztin für Innere Medizin und Geriatrie in Tirol.



Auf alle medikamentösen Therapieversuche mit Betablockern, ACE-Hemmern, Sartanen und Aldosteronantagonisten reagierte Frau KK mit Juckreiz, Hyponatriämie und unstillbarem Husten. Digitalispräparate mussten aufgrund von Übelkeit abgesetzt werden. Als die Patientin zuletzt im Rahmen eines deliranten Durchgangssyndroms alle Therapiemaßnahmen verweigerte, wurde ein palliatives Vorgehen beschlossen und die Patientin nach Hause entlassen. Alle ►





## Starke Herzgesundheit in den Sommermonaten

Ein starkes Herz ist gerade im Sommer von herausragender Wichtigkeit: Immerhin muss der menschliche Kreislauf in der heißen Jahreszeit bei den oft besonders hohen Temperaturen manchmal Schwerstarbeit leisten. Vor allem ältere Menschen sollten daher zu Beginn des Sommers aktiv etwas für ihre Herzgesundheit tun.

Der Sommer ist für viele Menschen die schönste Saison im Jahr. Allerdings bringt diese Jahreszeit besonders für ältere Menschen sowie auch für Menschen mit Herzproblemen Herausforderungen mit sich: Temperaturen weit über 30 Grad fordern den Kreislauf enorm. Denn damit das körpereigene Kühlsystem einwandfrei funktioniert, müssen wir Menschen ausreichend hydriert sein und über ein normal starkes Herz verfügen. Die altersbedingte Leistungsverminderung des Herzens und das in fortgeschrittenen Jahren oftmals abnehmende Durstgefühl sowie der verringerte Wassergehalt im Körper älterer Menschen tragen dazu bei, dass Hitze oft nur unter erheblicher Anstrengung aus dem Körper transportiert werden kann.

### Temperaturen steigen - Herzstärkung im Sommer wichtig

Flüssigkeitsmangel und anhaltende Hitze können daher in Kombination mit einer beginnenden Leistungsverminderung des Herzens zu Erschöpfung, Müdigkeit, Kreislaufbeschwerden und Konzentrations- sowie Blutdruckproblemen führen. Aufgrund der steigenden Temperaturen im Sommer ist dieses Problem ein zunehmendes. Im Durchschnitt gab es zu Beginn des 20. Jahrhunderts nur rund zwei Tage im Jahr, in denen das Thermometer in Österreich über 30 Grad anzeigte. Im Jahr 2019 waren es allerdings bereits 15 Tage. Es ist daher gerade für Seniorinnen und Senioren wichtiger denn je, sich zu Beginn des Sommers auf die zu erwartende Hitzebelastung optimal vorzubereiten. Dafür sollten einige grundlegende Lebensstilfaktoren angepasst bzw. optimiert und sollte auf eine aktive Stärkung des Herzens geachtet werden.

### Herz wechselwirkungsfrei mit Weißdorn stärken

Das bedeutet, dass auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr sowie auf den Elektrolythaushalt geachtet werden muss. Außerdem sollte allzu große Hitze durch richtiges Lüften sowie durch das Ausweichen vor direkter Sonneneinstrahlung vermieden werden. Auch regelmäßiges Blutdruckmessen kann im Sommer hilfreich sein. Die wichtigste Voraussetzung für einen möglichst beschwerdefreien Sommer ist allerdings die Stärkung des Herzens selbst. Bewährt hat sich hierfür das pflanzliche Arzneimittel Crataegutt®, das mit der natürlichen Kraft des Weißdorns das Herz nachweislich bei chronischer sowie akuter altersbedingter Leistungsverminderung stärkt und es mit seinen antioxidativen Eigenschaften gleichzeitig schützt. Hervorzuheben ist dabei, dass Crataegutt® gut verträglich ist, weshalb es sich ideal für ältere Menschen eignet, bei denen in vielen Fällen eine bereits bestehende multimedikamentöse Therapie angenommen werden kann.



#### Crataegutt®:

Die herzstärkende Kraft des Weißdorns

Das pflanzliche Präparat Crataegutt® ist sowohl in Form von Filmtabletten als auch als Flüssigkeit zum Einnehmen erhältlich. Es wirkt mit der natürlichen Kraft des Weißdorns, von dem sowohl Blätter als auch Blüten und Früchte für die standardisierten Extrakte in Crataegutt® verarbeitet werden. Hervorzuheben sind im Hinblick auf die herzstärkende Kraft des Weißdorns vor allem zwei seiner pflanzlichen Inhaltsstoffe: die Flavonoide, die für ihre Wirkung gegen freie Radikale bekannt sind, sowie die Procyanidine. Im Zusammenspiel sorgen die Pflanzenstoffe des Weißdorn-Extraktes in Crataegutt® dafür, dass Beschwerden wie Abgeschlagenheit und Müdigkeit, die durch eine beginnende Leistungsverminderung des Herzens hervorgerufen werden, reduziert werden und gleichzeitig sowohl die Leistungsfähigkeit der Betroffenen zunimmt als auch deren Wohlbefinden gesteigert werden kann.

Medikamente bis auf Pantoloc, ein Antibiotikum, eine Antikoagulation und Lasix in höherer Dosis wurden abgesetzt.

## Therapie

Zu Hause wurde zusätzlich zur diuretischen Therapie mit Lasix eine Therapie mit Crataegutt® (2-mal täglich 1 Filmtablette à 450 mg) begonnen. Damit konnte bereits nach 2 Wochen eine deutliche Verbesserung des Allgemeinzustandes beobachtet werden. Die Herzfrequenz verringerte sich, und die Ödeme nahmen ab. Atemnot und Husten wurden weniger. Auch das allgemeine Erscheinungsbild veränderte sich positiv, das Gesicht war weniger aufgedunsen, die ganze Person wurde vitaler und mobiler. Durch die verminderten Flüssigkeitseinlagerungen kam es zu einer Gewichtsabnahme von über 6 kg, die Nykturiefrequenz nahm ab, und die Schlafqualität besserte sich.



Durch die monatelangen multimodalen Therapieversuche zur Behandlung der Infektion und der kardiopulmonalen Komplikationen war eine nicht mehr überschaubare und nicht mehr beherrschbare Kaskade an allergischen Reaktionen und medikamentösen Nebenwirkungen und Interaktionen ausgelöst worden. Daher trug die Medikamentenreduktion im Rahmen des palliativen Vorgehens zweifelsfrei auch zum erfreulichen Krankheitsverlauf bei.



## Weißdorn (*Crataegus*)

### Inhaltsstoffe

Weißdornblätter mit Blüten enthalten 1–4 % oligomere Procyanidine und bis zu 2,5 % Flavonoide, wobei Rutosid und Hyperosid die Hauptkomponenten sind. Weitere Inhaltsstoffe sind Hydroxyzimtsäure-Derivate (Caffeoylchinasäuren), neutrale Polysaccharide und Triterpene. Weißdornfrüchte enthalten 0,4–2,9 % oligomere Procyanidine und 0,05–0,15 % Flavonoide. Weiters enthalten sind kleine Anteile an Glykosylflavonen sowie Spuren von Anthocyanen und Kaffeesäure-Derivaten.

### Neben- und Wechselwirkungen

Es kommt sehr selten zu Magen-Darm-Beschwerden und Schwächegefühl. Wechselwirkungen sind nicht bekannt. In der Schwangerschaft und Stillzeit wird von der Verwendung aufgrund von fehlenden Untersuchungen zur Unbedenklichkeit abgeraten.

### Verarbeitung

Weißdornblätter werden geschnitten und mitsamt Blüten zu Tee verarbeitet. Außerdem wird die Droge in pulverisierter Form in Tabletten sowie als Trockenextrakt in Kapseln, Tabletten, Dragees und gelöst in Tropfenform verwendet, weiters als Fluidextrakt in Tropfen und als Frischpflanzenpresssaft.

## Verlauf

Mittlerweile nimmt die Patientin die Crataegutt®-Tabletten seit drei Jahren ohne Unterbrechung und mit großem Vertrauen auf die Wirkung ein. Als es durch die Corona-Lockdowns zu einem kurzzeitigen Versorgungsengpass gekommen war und vorübergehend ein Weißdornpräparat aus italienischer Produktion ohne klare Deklaration der Inhaltsstoffe eingenommen werden musste, hatte sie das subjektive Empfinden, dass dieses Ersatzpräparat nicht wirksam sei, was in der Folge ihre positive Einstellung und das Vertrauen zu dem Crataegutt®-Präparat noch steigerte.

Derzeit wird den Weißdornextrakten vom HMPC (Ausschuss für pflanzliche Arzneimittel bei der Europäischen Arzneimittelagentur) lediglich eine traditionelle Verwendung bei „temporären nervösen Herzbeschwerden“ (nach Ausschluss schwerwiegender Zustände durch einen Arzt) und zur „Linderung leichter Symptome von mentalem Stress und zur Unterstützung des Schlafes“ zugestanden. Es ist zu bedauern, dass sich das HMPC nicht zu einer Einstufung von Weißdornextrakten nach „well-established use“ bei Herzinsuffizienz NYHA II durchringen konnte.



