

Roger Kalbermatten
Hildegard Kalbermatten

Pflanzliche Urtinkturen

Wesen und Anwendung



Roger Kalbermatten
Hildegard Kalbermatten

Pflanzliche Urtinkturen

Wesen und Anwendung

AT Verlag

Wichtiger Hinweis

Die in diesem Buch aufgeführten Informationen wurden mit grosser Sorgfalt zusammengestellt, können jedoch die individuelle Beratung durch eine Fachperson (Arzt, Naturarzt, Apotheker, Drogist) nicht ersetzen. Die vorliegenden Ausführungen dienen in erster Linie einer Erweiterung des Bewusstseins beim Umgang mit Heilpflanzen und setzen Grundkenntnisse in Medizin und Pflanzenheilkunde sowie ein hohes Maß an Eigenverantwortung voraus. Bei der Eigenbehandlung von Beschwerden und Erkrankungen sollte im Zweifelsfall, wie auch bei fehlender Besserung, lange andauernden oder schweren Erkrankungen, unbedingt eine Fachperson konsultiert werden. Die Autoren und der Verlag übernehmen keinerlei Haftung für Schäden oder Folgen irgendwelcher Art, die sich direkt oder indirekt aus dem Gebrauch oder Missbrauch der hier dargestellten Anwendungen ergeben.

Fotos: Seite 11, 16, 18, 19: Ceres Heilmittel AG, Kesswil;
alle übrigen: Roger Kalbermatten, Kesswil

5., überarbeitete und erweiterte Auflage, 2011

© 2005

AT Verlag, Baden und München

Lithos: AZ Print, Aarau

Druck und Bindearbeiten: Firmengruppe Appl, aprinta Druck, Wemding

Printed in Germany

ISBN 978-3-03800-601-5

www.at-verlag.ch

Inhaltsverzeichnis

	Einleitung		
7	Was sind pflanzliche Urtinkturen?	44	Gentiana Ø
11	Wesen und Qualität	45	Geranium robertianum Ø
14	Herstellung und Qualität	46	Ginkgo Ø
18	Anwendung von wesenhaften Urtinkturen	47	Glechoma hederacea Ø
		48	Hedera helix Ø
		49	Hypericum Ø
		50	Imperatoria Ø
		51	Lavandula Ø
		52	Lupulus Ø
		53	Lycopus europaeus Ø
		54	Melilotus Ø
		55	Melissa officinalis Ø
		56	Mentha piperita Ø
		57	Millefolium Ø
		58	Passiflora incarnata Ø
		59	Plantago lanceolata Ø
		60	Ribes nigrum Ø
		61	Rosmarinus Ø
		62	Salvia Ø
		63	Sambucus nigra Ø
		65	Solidago Ø
		66	Taraxacum Ø
		67	Thymus vulgaris Ø
		68	Tropaeolum majus Ø
		69	Urtica dioica Ø
		70	Valeriana Ø
		71	Viola tricolor Ø
		72	Viscum album Ø
24	Absinthium Ø		
25	Aesculus Ø		
26	Alchemilla Ø		
27	Allium ursinum Ø		
28	Angelica archangelica Ø		
29	Avena sativa Ø		
30	Bellis perennis Ø		
31	Betula Folium Ø		
32	Bursa pastoris Ø		
33	Calendula Ø		
34	Carduus marianus Ø		
35	Centaurium Ø		
36	Chamomilla Ø		
37	Cichorium intybus Ø		
38	Crataegus Ø		
39	Cynara scolymus Ø		
40	Echinacea purpurea Ø		
41	Equisetum arvense Ø		
42	Euphrasia Ø		
43	Fraxinus excelsior Ø		

Kombinationsmittel

73	Alchemilla comp.
73	Daucus comp.
74	Ginkgo-Dryopteris comp.
74	Hedera comp.
75	Hypericum comp.
75	Melissa comp.
76	Solidago comp.
77	Taraxacum comp.
77	Urtica-Sambucus comp.
78	Valeriana comp.
79	Viscum comp.

Homöopathische Dilutionen

80	Allium cepa
80	Aconitum
80	Arnica
80	Belladonna
81	Berberis
81	Chamomilla
81	Chelidonium
81	Cimicifuga
81	Colchicum
82	Convallaria
82	Hypericum
82	Mercurialis
82	Petasites
82	Vitex agnus castus

83	Anwendungsgebiete im Überblick
----	---------------------------------------

84	Indikationsverzeichnis
----	-------------------------------

101	Die Autoren
-----	--------------------

102	Danksagung
-----	-------------------

Einleitung

Was sind pflanzliche Urtinkturen?

Eine Heilpflanze muss zubereitet werden

Pflanzen sind unsere Lebensgrundlage. Deshalb sind auch Heilpflanzen die Grundlage des Heilens. Nicht alle Krankheiten können zwar mit pflanzlichen Heilmitteln allein behandelt werden, als Basis oder Abrundung jedoch sind sie Teil jeder ganzheitlichen Therapie. Denn nur ein pflanzliches Heilmittel vermag den Menschen gleichzeitig auf den drei Ebenen von Körper, Regulation und Psyche zu erfassen.

Immer mehr Menschen übernehmen Eigenverantwortung für ihre Gesundheit und informieren sich dazu über den Gebrauch von Heilpflanzen. Viele wissen, dass Johanniskraut Licht ins Gemüt bringt, Ginkgo das Gedächtnis verbessert, Weißdorn das Herz stärkt, Sonnenhut die Abwehr steigert, Mariendistel die Leber anregt oder Rosskastanie die Venendurchblutung fördert. Einige Heilpflanzen sind gar so tief in unserer Kultur verankert, dass fast jeder um die Wirkungen von Baldrian, Kamille und Wermut weiß. Karl Heinrich Waggerl hat ein humorvolles Gedicht über die Kamille geschrieben, die wohl als Inbegriff der Heilpflanze gilt.

