

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind trotz aller vermeintlichen Fortschritte der Medizin die häufigste Todesursache in der westlichen Welt. Warum zeigt sich unsere Mitte derart labil? Wir sind aus dem Kreislauf geraten, vermögen unserem Herzen nicht mehr zuzuhören und betrachten es schlicht als Pumpe. Doch in jener Zeit, in der wir noch intakt – oder vielmehr im Takt – waren, galt eine Erkrankung des Herzens mitnichten als organische Insuffizienz...

HP Barbara Schuhrk

Herzspflanzen – Heilpflanzen mit herzstärkender Wirkung



Eisenkraut, Foto: Denis Barthel



Roter Fingerhut,
Foto: Norbert Nagel

Die Verfasserin:

Barbara Schuhrk, Hubertushof, D-50259 Pulheim-Stommelerbusch, www.alruna-heilpflanzen-schule.de
Mail: bs@schuhrk.de

Heute ist Herzversagen eine der häufigsten Todesursachen in der westlichen Welt.

Früher: Das Herz als Sitz der Seele

Bereits in alten Zeiten wurde unserem Herzen sehr viel Aufmerksamkeit geschenkt. Das Leid mit dem Herzen jedoch beinhaltete damals gänzlich andere Symptome, als es heutzutage der Fall ist. Ein versteinertes Herz, Hartherzig- oder womöglich gar Herzlosigkeit, verzauberte, gestohlene, zerbrochene, schmerzende, blutende Herzen; enge, also ängstliche, große oder kleine, somit verschlossene oder geizige, grausame Herzen, warme und weiche - Herzeleid war anders geartet. Herzkrankheiten waren Erkrankungen der Seele, das Herz das Zeichen für Liebe und Gefühl, unsere Mitte, unser Wissen, für Weisheit und Erfahrung.

Das ungeborene Kind wird unter dem Herzen getragen, ein Mensch ins Herz geschlossen, das Herz entflammt in Liebe. Liebe ist nicht fassbar, nicht rational zu messen. Die menschliche Seele ist nicht fassbar, organisch nicht zu orten. Naheliegender ist somit, wo der tatsächliche Sitz unserer Seele ist: in unserer Mitte. Doch diese ist heutzutage nicht mehr bestimmend...

Etwa 300 Gramm wiegt es. Sein "Kanalsystem" erstreckt sich über eine Länge von rund 100.000 Kilometern, das Zweifache des Erdumfanges. Zirka 100.000-mal schlägt es täglich und "pumpt" 7000 Liter Blut am Tag durch den menschlichen Körper. Das Herz – unser Herz. Wir danken es ihm nicht. Wir verschwenden nicht einen Gedanken. Es ist ein Hochleistungsmotor, ein Hohlraum aus Muskelgewebe, angefüllt mit "Unsichtbarem", das nicht greifbar, nicht rational erklärbar ist ...

Herzprobleme waren vor der industriellen Revolution nicht von Bedeutung. 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.

Das Herz sollte im Einklang mit dem Herzen der Erde schlagen.

Du sollst fühlen,
dass du ein Teil des Ganzen bist,
das dich umgibt.

(Cayenne, Segensspruch)

Unser Herz leidet unter dem Kontrast zum traditionellen, eigentlichen Bild. Wagen wir somit die erweiterte Sichtweise: Aus ethnomedizinischer Sicht fallen Herz-Kreislaufprobleme unter die Zivilisationskrankheiten. Jäger und Sammler litten unter Knochenbrüchen, Magen-Darmproblemen, gegebenenfalls auch unter Lungenleiden; sesshafte Bauern unter Infektionskrankheiten, die die Enge im Zusammenleben zwischen Mensch und Tier mit sich brachte. Indigene Völker, Naturvölker, kennen keine Herzkrankheiten - Herzmittel sind unbekannt, da nicht erprobt.

