

Barbara Schuhrk

Anwendungsmöglichkeiten von Heilpflanzen bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Die Gegenwart und ein Blick in die Vergangenheit:
Vom Alpranken bis zum Hagedorn

Weißdorn steht immer wieder im Mittelpunkt der phytotherapeutischen Behandlung bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Dennoch ist er nur einer von vielen: Mistel, Herzgespann, Ginkgo, Buchweizen, aber auch Rosskastanie und Knoblauch finden hier Anwendung und waren bereits in der Vergangenheit von großer Bedeutung. Betrachten wir somit nicht allein die rationale Phytotherapie, die Gegenwart, sondern ebenfalls den Ursprung, die Ethnobotanik und einige jener Heilpflanzen, die auf Grund ihrer Toxizität heute nur noch standardisiert genutzt werden, jedoch lange gebräuchlich waren.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen gehören zu jenen Krankheiten, die in den vergangenen Jahren immer weiter zugenommen haben und weiter ansteigen. Auch hier bietet die Heilpflanzenkunde zahlreiche Möglichkeiten der Behandlung. Wichtig vor Einsatz der Phytotherapie jedoch ist eine abklärende Diagnose, denn eine Selbstdiagnose ist nicht nur nicht möglich, da es spezieller Geräte bedarf, um konkrete Defizite feststellen zu können, sondern vor allem besteht bei selbstdiagnostischen Vorgehen ein hohes Risiko, da es sich um ernsthafte, schwerwiegende und weitreichende Krankheiten handelt, bei denen eine genaue Dosierung der Arzneimittel – auch der pflanzlichen Drogen – eingehalten werden muss.

Herzschwäche und funktionelle Herzbeschwerden

Bei Belastung oder in Unruhe ist das Herz in Folge mangelnder Pumpleistung nicht mehr in der Lage, die erforderliche Menge an Blut zu fördern. Dadurch kommt es zu Herzjagen, Sauerstoffmangel einhergehend mit Atemnot, Austritt von Flüssigkeit in das Gewebe – besonders im Bereich der Fußgelenke und Beine – sowie anderen Symptomen. Die New York Heart Association (NYHA) hat verschiedene Schweregrade definiert; die Stufen III und IV bedürfen der ärztlichen Therapie, während bis zur Stufe II noch mit Extrakten aus Weißdornblättern mit Blüten behandelt werden kann:

- **NYHA Stufe I:** Keine Symptome erkennbar
- **NYHA Stufe II:** Atemnot bei körperlicher Betätigung
- **NYHA Stufe III:** Atemnot bei Bewegung in der Ebene

• NYHA Stufe IV: Atemnot im Liegen

Bei funktionellen Herzbeschwerden handelt es sich um herzbezogene Beschwerden, die sich in Herzjagen, Schmerzen, Beklemmungsgefühl oder Herzstolpern äußern und die keine organische Ursache haben. Vor einer entsprechenden Diagnose müssen solche daher ausgeschlossen werden. Häufig werden funktionelle Herzbeschwerden von Schlafstörungen, nervöser Unruhe, Angstgefühlen, Schweißausbrüchen oder Erschöpfungszuständen begleitet. Bei funktionellen Herzbeschwerden werden Herzgespannkraut oder auch Weißdornblätter mit Blüten verwendet. Bei nervösen Begleiterscheinungen eignen sich zur unterstützenden Therapie Hopfenzapfen, Baldrianwurzel, Melissenblätter oder Lavendel.

Arterielle Hyper- und Hypotonie

Wenn die Blutdruckwerte auf mehr als 160/95 mmHg steigen, spricht man von Bluthochdruck, Grenzwerthypertonie liegt vor, wenn die Werte bei 140/90 bis 160/95 mmHg liegen. Für Bluthochdruck kann es zahlreiche Gründe geben. Zusätzlich zur ärztlichen Therapie ist eine knoblauchreiche Kost (6 Gramm frische Knoblauchzehen pro Tag) oder eine regelmäßige Einnahme von Fertigarzneien aus Knoblauch sinnvoll. Weißdornblätter mit Blüten wirken erweiternd auf die Herzkrankgefäße, sodass eine geringfügige Senkung des hohen Blutdruckes erzielt werden kann.