Alpinamed®

# Herz-Kreislauf natürlich im Griff

VEGAN

Mit Coenzym Q10 +  
Vitamin B1 & B2



NEU

## Kakao und schwarzer Knoblauch

Alpinamed® Cardiovasc Cacao bietet hochwertige Unterstützung

- ✓ für elastische Blutgefäße und eine gute Durchblutung
- ✓ für einen gesunden Cholesterinspiegel
- ✓ für ein leistungsstarkes Herz
- ✓ zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress

Inhaltsstoffe (max. Tagesdosis): 200 mg Kakaoflavanolen, 471 mg Schwarzknoblauchextrakt, 99 mg Coenzym Q10, 1,65 mg Vitamin B1 und 2,1 mg Vitamin B2; Nahrungsergänzungsmittel

Erhältlich in der Apotheke

Gebro Pharma GmbH, 6391 Fieberbrunn, Österreich

www.alpinamed.at  





# Rosmarin

(*Salvia rosmarinus*, syn. *Rosmarinus officinalis*)

Der Lippenblütler ist als Multitalent sowohl äußerlich als auch innerlich einsetzbar. Gut dokumentiert für Rosmarin und Rosmarinöl (*Rosmarini aetheroleum*) sind innere Anwendungen zur Kreislaufanregung sowie äußerliche – zur Anregung der Durchblutung, bei rheumatischen Beschwerden und Muskel- und Gelenkschmerzen. Dazu werden Zubereitungen entweder als Badezusatz oder in Arzneiformen zur Anwendung auf der Haut empfohlen. Rosmarin ist besonders in der mediterranen Küche eine sehr beliebte Zutat. Der bitter-aromatische Geschmack ist unverkennbar. Die enthaltenen Diterpenphenole, Zimtsäurederivate (z. B. Rosmarinsäure) und das ätherische Öl (bis zu 2,5 %) regen die Verdauung an, weshalb die Arzneidroge *Rosmarini folium* auch zur Behandlung von dyspeptischen

und leichten krampfartigen Beschwerden eingesetzt wird. Der Name *Rosmarinus officinalis* stammt von Linné (1753). Zwar bezeichnete der Botaniker Spenner den Rosmarin schon 1835 als Salbei-Art – „*Salvia Rosmarinus*“, aber erst 2017 schlugen dann Drew et al. aufgrund von phylogenetischen Studien, taxonomischen, morphologischen und praktischen Überlegungen eine breite Fassung der Gattung *Salvia* (mit Einschluss von *Rosmarinus*) vor. Konsequenz für die Praxis: Der botanisch gültige Name der Stammpflanze ist *Salvia rosmarinus* Spenn, mit dem Synonym *Rosmarinus officinalis* L. (das z. B. auch im Europäischen Arzneibuch und in der HMPC-Monographie noch verwendet wird). Die Bezeichnungen Rosmarinblätter/*Rosmarini folium* und Rosmarinöl/*Rosmarini aetheroleum* sind davon nicht betroffen.





## Inhaltsstoffe

Rosmarinblätter enthalten ätherisches Öl mit seinem aromatischen Geruch nach 1,8-Cineol und Kampfer; außerdem sind bittere Diterpenphenole und Lamiaceen-Gerbstoffe (vorwiegend Rosmarinsäure) enthalten.



## Rosmarinöl

Die Zusammensetzung von Rosmarinöl kann sehr variieren und hängt mit der geografischen Herkunft zusammen: Gemäß dem Europäischen Arzneibuch kann für Arzneimittel spanisches Rosmarinöl mit etwa gleich hohen Anteilen an 1,8-Cineol, Kampfer und Alpha-Pinen sowie Öl aus Marokko und Tunesien mit einem sehr hohen Gehalt an 1,8-Cineol (bis zu 55 % des ätherischen Öls) verwendet werden. In der Kosmetik und Aromatherapie werden noch weitere Typen wie etwa Öl aus Frankreich und Korsika differenziert.



## Neben- und Wechselwirkungen

Aufgrund der anregenden Wirkung beziehungsweise des Gehaltes an ätherischem Öl sollte Rosmarin bei Indikationen wie Asthma,



## Botanik



Rosmarin ist ein Strauch, der bis zu zwei Meter hoch werden kann. Seine nadelförmigen Blätter sind ein Lehrbeispiel für die Anpassung von Pflanzen an trockene und heiße Bedingungen: Die der Sonne exponierte Blattoberfläche ist extrem reduziert, indem die Blätter in Längsrichtung nach unten eingerollt sind; die Verdunstung von Wasser über die Blattoberseite wird eingeschränkt, indem keine Stomata ausgebildet werden und eine dicke Cuticula über den Epidermiszellen entwickelt ist. Die für den Gasaustausch erforderlichen Stomata finden sich nur an der Blattunterseite, geschützt durch einen dicken Haarfilz. Auch die Drüsenhaare, in denen das ätherische Öl gespeichert wird, sind in diesem Geflecht aus Deckhaaren versteckt.



## Geschichte

Wie viele andere Pflanzen mit einem hohen Gehalt an ätherischem Öl stammt der Rosmarin aus dem Mittelmeergebiet. Allerdings dürfte er als Kulturpflanze bereits sehr lange in unseren Breiten gezogen worden sein, da er schon in Schriften Karls des Großen zu finden ist.



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

Das Frühjahr kennt zwei weißblühende Heckengewächse, die den Menschen im Laufe der Geschichte schon lange begleiten: Den Schlehdorn (*Prunus spinosa* L., Rosaceae) und den Weißdorn (*Crataegus* sp. L., Rosaceae). Beide Rosengewächse tragen im Frühjahr ein weißes Blütenkleid und haben Dornen, was schnell einmal zu Verwechslungen führen kann. Tatsächlich gibt es jedoch ein einfaches Merkmal, mit dem die beiden unterschieden werden können: Der

Schlehdorn trägt die Blüten noch vor dem Blattaustrieb, wohingegen der Weißdorn erst nach dem Blattaustrieb blüht. Schlehdornblüten finden sich somit nur auf einem nackten Dornenzweig, Weißdornblüten nur gemeinsam mit Blättern. Der Schlehdorn blüht auch schon zeitiger im Jahr. Nach dem phänologischen Kalender blüht dieser schon im „Erstfrühling“, der Weißdorn hingegen erst im Frühsommer. Genutzt werden jedoch beide als Arzneimittelquelle.



*Prunus spinosa* L., Rosaceae

**Pflanzennamen:** Schlehdorn, Schwarzdorn  
**Stammpflanze:** *Prunus spinosa* L. (Rosaceae)  
**Droge:** Pruni spinosae flos, Flos Acaciae, Pruni spinosae fructus  
**Blütenfarbe:** weiß



*Crataegus* sp. L., Rosaceae

**Pflanzennamen:** Weißdorn, Hagedorn, Mehlbeere  
**Stammpflanzen:** *Crataegus monogyna* Jacq. (Lindm.), *C. laevigata* (Poir.) DC. oder ihren Hybriden, *C. pentagyna* Waldst. et Kit. ex Willd. oder *C. azarolus* L.  
**Droge:** Crataegi folium cum flore, Crataegi fructus  
**Blütenfarbe:** weiß

**Inhaltsstoffe:**

**Blüten:** Flavonoide, besonders Quercetin- und Kämpferol-Derivate  
**Früchte:** reichlich Gerbstoffe

**Nutzung:**

Arzneipflanze, Wildpflanze, Heckenpflanze

**Indikationen:**

Blüten bei leichten Entzündungen der Mund- und Rachenschleimhaut; volksheilkundlich als mildes Laxans und als Diaphoretikum; die Früchte bzw. Fruchtsaft volksheilkundlich bei gastrointestinalen Beschwerden und Nasenbluten

**Inhaltsstoffe:**

Flavone und Flavonole in Blättern und Blüten, darunter auch Vitexin; Flavane; Oligomere Procyanidine (OPC), Triterpen-Carbonsäuren, Sterole und Aminopurine

**Nutzung:**

Arzneipflanze, Wildpflanze, Heckenpflanze

**Indikationen:**

Nachlassende Leistungsfähigkeit des Herzens, bei NYHA I-II; volksheilkundlich bei funktionellen Herzbeschwerden, koronarer Herzkrankheit und Herzrhythmusstörungen

Quellen:  
 Länger & Kubelka, Phytokodex (2002)  
 Bäumlner, Heilpflanzenpraxis heute (2007)  
[www.phenowatch.at/wissensdatenbank/to-phaenologische-jahreszeiten](http://www.phenowatch.at/wissensdatenbank/to-phaenologische-jahreszeiten)



## ArmoLIPID® PLUS

Cholesterin und Triglyceride können durch einen gesunden Lebensstil und eine ausgewogene Ernährung positiv beeinflusst werden. Einen zusätzlichen Beitrag leisten ausgewählte pflanzliche Stoffe.

Ein erhöhtes Gesamtcholesterin und vor allem ein erhöhter LDL-Cholesterinspiegel im Blut sind bedeutsame Risikofaktoren in der Pathogenese von Atherosklerose.<sup>1</sup> Das kardiovaskuläre Risiko korreliert mit der Höhe des LDL-Cholesterins. Die Begrifflichkeit der „Cholesterol Life Years“ ist als Risikoindikator vergleichbar mit den etablierten „Pack Years“ beim Rauchen.<sup>2</sup>

Eine Verminderung der Aufnahme von Transfettsäuren und gesättigten Fetten sowie eine reichliche Aufnahme von Ballaststoffen sind gemeinsam mit der Reduktion des Nahrungscholesterins und regelmäßiger körperlicher Bewegung Maßnahmen zur Kontrolle der Cholesterinwerte über den Lebensstil. Auch der Konsum von rotem Hefereis-haltigen Lebensmittel wird positiv bewertet. Bestehendes Übergewicht sollte reduziert werden.<sup>2</sup>

### Pflanzliche Stoffe für normale Cholesterinwerte

Berberin, roter Hefereis (*Monascus purpureus*) und Policosanole sind Möglichkeiten, um die Cholesterinwerte im Gleichgewicht zu halten. Der bioaktive Effekt von rotem Hefereis ist auf den Gehalt von natürlichen Statinen zurückzuführen. Bei der Fermentation entsteht auf natürliche Weise Monacolin K: Monacoline sind strukturell dem HMG-CoA ähnlich und haben eine hohe Affinität zum Enzym HMG-CoA-Reduktase. Bei der Umsetzung durch die HMG-CoA-Reduktase zur Cholesterinvorstufe Mevalonat konkurrieren sie mit HMG-CoA, wodurch die körpereigene Cholesterinsynthese gehemmt wird. Die daraus folgende Hochregulation von LDL-Rezeptoren führt zu einer Senkung des Plasmacholesterins.<sup>3</sup>

Das aus der Rinde von *Berberis aristata* gewonnene Berberin steigert die LDL-Rezeptor-Expression in Leberzellen auf mRNA-Ebene. In der Folge kommt es zu einer verbesserten Aufnahme von Cholesterin aus dem Plasma in die Leberzelle. Für das vorwiegend aus Zuckerrohr hergestellte Policosanol wird vermutet, dass die Enzymaktivität der HMG-CoA-Reduktase beeinflusst wird.<sup>3</sup>

Die Kombination der genannten Stoffe unterscheidet sich in Studienresultaten deutlich von der Wirkung einzelner Komponenten. Sie ist im Nahrungsergänzungsmittel ArmoLIPID® PLUS enthalten.