Unser heutiges Herz hingegen wird eingeeignet, eingesperrt in einer Corsage aus Pflichterfüllung und Entsagung der eigenen Bedürfnisse, Lustbarkeiten und Wurzeln. Enge in der Brust, Herزدruck sind vorprogrammiert ...

Heute: Das Herz als Motor des Körpers

Schon Hildegard von Bingen verglich das Haus mit dem menschlichen Leib. Die Mitte bildete der Ofen, das wärmende Feuer. Unsere Seele. Doch diese, unsere Spiritualität, das ganze Universum wurde entmythologisiert. Reduktionistisches Denken degradierte unseren Kreislauf zur Mechanik: Das Herz stellt den Motor, die Organe sind Prozessoren und Beiwerk, ein Versagen kann innerhalb einer Wartung überprüft, die "Maschine" mittels Betablockern, Kalziumantagonisten, ACE-Hemmern, Antiarrhythmika, herzwirksamen Glykosiden, Herzklappenprothesen, Bypassen, Stents und Spenderherzen überholt werden. Nebenwirkungen mögen an dieser Stelle nicht erwähnt werden; Seelenlosigkeit ist das größte Risiko.

Wir sterben an Herz-Kreislauf-Versagen, kämpfen mit Herzrhythmusstörungen und sind scheinbar nicht in der Lage, die eigentliche

Herzkrankungen sind keine mechanischen Defekte, sondern Ausdruck unserer seelischen Befindlichkeit.

(Olaf Rippe, das Herz – Organ der Selbsterkenntnis)

Ursache zu erkennen: Wir sind dem Kreislauf des Seins entbrochen, vergaßen unsere Stellung im Kreis der Natur, des Lebens; wir orientieren uns an einem mechanischen und industriellen Takt, an der Eile und Schnelllebigkeit der Neuzeit. Unsere längere Lebenserwartung birgt weiteres Risiko. Die denaturierte Lebensweise kommt genauso hinzu wie kulturelle Zwänge, der Stress der Neuzeit. Wir laufen im Kreise, ein Teufelskreis. Kreislauf-Probleme sind somit nicht verwunderlich. Wir haben das Vertrauen in die Natur und in den natürlichen Ablauf der Dinge verloren. Stattdessen lauschen wir der fordernden Stimme der Gesellschaft, hören auf die Erwartungen, die es vermeintlich zu erfüllen gilt. Lassen uns beherrschen vom Alltag und den Nichtigkeiten dieser Welt. Nicht jedoch hören wir auf unser Herz: Unsere Mitte geriet in Vergessenheit, degradiert zu einer Pumpe, die bestenfalls dank einer medizinischen Werkstatt maschinell am Laufen gehalten wird.

Bypassoperationen kosten in Europa zwischen 50.000 und 100.000 Euro. In Deutschland werden im Jahr rund 70.000 solcher Eingriffe vorgenommen. Ein Milliardengeschäft ...

Herzschwäche und funktionelle Herzbeschwerden

Das Milliardengeschäft birgt ein Vorprogramm und Unsicherheiten: Herz-Kreislaufferkrankungen müssen ärztlich abgeklärt werden, da es sich auch um ernsthafte, schwerwiegende und weitreichende Krankheiten handeln kann, bei

denen eine genaue Dosierung der Arzneimittel eingehalten werden muss.

Herzschwäche – Herzinsuffizienz

Bei Belastung oder in Unruhe ist das Herz infolge von mangelnder Pumpleistung nicht mehr in der Lage, die erforderliche Menge an Blut zu fördern. Dadurch kommt es zu Herzjagen (zur Kompensation der verminderten Förderung des Blutes schlägt das Herz pro Minute häufiger), Sauerstoffmangel einhergehend mit Atemnot, Austritt von Flüssigkeit in das Gewebe, besonders im Bereich der Fußgelenke, der Beine (bei schwerer Herzinsuffizienz auch offenes Bein) und anderen Symptomen.