Die NYHA hat eine Studie mit Halbbitter-Schokolade (1 Tafel pro Tag entspricht einer halben Tafel Edelbitter) gegen Placebo (weiße Schokolade) in Auftrag gegeben. Hintergrund: Die Halbbitter-Schokolade weist einen hohen Gehalt an Gerbstoffen auf (Catechin,

Anwendungsgebiete und pflanzliche Drogen (Beispiele):

- Herzmuskel- und Koronarinsuffizienz: Weißdorn, Digitaloid-Drogen
- Periphere arterielle Verschlusskrankheit: Ginkgo-Spezialextrakt
- Chronische venöse Insuffizienz: Rosskastaniensamen
- Hypertonie, Hyperlipidämie, Arteriosklerose: Knoblauch

Epicatechin), die denen der Weißdornblätter mit Blüten ähneln. Fazit: Die geprüfte Schokolade senkte nach einer Behandlungsdauer von einem Monat signifikant den systolischen und diastolischen Blutdruck um etwa 10 mmHg. Cholesterinwerte werden durch diese Schokoladentherapie nicht erhöht – allerdings könnte sich das Körpergewicht nachteilig verändern ...

Sinken die Blutwerte unter 105/60 mmHg, so spricht man von niedrigem Blutdruck, arterieller Hypotonie. Sie kann mit Schwindelgefühlen, Sehstörungen, Kopfschmerzen, Kältschweißigkeit, geringer Belastbarkeit sowie kalten Beinen und Armen einhergehen. Gegen Ohnmacht kann Campher verwendet werden. Für chronische Kreislaufprobleme können ölige Einreibungen mit ätherischem Öl aus Rosmarinblättern bzw. -öl, das ebenfalls Campher enthält, oder Lavendelblüten (Oleum aetheroleum, 10%ig, ölige Einreibung) wie auch Vollbäder mit den entsprechenden Drogen vorgenommen werden.

Achtung: Einige ätherische Öle sind in der Schwangerschaft nicht einzusetzen!

Die Gefäße

In Folge einer mangelnden Leistung der Venenklappen kommt es zum Rückfluss des venösen Blutes und zu Stauungen in den Venen. Es bilden sich Krampfadern aus, es kommt zu Schwellungen, später zu Hautveränderungen und offenem Bein (Ulcus cruris). Pflanzliche Präparate können die Symptome der chro-



Barbara Schuhrk

Journalistin und Autorin, erlag bereits in jungen Jahren der „Faszination Natur“. Dank Privatunterricht und Selbststudium spezialisierte sie sich zunächst auf Bäume und deren Heilkraft, sowie die Historie der Pflanzenheilkunde. Ihre Erfahrung legitimierte sie durch die Ausbildung Phytotherapie und eröffnete nun eine Heilpflanzenschule und Naturwerkstatt, deren Ziel es ist, das verlorene Wissen um die Kraft der Natur in Erinnerung zu rufen und zu bewahren. Zudem unterrichtet sie in den Bereichen Kreatives Schreiben und Literatur.

Kontakt:

Rauenthaler Strasse 17, D-65239 Hochheim am Main
bs@schuhrk.de, www.schuhrk.de,
www.alruna-heilpflanzenschule.de

nisch venösen Insuffizienz nicht rückgängig machen, den Verlauf aber durchaus aufhalten. Sie sollten deshalb frühestmöglich eingesetzt werden.

Innerlich werden Fertigpräparate aus Rosskastaniensamen, Mäusedornwurzelstock und rotem Weinlaub eingesetzt, letzteres gilt als am verträglichsten. Auch Buchweizen- und Steinklee-Krautpräparate sind als standardisierte Teepräparate geeignet. Äußerlich werden Salben aus Beinwellwurzel, Rosskastanien und Mäusedorn oder Arnikatinktur verwendet.