In diesem Gedicht wird von der Kamille an sich gesprochen. Niemand würde aber bei Bauchweh einfach so eine Kamillenblüte essen. Um eine Heilpflanze anzuwenden, muss sie zuerst in eine geeignete Form gebracht, das heißt zubereitet werden. Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Zubereitung. Jede vermag wichtige Eigenschaften der Pflanze zu vermitteln, aber keine wird allen Eigenschaften gerecht. Es gibt unterschiedliche Schwerpunkte. Darauf wird in der Fachliteratur kaum eingegangen, deshalb versuchen wir, eine Differenzierung von verschiedenen Heilpflanz Zubereitungen vorzunehmen.

*»Die Kraft, das Weh im Leib zu stillen,
verlieh der Schöpfer den Kamillen.
Sie blüht und wartet unverzagt
auf jemand, den das Bauchweh plagt.
Der Mensch jedoch in seiner Pein
glaubt nicht an das, was allgemein
zu haben ist. Er schreit nach Pillen.
Verschont mich, sagt er, mit Kamillen,
um Gottes willen.«*

Tee

Der Tee (Heißwasseraufguss) ist die bekannteste und einfachste Zubereitung. Die arzneilich wirksamen Pflanzenteile werden zur Haltbarmachung (und zur Entfaltung von Wirkprinzipien!) getrocknet, mit heißem Wasser übergossen und abgeseiht. Dieser Auszug besitzt neben einer relativ großen Wirkstoffmenge die heilenden Eigenschaften des heißen Wassers. Ein Tee wirkt in akuten Fällen rasch und ist vor allem bei jenen Krankheiten, die durch die Zuführung von Wärme und viel Flüssigkeit positiv beeinflusst werden können, die optimale Zubereitung.

Tinktur

Tinkturen sind wässrig-alkoholische Auszüge aus getrockneten Arzneipflanzen, die mit dem Fachbegriff Drogen – von getrocknet – bezeichnet werden. Das Verhältnis von Droge zu Tinktur ist meistens 1 Teil zu 5 Teilen. Tinkturen sind heute wenig gebräuchlich, viel häufiger werden Urtinkturen (siehe unten) angewandt.

Extrakt

Extrakte – dazu gehören Fluidextrakte (flüssig), Spisumextrakte (zähflüssig) und Trockenextrakte – sind

Auszüge mit Alkohol-Wasser-Gemischen oder anderen Lösungsmitteln. Sie sind konzentrierter als Tinkturen. Das Verhältnis von Droge zu Extrakt reicht von 1 zu 2 bis 5 zu 1. Mit Extrakten kann eine große Menge an Wirkstoffen pro Dosis verabreicht werden. Die modernen, hochdosierten und standardisierten Arzneipflanzenpräparate in Form von Kapseln oder Dragees enthalten meistens Trockenextrakte. Sie sind bei jenen Patienten angezeigt, bei denen die Selbstheilungskräfte vorübergehend so stark geschwächt sind, dass sie auf normale komplementärmedizinische Therapien nicht mehr reagieren können. In den letzten Jahren sind immer häufiger Neben- und Wechselwirkungen von hochdosierten Extraktpräparaten bekannt geworden. Obwohl diese unerwünschten Wirkungen ausschließlich eine Folge einer zu hohen Dosis sind und bei normaler Dosis nicht auftreten, wirkt sich dies leider negativ auf den Ruf der Heilpflanze aus.

Ätherisches Öl

Ätherische Öle bestehen aus den flüchtigen fettlöslichen Stoffen der Pflanze und sind meistens die Träger des Geruchs. Sie werden in der Regel durch Wasserdampfdestillation oder andere Verfahren aus den frischen oder getrockneten Pflanzen gewonnen. Ätherische Öle sind unverzichtbare Bestandteile von Salben und anderen äußerlichen Anwendungsformen, in denen sie geruchliche und arzneiliche Funktionen ausüben. Häufig werden sie auch in der Aromatherapie eingesetzt.

Spagyrische Essenz

Spagyrische Essenzen gehen auf alchemistische Traditionen zurück und werden durch komplizierte Verfahren aus frischen oder getrockneten Pflanzen

hergestellt. Es gibt zahlreiche mehr oder weniger unterschiedliche Herstellungsverfahren, bei denen einer oder mehrere der folgenden Schritte beteiligt sind: Fermentationsprozesse, Destillation, Veraschung. Bei der Herstellung von spagyrischen Essenzen erfährt die Pflanze eine Wesensveränderung, eine Art Vorverdauung. Dadurch wirken die spagyrischen Essenzen sehr mild und praktisch nebenwirkungsfrei. Spagyrische Essenzen sind hervorragende Mittel für die Selbstmedikation; mild und sicher in der Wirkung bei akuten und chronischen Erkrankungen.

Urtinktur

Urtinkturen (Bezeichnung mit dem lateinischen Pflanzennamen und dem Symbol \emptyset) werden meistens aus frischen Pflanzen – dies ist der wesentlichste Unterschied zu den Tinkturen – durch Extraktion mit Alkohol hergestellt. Zu Anfang der nachfolgenden Pflanzenbeschreibungen steht jeweils, aus welchem Teil der Pflanze sie hergestellt werden.