Die New York Heart Association (NYHA) hat verschiedene Schweregrade der Herzschwäche (Herzinsuffizienz) definiert:

NYHA Stufe I: Keine Symptome erkennbar

NYHA Stufe II: Atemnot bei körperlicher Betätigung wie beispielsweise Treppensteigen

NYHA Stufe III: Atemnot bei Bewegung in der Ebene

NYHA Stufe IV: Atemnot im Liegen

Die Stufen III und IV bedürfen der ärztlichen Therapie, während bis zur Stufe II einer Herzinsuffizienz noch mit Extrakten aus Weißdornblättern mit Blüten behandelt werden kann. Weißdornfrüchte enthalten weniger wertgebende Inhaltsstoffe.

Funktionelle Herzbeschwerden

Es handelt sich um herzbezogene Beschwerden, die sich in Herzjagen, Schmerzen, Beklemmungsgefühl oder Herzstolpern äußern und die keine organische Ursache haben. Vor einer entsprechenden Diagnose müssen deshalb organische Erkrankungen des Herzens

ausgeschlossen werden. Häufig werden funktionelle Herzbeschwerden von Schlafstörungen, nervöser Unruhe, von Angstgefühlen, Schweißausbrüchen oder Erschöpfungszuständen begleitet. Bei funktionellen Herzbeschwerden werden Herzgespannkraut oder auch Weißdornblätter mit Blüten verwendet. Bei nervösen Begleiterscheinungen eignen sich zur unterstützenden Therapie zum Beispiel Hopfenzapfen, Baldrianwurzel, Melissenblätter oder Lavendelblüten.

Bluthochdruck (Arterielle Hypertonie)

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 Herzkranzgefäße, sodass eine geringfügige Senkung des hohen Blutdruckes erzielt werden kann.

Die NYHA hat eine Studie mit Ritter Sport Halbbitter Schokolade (1 Tafel pro Tag entspricht einer halben Tafel Edelbitter) gegen Placebo (Milka weiße Schokolade) in Auftrag gegeben. Hintergrund: Die Ritter Sport Halbbitter Schokolade weist einen hohen Gehalt an Gerbstoffen auf (Catechin, Epicatechin), die denen der Weißdornblätter mit Blüten ähneln. Fazit: Diese konkrete 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.

Niedriger Blutdruck (Arterielle Hypotonie)

Sinken die Blutwerte unter 105/60 mmHg, so spricht man von niedrigem Blutdruck (arterielle Hypotonie). Sie kann mit Schwindelgefühlen, Sehstörungen, Kopfschmerzen, Kaltschweißigkeit, geringer Belastbarkeit sowie kalten Beinen und Armen einhergehen. Gegen Ohnmacht kann Campher (auch in Form von Salben) neben der ärztlichen Therapie verwendet werden. Für chronische Kreislaufprobleme können ölige Einreibungen mit ätherischem Öl aus Rosmarinblättern bzw. -öl, das ebenfalls Campher enthält, oder Lavendelblüten (Oleum aetheroleum, 10-prozentig, ölige Einreibung) wie auch Vollbäder mit den entsprechenden Drogen vorgenommen werden. (*Achtung:* Einige ätherische Öle sind in der Schwangerschaft nicht einzusetzen.)

Herzpflanzen der Vergangenheit

Herzpflanzen bargen einst die Ertüchtigung unseres Herzens, Courage, Herzensmut. Borretsch machte ein fröhliches Herz; Eisenkraut ermutigte. Baldrian war eine Herzenspflanze der Vergangenheit und beruhigte; die Bärenpflanzen, Bärwurz beispielsweise, galten als solche, zeigt sich hier doch die Bärenkraft, die Courage (franz. Coeur) und das ruhige Gemüt, die Anschmiegsamkeit eines Teddies. Das Veilchen barg die Herztugend der Bescheidenheit, die Linde mit ihren herzförmigen Blättern brachte es zur Berühmtheit: Gerichtslinde, gelinde, lindernd, sacht, so ihr Ruf und ihre Wirkung. In der Mitte des Dorfes wurde unter ihr gefeiert, Gerichte sprachen gelinderes Recht, versonnen saßen die Alten unter ihr, verliebten sich die Paare. Seelenfreude, Mut, Verzü-