Durch Verhärtungen oder Kompletverschluss von Arterien kann es zur Minderdurchblutung des Gewebes kommen, das von den entsprechenden Blutgefäßen versorgt wurde. In über 90 Prozent der Fälle sind ausschließlich die Extremitäten betroffen. Man teilt verschiedene Schweregrade der peripheren Durchblutungsstörungen ein, deren erste drei Stadien mit Präparaten wie Ginkgoblätterspezialextrakt (nur als Fertigarzneimittel!) behandelt werden können. Unterstützend zur medikamentösen Therapie kann auch eine langfristige Anwendung von Buchweizenkraut die Mikrozirkulation des Blutes verbessern.

Mistel, die Pflanze des Herzens

Die Kelten verehrten Misteln als Allheilmittel gegen jedwede Krankheit, gegen Gift und Unfruchtbarkeit. Wie Plinius der Ältere erzählt, zogen die keltischen Druiden in die Eichenhaine, um dort mit goldenen Sichel Misteln zu

schneiden und daraus einen Trank gegen Unfruchtbarkeit zu brauen: Er schreibt, dass „die Druiden nichts Heiligeres kennen, als die Mistel und den Baum, auf dem sie wächst, sie glauben, dass es sich dabei um Eichen handelt (Plinius, Hist. Nat. XVI, 249). Bauern kochten Mistelzweige in Bier, gaben das Getränk „verzaubertem“ Vieh zu saufen. Mistel schützte im Volksglauben gegen Blitzschlag, brachte als Amulett Glück; seit Urzeiten kochte man Salben und braute Getränke aus der Mistel, um die Fruchtbarkeit zu fördern, harte Geschwulst zu vertrei-

ben oder Fallsucht (Epilepsie) vorzubeugen. Nach Schweizer Mythen heilt die Mistel Kröpfe, Geschwüre, Fallsucht, Ohrenkrankheiten, Milzleiden, Rotlauf, Gicht, Gift, Pest und Frostbeulen. Auch Kräuterpfarrer Kneipp empfahl den Frischsaft aus den jungen Zweigen gegen Unfruchtbarkeit, Gebärmutterstörungen und -geschwülste sowie Weißfluss. Unheimlich aber wirkte die Schmarotzerpflanze mit klebrigen, perlenartigen Beeren schon. Namen im Volksmund zeugen davon: Hexennest, Hexenbuschen, Teufelsbesen, Alpranke.

Klinisch erwiesen ist inzwischen die krampflösende, blutdrucksenkende Wirkung der Mistel. Misteltee oder Misteltropfen verlangsamen den Herzschlag und erweitern die Arterien.

Rudolf Steiner, der intuitiv sehr viel altkeltische Weisheit in die neue Zeit hereinbrachte, hat die Mistel für die Krebstherapie wiederentdeckt. Nach der alten Signaturenlehre ist es durchaus schlüssig, dass diese schmarotzende Pflanze ihr Gegenbild in krebssigen Wucherungen hat. Oft befällt die Mistel knorrige, „verkrebste“ Bäume, die auf geomantischen Strahlenkreuzungen wachsen. Viele Landwirte und Radiästheten glauben, dass die Mistel dem Baum hilft, indem sie die „böartige Strahlung“ mildert oder die „schlechten Säfte“ neutralisiert. Tatsächlich wurde inzwischen in der Mistel nicht nur ein tumorhemmendes Protein entdeckt, sondern zugleich auch ihre das Immunsystem stimulierende Wirkung bestätigt. Eine höhere Lebenserwartung der mit Mistel behandelten Krebskranken ist statistisch erwiesen.