Stofflich sind die Urtinkturen etwa halb so konzentriert wie Tinkturen. Bei guter Qualität haben sie jedoch eine stärkere Wirkung als diese. Urtinkturen werden bei akuten und chronischen Erkrankungen eingesetzt und entfalten ihre Vorteile vor allem in Bezug zum Wesen der Pflanze (siehe weiter unten). Urtinkturen werden auch als Ausgangssubstanzen für die Herstellung von homöopathischen Verdünnungen eingesetzt.

Homöopathische Dilution

Homöopathische Dilutionen werden aus Urtinkturen durch stufenweise Verdünnung und Verschüttelung (im Verhältnis 1 zu 10 oder 1 zu 100 hergestellt). Bei tiefen Potenzen (bis etwa D12) bestehen etwa die gleichen Wirkungen und Anwendungsgebiete wie

für die oben genannten Zubereitungen. Bei höheren Potenzen wird das Spektrum der Wirkungen, das Arzneimittelbild, differenzierter und umfassender. Es treten dann auch immer mehr psychische Symptome in den Vordergrund. Diejenigen Pflanzen, die hauptsächlich als Tee, Extrakt oder Urtinktur angewandt werden, benutzt man meist in tiefen Potenzen. Höhere Potenzen werden in der Regel von giftigen Pflanzen oder sonst stark individualisierten Arzneipflanzen eingesetzt. Homöopathische Dilutionen haben eine tiefgreifende und nachhaltige Wirkung und werden je nach Potenz bei akuten und chronischen Krankheiten eingesetzt. Höhere Potenzen können zu Erstverschlimmerungen führen.

Die Eigenschaften von pflanzlichen Urtinkturen

Anwendung zur Behandlung von körperlichen und funktionellen Erkrankungen

Wie bereits erwähnt sind Urtinkturen meist Frischpflanzenpräparate. In Bezug auf ihre Anwendungsgebiete besteht eine weitgehende Übereinstimmung mit denjenigen von Tee, Extrakt, spagyrischer Essenz oder Tiefpotenz. Die in den nachfolgenden Pflanzenbeschreibungen aufgeführten Anwendungsgebiete geben in der Regel die aktuelle Kenntnis in stichwortartiger Form wieder. In vielen Büchern und Publikationen werden diese Informationen umfassender dargestellt. Es empfiehlt sich daher, die Anwendungsgebiete der Heilpflanzen durch weiteres Literaturstudium zu vertiefen. Der Schwerpunkt des vorliegenden Buchs liegt nicht auf der Anwendung bei körperlichen Indikationen, sondern auf der Darstellung des Wesens der Pflanzen. Dass dies im Zusammenhang mit Urtinkturen geschieht, hat einen besonderen Grund.

In den Urtinkturen kommt das Wesen der Pflanzen am besten zum Ausdruck

In keiner anderen Zubereitung kommt das Wesen der Heilpflanze so klar zum Ausdruck wie in einer Urtinktur. Voraussetzung ist aber die gute Qualität der Urtinktur.

Das Heilpflanzenwesen kommt vor allem im Geruch und im Geschmack der Zubereitung zum Ausdruck. (Die Beziehung zwischen Geruch und Wesen zeigt sich z. B. im französischen Begriff *huiles essentielles* für ätherische Öle, was »wesentliche Öle« bedeutet.) Allein die Urtinktur kann – eine gute Qualität vorausgesetzt – den Geruch und Geschmack der Pflanze in möglichst reiner Form enthalten. Beim ätherischen Öl tritt zwar der Geruch noch stärker hervor, aber der Geschmack fehlt. Bei der spagyrischen Essenz hat der Geruch aufgrund der Fermentation einen entscheidenden Wandel erfahren, und der Geschmack entspricht nicht der ursprünglichen Pflanze. Bei der homöopathischen Dilution ist aufgrund der großen Verdünnung das Aroma der Pflanze gänzlich abwesend. Beim Tee sind zwar die Geschmackskomponenten deutlich vorhanden, der Geruch ist hingegen aufgrund der Trocknung der Pflanze oft etwas flach. Beim Extrakt hat sich aufgrund der Konzentrierung bei der Herstellung der Geruch weitgehend verflüchtigt; überdies treten bei den üblichen Darreichungsformen (Dragees, Kapseln) Geruch und Geschmack gar nicht in Erscheinung.

Mit diesen Feststellungen sei nichts Negatives über die jeweiligen Zubereitungen gesagt. Wenn bei einer Therapie mit Heilpflanzen lediglich auf der körperlichen oder regulativen Ebene eingegriffen werden soll (siehe »Was ist das Wesen?«, Seite 10), stellt die Abwesenheit der Wesensaspekte keinen Mangel dar. Hat man jedoch das Bedürfnis, das Wesen der Pflanze zu

berücksichtigen und den Patienten auch direkt auf der seelischen Ebene anzusprechen, ist die Urtinktur das Mittel der Wahl.

Sind Urtinkturen pflanzliche oder homöopathische Arzneimittel?

Urtinkturen schaffen manchmal Verwirrung, weil sie je nach Standpunkt – dem des Arzneimittelrechts oder dem des Anwenders – zu den pflanzlichen beziehungsweise homöopathischen Arzneimitteln gezählt werden.

Pflanzliche Arzneimittel enthalten gemäß Arzneimittelrecht und Behörden eine ausreichend hohe Menge Wirkstoffe, die analytisch nachgewiesen werden kann. Homöopathische Arzneimittel hingegen sind nicht über den Wirkstoffgehalt definiert, sondern durch die Herstellung nach den Vorschriften des Homöopathischen Arzneibuchs (HAB). Bei homöopathischen Verdünnungen liegen die Wirkstoffe in derart tiefer Konzentration vor, dass sich deren Analyse erübrigt. Bei den homöopathischen Arzneimitteln anerkennt man andere Wirkprinzipien als die Wirkstoffe (siehe »Information, das homöopathische Wirkprinzip«, Seite 14). Urtinkturen werden nach dem HAB hergestellt und sind Ausgangsstoffe für die Herstellung von homöopathischen Dilutionen. Deshalb zählen sie formal auch zu den homöopathischen Arzneimitteln, obwohl sie nicht verdünnt sind. Sie werden auf der Etiketle als »Homöopathisches Arzneimittel« bezeichnet.