#### Literatur:

<sup>1</sup> <https://www.gesundheit.gv.at/labor/laborwerte/organe-stoffwechsel/fettstoffwechsel-02-chohl-hk>

<sup>2</sup> Weingärtner O, Landmesser U, März W et al., Kommentar zu den Leitlinien (2019) der ESC/EAS zur Diagnostik und Therapie der Dyslipidämien. *Kardiologie* 2020; 14:256–266

<sup>3</sup> Dieplinger B, Ebenbichler C, Föger B et al., Nichtmedikamentöse Methoden der LDL-Senkung. Österreichische Atherosklerose Gesellschaft 2014

### ArmoLIPID® PLUS



ArmoLIPID® PLUS ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit Berberis-aristata-Trockenextrakt, rotem Hefereis, Policosanol, Folsäure, Coenzym Q10 und Astaxanthin. Die patentierte Kombination aus natürlichen Inhaltsstoffen wurde in erster Linie für Personen konzipiert, bei denen eine Ernährungsanpassung (Diät) und eine Umstellung des Lebensstils zu empfehlen ist.

Berberin, roter Hefereis und Policosanol ergänzen und verstärken sich in ihren Wirkweisen gegenseitig, daher sind nur geringe Mengen der einzelnen Inhaltsstoffe für ein gutes Ergebnis nötig. Aus diesem Grund wird das Produkt im Allgemeinen sehr gut vertragen.

ArmoLIPID® PLUS unterstützt dabei, das Cholesterin normal zu halten. Es enthält pflanzliche Inhaltsstoffe. Effektivität und Verträglichkeit wurden in 15 klinischen Studien belegt.\*

\* Barrios V et al., *Atheroscler Suppl.* 2017 Feb; 24:1–15

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

19.-22. 10. 2023,  
Bozen  
[www.phytoherbst.at](http://www.phytoherbst.at)

**JETZT  
ANMELDEN!**

# Warum nach Bozen zu den **37. Südtiroler Herbstgesprächen?**

- » **Phytopharmaka und Phytotherapie**  
aus der Wissenschaft für die Praxis
- » **Vorträge, Workshop und Gespräche**  
von und mit kompetenten Expert:innen
- » **Pharmakobotanik zum Begreifen**  
Kommunikation in goldener Herbstlandschaft
- » **Medizin trifft Pharmazie**  
zu persönlicher Begegnung in entspannter Atmosphäre

Wissenschaftliche Leitung:  
ao. Univ.-Prof. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter, Abt. f. Pharmakognosie, Universität Wien

Das wissenschaftliche Programm wird unterstützt von:





# Pflanzliche Option für den Blutdruck

## Olivenblatt-Extrakt EFLA® 943 plus Kalium für einen normalen Blutdruck

Bei jedem vierten Österreicher ist ein erhöhter Blutdruck nachweisbar. Die Häufigkeit nimmt mit dem Alter zu – ab 60 Jahren sind bis zu zwei Drittel betroffen. Mit dem Druck in den Gefäßen steigt auch das Risiko für eine Schädigung der Gefäßinnenwand. Gerade wenn auch hohe Cholesterin-, Triglycerid- und Blutzuckerwerte vorliegen, wächst die Gefahr, einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden.

### Pflanzliche Option für den Blutdruck

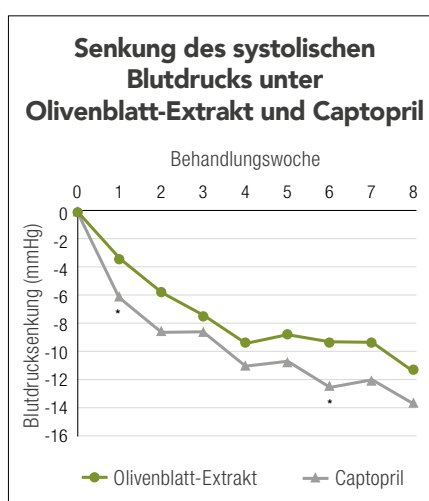
Schon ab hochnormalen Werten (<140/90 mmHg) ist es empfohlen gegenzusteuern. Gerade im ersten Schritt eignen sich hier pflanzliche Wirkstoffe. Diese können auch ergänzend zu einer bestehenden Blutdruck-Medikation sinnvoll sein. So hat der Einsatz von Blättern des Olivenbaums eine lange medizinische Tradition. Seit der Antike werden sie für ihre positiven Wirkungen auf das Herz-Kreislauf-System geschätzt.

### Studien überzeugen

Die im Olivenblatt enthaltenen Polyphenole sind heute wissenschaftlich gut untersucht. In klinischen Studien zeigte der Olivenblatt-Extrakt EFLA® 943:

- Eine signifikante Senkung leicht erhöhter Blutdruckwerte bereits nach 8 Wochen.<sup>1,2</sup>
- Eine senkende Wirkung sowohl auf den systolischen als auch den diastolischen Blutdruck – vergleichbar mit einem niedrig dosierten ACE-Hemmer (Captopril).<sup>2</sup>

Darüber hinaus konnten Olivenblatt-Extrakte in Studien mehrere Stoffwechselparameter (Metabolisches Syndrom) verbessern.



So konnte eine signifikante Senkung des Gesamtcholesterins, des LDL-Cholesterins und der Triglyceride<sup>2</sup> sowie eine erhöhte Insulin-Sensitivität zur Regulierung des Blutzuckerspiegels<sup>3</sup> beobachtet werden.

### Ideale Unterstützung

Dr. Böhm® Blutdruckformel ist somit die ideale Ergänzung zu Lebensstilmaßnahmen bei Personen mit metabolischem Syndrom.

**Wichtig:** Da sich der Effekt langsam aufbaut, ist eine regelmäßige Einnahme essenziell. Bereits nach zwei Monaten kann die Dosis bei Bedarf von zwei auf nur eine Tablette täglich reduziert werden.

<sup>1</sup> Perrinjaquet-Moccetti T, Busjahn A, Schmidlin C, Schmidt A, Bradl B & Aydogan C. Food supplementation with an olive (*Olea europaea* L.) leaf extract reduces blood pressure in borderline hypertensive monozygotic twins [in ENG]. *Phytotherapy research PTR* 2008; 22: 1239–42. <sup>2</sup> Susalit E, Agus N, Effendi I et al. Olive (*Olea europaea*) leaf extract effective in patients with stage-1 hypertension: comparison with Captopril [in ENG]. *Phytomedicine international journal of phytotherapy and phytopharmacology* 2011; 18: 251–8.; <sup>3</sup> Bock M de, Derraik JGB, Brennan CM et al. Olive (*Olea europaea* L.) leaf polyphenols improve insulin sensitivity in middle-aged overweight men: a randomized, placebo-controlled, crossover trial [in eng]. *PLoS one* 2013; 8: e57622.

## FAKTEN

### Dr. Böhm® Blutdruckformel

#### Inhaltsstoffe

1 Filmtablette enthält 500 mg Olivenblatt-Extrakt (EFLA® 943) und 150 mg Kalium

#### Indikation

Die natürliche Option für einen normalen Blutdruck.

#### Einsatzbereich

- Hochnormaler Blutdruck (<140/90 mmHg)<sup>1</sup>
- Ergänzend zu Lebensstilmaßnahmen
- Nicht bei niedrigem Blutdruck einnehmen

#### Dosierung

In den ersten zwei Monaten 2 x täglich (morgens und abends) je eine Tablette unzerkaut mit etwas Flüssigkeit, am besten zu oder nach einer Mahlzeit, einnehmen. Zur langfristigen Anwendung können je nach Bedarf 1-2 Tabletten täglich eingenommen werden.

#### Packungsgröße

60 Filmtabletten (PZN 5607965)  
AVP+: € 29,90\* (inkl. MwSt)  
\*unverbindliche Preisempfehlung

#### Facts

- Olivenblatt-Extrakt und Kalium für synergistischen Effekt
- Standardisiert auf Oliven-Polyphenole > 150 mg pro Tablette
- Oleuropein > 80 mg pro Tablette
- 2 Tabletten entsprechen dem Polyphenol-Gehalt von einem Liter Olivenöl



# Hirtentäschel

(*Capsella bursa-pastoris*, Brassicaceae)

Das Hirtentäschel ist eine unverwüsthche Pflanze: Sie blüht meist das ganze Jahr über, Selbstbestäubung führt dazu, dass laufend Früchte gebildet werden.