Die Mistel enthält Viscotoxine, Lectine, Flavonoide, Polysaccharide, biogene Amine und Schleimstoffe. Mistelpräparate und Misteltee werden zur Senkung des Bluthochdruckes und zur Vorbeugung von Arteriosklerose eingesetzt. Diese Verwendung findet ihren Ursprung in der volksmedizinischen Handhabung. Die Droge wird zusammen mit Weißdorn zur Unterstützung der Herzaktivität empfohlen. Ebenso verabreicht man die Mistel nach schweren Infektionskrankheiten, um den Herzmuskel zu stärken. Außerdem werden Mistelpräparate lokal bei entzündlichen, degenerativen Gelenkerkrankungen, Arthrosen und Bandscheibenerkrankungen gespritzt. Zunehmend rückt auch die unterstützende Behandlung von Krebserkrankungen mit injizierten Mistelpräparaten in den Vordergrund.

Weißdorn: Schutz von Hag und Herz

Kelten, Germanen und neolithische Bauern nutzten den Weißdorn als Nahrung, verehrten ihn als heiligen Baum. Offiziell aber wurden die kardiotonischen Qualitäten des Weißdorns erst im 19. Jahrhundert entdeckt. Ein Siegeszug begann, der bis heute kein Ende fand.

Der Weißdorn oder Hagedorn ist ein Gehölz, welches sich gern am Rand des kultivierten Landes, der Felder und Weiden ansiedelt, zusammen mit Schlehen, Brombeeren, Wildrosen und Kreuzdorn eine natürliche Hecke, einen Hag bildet. Hagedorn verweist auf diesen Namen, die Wildrose – auch Hagebutte genannt – im Übrigen nicht minder. Nachdem die Jäger und Sammler sesshaft geworden waren, bildeten sich die Dornhecken als Randbiotop der gerodeten und kultivierten Flächen aus. So wurde der Weißdorn allmählich zum Inbegriff für Schutz und Sicherheit für den Hof oder Weiler: Die Hagedornhecke verhinderte das Eindringen reißender Wölfe und Bären, anderer wilder Tiere und Menschen. Auch Dämonen, Krankheitsgeister und Unholde würden, so war man überzeugt, an den spitzen Dornen hängen bleiben, würden sie nur versuchen, in den heiligen Kreis einzudringen, in dessen Mittelpunkt als Herz der Gemeinschaft ein Feuer brannte. Noch lange glaubte die ländliche Gesellschaft, dass man sich einer Krankheit entledigen könne, wenn man durch eine Weißdornhecke krieche. Auch Tiere wurden daher durch den Hagedorn getrieben, um Parasiten, Krätze und Räude abzustreifen und zu gesunden.



Abb. 1: von links: Steinklee, Weißdorn, Crataegus im Frühjahr, Ginkgo (Quelle: www.pixelio.de), Aconitum, blauer Eisenhut

Herzgespannkraut (*Leonuri herba*)

Inhaltsstoffe: Iridoide, wenig ätherisches Öl

Indikationen: Als unterstützendes Mittel (Adjuvans) bei nervösen Herzbeschwerden oder im Rahmen einer Schilddrüsenüberfunktion

Volksmedizin: Uteruszusammenziehende und beruhigende (sedierende), krampflösende (spasmolytische) Wirkung im Magen-Darm-Trakt

Kontraindikation: Schwangerschaft

Nebenwirkung: In größeren Mengen können Erbrechen, Leibscherzen, blutige Stühle und unstillbarer Durst auftreten

Zubereitung: 2 bis 4,5 Gramm (2 bis 4 TL) auf 150 ml als Infus kurmäßig über zwei bis vier Wochen, dabei eine Tasse täglich

Tagesdosis: 4,5 Gramm Droge

Fertig-AM: Ocacant N Dragees, Mutellon Tropfen

Weißdornblätter mit Blüten (*Crataegi cum flore*)

Die Droge sollte nicht ohne ärztliche Diagnose der Herzbeschwerden angewendet werden, da schwerwiegende Herzerkrankungen anders therapiert werden müssen

Inhaltsstoffe: Gerbstoffe (oligomere Procyanide), Flavonoide

Indikationen: Prophylaktische Anwendung zur Verhinderung von Herzinsuffizienz, bei beginnender Herzinsuffizienz (Stadium I und II NYHA), Durchblutungsförderung der Herzkranzgefäße (Koronarien), bei leichten Formen von Herzrhythmusstörungen einhergehend mit einem verlangsamten Puls; leicht blutdrucksenkende Wirkung durch Herabsetzung des Gefäßwiderstandes

Zubereitung: 1 bis 1,5 Gramm (1 TL) Droge auf 150 ml Wasser als Infus; kurmäßige

Anwendung über mindestens sechs Wochen!