Anders ist der Standpunkt des Arztes oder Therapeuten. Ein pflanzliches Arzneimittel (im Fachbegriff Phytotherapeutikum oder Phytopharmakon) wird aufgrund von Indikationen und ein homöopathisches Arzneimittel nach dem Arzneimittelbild angewandt. Beispiel: Ein phytotherapeutisches Präparat aus Baldrian (Tee, Tinktur, Extrakt usw.) wird bei

Schlafstörungen und Unruhezuständen angewandt, weil aufgrund von Erfahrungen oder Studien bekannt ist, dass Baldrian beruhigend wirkt. Ein homöopathisches Baldrianpräparat hingegen wird nach dem Arzneimittelbild angewandt. Damit bezeichnet man die Gesamtheit aller Symptome, die bei der Prüfung von Baldrian an gesunden Probanden auftreten können. Bei dieser Prüfung entstehen unter anderem auch Unruhezustände. Folglich kann auch ein homöopathisches Tiefpotenz-Baldrian-Präparat – wie ein phytotherapeutisches – bei Unruhezuständen eingesetzt werden. Es ist also letztlich eine Frage des Standpunkts und kommt im Endeffekt auf das Gleiche heraus. Der wesentliche Unterschied zwischen Phytotherapie und Homöopathie kommt erst bei den höheren Potenzen zum Tragen. Bei diesen treten immer differenziertere (auch seelische) Symptome und Modalitäten in den Vordergrund.

Urtinkturen und auch Tiefpotenzen werden meistens nach Indikationen angewendet. Deshalb rechnet der Anwender sie zu den pflanzlichen Arzneimitteln. Homöopathika im eigentlichen Sinne sind für den Therapeuten erst die höheren Potenzen.

Urtinkturen (und Tiefpotenzen) sind also von der Anwendung her pflanzliche, arzneimittelrechtlich hingegen homöopathische Arzneimittel.

Wesen und Qualität

Was ist das Wesen?

Das Wesen ist der verborgene Grund, der verborgene Sinn. Es ist die Kraft, die hinter der Erscheinung liegt. Das Wesen ist für die äußerlichen Sinne nicht wahrnehmbar. Es ist das, wovon Antoine de Saint-Exupéry mit den bekannten Worten spricht: »Man sieht nur

mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar.« Das Herz ist ein inneres Sinnesorgan für den verborgenen Sinn hinter dem Äußeren. Wenn sich der Mensch nur auf die äußeren Sinnesindrücke und den Verstand abstimmt, vermag er wohl die Gesetze der Materie zu erkennen, aber nicht die des Lebens. In Bezug zur Materie wird er zwar zu großartigen Leistungen befähigt, den Lebensgesetzen hingegen wird er oft Gewalt antun. Über und hinter den materiellen Gesetzen stehen höhere Gesetze. Sie leiten und beeinflussen die materiellen Zustände, ohne dabei die physikalischen Gesetze zu verletzen. Die wesentlichen Lebensgesetze, der verborgene Grund und Sinn will von unseren Herzen erkannt werden, will zu unserer Seele sprechen. Der Mensch steht in seinem Entwicklungsweg vor der Aufgabe, Bewusstsein von den verborgenen Kräften und Gesetzen zu erwerben. Eine neue Welt öffnet sich, wenn er sich seiner eigenen Seele und des Wesens von Pflanzen, Tieren und Dingen bewusst wird. Diese Bewusst-



Kräutergarten mit harmonikaler Struktur

werdung ist höchst aktuell. Das zeigt sich unter anderem in dem in den letzten Jahren erwachten großen Interesse vieler Menschen für psychologische Zusammenhänge.

Der verborgene Sinn spricht zu uns, aber nicht abstrakt, nicht medial, sondern konkret, über die sinnlich erfahrbaren Erscheinungen. Das wird oft vergessen, denn der Mensch neigt zum Polarisieren. Viele, die früher auf die Materie ausgerichtet waren und nun etwas von geistigen Prinzipien ahnen, verlegen ihren Schwerpunkt aufs Immaterielle. Sie betrachten dann die materiellen Erscheinungen als minderwertig. Aber der Mensch ist ein Erdenwesen. Er ist dazu berufen und befähigt, in der äußeren Erscheinung das dahinter liegende geistige Gesetz zu erkennen. Es ist unsere Chance, mit dem Herzen zu erkennen, dass alle äußeren Erscheinungen von einem inneren Gesetz weise geleitet sind. Sie sind der Ausdruck, die Offenbarung dieses Höheren. Die Lebensformen und äußerlichen Umstände sind wie die Spuren eines Menschen im Sand. Ein guter Spurenleser kann in den Abdrücken etwas über Herkunft, Geschwindigkeit, Rhythmus und Ziel des Strandläufers erkennen. Genauso müssen wir zu Spurenlesern werden. Haben wir nicht gelernt, in einem guten Buch das Wesentliche zwischen den Zeilen herauszulesen, in der Stimme und Gebärde eines Sprechers die hinter ihm wirkende wesentliche Kraft herauszuhören? Genauso kann unser Herz aus Gestalt, Farbe, Geruch und Geschmack einer Pflanze ihr Wesen erkennen.