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

Welcher Pflanze sieht man an, warum sie so heißt, wie sie heißt? Richtig: Hirtentäschel! Der Name bezieht sich auf die Form der Frucht, und die Früchte sind erfreulicherweise die gesamte Vegetationsperiode lang an der Pflanze zu sehen. Wie bei allen Vertretern der Kreuzblütler entsteht die Kapsel Frucht aus zwei Fruchtblättern. Ist die Frucht langgestreckt, spricht man von einer „Schote“, ist sie hingegen weniger als dreimal so lang wie breit, bezeichnet man sie als „Schötchen“. Im täglichen Sprachgebrauch wird der Begriff „Schote“ gerne auch für andere, auf den ersten Blick ähnliche Früchte verwendet. Streng genommen entsteht eine Schote aber immer aus zwei Fruchtblättern, die „Erbsenschote“ hingegen ist im botanischen Sinn eine Hülse, die aus nur einem Fruchtblatt entsteht („Hülsenfrüchtler“ – Fabaceae). Beim Hirtentäschel ist das Schötchen herzförmig und seitlich zusammengedrückt, die Trennwand zwischen den Fächern der Kapsel ist daher

ganz schmal. Diese spezielle Fruchtform erinnert an Taschen früherer Hirten. Und somit lässt sich auch der lateinische Name gut erklären: capsula = Kapsel, bursa = Tasche, pastor = Hirte. Das Hirtentäschel ist eine unverwüsthche Pflanze: Sie blüht meist das ganze Jahr über, Selbstbestäubung führt dazu, dass laufend Früchte gebildet werden. Diese Strategie ermöglicht es dem Hirtentäschel, erfolgreich neue Lebensräume wie etwa Ruderalflächen (die Pflanze liebt Stickstoff!) oder frische Brachflächen zu besiedeln. Für die arzneiliche Verwendung werden gemäß Europäischem Arzneibuch die blühenden und fruchtttragenden oberirdischen Teile gesammelt. Ein spannendes Detail erleichtert die mikroskopische Identifizierung: Hirtentäschelkraut (*Bursae pastoris herba*) weist an der Epidermis einzellige, aber dennoch strahlig verzweigte Deckhaare mit warziger Kutikula auf. Wie viele andere Kreuzblütler enthält auch Hirtentäschel scharf schmecken-



de Glukosinolate, aber in eher geringerer Menge. Für die Qualitätsprüfung werden deshalb die Flavonoide herangezogen.

Die Verwendung in der Volksmedizin war immer mit Stillung von Blutungen verbunden. Aus heutiger Sicht ist aber die Anwendung eines Arzneitees zur Stillung von Blutungen der Haut und vom Nasenbluten nicht mehr zeitgemäß (allein die Zeit, die für das Abkühlen der Teezubereitung erforderlich ist, erlaubt keine Akut-Anwendung). Deshalb wurde für die EU-Monografie\* „nur“ die orale Anwendung bei übermäßiger Regelblutung aufgenommen, vorausgesetzt, dass vom Arzt schwerwiegende Ursachen ausgeschlossen wurden und abgesehen von diesem Problem sonst ein normaler Zyklus vorliegt. Dieses Anwendungsgebiet erinnert noch an jene Zeiten, als Hirtentäschel als Ersatz für Mutterkorn verwendet wurde.

Noch eine gute Nachricht: Bislang sind von Zubereitungen aus Hirtentäschelkraut keine unerwünschten Wirkungen bekannt.

\* Community herbal monograph on *Capsella bursa-pastoris* (L.) Medikus, herba (12 July 2011), EMA/HMPC/262766/2010, Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC)

## Faktencheck

Hirtentäschelkraut enthält Flavonoide, biogene Amine, Aminosäuren und Proteine.

### Wirkung:

Das HMPC hat Hirtentäschelkraut als traditionelles pflanzliches Arzneimittel eingestuft. Basierend auf langjähriger Erfahrung kann Hirtentäschelkraut bei starken Menstruationsblutungen bei Frauen mit normalem Menstruationszyklus eingesetzt werden, wenn ärztlicherseits eine ernsthafte Erkrankung ausgeschlossen wurde.

### Nebenwirkungen:

Keine bekannt

### Zubereitung:

Geschnittenes Hirtentäschelkraut zur Teezubereitung oder Trockenextrakte in Dragees und Tabletten





Die ÖGPHYT bietet zu vielen Indikationen Rezepturen, die von Expertinnen und Experten erstellt worden sind, und die in der Grünen Box bis 100 g kassenfrei sind. Phytotherapie.at zeigt diese immer in der Rubrik „Rezepturen“ mit QR-Code zur Website und mit dem jeweils vorausgefüllten Rezeptformular zum Ausdrucken. Viele Frauen sind im Klimakterium von Hitzewallungen betroffen. Diese Tee-Rezepte können bei Schweißattacken helfen.

# Tees im Klimakterium



## Schweißhemmender Tee I

### Milde Variante

Salbeiblätter	40
Melissenblätter	40
Malvenblätter	16
Pfefferminzblätter	4

M. f. spec. antihidroticae D. S. 1 Esslöffel auf ¼ l kochendes Wasser, 3-5 min ziehen lassen. 2-mal täglich 1 Tasse trinken

Kassenformular zum Download:



## Schweißhemmender Tee II

### Kräftige Variante

Salbeiblätter	40
Frauenmantelkraut	40
Malvenblätter	10
Angelikawurzel	10

M. f. spec. antihidroticae D.S. 1 Esslöffel auf ¼ l kochendes Wasser, 3-5 min ziehen lassen. 2-mal täglich 1 Tasse trinken

Kassenformular zum Download:





## Hallo Wechseljahre. Tschüss Beschwerden.

Das Klimakterium ist ein Abschnitt des hormonellen weiblichen Lebenszyklus und betrifft früher oder später jede Frau. Während der Wechseljahre verändert sich der Hormonhaushalt der Frau. Zwei Drittel aller Frauen leiden in dieser Zeit unter den typischen körperlichen und seelischen Begleiterscheinungen. Diese lassen sich jedoch hormonfrei mit pflanzlichen Arzneimitteln wie Remifemin® individuell je nach Symptomatik und Beschwerdegrad behandeln.

Die Produktfamilie von Remifemin® besteht aus Remifemin® Tabletten und Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten. Die Remifemin® FeuchtCreme (Medizinprodukt) zur Anwendung bei Scheidentrockenheit vervollständigt das Produktportfolio. Ob bei leichteren und bereits abklingenden Beschwerden, wie Hitzewallungen und Nervosität, oder hochdosiert plus Johanniskraut bei stärkeren körperlichen und/oder psychischen Beschwerden – Remifemin® ist die natürlich wirksame und hormonfreie Empfehlung für Ihre Kundinnen mit Wechseljahresbeschwerden. Gerade wenn Wechseljahresbeschwerden zum ersten Mal auftreten, empfiehlt sich die Einnahme von Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten. Denn diese enthalten neben dem isopropanolischen Cimicifuga-racemosa-Spezialextrakt (iCR®) der Traubensilberkerze auch Johanniskraut, das zusätzlich einen positiven Einfluss auf seelische Symptome hat. So helfen Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten, die Beschwerden ohne Hormone in den Griff zu bekommen.

### Wann werden Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten angewendet?

Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten sind ein zugelassenes pflanzliches Arzneimittel mit der Kombination aus den Extrakten von Traubensilberkerzenwurzelstock und Johanniskraut. Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten werden zur hormonfreien Behandlung von stärkeren körperlichen (z. B. Hitzewallungen und übermäßiges Schwitzen) und/oder psychischen Beschwerden (z. B. Verstimmungszuständen, Nervosität und Reizbarkeit) angewendet.

### Was ist das Besondere an Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten?

Mit Remifemin® empfehlen Sie Ihren Kundinnen die hohe pharmazeutische Qualität eines zugelassenen pflanzlichen Arzneimittels. Es wirkt natürlich hormonfrei, ist auch frei von Phytoöstrogenen<sup>1</sup> und übt keine östrogenartigen Effekte an Brust oder Gebärmutter aus<sup>2</sup>. Zudem enthält es die höchste zugelassene Tagesdosis (120 mg Cimicifuga bei 2 x 2 Filmtabletten pro Tag) am österreichischen Markt und ist damit das höchstdosierte Cimicifuga-Präparat. Nur Remifemin® enthält den exklusiven isopropanolischen Cimicifuga-racemosa-



#### Starke Argumente auf einen Blick

- hohe pharmazeutische Qualität eines zugelassenen pflanzlichen Arzneimittels
- hormonfrei und sicher – frei von Phytoöstrogenen<sup>1,2</sup>
- klinisch geprüfte Wirksamkeit und höchste Evidenz<sup>3,4</sup>
- Remifemin® Tabletten und Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten sind auch als Großpackung erhältlich!

Spezialextrakt (iCR®). Kein anderer Cimicifuga-Extrakt bietet eine so gute Datenlage hinsichtlich Wirksamkeit und Sicherheit. In über 30 klinischen Studien und mit mehr als 12.000 Patientinnen ist Remifemin® das weltweit bzgl. Wirksamkeit und Sicherheit am besten erforschte pflanzliche Arzneimittel bei Wechseljahresbeschwerden.<sup>3</sup>

### Wie werden Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten angewendet?

Empfehlen Sie Ihren Kundinnen zu Beginn der Behandlung in den ersten 8 Wochen die Einnahme von 2 x täglich 2 Filmtabletten. Wichtiger Hinweis: Erste therapeutische Effekte zeigen sich nach 2 bis 4 Wochen Behandlung. Ab der 9. Woche kann die Dosierung auf 2 x täglich 1 Filmtablette reduziert werden. Es empfiehlt sich, Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten über mehrere Monate einzunehmen – ohne ärztlichen Rat jedoch nicht länger als 6 Monate.

Weitere Informationen: [www.remifemin.at](http://www.remifemin.at)

1 Kennelly EJ et al., Phytomedicine 2002; 9(5):451-467  
2 Linden-Hirschberg AL, Menopause 2007; 14(1):89-96  
3 Castelo-Branco B, Climacteric 2016; 19(Suppl 1):4885  
4 DGGG, OEGGG, SGGG, Peri- und Postmenopause - Diagnostik und Interventionen. S3-Leitlinie. Version 1.0, Stand: Januar 2020; AWMF-Registernummer: 015-062



# Sodbrennen pflanzlich begleiten

Die gastroösophageale Refluxkrankheit ist eine der häufigsten Erkrankungen des oberen Verdauungstrakts. Neben Umstellungen der Lebensgewohnheiten können auch Phytotherapeutika helfen.