ckung und Erquickung. Die Linde war der Göttin Freya geweiht, der Göttin der Liebe – ebenfalls eine Tugend des Herzens. Und auch Martin Luther stellte fest, dass eine Reiterschar, die nicht bekannt sein möge, von guter Gesinnung sei, würde sie in der Ferne unter einer Linde halten. Obschon die Linde als Herzpflanze stetig belächelt worden ist, ist heute nachweisbar, dass Lindenblüten neben antiviraler Wirkung auch dem Herzen guttun, Entspannung bergend, blutdrucksenkend wirken und beruhigend – ganz wie ihr Name es bereits verrät.

Das Eisenkraut barg eine besondere Macht: Hart wie Eisen, das Kraut der Schmiede und somit der Magie, geriet es zugleich zum Amulett aller Barden, Botschafter und Diplomaten, von den Griechen über die Römer bis hin zu den Druiden. Der Isis war es genauso geweiht wie dem Jupiter. Eine Tinktur aus dem blühenden Kraut birgt auch heute den Schutz vor Behörden, Wortgewandtheit und Aufrichtigkeit. (Olaf Rippe, Natura Naturans)

Betrachten wir den Weißdorn genauer, so offenbart uns bereits seine Signatur, welche heilende Wirkung in ihm steckt. Rot die Beeren, beschützend die Stacheln. Rot wie das Blut, welches im Herzen pulsiert. Der Weißdorn vermag unser Innerstes zu schützen, so, wie er einst als Hagedorn den Hag, das Lager, das Innerste der Gemeinschaft, das wärmende Feuer der Gesellschaft zu beschützen vermochte. Als Schlafdorn hütete er das Herz des Lebens, die Nacht, aus der alles Lichte geboren wird.

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 Sieges-

Anzeige
S. 59

zug 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.

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, unerschütterlichen 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 Weißdornsta-

chel stach, sodass sie in einem tiefen Schläfe versank, Dornröschens Dornhecke 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 Weißdorn wesentlich eher entdeckt hätte, wäre dieses wohl auf wenig Interesse gestoßen, waren Herzprobleme vor der industriellen Revolution doch eher kein Thema.

Auch die Pflanze der Liebe, die Rose, schützte mit ihren Dornen unser Innerstes, das Herz der Gemeinschaft. Hagerose, so zeugt der Beiname der Wildrose von ihrer Vergangenheit, schützte unser Herz, öffnete es zugleich, betörte unsere Sinne durch ihren Duft, beruhigte das Herz jenseits von Zeit und Raum. Duft birgt Erinnerung, Geborgenheit – dies vermittelt uns bis heute die Rose, Pflanze des Herzens. Ihre Öle helfen übrigens nachweislich bei Depressionen und schwerem Herzen ...

Herzpflanzen der Gegenwart: Herzwirksame Glykoside

Digitalis, der Fingerhut, ist zwar eine Pflanze der Vergangenheit, aber er wurde erst in der Gegenwart als Herzmittel erkannt. Einst wurde die Pflanze zur Herbeiführung von Brechreiz, zur Entgiftung und dem Loslassen von krankhaftem Ge-

würm genutzt; die herzwirksamen Glykoside jedoch, die Digitalis enthält, machen sie in der Neuzeit zu einem gratwandernden, da gefährlichen, aber hochwirksamen Herzmittel, welches das Herz zu kräftigen und den Herzschlag zu verlangsamten weiß.

Der Rote Fingerhut 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 Zaubertänke 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. Aufgrund seiner Giftigkeit erfolgte die Anwendung jedoch nur äußerlich bei Wochenbettfieber, Geschwüren, schlecht heilenden Wunden und Kopfweg. Auch im Süden Englands und in 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 aufgrund 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 wert-

volles 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 Herzrhythmusleistung 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*) werden zu Herzmedikamenten verarbeitet; er hat den Vorteil, 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.