Die Kommission E hat eine positive Monographie nur für ethanolische Zubereitungen (Ethanolgehalt von 40 bis 80 Prozent) erteilt. Sie fordert die Einhaltung bestimmter Mindestwerte an Procyaniden oder Flavonoiden. Letztere gehen auch in ausreichender Menge in Teezubereitungen über. Für Fertigarzneimittel sind nach Richtlinien des BfArM keine Mindestgehalte an beiden Inhaltsstoffen erforderlich

Tagesdosis: 5 Gramm Droge

Fertig-AM: Crataegutt novo 450 Filmtabletten, Crataegus STADA Dragees

Sonstiges: Die Früchte sind in der Wirksamkeit nicht belegt, wengleich eine solche auf Grund des Gehaltes an Procyaniden herzuleiten ist. In älterer Literatur wird die Verwendung auch als nervenberuhigendes Stärkungsmittel beschrieben, der Einsatz bei Reizbarkeit und nervös bedingter Schlaflosigkeit empfohlen

Buchweizenkraut (*Fagopyri herba*)

Inhaltsstoffe: Flavonoide

Indikationen: Bei venösen Stauungen und Krampfaderbildung (durch klinische Studien belegt), Mikrozirkulationsstörungen des Blutes, Vorbeugung der Bildung von Ablagerungen einhergehend mit Verengungen der Blutgefäße (Arterioskleroseprophylaxe)

Nebenwirkung: Sehr selten Kopfschmerzen und Hautrötung nach Sonneneinstrahlung (Photosensibilisierung)

Zubereitung: Etwa 2 g (2 TL) auf 150 ml als Infus, zwei bis dreimal täglich über vier bis sechs Wochen; die Einnahme auf Rutin standardisierter Fertig-AM zeigt einen besseren Therapieerfolg

Tagesdosis: 4 bis 6 Gramm Droge oder 150 mg Rutin

Fertig-AM: Fagorutin Buchweizen-Tabletten, Fagorutin Buchweizen-Tee

Ginkgoblätter (*Ginkgo folium*)

Inhaltsstoffe: Ginkgoloide, Bilobalid, Flavonoide, Biflavone, Ginkgolsäure

Indikationen: a) Zerebrale Durchblutungsstörungen (bei hirnorganischen Leistungsstörungen, bei dementiellem Syndrom; Verbesserung der Gedächtnisleistung und des Lernvermögens); b) Periphere Durchblutungsstörung, beispielsweise verursacht durch arterielle Verschlusskrankheiten (Verbesserung der schmerzfreien Gehstrecke nach Fontaine, Stadium II); c) Schwindel, Ohrgeräusche (Tinnitus)

Kontraindikation: Überempfindlichkeiten gegenüber Ginkgo-biloba-Zubereitungen, Blutgerinnungsstörungen, vor Operationen (erhöhte Blutungsneigung)

Nebenwirkung: Blutgerinnungsstörungen, sehr selten leichte Magen-Darm-Beschwerden, Kopfschmerzen, allergische Hautreaktionen

Wechselwirkungen: Blutgerinnungshemmende Arzneimittel

Zubereitung: Nicht üblich als Teedroge, ausschließlich Verwendung von standardisierten Fertigpräparaten aus Spezialextrakten, in denen giftige Ginkgolsäuren entfernt und Ginkgoloide, Flavonoidglykoside sowie Bilobalid angereichert werden

Tagesdosis: abhängig von der Indikation: a) 120 bis 240 mg Trockenextrakt über mindestens acht Wochen; b und c) 120 bis 160 mg Trockenextrakt über mindestens sechs Wochen; wenn bei Tinnitus nach sechs bis acht Wochen keine Besserung eintritt, bringt eine weitere Therapie keine Vorteile