Von Martin Rümmele

Üppige, fettreiche Mahlzeiten oder solche mit viel Zucker, hastiges Essen, übermäßiger Stress oder seelische Belastungen sowie Nikotinkonsum, zu viel Kaffee und Alkohol können Sodbrennen auslösen. Die gastroösophageale Refluxkrankheit (GERD = „gastroesophageal reflux disease“), deren zentrales Symptom vermehrtes Sodbrennen ist, gilt heute als die häufigste Erkrankung des oberen Verdauungstraktes. Sodbrennen sowie Reflux sind mittlerweile zu weit verbreiteten Volkskrankheiten geworden. Andere Leitsymptome, die eine Diagnose erschweren, können das Hochwürgen von Nahrung (Regurgitation), Brustschmerzen, Schluckbeschwerden

oder Gewichtsverlust sein. Aber auch außerhalb des Verdauungstrakts kann sich GERD manifestieren und dann Heiserkeit, Kehlkopfezündung oder Lungenprobleme verursachen.

Bei der gastroösophagealen Refluxkrankheit kommt es zum Rückfluss von Magensäure in die Speiseröhre mit dem Risiko organischer Folgeerkrankungen sowie einer Beeinträchtigung der Lebensqualität. Gelegentliches Sodbrennen kennt beinahe jeder Mensch, doch etwa 20 bis 30 % der Erwachsenen haben regelmäßig mit den Beschwerden zu kämpfen. Das ist nicht nur unangenehm, es beeinflusst auch die Lebensqualität nachhaltig. Einige der ursächlichen Fak-

toren, die zu dem schmerzhaften Brennen führen, können allerdings vermieden werden, wenn man sich ihrer bewusst ist.

Wichtig ist in jedem Fall eine rasche Behandlung von Symptomen mit einem möglichst geringen Nebenwirkungspotential, nicht zuletzt, damit es nicht zu Komplikationen wie Strikturen, Ulzera, Blutungen oder dysplastischer Barrett-Schleimhaut kommt. Gerade hier können Phytopharmaka gute Unterstützung leisten. Mögliche Pflanzen sind Käsepappel/Malve (*Malva sylvestris* L.), Süßholzwurzel (*Glycyrrhiza glabra* L.) oder Bockshornsamens (*Trigonellae foenugraeci semen*). 



## Malve

*Malva sylvestris* L., *Malva neglecta* Wallr.

**Inhaltsstoffe:** Verwendet werden die Blätter oder Blüten der Wilden Malve oder der Weg-Malve. Malvenblätter enthalten Schleimstoffe und Flavonoide; Blüten enthalten Schleimstoffe und Anthocyane.

**Wirkung:** Basierend auf langjähriger Erfahrung können Blätter/Blüten als reizlinderndes Mittel bei Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und bei einem da-

mit verbundenen trockenen Reizhusten sowie zur Linderung leichter gastrointestinaler (auch gastritischer) Beschwerden eingesetzt werden.

**Neben-/Wechselwirkungen:** keine bekannt



## Süßholzwurzel

*Glycyrrhiza glabra* L.

**Inhaltsstoffe:** Süßholzwurzel enthält Triterpensaponine (hauptsächlich Glycyrrhizin = K- und Ca-Salze der Glycyrrhizinsäure), Flavonoide, Isoflavone und Polysaccharide.

**Wirkung:** Laut HMPC kann die Süßholzwurzel (*Liquiritiae radix*) zur Linderung von dyspeptischen Beschwerden und bei Sodbrennen sowie als schleimlösendes Mittel bei erkältungsbedingtem Husten eingesetzt werden.

**Neben-/Wechselwirkungen:** Bei längerer Anwendung und höherer Dosierung (TD über 500 mg Glycyrrhizin) können mineralokortikoide Effekte im Sinne eines Kali-

umverlustes und einer Natrium- und Wasserretention auftreten. Deswegen ist bei gleichzeitiger Einnahme von solchen Medikamenten in jedem Fall ärztlicher Rat einzuholen.



## Bockshornklee

*Trigonella foenum-graecum* L.

**Inhaltsstoffe:** Verwendet werden die reifen Samen des Bockshornklee (*Foenugraeci semen*). Sie enthalten Schleimstoffe, Steroidsaponine, Bitterstoffe und das geruchsbestimmende, flüchtige Sotolon.

**Wirkung:** Basierend auf langjähriger Erfahrung können Bockshornsamensamen laut HMPC innerlich bei zeitweilig auftretender Appetitlosigkeit eingesetzt werden.

**Neben-/Wechselwirkungen:** Bei innerlicher Anwendung sind leichte Beschwerden im Magen-Darm-Bereich mög-

lich, bei wiederholter äußerlicher Anwendung können unerwünschte Hautreaktionen auftreten. Da Bockshornsamensamen blutzuckersenkende Eigenschaften besitzen, sollten Diabetiker:innen bei der regelmäßigen Einnahme den Blutzucker öfters kontrollieren.





Jetzt in der  
Apotheke!

# Geschichten vom SODDBRENNEN

## REFLU

Rasche Hilfe bei Sodbrennen  
und Reflux-Beschwerden.

Mit 4-fach Power!

- Bio-Barriere
- Schutz
- Neutralisation
- Regeneration



Praktisch für unterwegs!

Mehr unter [www.gastrobalance.at](http://www.gastrobalance.at)

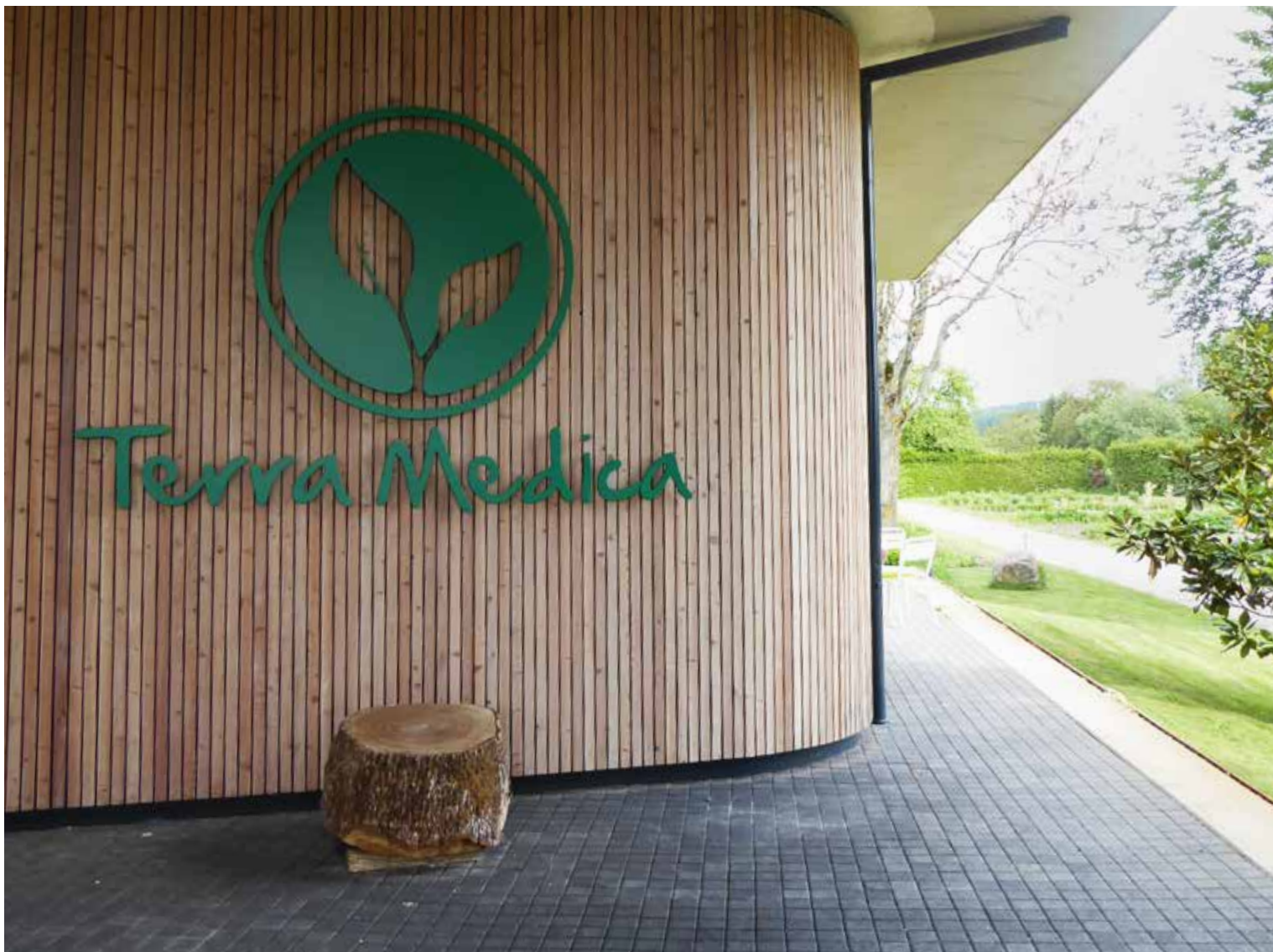
**Kwizda**  
Pharma



# Der Herstellungsprozess von pflanzlichen Arzneimitteln

Zwischen der Verwendung einer Pflanze am Wegrand und der Produktion von pflanzlichen Arzneimitteln mit standardisierten Verfahren klaffen Welten. Das zeigt auch eine Exkursion zur Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG am Standort Karlsruhe.