Arnika gilt als Sonnenpflanze, jedoch obliegt die Behandlung hier ob der Nebenwirkungen dem Mediziner; das Maiglöckchen wirkt ähnlich der *Digitalis*, jedoch etwas schwächer.



Arnika, Foto: PetarM



Maiglöckchen, Foto: 4028mdk09

Das Adonisröschen, Fingerhut, Goldlack, das Maiglöckchen, die Meerzwiebel, Nieswurz, Rosenlorbeer, Arnika, Besenginster, Herzgespann, Immergrün (*Vincetoxicum*), Knoblauch, die Mistel und der Weißdorn gehören nicht minder zu den heute genutzten, wenngleich teils gratwandernden Medizinalpflanzen. Auch Arjun, Ginkgo, Jiaougulan, Schlangenzwurz und *Strophantus* gelten als Herzpflanzen.

Bei Letzterem scheiden sich die Geister: Eine Pflanze, die sträflich

vernachlässigt worden ist und das Ende aller Herzinfarkte beinhalten könnte, so sagen die einen; ein gefährliches Gewächs, so die anderen. 40 Arten der Gattung sind in den Tropenwäldern Asiens und Afrikas beheimatet; das Hundsgiftgewächs (*yabé*) wurde einst als Pfeilgift, sogar gegen Elefanten, genutzt. *Strophantin* wirkt stärker als Schlangengifte. Die Herzwirksamkeit wurde 1859 beim Zähneputzen entdeckt, als Dr. John Kirk, Teilnehmer der Urwaldexpedition David Livingstones (1858-1864) mit dem wasserlöslichen Samen in Berührung kam und die Wirkung bemerkte. Nach seiner Rückkehr nahm sich der schottische Arzt und Pharmakologe Thomas Fraser der Pflanze an und begann

das wirksame Glykosid zu isolieren. Dennoch geriet die Substanz dahingehend in Vergessenheit, als dass reguläre Mittel bevorzugt worden sind.

*Strophantus*abgaben regen die Muskulatur des Herzens an, die Unverträglichkeit wie beispielsweise bei *Digitalis* ist nicht gegeben. *Strophantus* ist vor allem bei Missempfindungen angezeigt, in akuten Fällen intravenös, oral präventiv. Es hat eine sauerstoffhöhende, entspannende Wirkung auf das vegetative Nervensystem,

Rezepturen der rationalen Phytotherapie**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

senkt Stresshormone in Blut und Herzmuskel, den Blutdruck, wirkt leistungssteigernd und verhindert Herzhypertrophie. Zudem beschleunigt es die Oxidation von Säuren, verbessert den Fluss der roten Blutkörperchen, steigert den Wirkgrad von Sauerstoff und beinhaltet somit deutlich mehr als die Wirkung üblicher Einzelmedikamente, ohne vergleichbare Nebenwirkungen auszulösen.

Wohl dem Herzen

Heilpflanzen der alten Zeiten waren auch Madaun und Bärlauch; der Borretsch, Dost (Wilder Majoran oder auch Origanum vulgare), Ehrenpreis, Erdbeere und das Gänseblümchen, das Herzblatt, Himbeere, Johanniskraut, Kamille, Königskerze, Mariendistel, Ruprechtskraut, Rosmarin, Schlüsselblume, Waldziest und natürlich die Zitronenmelisse.

Auch der Waldmeister und die Herbstzeitlose waren Heilmittel unserer Vorfahren. Die Dosis machte das Gift – die Dosis wurde vergessen. Standardisierte Präparate aber überlebten im standardisierten Dasein und tragen Kunde von einstigen Hütern, Beschützern und Pflanzen des Herzens, die noch heute genau den Mittelpunkt unseres Seins zu schützen wissen. Sofern es als Mitte des Menschen geduldet wird ...