Fertig-AM: Tebonin forte Filmtabletten und Tropfen, Craton Dragees

In der Siedlung oder auf dem Hof, die von einem derart mächtigen Gewächs umgeben ist, lässt sich relativ ruhig schlafen. So ruhig, dass der Weißdorn im indogermanischen Sprachraum auch mit tiefem, unerschütterlichem Schlaf assoziiert wird. Svefnthorn, Schlafdorn somit, heißt der Baum im Isländischen. Die Nacht wird in der Älteren Edda poetisch als „die mit dem Schlafdorn Betraute“ umschrieben, Odin machte von diesem Zauber Gebrauch, als er Brunhilde mit einem Weißdornstachel stach, sodass die in einem tiefen Schläfe versank, Dornröschens Dornenhecke bestand vermutlich aus Weißdorn und Merlin, der Archetypus des keltischen Druiden, schläft träumend bis an das Ende der Zeit unter den Zweigen eines alten Hagedornbusches.

Dioskurides beschrieb bereits im 1. Jahrhundert nach Christi den Weißdorn als Heilpflanze. Im Mittelalter verwendete man die Früchte gegen Durchfall und starke Monatsblutung; die Steinkerne gegen Nieren- und Gallensteine. Im 19. Jahrhundert führte man in Amerika und Frankreich den Weißdorn als Herzmittel ein. Der irische Arzt Dr. Green war es, der das Mittel als erster verwendete. Seine Praxis geriet zum Wallfahrtsort für Herzpatienten, doch auch wenn man die Kraft des Weißdorns wesentlich eher entdeckt hätte, wäre dieses wohl auf wenig Interesse gestoßen, waren Herzprobleme vor der industriellen Revolution doch eher kein Thema. Erst mit der Unruhe und Hast, die eine von Maschinen dominierte Gesellschaft mit sich brachte und den Menschen aus seinem natürlichen Rhythmus riss,

kamen Herzprobleme ins Bewusstsein der Mediziner. Heute ist Herzversagen eine der häufigsten Todesursachen in der westlichen Welt.

Ginkgo: Ein lebendes Fossil

Ginkgogewächse besiedelten unsere Erde bereits im Jura mit Sippen, die der heutigen Form sehr ähnlich waren. Der Ginkgo ist einziger Überlebender der ganzen Pflanzenklasse der Ginkgoatae, die von der Trias bis zur Kreidezeit eine große Formenfülle aufwies und bereits im Perm vor 270 Millionen Jahren existierte. Im 10. Jahrhundert begannen chinesische Mönche, den Baum in ihren Tempelgärten zu pflanzen und Ginkgoblätter zu kauen, um geistig rege zu bleiben. Der Baum ist der-

Rezepturen

Weißdornextrakt:

Crataegi folium cum flores
(Weißdornblätter mit Blüten) 1 Teil
Ethanol, 42 Prozent 5 Teile

Herstellung eines Extraktes mittels
Mazeration

Herz-Tee:

Leonuri herba
(Herzgespannkraut) 10 Teile
Crataegi folium cum flores
(Weißdornblätter mit Blüten) 35 Teile
Hyperici herba (Johanniskraut) 5 Teile
Lavandula flos (Lavendelblüten) 10 Teile

Herstellung eines Infus aus 1 EL Tee,
morgens und nachmittags eine Tasse

Roskastanienextrakt zur äußerlichen Anwendung:

20 frische Roskastanien vierteln und in ein 750 ml-Gefäß füllen. Mit 32%-igem Korn oder 20%-igem Isopropanol auffüllen, sechs bis acht Wochen stehen lassen, abseihen und die Samen entfernen. Wichtig: Die Beschriftung sollte darauf hinweisen, dass dieser Extrakt nur äußerlich anzuwenden ist! Zwei bis dreimal täglich die betroffenen Stellen mit dem Extrakt einreiben. Da Alkohol die Haut austrocknet, anschließend eincremen.