In einem Heilmittel aus Pflanzen ist die Gestalt nicht mehr und die Farbe kaum mehr vorhanden. Zurück bleiben der Geruch und der Geschmack, die zu uns sprechen. Es ist eine wechselseitige Kommunikation. Wir erhalten über Geruch und Geschmack einen Zugang zum Wesen, und das Pflanzenwesen hat auch



Absinthium Ø

Wermut-Urtinktur

Wermut

Artemisia absinthium
frisches blühendes Kraut
Korbblütler
Asteraceae

Wesen der Pflanze

Anteilnahme, Präsenz, Wachheit, energetische Durchdringung der Stoffwechselfunktionen

Die Bitterkeit und das Aroma von Wermut sind so ausgeprägt und durchdringend, dass diese Pflanze zum Symbol für die bitteren Aspekte des Lebens geworden ist. Niemand, der eine Zubereitung aus Wermut einnimmt, bleibt teilnahmslos; sie drängt zu Wachheit und Präsenz. Der bittere Geschmack und das herbe Aroma mit ihrem stark zusammenziehenden, nach innen gerichteten Charakter führen zu einer polar entgegengesetzten psychischen Reaktion. Wer im Einflussbereich des Wermutwesens steht, tritt nach außen und nimmt mit aktivem Interesse am Leben, am Mitmenschen und an der Welt teil. Wermut weckt das Interesse am Leben und an der Aktivität und fördert die Belebung der Stoffwechselfunktionen. Menschen, denen es an Interesse mangelt, die manchmal teilnahmslos sind, vermögen die Stoffwechselfunktionen energetisch zu wenig zu durchdringen



und werden atonisch. Ihre Verdauungsorgane werden geschwächt, wodurch allgemeine Erschöpfungszustände bis hin zu Depressionen auftreten können. In solchen Situationen ist Wermut ein starkes Energetikum für Psyche und Körper. Durch die Erwärmung und Tonisierung des erschlafften Magens fördert er die Verdauungsfunktionen.

Wer zu Tagträumen neigt, wird durch Wermut zurück in die Wirklichkeit geholt. Tagträume zeigen eine Flucht tendenz auf. Durch eine regelmäßige Einnahme von Absinthium Ø wird es möglich, die Lebensaufgabe mit Willenskraft zu durchdringen und den Lebensfaden fest in die Hand zu nehmen.

Anwendungsgebiete

Atonische Zustände des Magens und der Gallenwege, Appetitlosigkeit und Verdauungsbeschwerden, mangelnder Gallenfluss, Aerophagie (Luftschlucken, Gefühl eines Luftkissens im Magen), Tonisierung bei psychovegetativen Schwächezuständen und Depressionen, Parasitenbefall

Gegenanzeigen

Schwangerschaft, Stillzeit, Säuglinge

Inhaltsstoffe

Bitterstoffe, ätherisches Öl (Thujon)

Wirkungen

Appetitanregend, sekretionsfördernd, entzündungshemmend, krampflösend

Dosierung

1–3-mal täglich 1–3 Tropfen vor oder nach den Mahlzeiten in wenig Wasser einnehmen.



Aesculus Ø

Rosskastanien-Urtinktur

Rosskastanie

Aesculus hippocastanum

frische geschälte Samen

Rosskastaniengewächse

Hippocastanaceae

Wesen der Pflanze

Aufrichtekraft, Leichtigkeit, Selbstkontrolle, Sammlung, Ernst und Fröhlichkeit, Licht im Dunkel

Die Rosskastanie besitzt die Kraft, den Menschen aufzurichten; sie bringt Prozesse, die der inneren Führung entgleiten, sich dadurch in Belanglosem, Unwichtigem verlieren und selbständig machen, wieder unter Kontrolle. Unkontrollierte, kreisende Gedanken und ein Mangel an innerer Führung werden durch das Wesen der Rosskastanie positiv beeinflusst ebenso wie das Blut, das infolge venöser Insuffizienz nicht mehr ungehindert zum Herz zurückfließen kann. Eine Schwäche der inneren Führung kann sich in einer oberflächlichen Fröhlichkeit (einem Mangel an Ernst) oder in einer übertriebenen Ernsthaftigkeit äußern. Das Wesen der Rosskastanie fördert den angemessenen Wechsel und das richtige Maß von Ernst und Fröhlichkeit.

Der Aesculus-Typ ist ernst und tendenziell schwermütig. Er trägt Verantwortung mit großer Hingabe bis zur Verleugnung seiner eigenen Bedürfnisse. Es fehlt ihm die Leichtigkeit, er kann nicht spielerisch mit Situationen und Tatsachen umgehen und neigt zu

Schuldgefühlen. Er empfindet ein starkes Bedürfnis nach Kontrolle; mit belastenden Ereignissen beschäftigt er sich tagelang, »kaut sie wieder« und kann sie nicht loslassen. Er lässt sich zuweilen von der Last der Verantwortung niederdrücken, es können Kreuzschmerzen entstehen. Durch den Einfluss der Rosskastanie können Körper und Psyche wieder aufgerichtet werden.

Die positive Energie der Rosskastanie wird symbolisiert durch das Kind, das noch spielerisch und mit Begeisterung jeder Situation mit Interesse und Neugierde begegnet. Es verbreitet eine sprühende, lichtvolle Freude. Mit derselben Leichtigkeit rollt die reife Frucht der Kastanie glänzend, rund und frisch aus der geplatzen Schale.