Die Mistel – heilige Pflanze und Volksmedizin

Schon zu Zeiten unserer Vorfahren wurden Misteln als Heilpflanzen geschätzt. Die Kelten verehrten sie als Allheilmittel gegen jedwede Krankheit, gegen Gift und Unfruchtbarkeit. Plinius der Ältere berichtet, 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). Später kochten Bauern Mistelzweige in Bier, gaben das Getränk "verzaubertem" Vieh zu saufen; Mistel schützte im Volksglauben gegen Blitzeinschlag, brachte als Amulett Glück und seit Urzeiten wurden Salben und Getränke aus ihr gebraut, um die Fruchtbarkeit zu fördern, harte Geschwulst zu vertreiben oder der Fallsucht (Epilepsie) vorzubeugen. Nach dem Schweizer Volksglauben heilt die Mistel Kröpfe, Geschwüre, Fallsucht, Ohrenkrankheiten, Milzleiden, Rotlauf, Gicht, Gift, Pest, Würmer und Frostbeulen. Auch Kräuterpfarrrer Kneipp empfahl den Frischsaft aus den jungen Zweigen gegen Unfruchtbarkeit, Gebärmutterstörungen, Gebärmutterblutungen und -geschwülste sowie Weißfluss. Klinisch erwiesen ist inzwischen die krampf lösende, blutdrucksenkende Wirkung der

Mistel. Misteltee oder -tropfen verlangsamen den Herzschlag und erweitern die Arterien. Hilfreich sind Mistelpräparate auch bei Schwindelgefühl und - wie der Kneipp-Arzt Dr. Bohn aus seiner Praxis bestätigt – "bei chronischen Krämpfen und hysterischen Beschwerden". Auf dieser Wirkung beruht vermutlich die traditionelle Anwendung bei Epilepsie. Die aus der Anthroposophischen Me-



Mistel, Foto: H. Zell

dizin stammende Misteltherapie wurde 1920 von Rudolf Steiner entwickelt. Entsprechend der Signaturenlehre ist es durchaus schlüssig, dass diese schmarotzende Pflanze ihr Gegenbild in krebsigen Wucherungen hat: Oft befällt die Mistel knorrige, "verkrebstete" Bäume, die auf geomantischen Strahlenkreuzungen wachsen. Tatsächlich wurde in der Mistel nicht nur ein tumorhemmendes Protein entdeckt, sondern zugleich auch ihre das Immunsystem stimulierende Wirkung bestätigt. Bekannt sind die erfolgreichen Behandlungen von malignen Tumoren durch den Urologen und Arzt für Naturheilkunde Dr. Klaus Maar mittels hoch dosierter subkutaner Mistelinjektion. Bei rund 1.000 behandelten Krebspatienten pro Jahr erzielte er runde 75 Prozent Erfolge im Rückgang von Metastasen und Primärtumoren. Selbst eine Krebs-Prophylaxe scheint mit Mistelpräparaten möglich zu sein.

Das Herz ist die Mitte unseres Seins, genaugenommen unser Lebensmittelpunkt, unser Lebensga-

rant, Seelensitz und Gefühlsimpuls. Vielleicht möge unsere Suche daher nicht primär neuen, wirksamen Heilmitteln zugunsten unseres Herz-Kreislaufsystems gelten, sondern vielmehr der Beantwortung der Frage, warum diese Todesursache uns alle belastet: Herzprobleme sind ein Spiegel unserer Zeit. Ein kulturelles Problem inmitten einer Gesellschaft, die Warmherzigkeit als Weichheit abtut, Herzlosigkeit hingegen als Erfolg; einer Gesellschaft, die im Fortschritt so weit von ihren Ursprüngen entfernt ist, dass das eigene Herz nicht mehr vernommen werden kann, nicht Schritt zu halten vermag.