art robust und überlebensfähig, dass ein Ginkgobaum sogar den Atombombenangriff auf Hiroshima überlebte. Seither gilt er bei den Japanern als Baum der Hoffnung. Doch bereits andere Völker sahen in dem zweigeteilten Blatt das Symbol von Gegensätzen bzw. der Einigkeit dieser. In den westlichen Ländern wurde der Ginkgo vom deutschen Botaniker und Arzt Engelbert Kaempfer erstmals erwähnt, der während seines Asienaufenthaltes die dortige Pflanzenwelt erforschte und sein Wissen 1712 im „*Amoenitates Exoticarum*“ veröffentlichte; Carl von Linné übernahm den Ginkgo später in seine botanische Nomenklatur. Johann Wolfgang von Goethe empfand den Baum als ein Zeichen der tiefen Verbundenheit, pflanzte in seinem Garten einen männlichen Ginkgo und widmete (auch) ihm 1851 das Gedicht *Ginkgo biloba*.

Die verwendeten Pflanzenteile des Ginkgos sind die getrockneten Laubblätter, in der Homöopathie die frischen Blätter, in der TCM rohe oder geröstete Samen und Blätter. Die Wirkstoffe steigern die Durchblutung und den Energiestoffwechsel, auch im Gehirn.

Vorsicht ist bei Patienten angebracht, die blutverdünnende Mittel einnehmen: Ginkgo wirkt ebenfalls blutverdünnend. In China und Japan werden die gerösteten Samen ähnlich wie Pistazien verzehrt; die TCM setzt Abkochungen der Samen bei Asthma, Husten mit Schleim

und bei Harnträufeln ein, Teeaufgüsse aus den Blättern bei Ohrensausen, Asthma und Bluthochdruck. Die Homöopathie verwendet die D2 und D4 bei kalten Füßen, Durchblutungsstörungen, Mandelentzündung, Schreibkrämpfen und Kopfschmerz. Ginkgo inaktiviert die toxischen Sauerstoffradikale, verbessert die Fließeigenschaft des Blutes und schützt die Mitochondrien. Fertigpräparate mit Ginkgo helfen bei Durchblutungsstörungen jedweder Art, sorgen dafür, dass das Gehirn besser durchblutet und leistungsfähiger wird. Fertigarzneien haben hier den Vorteil, dass sie genau definierte Wirkstoffmengen enthalten und die unerwünschten Begleitstoffe gezielt abgetrennt wurden.

Heilpflanze versus Giftpflanze

Der Rote Fingerhut (*Digitalis purpurea*) ist eine alte Heilpflanze, die allerdings auch ihre „giftigen Seiten“ hat. Der Fingerhut gehört zur Familie der Rachenblütler (*Scrophulariaceae*) und steht für Erkrankungen im Bereich von Herz und Kreislauf.

Die Bevölkerung mied den Roten Fingerhut für lange Zeit, galt er doch einst als Pflanze, aus der Hexen vielerlei unheimliche Zaubersprüche zu brauen wussten. Zudem soll er bei so manchem Giftmord eingesetzt worden sein. Die ersten Menschen, die den Roten Fingerhut nachweislich zu Heilzwecken nutzten, waren im 5. Jahrhundert die Iren. Auf Grund seiner Giftigkeit erfolgte die Anwendung jedoch nur äußerlich bei Wochenbettfieber, Geschwüren, schlecht heilenden Wunden und Kopfweh. Auch im Süden Englands und Südnorwegen ist der Rote Fingerhut als alte Arzneipflanze bekannt. In deutschsprachigen Kräuterbüchern tauchte er erst im 16. Jahrhundert auf: Die erste Abbildung erschien 1539 im „*New Kreutterbuch*“ von Hieronymus Bock, der Name *Digitalis* wurde erst 1543 im „*New Kreutterbuch*“ von Leonard Fuchs erwähnt, einem der „Väter der Botanik“. Verwendung in der Schulmedizin fand der Fingerhut durch den englischen Arzt William Withering. Dieser untersuchte auf Grund von Berichten über die Heilung einer herzkranken Frau die Wirksamkeit der Pflanze intensiver und veröffentlichte seine Forschungsergebnisse dazu im Jahre 1785.