Anwendungsgebiete

Symptome chronisch venöser Insuffizienz wie Ödeme, Wadenkrämpfe, Juckreiz sowie Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen, Krampfadern. Nach Thrombosen, Ulcus cruris (»offene Beine«), Weichteilschwellungen nach Unfall oder Operation, Hämorrhoiden, Lenden-Kreuzbein-Schmerz (auch prämenstruell), rheumatische Beschwerden

Inhaltsstoffe

Saponine (Aescin)

Wirkungen

Antiexsudativ, ödemhemmend, venentonisierend, gefäßabdichtend

Dosierung

1–3-mal täglich 2–4 Tropfen nach dem Essen in wenig Wasser einnehmen. In Einzelfällen können sonst Magenbeschwerden auftreten.





Alchemilla Ø

Frauenmantel-Urtinktur

Gemeiner Frauenmantel

Alchemilla xanthochlora
frisches blühendes Kraut
Rosengewächse
Rosaceae

Wesen der Pflanze

Umhüllung, Behütung, Hervorbringung

Welche andere Pflanze könnte die Wesensart des gebärenden weiblichen Schoßes, der Gebärmutter, besser verkörpern als der Frauenmantel? Im geborgenen Grund ihres mantelartig umhüllenden, nach oben empfangend geöffneten, weichen Blattes bringt die »Alchemistin« (Alchemilla!) unter den Pflanzen in rhythmischer Gebärde einen silbernen Tautropfen hervor. Alchemilla steht für die Bejahung der weiblichen Rhythmen und des Frauseins. Frauen, die ihre Identität zu sehr auf ihre Gebärfähigkeit abstützen, oder Frauen, die Schwierigkeiten haben, diesen Aspekt ihres Frauseins zu integrieren, verhilft der Frauenmantel zu einer gewissen Distanz. Der Frauenmantel wirkt kühlend, das bedeutet, dass er körperli-



che und seelische überschießende Wärmeprozesse ausgleicht. Auch seine gewebestärkende Wirkung ist bekannt. Auf der seelischen Ebene stärkt er den Mut zur echten Weiblichkeit: Eine zu starke oder zu schwache Betonung des Frauseins wird ausgeglichen.

Anwendungsgebiete

Menstruationsbeschwerden (Krämpfe, Zyklusunregelmäßigkeiten, zu starke Blutungen), Weißfluss, Unterleibsentzündungen, prämenstruelles Syndrom, unerfüllter Kinderwunsch, Wechseljahrbeschwerden, Vor- und Nachbereitung bei Geburten. Leichte unspezifische Durchfallerkrankungen

Inhaltsstoffe

Gerbstoffe

Wirkungen

Entzündungshemmend, leicht krampflösend, zusammenziehend, antioxidativ, leicht stopfend

Dosierung

1–3-mal täglich 2–5 Tropfen in wenig Wasser einnehmen.



Allium ursinum Ø

Bärlauch-Urtinktur

Bärlauch

Allium ursinum
frisches Kraut vor der Blüte
Liliengewächse
Liliaceae

Wesen der Pflanze

Expansionskraft, Dynamik, Macht, Einfachheit

Wenn der Bärlauch sich mit seinem intensiven Geruch im Frühling in den Wäldern ausbreitet, setzt er durch seine kraftvolle Gegenwart Siegeskräfte frei. Der Bärlauch ist ein äußerst machtvoller, durchdringender Frühlingsbote. Er besitzt eine ungeteilte Expansionskraft. Das Wesen dieser Pflanze symbolisiert einen Menschen, dessen Lebenskraft ganz in den Dienst der Ausbreitung und Machtentfaltung gestellt ist. Das Denken ist klar und einfach und primär auf das einmal gesetzte Ziel gerichtet. Was zur Erreichung dieses Ziels nützlich und praktisch ist, wird auch als richtig und wahr betrachtet. Obwohl der Wahrheit dabei manchmal Gewalt angetan wird und man einer komplexen Situation oft nicht gerecht wird, hat dies den Vorteil, dass die ganze Lebenskraft in eine fruchtbare Tatkraft umgesetzt werden kann und nicht durch ein zu stark differenzierendes Denken geschwächt wird. Das strukturierende Denken wird also der Lebenskraft untergeordnet. Es beschäftigt sich nicht mit der Frage nach dem, was an sich



richtig ist, sondern mit dem, was nützlich und vorteilhaft ist.

Aus dieser Wesenskraft ergibt sich die große Heilkraft dieser Frühlingspflanze. Häufig dominieren beim modernen Menschen die strukturierenden Kräfte, und es kommt in der Folge davon zu sklerotischen Tendenzen im Gefäßsystem, zu Verhärtungen und Erstarrung von Gewebe und Gelenken. Der Bärlauch löst diese Tendenzen mit seiner durchdringenden Frühlingslebenskraft. Er versorgt die Blutzirkulation mit neuer Energie, regt die Willenskraft und den Tatendrang an.

Bärlauch überwindet die durch Winter und Kälte symbolisierten Stauungs- und Verhärtungstendenzen in Körper und Seele.

Anwendungsgebiete

Bärlauch ist ein mächtiger »Blutreiniger« und regt die Ausscheidung über die Nieren an (z.B. im Rahmen einer Ausleitungstherapie von Schwermetallbelastungen).

Bluthochdruck, Vorbeugung von Arteriosklerose, gefäßbedingter Kopfschmerz, Unterstützung bei Symbioselenkung, Darmmykosen, begleitend bei ekzematösen Hauterkrankungen, chronische Darm-erkrankungen

Inhaltsstoffe

Vinyldisulfid, Flavonoide

Dosierung

1–3-mal täglich 2–5 Tropfen in wenig Wasser einnehmen.