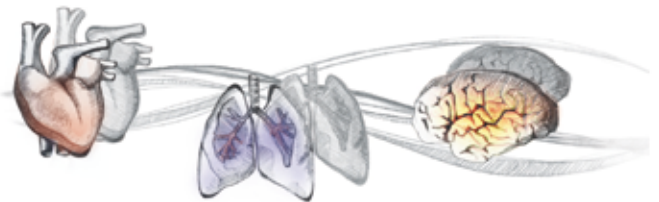
Hilfreich wäre somit eine Kur, die Umkehr und Öffnung des Herzens birgt, die Erkenntnis um den Sitz der Seele, der Liebe bringt. "Nur das, was man liebt, erkennt man", so Paracelsus. In diesem Sinne: Ohne Liebe kein Wissen, ohne Wissen keine Weisheit. Das Herz ist das Organ der Wahrnehmung. Wahrnehmung birgt Wahrhaftigkeit. Die Stimme des Herzens birgt beides. Courage enthält Freiheit. Freiheit in Vertrauen auf die Weisheit des Herzens, das Wissen um das große Ganze.

Letztlich gilt, was Zigtausend angestaubter Poesiealben zielt: "Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar." (Antoine de Saint-Exupéry, "Der Kleine Prinz"). Die Stimme des Herzens ist das Mittel der Wahl!

Literaturverzeichnis

- Andreas Alberts u.a.: Die Baum- und Strauchapotheke. Kosmos Naturführer, Stuttgart 2004
Ärztezeitung 1996
Bierbach, Elvira: Handbuch Naturheilkunde. Urban und Fischer, München 2005
Blech, Jörg: Fragwürdige Therapien und wie Sie sich davor schützen können. Fischer, Frankfurt/Main 2005
Blüchel, Kurt: Heilen verboten, töten erlaubt. Bertelsmann, München 2003
De Gruyter: Psyhyrembel, Klinisches Wörterbuch. Walter de Gruyter, Berlin 2002
Die Heilpflanzenapotheke, Kosmos Verlag
Doris Laudert: Mythos Baum. BLV Verlagsgesellschaft, München 2004
Fintelmann, Volker: Intuitive Medizin, Hippokrates Verlag, Stuttgart 2000
Max Höfler, Volksmedizinische Botanik der Kelten/Volksmedizinische Botanik der Germanen, Archiv für Geschichte der Medizin, 1911/1908, Reprint VWB, Berlin 1990
Roger Kalbermatten: Wesen und Signatur der Heilpflanzen. Die Gestalt als Schlüssel zur Heilkraft der Pflanzen. AT Verlag, Aarau 2002
Storl, Dr. Wolf-Dieter: Das Herz und seine heilenden Pflanzen. AT Verlag, Baden 2009
Storl, Dr. Wolf-Dieter: Kräuterkunde, Aurum im Kamphausen Verlag. Bielefeld 2006
Storl, Dr. Wolf-Dieter: Pflanzen der Kelten. 4. Auflage. AT Verlag, Aarau, Schweiz 2005
Storl, Dr. Wolf-Dieter: Von Heilkräutern und Pflanzengottheiten. Aurum, Bielefeld 2002
Susanne Fischer-Rizzi: Blätter von Bäumen. Hugendubel, München 2001
Vogelsang, Dr. Katharina: Unterlagen Ausbildung Phytotherapie, Selbstverlag, Gießen 2007

Weck die Kraft der Zellen



Die Biomolekulare vitOrgan-Therapie
Herz heilt Herz, Niere heilt Niere ...

Das Therapiekonzept der **Biomolekularen vitOrgan-Therapie (BvT)** besteht darin, kranken Organen mit Bestandteilen der entsprechenden gesunden Organen zu helfen.

Erst gesundet das betroffene Organ, dann der gesamte Organismus und damit schließlich der ganze Mensch.

Sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen weiter!

vitOrgan Arzneimittelgruppe
Brunnwiesenstraße 21
73760 Ostfildern/Stuttgart
Telefon (0711) 4 48 12-0
Fax (0711) 4 48 12-41
info@vitOrgan.de