Von Mag. Fabian Malfent und Mag. Ilona Leitner



Was passiert bei der Produktion von pflanzlichen Arzneimitteln genau? Wir begaben uns auf eine Spurensuche bei der Firma Schwabe in Karlsruhe-Durlach und ihrem Arzneipflanzengarten der Terra Medica® in Staffort, um einen Einblick in das Unternehmen und in die Produktion von Phytopharmaka zu erhalten. Seit 1945 werden an diesem Standort der Firma Schwabe, die bereits 1866 von dem Apotheker Willmar Schwabe in Leipzig gegründet wurde, hochwertige pflanzliche Arzneimittel mittels standardisierter Verfahren mit dem Ziel einer gleichbleibenden Qualität hergestellt. Am Beginn der Besichtigung der Technikhallen unter der Leitung von Dr. Weber wurde uns das zu verarbeitende Drogenmaterial gezeigt,

also Pflanzen beziehungsweise Pflanzenteile, das in gepresster und getrockneter Form gut verpackt vorliegt. Zu diesem Zeitpunkt wurden gerade Ginkgoblätter zur Herstellung des Ginkgo-Spezialextraktes EGb 761® verarbeitet. Von der ersten Halle, in der die Anlieferung des Drogenmaterials stattfindet, werden die gemahlene Ginkgoblätter über pneumatische Systeme weitergeleitet. Zur Extraktion werden die Ginkgoblätter initial mit 60 % Azeton versetzt, um den Primärextrakt zu erhalten. Dieser wird im Vakuum eingeeengt und vor der ersten Flüssig-Flüssig-Extraktion mit Wasser verdünnt und filtriert. Um eine Phasentrennung des Butanon-Azeton-Wasser-Gemisches zu erleichtern, wird Ammoniumsulfat zugesetzt und erneut filtriert. Die Ober-

phase wird im Vakuum eingeeengt und mit einem Ethanol-Wasser-Gemisch auf einen bestimmten Feststoffgehalt verdünnt. Die noch in der Lösung vorhandenen Gerbstoffe werden dann mit Blei(II)-hydroxidacetat-Lösung ausgefällt, und das Filtrat wird zuerst einer Flüssig-Flüssig-Extraktion mit Heptan und anschließend einer Flüssig-Flüssig-Extraktion mit einer Butanon-Ethanol-Mischung unterzogen.

Die Unterphase, also das wertvolle, gereinigte, wässrige Konzentrat, wird bei 120 °C im Vakuum mittels Bandtrocknung getrocknet. Die dabei entstehende Verdunstungskälte verhindert eine zu starke thermische Belastung der extrahierten Naturstoffe. Am Ende dieses aufwändigen Prozesses liegt der fertige Ginkgoblätter-Trockenextrakt ►





## Warum Extrakte?

Tabletten, Kapseln und Flüssigextrakte machen den Einsatz bei der Anwendung nicht nur verbraucherfreundlich, sie sichern auch einen hohen, genau bestimmten Wirkstoffgehalt. Die Behandlung mit „sanften“ Pflanzenwirkstoffen zeigt beachtenswerte Erfolge.

Um weltweit am Markt zu bestehen, muss den modernen wissenschaftlichen Standards entsprochen werden. Die Wirkung phytotherapeutisch verwendeter Arzneimittel ist durch aktuelle Studien belegt. Zur phytotherapeutischen Therapie und Vorsorge werden schon lange nicht mehr ausschließlich Pflanzen aus dem traditionellen Heilschatz verwendet. Vielmehr wird weltweit nach Wirkstoffen geforscht, um Therapien zu optimieren und neue Behandlungsmöglichkeiten zu finden. Als Beispiel sind Antibiotika zu nennen, bei denen aufgrund vermehrt auftretender Resistenzen die Notwendigkeit ihres Einsatzes hinterfragt und nach Alternativen gesucht wird.

### Vielfalt pflanzlicher Wirkstoffe

Hochwertige Extrakte enthalten eine breit gefächerte Palette an pflanzlichen Wirkstoffen. Sie werden unter anderem aus Ginkgoblättern, Lavendelblüten, Kapland-Pelargonien-Wurzeln, Passionsblumenkraut, Weißdornfrüchten und Rosenwurzstücken im zertifizierten Verfahren weltweit nutzbar gemacht. Ihr Einsatz ist damit nicht nur auf ihre Vegetationsperiode beschränkt (sondern bei Bedarf).

### Nachfrage nach pflanzlichen Wirkstoffen

Das Interesse an gut verträglichen Arzneien steigt. Grund dafür ist die Kenntnis von Wechselwirkungen mit der bestehenden Medikation mit chemischen Substanzen vieler Patient:innen. Großer Wert wird auf die Umweltfreundlichkeit bei der Herstellung und Weiterverwendung der anfallenden Restprodukte (als Biodünger) gelegt.

### Gehalt pflanzlicher Wirkstoffe

Um unerwünschte Wirkungen durch Verunreinigungen, etwa mit fremden Pflanzen oder Pflanzenbestandteilen, zu vermeiden, wird der biologische Anbau in den verschiedenen Ländern streng überwacht. Vor und während der Verarbeitung sichern Inprozesskontrollen den Gehalt an wirksamkeitsbestimmenden Inhaltsstoffen. In langjährig optimierten Herstellungsbedingungen (bzgl. Lösungsmittel, Temperatur, Extraktionszeit u. a.) werden enzymatische Abbauprozesse, die den Wirkstoffgehalt vermindern, ausgeschlossen.

### Erfahrung mit der Herstellung pflanzlicher Wirkstoffe

Die Expertise der Wirkungsweise, die Herstellungsverfahren und die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse aus der Forschung sind Voraussetzung für einen erfolgreichen Einsatz von Phytotherapeutika.

EGb 761® mit einem DEV (Droge-Extrakt-Verhältnis) von 35–67 : 1 vor, der gemeinsam mit Hilfsstoffen zur weiteren Verarbeitung in die finale Filmtablettenform verwendet wird. Die zahlreichen Schritte der Aufbereitung bis zur Herstellung des fertigen Präparates bestimmen die Wertschätzung der Apotheker:innen gegenüber der schlussendlich täglich über die Tara verkauften Arzneimittelpäckchen.

Der Einblick in die Produktion erfolgreicher Phytotherapeutika hinterlässt jedenfalls einen bleibenden Eindruck. Da aber auch die Herkunft des verarbeiteten Pflanzenmaterials sowohl bei den Herstellern als auch bei den Kund:innen beziehungsweise Patient:innen aus Qualitäts- und Nachhaltigkeitsgründen eine immer wichtigere Rolle einnimmt, wurde uns auch der Arzneipflanzengarten der Firma Schwabe und der DHU (Deutsche Homöopathische Union), die Terra Medica®, vorgestellt – ein knapp 16 Hektar großes Areal in Staffort bei Karlsruhe, das seit 1976 unter dem Motto „Erlebe, wie Medizin wächst“ betrieben wird.

Bis zu 600 verschiedene Arzneipflanzen werden unter ökologisch zertifizierten Bedingungen angebaut, was die Terra Medica® zum wichtigsten Lieferanten pflanzlicher Ausgangsstoffe vor allem für die homöopathischen Präparate der DHU macht. 70 % des gesamten benötigten und von den Mitarbeiter:innen aufwändig per Hand geernteten Pflanzenmaterials werden dort angebaut. Aber nicht nur Pflanzen mit unterschiedlichsten Ansprüchen wird dort ein Zuhause gesichert, auch ein positiver Beitrag zur steigenden Biodiversität der Fauna in der Region sollte in diesem Zusammenhang nicht unerwähnt bleiben. Durch extensiven Anbau und gezielte Ansiedlung von Nützlingen wie Insekten, Eidechsen, Igel, Fledermäusen sowie Sing- und Greifvögeln wird einerseits der Schädlingsbefall gering gehalten, andererseits bietet Terra Medica® durch ihre besonderen ökologischen Nischen eine Insel der Artenvielfalt.

## LEHRGANG „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“

Die Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie und die Österreichische Apothekerkammer laden zum neuen Lehrgang „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“ ein. Das Curriculum „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“ soll das vorhandene akademische Wissen auf die Praxis bezogen vertiefen und dienen der Verbesserung der Beratungsqualität und Qualitätssicherung. Der Schwerpunkt liegt dabei auf Wissensvermittlung zur richtigen Anwendung und Entscheidungsfindung für die Beratung



in der Apotheke und im Krankenhaus. Zusätzlich dient dieser postgraduale Lehrgang dazu, das phytotherapeutische Wissen der Absolvent:innen auf den neuesten Stand der Wissenschaft zu bringen. Der Lehrgang setzt sich aus drei Modulen (jeweils ein Wochenendkurs), einer ÖGPHYT-Exkursion sowie einer Abschlussprüfung zusammen. Modul 1 startet im Herbst, die Module 2 und 3 folgen im ersten Halbjahr 2024.

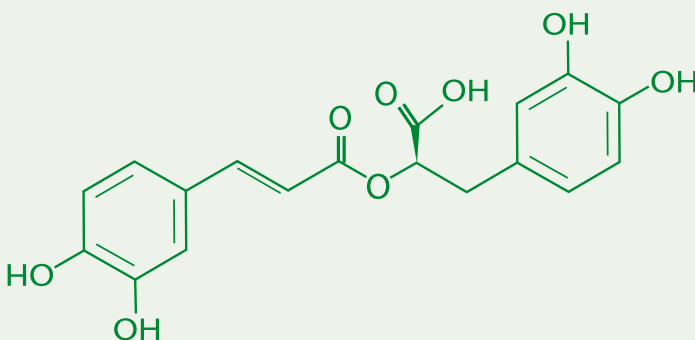
**Alle Informationen sind auf [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at) zu finden.**

### Wissenstest für „Phyto-Chemiker“

Wie wir uns die Struktur von Phyto-Wirkstoffen vorstellen ...