Anwendungsgebiete im Überblick

Die nachfolgende Aufstellung vermittelt eine Übersicht der wichtigsten Anwendungsgebiete mit den dazugehörigen Urtinkturen, Kombinationsmitteln und homöopathischen Dilutionen. Die therapeutische Anwendung erfordert weitere Informationen, die den jeweiligen Pflanzenbeschreibungen entnommen werden können.

Leber-Galle-System:

Taraxacum Ø
Carduus marianus Ø
Taraxacum comp.
Cynara scolymus Ø
Cichorium intybus Ø
Chelidonium D4, D6, D8

Verdauung:

Gentiana Ø
Absinthium Ø
Centaurium Ø
Melissa Ø
Melissa comp.
Lavandula Ø
Imperatoria Ø
Angelica archangelica Ø

Nieren-Blasen-System:

Allium ursinum Ø
Betula Folium Ø
Equisetum arvense Ø
Fraxinus excelsior Ø
Solidago Ø
Solidago comp.
Urtica dioica Ø
Berberis D3, D6

Nervosität und Schlafstörungen:

Avena sativa Ø
Lupulus Ø
Valeriana Ø
Valeriana comp.
Passiflora Ø
Melissa Ø
Lavandula Ø
Hypericum Ø
Daucus comp.

Herz- und Kreislaufstörungen:

Crataegus Ø
Convallaria D4, D6
Passiflora incarnata Ø
Viscum album Ø
Rosmarinus Ø
Ginkgo Ø
Melilotus Ø
Aesculus Ø

Erkältungskrankheiten:

Echinacea Ø
Sambucus nigra Ø
Hedera helix Ø
Hedera comp.
Thymus vulgaris Ø
Salvia officinalis Ø
Plantago lanceolata Ø
Tropaeolum majus Ø
Allium cepa D6
Belladonna D6

Heuschnupfen:

Urtica-Sambucus comp.
Mercurialis D2, D6, D12
Euphrasia Ø

Rheumatischer Formenkreis:

Fraxinus excelsior Ø
Betula Folium Ø
Urtica dioica Ø
Rosmarinus Ø
Ribes nigrum Ø
Colchicum D8, D12

Frauenkrankheiten:

Alchemilla Ø
Alchemilla comp.
Cimicifuga D2
Chamomilla Ø
Lycopus Ø
Millefolium Ø
Bellis perennis Ø
Bursa pastoris Ø
Petasites D6
Ribes nigrum Ø
Vitex agnus castus D2

Notfallmittel (Schock):

Geranium robertianum Ø
Arnica D6, D12, D30

Indikationsverzeichnis

Indikationen	Begleitindikationen	Mittel	Seite
Abstillen		Salvia \emptyset	62
Abwehrschwäche	mangelndes Selbstbewusstsein Infektionen allgemeine Schwäche Teilnahmslosigkeit, Depression Kälteempfindlichkeit	Imperatoria \emptyset Echinacea purpurea \emptyset Angelica archangelica \emptyset Absinthium \emptyset Thymus vulgaris \emptyset	50 40 28 24 67
ADHS	Kopflastigkeit Belastung durch Elektrosmog Bewegungsunruhe, Angst Überforderung	Valeriana \emptyset Ginkgo \emptyset Passiflora incarnata \emptyset Avena sativa \emptyset	70 46 58
Aerophagie	siehe Luftschlucken		
Akne siehe auch Ausleitungsbedarf			
	hormonell bedingt	Viola tricolor \emptyset	71
Allergien	Stauungsprozesse, Leber und Galle Stoffwechselschwäche Heuschnupfen akut Heuschnupfen vorbeugend und akut gegen Tierhaare	Taraxacum \emptyset Urtica dioica \emptyset Mercurialis D2, D6, D12 Urtica-Sambucus comp. Urtica-Sambucus comp.	66 69 82 77 77
Altersbeschwerden	Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit	Ginkgo \emptyset	46
Altersherz	Druck in der Herzgegend	Crataegus \emptyset	38
Amenorrhoe siehe Menstruationsbeschwerden			
Anämie	mangelnde Begeisterungsfähigkeit Stoffwechselschwäche Teilnahmslosigkeit, Depression	Rosmarinus \emptyset Urtica dioica \emptyset Absinthium \emptyset	61 69 24
Anaphrodisiakum		Lupulus \emptyset	52
Angina pectoris		Crataegus \emptyset	38
Angst	Depressionen Alpträume Verlassenheitsängste Unruhe Schlafstörungen grosse Spannungen	Hypericum \emptyset Viscum album \emptyset Angelica archangelica \emptyset Passiflora incarnata \emptyset Lavandula \emptyset Valeriana \emptyset	49 72 28 58 51 70
Anorexia nervosa siehe Essstörungen - Magersucht			
Antriebschwäche	Konzentrationsstörungen Wärmemangel, Pankreasschwäche mangelnde Begeisterungsfähigkeit Stauungsprozesse Leber, Galle, Mangel an Beweglichkeit Mutlosigkeit Zerstreuung Teilnahmslosigkeit, depressive Verstimmung	Daucus comp. Hypericum comp. Rosmarinus \emptyset Taraxacum \emptyset Angelica archangelica \emptyset Daucus comp. Absinthium \emptyset	73 75 61 66 28 73 24

