



## Phytotherapie

Die Phytotherapie oder Pflanzenheilkunde ist vermutlich eine der ältesten Heilmethode in der abendländischen Medizin. Sie ist eine wichtige Säule in der Naturheilkunde, um Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen vorzubeugen und zu behandeln.

Auf der stofflichen Ebene gibt es verschiedene Wirkstoffe in Pflanzen, die körperlich, sowie auf unser seelisches und geistiges Wohlbefinden Einfluss nehmen. Die Phytotherapie zeichnet sich unter anderem auch dadurch aus, dass sie relativ gut verträglich und nebenwirkungsarm ist.

Die Wirkung der Heilpflanzen beruht auf ihrer meist sehr komplexen Zusammensetzung.

- Ätherischen Ölen, Glykoside, Alkaloide, Harze, Gerb-/Bitterstoffe, Vitamine, Fermente und Schleimstoffe
- Blüten, Stängel, Wurzeln und Früchte werden zu pflanzlichen Arzneimitteln verarbeitet.

Alte wertvolle Überlieferungen, wie auch durch Hildegard von Bingen, die ein kosmisch-medicinisches Gesamtwerk zusammen gefasst hat, sind alle Pflanzen zum Wohle des Menschen erschaffen.

- Die Subtilität- Heilwirkung, die jeder Teil der Schöpfung in sich trägt, ist sozusagen die spezifische seelische Komponente, in jedem Wesen, jeder Pflanze inne- wohnt und auf den Menschen wirkt.
- Viriditas- Grünkraft- Grundenergie der gesamten Schöpfung. Die Pflanzen sind ein wichtiger Bestandteil als Mikrokosmos und erhalten vom Makrokosmos Impulse.

Gegen jede Krankheit ist eigens "ein Kraut gewachsen". Damit der Mensch aber erkennt, welches Kraut gegen welche Krankheit hilft, sind die Pflanzen mit bestimmten Merkmalen ausgestattet.

Der Arzt und Naturphilosoph Paracelsus formte daraus die Signaturenlehre, die seitdem fest mit seinem Namen verbunden ist. Die Hinweise auf ihr Anwendungsgebiet besagen, dass das Aussehen der Pflanze auf ihre Heilwirkung schließen ließe.

- Erscheinungsbild, wie Farbe, Form, Vorlieben, Standorte etc. einen intuitiven, ganzheitlichen Zugang zu deren Wesen und Wirkungsspektrum.

Die Pflanzen sind in der Natur häufig widrigen Einflüssen, wie z. B. dem Befall von Schimmelpilzen ausgesetzt, und ihr unmittelbares Überleben hängt davon ab, dass sie sich dagegen zu schützen verstehen. So entwickeln die Pflanzen verschiedene Stoffe, die sie

gegen Krankheiten schützen und ähnliche Aufgaben im menschlichen Körper übernehmen können.

- Das Lungenkraut etwa, das ihn Aufgrund seiner fleckigen Blätter an Lungengewebe erinnerte, wird als Tee bei chronischen Atemwegserkrankungen verwendet.
- Das Mariendistelblatt;  
Die milchig weißen Flecken entlang der Blattnerve zeigen die Lymphheilpflanze an. Mariendistel ist wegen dieser Signatur in Lymphmitteln enthalten
- Das Leberblümchen  
Die Blätter des "Edelleberkraut" sind dreilappig und zeigen damit anatomische Verwandtschaft zur Leber, die ebenfalls aus drei Lappen besteht
- Auch der medizinische Einsatz der Mistel gegen Krebserkrankungen hat seinen Ursprung in der Signaturenlehre. Wie ein Krebsgeschwür durchwuchern ihre Wurzeln die Äste der Bäume, auf denen sie lebt. Mistelpräparate heute einen festen Platz in der Krebstherapie.

Phytotherapeutika werden erfolgreich in der Therapie leichter bis mittelschwerer chronischer Erkrankungen eingesetzt, vor allem bei

- Atemwegserkrankungen
- Arterielle Erkrankungen
- depressive Verstimmung
- Harnwegs- und Prostataerkrankungen
- Hauterkrankungen
- Herz- und Kreislauferkrankungen
- Herzinsuffizienz und Herzschwäche
- Hirnleistungsstörungen

- nervösen Angst- und Unruhezuständen
- Schlafstörungen
- Venenschwäche
- Lebererkrankungen
- Regulationsstörungen
- Magen- Darm-Erkrankungen
- Wechseljahrprobleme

### **Anwendungsformen**

Aufguss, Aufkochung- Infus, Abkochung- Dekokt, Bäder, Kaltauszug, Mazeration  
Gurgellösungen, Inhalationen, Tee, Waschungen, Umschläge

Heilkräuter können auch als Tinkturen, Ölauszüge, Salben, Medizinalwein, Kräutersäfte,  
Pulver, Tropfen oder Dragees verwendet werden

### **Risiken und Gefahren**

Schwangere Frauen und organisch Kranke sollten sich auf keinen Fall selbst mit  
Phytotherapie behandeln, sondern sich durch Fachleute beraten lassen. Immungeschwächte  
Menschen sollten nur unter medizinischer Anleitung Kaltauszüge zu sich nehmen, da sie  
Keime enthalten können. Eigenmächtig zusammengestellte Kräuterkombinationen und auch  
das Konsumieren von Kräutertees über etliche Wochen und in großen Mengen können  
Nebenwirkungen haben.