Die Formel zeigt die Struktur einer Substanz, die unter anderem auch wegen ihrer antiviralen Eigenschaften geschätzt wird. Kaffeesäure (= Dihydroxizimtsäure, linker Teil der Formel) ist hier mit einer zweiten Phenolcarbonsäure (rechts) esterartig verknüpft. **Wie heißt die nach einem Lippenblütler benannte Substanz?** Tipp: Man kennt sie als wichtigen Bestandteil des Gerbstoffes vieler Lamiaceen (Labiaten)! Zusatzfrage: Wie kann man die zweite, sehr ähnliche Phenolcarbonsäure (rechter Teil der Formel) einfach bezeichnen?



**Antwort:** Rosmarinsäure, erstmals isoliert 1958 aus Blättern des Rosmarin (*Rosmarinus officinalis*), ein Ester der Kaffeesäure mit 2-Hydroxy-2,3-dihydrokaffeesäure (Dihydroxyphenyl-Milchsäure). Rosmarinsäure besitzt - neben anderen - antivirale, antibakterielle, sedierende und antiinflammatorische Eigenschaften. Die antivirale Wirkung wird bei der Behandlung von Herpes labialis mit stark konzentrierten wässrigen Melissenextrakten ausgenützt.

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

### Fortbildung

#### ÖGPHYT-Diplom Phytotherapie/FAM

Lehrgang 2022/2023

Modul VII: 30. September/1. Oktober 2023, Petzenkirchen

Modul VIII: 2./3. Dezember 2023, Ybbs

Lehrgänge 2023/2024

Modul 3: 9./10. September 2023, Petzenkirchen

Modul 4: 11./12. November 2023, Petzenkirchen

Modul 2a: 26./27. August 2023, Petzenkirchen

Modul 3a: 23./24. September 2023, Ybbs

#### ÖGPHYT Phytotherapie Refresher

24./25. Juni 2023, Petzenkirchen

**Informationen** zu Diplom, Kursinhalten und Refresher: [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), [www.fam.at](http://www.fam.at)  
Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an FAM | AUSTRIA: [office@fam.at](mailto:office@fam.at)

#### ÖGPHYT-Diplom Phytotherapie/Schloss Hofen

Lehrgang 2023/2024, abwechselnd in Schloss Hofen und Innsbruck

Modul 2: 30. Juni/1. Juli 2023, Schloss Hofen

Modul 3: 1./2. September, Innsbruck

Modul 4: 24./25. November, Innsbruck

**Informationen** zu Diplom und Kursinhalten: [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), [www.schlosshofen.at/bildung/gesundheit](http://www.schlosshofen.at/bildung/gesundheit)  
Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an Frau Mag. Marlies Enenkel-Huber, +43 5574 4930 468, [marlies.enenkel-huber@schlosshofen.at](mailto:marlies.enenkel-huber@schlosshofen.at)

#### Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis

ÖGPHYT-Lehrgang für Pharmazeut:innen (s. S. 29) Beginn im Herbst, Details werden demnächst bekanntgegeben. [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at)

#### Lehrgang Medizinische Aromatherapie 2023

Österr. Ges. f. wiss. Aromatherapie u. Aromapflege (ÖGwA)

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

Modul 4: 15.–16. September 2023

Modul 5: 6.–7. Oktober 2023

Anmeldung: [office@medizinischearomatherapie.at](mailto:office@medizinischearomatherapie.at)

#### Curriculum Veterinär-Phytotherapie

Die Fortbildungsreihe für Veterinärmediziner:innen wird in einem neuen Zyklus als Web-Seminar der VetMedUni Vienna weitergeführt.

Modul 4: 6.–7. Oktober 2023, Verhalten, Herz-Kreislauf, Immunologie und Alter; [www.vetmeduni.ac.at/veterinaer-phytotherapie](http://www.vetmeduni.ac.at/veterinaer-phytotherapie)

#### Pharmakobotanische Exkursion

1.–8. Juli 2023

Tauplitz im steirischen Salzkammergut, Leitung: ao. Univ.-Prof. i. R. Dr. Johannes Saukel und ao. Univ.-Prof. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter, Pharmakognosie, UniWien, [www.postgraduatecenter.at](http://www.postgraduatecenter.at), [pharm.exkursion@univie.ac.at](mailto:pharm.exkursion@univie.ac.at)

### Begünstigungen für ÖGPHYT-Mitglieder

#### Zeitschrift für Phytotherapie (Deutschland)

offizielles Organ der Gesellschaft für Phytotherapie e.V.,  
6 Hefte/Jahr, Normalpreis: € 127,00,  
Vorzugspreis für ÖGPHYT-Mitglieder: € 77,00 (jeweils zuzüglich € 24,50 Versandkosten).  
Thieme Verlag Stuttgart, [www.thieme.de](http://www.thieme.de), [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)

#### Pharmakobotanische Exkursionen

ermäßigte Teilnahmegebühr für ÖGPHYT-Mitglieder. [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), Exkursionen

#### Fortbildungszentrum Allgemeinmedizin (FAM)

Ermäßigte Teilnahmegebühr beim Lehrgang „Phytotherapie“, aber auch bei allen anderen FAM-Seminaren, [www.fam.at](http://www.fam.at), [office@fam.at](mailto:office@fam.at)

#### European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOPE)

Kostenfreier Online-Zugang zu den ESCOP-Monografien, [escop.com](http://escop.com), [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)

## Exkursionen

Aktuelle Informationen werden laufend auf der ÖGPHYT-Website bekanntgegeben:

[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at). Anfragen auch an: [exkursionen@phytotherapie.at](mailto:exkursionen@phytotherapie.at)

## Termine

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

2.–5. Juli 2023, Trinity College, Dublin, Irland, [ga-online.org](http://ga-online.org), [www.gadublin2023.com](http://www.gadublin2023.com)

12. Phytopharmaka Symposium 2023

Mit Vorsymposium Stoffliche Medizinprodukte und Satellitensymposium Medizinischer Cannabis

26.–28. September 2023, Bonn

[www.alphatopics.de](http://www.alphatopics.de)

37. Südtiroler Herbstgespräche

19.–22. Oktober 2023, Bozen/Südtirol, Italien,

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

Für die Teilnahme an den 37. Südtiroler

Herbstgesprächen in Bozen vergibt die ÖGPHYT zehn

Stipendien an Studierende der Medizin (auch

Ärzt:innen im Praktischen Jahr) und der Pharmazie

(auch Aspirant:innen). Info: [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at),

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

37. Schweizerische Jahrestagung für Phytotherapie

„Phytotherapie und Nachhaltigkeit“,

16. November 2023, Baden, Trafo,

<https://smgp-sspm.ch>

Generalversammlung der ÖGPHYT

23. November 2023, Wien

### FACHKURZINFORMATIONEN

#### Crataegut®-Flüssigkeit zum Einnehmen

Inhaber der Registrierung: Schwabe Austria GmbH, Richard-Strauss-Straße 13, 1230 Wien. Qualitative und Quantitative Zusammensetzung: 100 g enthalten 75 g Flüssigextrakt aus Weißdornfrüchten (*Crataegi fructus*) und Weißdornblättern mit Blüten (*Crataegi folium cum flore*) im Verhältnis 30:1, Droge-Extrakt-Verhältnis 1:1,4 – 1,7 [Auszugsmittel: Ethanol 45 Gew.-%]. 1 ml = 0,96 g, 0,8 ml = 0,77 g entspricht ca. 20 Tropfen. Sonstiger Bestandteil mit bekannter Wirkung: Ethanol ca. 37 Gew.-%. Liste der sonstigen Bestandteile: Ethanol, gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei beginnender altersbedingter Leistungsverminderung des Herzens mit Symptomen wie Abgeschlagenheit und Müdigkeit bei Belastung. Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für das genannte Anwendungsgebiet registriert ist. Crataegut wird angewendet bei Erwachsenen ab 18 Jahren. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile. Pharmakotherapeutische Gruppe: Andere Herzmittel, Crataegusglycoside. ATC-Code: C01EB04. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen. Stand: 07.2022/DKO

#### Crataegut® 450 mg - Filmtabletten

Inhaber der Registrierung: Schwabe Austria GmbH, Richard-Strauss-Straße 13, 1230 Wien. Qualitative und Quantitative Zusammensetzung: 1 Filmtablette enthält 450 mg Trockenextrakt aus Weißdornblättern mit Blüten (*Crataegi folium cum flore*), Droge-Extrakt-Verhältnis 4-7:1 [Auszugsmittel: Ethanol 45 Vol.-%]. Liste der sonstigen Bestandteile: Maltodextrin, Hochdisperses Siliciumdioxid, Mikrokristalline Cellulose, Hydriertes Rizinusöl, Carboxymethylstärke-Natrium [Typ A], Stearinsäure 50, Hypromellose, Talkum, Macrogol 6000, Titandioxid [E171], Eisen(III)oxid [E172], gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei beginnender altersbedingter Leistungsverminderung des Herzens mit Symptomen wie Abgeschlagenheit und Müdigkeit bei Belastung. Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich auf Grund langjähriger Verwendung für das genannte Anwendungsgebiet registriert ist. Dieses Arzneimittel wird angewendet bei Erwachsenen ab 18 Jahren. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile. Pharmakotherapeutische Gruppe: Andere Herzmittel, Crataegusglycoside. ATC-Code: C01EB04. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen. Stand: 04.2020/DKA

#### Remifemin® FeuchtCreme (Medizinprodukt)

Bestandteile: Aqua, octyldodecanol, cetearyl alcohol, polysorbate 60, hamamelis virginiana water, cetyl palmitate, sorbitan stearate, sodium lactate, benzyl alcohol, lactic acid. Anwendungsbereich: Beschwerden durch Trockenheit der Scheide und im äußeren Intimbereich [Trockenheitsgefühl, Brennen, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr oder Juckreiz], z.B. in den Wechseljahren. Kann auch zur Erleichterung des Geschlechtsverkehrs angewendet werden. Anwendungsbeschränkungen: bekannte Überempfindlichkeit gegenüber einem der Bestandteile; unmittelbar nach einer Entbindung; Scheideninfektion [z.B. Scheidenpilz]. Mögliche Nebenwirkungen: vorübergehend leichte lokale Reaktionen [Rötungen, Juckreiz, leichtes Brennen] nach dem Auftragen. Selten starke Hautreizungen oder

Überempfindlichkeitsreaktionen. Stand 03/2020. Inhaber der Zulassung: Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, D-38259 Salzgitter. Vertrieb: Medice Arzneimittel GmbH, Römerstrasse 14, 5400 Hallein, Österreich, eine Tochter der MEDICE Arzneimittel Pütter GmbH & Co. KG, [www.medice.at](http://www.medice.at).