Indikationen	Begleitindikationen	Mittel	Seite
Aphthen	äusserlich	Plantago lanceolata Ø Chamomilla Ø	58 36
Appetitlosigkeit	psychosomatisch Verdauungsschwäche Völlegefühl Stauungsprozesse, Leber und Galle vor allem bei Kindern psychosomatisch harmonisierend psychovegetative Schwächezustände	Centaurium Ø Gentiana Ø Melissa comp. Taraxacum Ø Cichorium intybus Ø Angelica archangelica Ø Cynara scolymus Ø Absinthium Ø Millefolium Ø	35 44 75 66 37 28 39 24 57
Arteriosklerose	Bluthochdruck erhöhte Blutfettwerte Vorbeugend	Allium ursinum Ø Cynara scolymus Ø Crataegus Ø	27 39 38
Arthritis	psychosomatisch, siehe auch Rheumatischer Formenkreis Stoffwechselschwäche	Fraxinus excelsior Ø Urtica dioica Ø	43 69
Arthrose	siehe auch Rheumatischer Formenkreis	Fraxinus excelsior Ø	43
Asthma	Angstzustände langwierig-hartnäckig-zehrend Druck in der Herzgegend	Hedera helix Ø Glechoma hederacea Ø Crataegus Ø	48 47 38
Atemwegserkrankungen	Entzündungen Abwehrschwäche langwierig-hartnäckig-zehrend chronische Sinusitis	Chamomilla Ø Echinacea purpurea Ø Glechoma hederacea Ø Sambucus nigra Ø Tropaeolum majus Ø Angelica archangelica Ø	36 40 47 63 68 28
Atonische Zustände der Gallenwege		Absinthium Ø	24
Atonische Zustände des Magens		Absinthium Ø	24
Augenleiden	Nervosität, Spannungen brennende, tränende Augen, Ermüdungserscheinungen Euphrasia	Valeriana Ø	70
Ausleitungsbedarf			
Anregung der Leber- und Gallenfunktion	Leberschwäche	Cichorium intybus Ø	37
Anregung der Leberfunktion	Stauungsprozesse, Leber und Galle Leberschutz, -regeneration Belastung der Leber durch Medikamente, Umweltgifte u.ä.	Taraxacum Ø Carduus marianus Ø Carduus marianus Ø	66 34 34
Anregung der Nierenfunktion	Leberschwäche Erstarrungszustände Bindegewebschwäche Stoffwechselschwäche geschwächte Nierenfunktion	Taraxacum comp. Betula Folium Ø Equisetum arvense Ø Urtica dioica Ø Solidago Ø	77 31 41 69 65
Anregung des Lymphflusses	Bindegewebschwäche Vitalitätsverlust Stautendenz	Solidago comp. Calendula Ø Melilotus Ø	76 33 54
Schwermetallausleitung	Schockzustände Stoffwechselschwäche Überwindung der Blut-Hirnschranke	Geranium robertianum Ø Allium ursinum Ø Coriandrum Ø*	45 27

Indikationen	Begleitindikationen	Mittel	Seite
Bandscheibenvorfall		Hypericum \emptyset	49
	Bindegewebschwäche	Equisetum arvense \emptyset	41
Bauchspeicheldrüsenschwäche		Hypericum comp.	75
		Gentiana \emptyset	44
Beine			
Schwellungen	chronische Veneninsuffizienz	Melilotus \emptyset	54
Juckreiz	chronische Veneninsuffizienz	Melilotus \emptyset	54
Schmerzen und Schweregefühl	chronische Veneninsuffizienz	Melilotus \emptyset	54
	chronische Veneninsuffizienz	Aesculus \emptyset	25
Belastbarkeit, verminderte		Avena sativa \emptyset	29
Bettnässen	psychische Belastung	Hypericum \emptyset	49
	Sorgen	Passiflora incarnata \emptyset	58
	innere Spannungen	Valeriana \emptyset	70
Bindegewebschwäche		Equisetum arvense \emptyset	41
Bindegewebeverschlackung		Equisetum arvense \emptyset	41
Bindehautentzündung		Euphrasia \emptyset	42
Blähungen	Verdauungsschwäche	Gentiana \emptyset	44
	Krämpfe, Übelkeit	Mentha piperita \emptyset	56
	Entzündungen	Salvia \emptyset	62
	Darmflora, gestörte	Tropaeolum majus \emptyset	68
		Angelica archangelica \emptyset	28
	Aufstossen	Taraxacum comp.	77
Blasenentzündung		Solidago comp.	76
	Beziehungsproblematik	Solidago \emptyset	65
	Erstarrungszustände	Betula folium \emptyset	31
	Bindegewebschwäche	Equisetum arvense \emptyset	41
	Abwehrschwäche	Echinacea purpurea \emptyset	40
	Abwehrschwäche	Tropaeolum majus \emptyset	68
Blutarmut	siehe Anämie		
Blutdruckstörungen	regulierend	Crataegus \emptyset	38
	Druck in der Herzgegend	Crataegus \emptyset	38
Blutdruckstörungen			
zu hoher Blutdruck (Hypertonie)		Viscum album \emptyset	72
	Arteriosklerose	Allium ursinum \emptyset	27
zu niedriger Blutdruck (Hypotonie)	mangelnde Begeisterungsfähigkeit	Rosmarinus \emptyset	61
Blutergüsse		Bellis perennis \emptyset	30
	siehe auch Verletzungen, stumpfe		
Blutfettwerte, erhöhte		Cynara scolymus \emptyset	39
Blutreinigung		Urtica dioica \emptyset	69
		Allium ursinum \emptyset	27
Blutungen		Bellis perennis \emptyset	30
	zur lokalen Anwendung	Bursa pastoris \emptyset	32
Blutungen, starke hellrote Farbe	Millefolium		
Borreliose	Hautrötungen, Erythema	Dipsacus fullonum \emptyset^*	
	Prophylaxe nach Zeckenbissen und begleitend	Geranium robertianum \emptyset	45
	in der Borreliosetherapie		
Brechreiz, siehe Übelkeit, Brechreiz			
Bronchialkatarrh		Hedera comp.	74
		Imperatoria \emptyset	