Alle Teile der Pflanze enthalten Herzglykoside, die sich bei fachkundigem Einsatz als sehr wertvolles Arzneimittel erweisen. Die Eigenbehandlung aber ist lebensgefährlich!

Medizinisch genutzt werden die getrockneten Blätter, in der Regel innerhalb der Blütezeit zwischen Juli und August geerntet. Diese stellen ein klassisches Herzmittel dar, das bei unregelmäßiger oder unzureichender Herzrhythmusfunktion verordnet wird. Heutzutage allerdings wird die Droge selbst nur noch sehr selten angewandt, sondern vielmehr die standardisierten Extrakte oder isolierten Reinsubstanzen für Fertigpräparate genutzt. Auch die Blätter des Wolligen Fingerhuts (*Digitalis lanata*) wer-

den zu Herzmedikamenten verarbeitet; Vorteil ist, dass er leichter zu kultivieren ist, drei- bis fünfmal so viele Wirkstoffe enthält und die Verträglichkeit der Glykoside deutlich höher liegt. Äußerlich wird Fingerhut noch gelegentlich in Form von Umschlägen oder als Fertigpräparat zur Wundheilförderung und bei Venenleiden eingesetzt. Auch gibt es Augentropfen gegen Ermüdungserscheinungen beim Nahsehen. Die Homöopathie setzt *Digitalis* bei Herzschwäche, Migräne einhergehend mit Übelkeit sowie bei Blasen- und Nierenleiden ein. Da der Rote Fingerhut eine der giftigsten Pflanzen unserer heimischen Flora ist, sollte jedwede Selbstbehandlung mit ihm dringlich unterlassen werden!

Leichte Vergiftungssymptome sind Übelkeit, Erbrechen, Koliken; schwerere äußern sich in Atemnot, gestörtem Farbsehen, Benommenheit, Schwindel, psychotischen Zuständen, Verwirrtheit, Blutdrucksteigerung und der Hemmung der Reizleitung im Herzen bis hin zum Herzstillstand. Schwere Vergiftungen bei innerer Anwendung sind selten, da der sehr bittere Geschmack der Glykoside die Aufnahme in größeren Mengen bereits zu verhindern weiß und sofortiges Erbrechen auslöst. Dennoch können Vergiftungen auch durch eine Überdosis an Fertigpräparaten hervorgerufen werden, die überwiegend geschmacklos sind. Bereits eine sechzigprozentige Überdosierung kann zu toxischen Erscheinungen führen. Diese Vergiftungssymptome zeigen sich durch Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Herzrhythmusstörungen, Kopfschmerzen, Augenflimmern, Halluzinationen bis hin zum Tod durch Herzstillstand.

Neben dem Roten Fingerhut waren auch das Maiglöckchen, der Waldmeister und die Herbstzeitlose Heilmittel unserer Vorfahren. Die Dosis machte das Gift, und diese wurde vergessen. Standardisierte Präparate aber überlebten und tragen Kunde von einstigen Hütern, Beschützern und Pflanzen des Herzens, die noch heute genau den Mittelpunkt unseres Seins zu schützen wissen.



Literaturhinweise

Bächthold-Sträubli, Hanns: Handwörterbuch des deutschen Aberglaubens. Walter de Gruyter Verlag 1987

Brosse, Jacques: Mythologie der Bäume, Olten: Walter 1990

Höfler: Volksmedizinische Botanik der Kelten. In: Archiv für Geschichte der Medizin 1911

Koch, E. et al., Pharm. Unserer Zeit, Nr. 1, 52-57, 2005

Storl, Wolf Dieter: Heilkraft der Pflanzen. AT Verlag 2002

Strassmann, Renato: Baumheilkunde. AT Verlag 1994

Vogelsang, Dr. Katharina: Unterlagen Ausbildung Phytotherapie. Selbstverlag