#### Remifemin® plus Johanniskraut Filmtabletten.

Qualitative und quantitative Zusammensetzung: 1 Filmtablette enthält: 70 mg Trockenextrakt aus Johanniskraut [*Hyperici herba*], DEV 3,5 – 6 : 1, Auszugsmittel: Ethanol 60 % [V/V] und 3,75 mg Trockenextrakt aus Cimicifugawurzelstock [*Cimicifugae rhizoma*, Traubensilberkerzenwurzelstock], DEV 6 – 11 : 1, Auszugsmittel: Propan-2-ol 40 % [V/V]. Sonstiger Bestandteil mit bekannter Wirkung: 1 Filmtablette enthält 163 mg Lactose und 0,5 mg Sojalecithin. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung von Beschwerden im Klimakterium [Hitzevallungen, Schweißausbrüche] mit ausgeprägter psychovegetativer Komponente wie Ver Stimmungszustände, Nervosität, Reizbarkeit, Konzentrationsschwäche. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe, Soja, Erdnuss oder einen der sonstigen Bestandteile. Gleichzeitige Anwendung von: Ciclosporin, Tacrolimus zur systemischen Anwendung, Indinavir, Fosamprenavir und anderen Proteinase-Inhibitoren, die über CYP3A4, CYP2C9, CYP2C19 und P-Glykoprotein metabolisiert werden, Irinotecan, Imatinib und andere Zytostatika, die über CYP3A4, CYP2C9, CYP2C19 und P-Glykoprotein metabolisiert werden, Warfarin. Liste der sonstigen Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Glyceroldibehent, hochdisperses Siliciumdioxid, Lactose-Monohydrat, Lactose, Poly(vinylalkohol), Sojalecithin, Xanthangummi, Talkum, Titandioxid [E 171], Eisen(III)-oxid gelb [E 172], Indigotinlack [E 132]. Weitere Informationen betreffend Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Mitteln, Nebenwirkungen und Gewöhnungseffekte entnehmen Sie bitte der veröffentlichten Fachinformation. Darreichungsformen, Packungsgrößen: Blisterpackung [Alufolie und PVC/PE/PVdC/PE/PVC-Folie] mit 60, 100 und 180 Filmtabletten. Inhaber der Zulassung: Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, D-38259 Salzgitter. Vertrieb: MEDICE Arzneimittel GmbH, Römerstrasse 14, 5400 Hallein, Österreich, eine Tochter der MEDICE Arzneimittel Pütter GmbH & Co. KG, [www.medice.at](http://www.medice.at). Rezeptpflicht/Apothekenpflicht: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Pharmakotherapeutische Gruppe: Andere Gynäkologika. ATC-Code: G02CX. Stand der Information: 10/2022

#### Remifemin® Tabletten

Quantitative und qualitative Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: 2,5 mg Trockenextrakt aus Cimicifuga-Wurzelstock [*Cimicifugae rhizoma*, DEV 6-11:1], Auszugsmittel: Propan-2-ol [40 % V/V]. Sonstiger Bestandteil mit bekannter Wirkung: 197 mg Lactose-Monohydrat. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Linderung klimakterischer Beschwerden wie Hitzevallungen und Schweißausbrüche. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonstigen Bestandteile. Liste der sonstigen Bestandteile: Cellulosepulver, Kartoffelstärke, Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat. Weitere Informationen betreffend Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Mitteln, Nebenwirkungen und Gewöhnungseffekte entnehmen Sie bitte der veröffentlichten Fachinformation. Darreichungsformen, Packungsgrößen: Blisterpackung [Alufolie und PVDC-beschichtete PVC-Folie] mit 60, 100, 200 und 1000 Tabletten. Es werden möglicherweise nicht alle Packungsgrößen in den Verkehr gebracht. Inhaber der Zulassung: Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstr. 35, D-38259 Salzgitter. Vertrieb: Medice Arzneimittel GmbH, Römerstrasse 14, 5400 Hallein, Österreich, eine Tochter der MEDICE Arzneimittel Pütter GmbH & Co. KG, [www.medice.at](http://www.medice.at). Rezeptpflicht/Apothekenpflicht: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Pharmakotherapeutische Gruppe: Andere Gynäkologika, Cimicifugae rhizoma ATC-Code: G02CX04. Stand der Information: 10/2021

### Phytotherapie.at - IMPRESSUM

Medieninhaber/Herausgeber: Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT), Abteilung für Pharmakognosie, Department für Pharmazeut. Wissenschaften, Pharmaziezentrum der Universität Wien, Josef-Holaubek-Platz 2, 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](http://Verlagsleitung): Mag. Gabriele Jerlich, [Projektleitung](mailto:projektleitung): Alexandra Hindler, [a.hindler@medmedia.at](mailto:a.hindler@medmedia.at), [Redaktion](mailto:redaktion): Martin Rümmele, [m.ruemmele@medmedia.at](mailto:m.ruemmele@medmedia.at), [Editorial Board](mailto:editorialboard): Univ.-Prof. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter, Univ.-Doz. Dr. Ulrike Kastner, Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Kubelka, Univ.-Doz. Dr. Reinhard Länger, Univ.-Doz. Dr. Heribert Pittner und Univ.-Prof. Dr. Judith Röllinger, [Produktion](mailto:produktion): Anita Singer, [a.singer@medmedia.at](mailto:a.singer@medmedia.at), [Grafik](mailto:grafik): Dipl.-Ing. Miriam Fellingner, [m.fellingner@medmedia.at](mailto:m.fellingner@medmedia.at), [Lektorat](mailto:lektorat): [onlinelektorat.at](mailto:onlinelektorat.at) | Sprachdienstleistungen, [Coverfoto](http://Coverfoto): [Esin Deniz - stock.adobe.com](http://EsinDeniz-stock.adobe.com) [Druck](http://Druck): Print Alliance HAV Produktions GmbH, Druckhausstraße 1, A-2540 Bad Vöslau, [Aboverwaltung](http://Aboverwaltung): 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](http://Druckauflage): 19.000 Stück, [Grundsätze und Ziele](http://Grundsätze und Ziele): Präsentation von Themen und Standpunkten der ÖGPHYT sowie Interviews mit relevanten Stakeholdern, [Allgemeine Hinweise](http://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.medmedia.at](http://www.medmedia.at).

Mitgliedschaft - Mitgliedschaft - Mitgliedschaft - Mitgliedschaft - Mitgliedschaft

# ÖGPHYT

Jetzt Mitglied werden

und Zeitschrift und Newsletter beziehen!

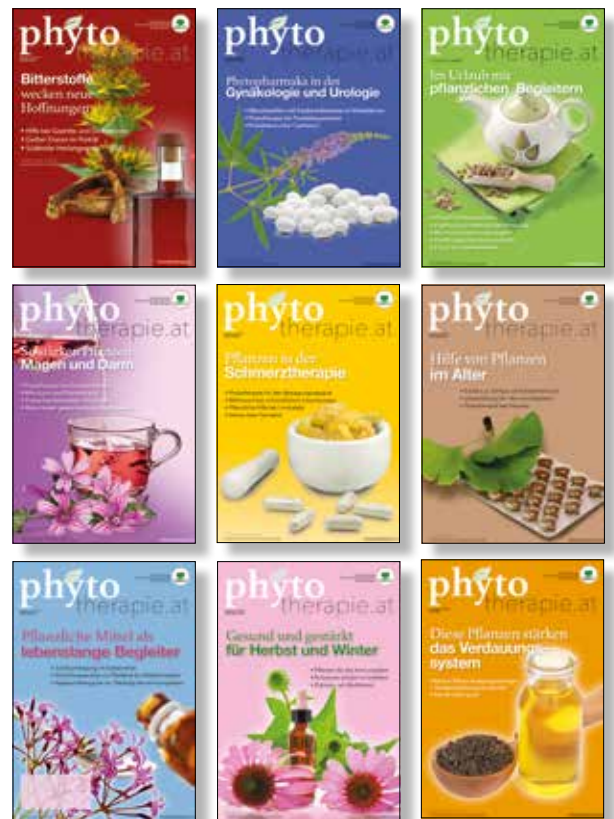


Die Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie fördert die rationale Beschäftigung mit dem pflanzlichen Arzneischatz in wissenschaftlicher und allgemeinmedizinischer Hinsicht. Wir sind Ärzte, Pharmazeuten aus der Apotheke, der Industrie und Universität sowie Vertreter der Wirtschaft und Gesundheitsbehörden.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

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

**Anmeldung:** am einfachsten auf online [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), über die Gesellschaft, Mitgliedschaft oder senden Sie untenstehenden Kupon per Post oder E-Mail ([info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)) an:

Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie  
p. A. Abt. für Pharmakognosie der Universität Wien,  
Pharmaziezentrum, Josef-Holaubek-Platz 2, 1090 Wien



Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

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

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

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.)

Unterschrift \_\_\_\_\_