

## Phytotherapie – mit Pflanzen heilen



Dr. sc. nat. Beatrix Falch, Zürich

In der Phytotherapie oder zu Deutsch Heilpflanzenkunde werden Pflanzen, Pflanzenteile und deren Zubereitungen zu therapeutischen Zwecken verwendet. Die Phytotherapie hat weltweit eine lange Tradition; sie zählt zu den ersten Heilmethoden der Menschheit. Seit Jahrtausenden werden Pflanzen in der Therapie eingesetzt, und pflanzliche Zubereitungen finden sich auch heute noch in allen traditionellen Medizinkonzepten.

In Europa stellte die Phytotherapie bis weit ins 19. Jahrhundert die Grundlage der Schulmedizin dar. Erst mit den Fortschritten in den Naturwissenschaften, insbesondere in der Chemie, und den rasant zunehmenden technischen Möglichkeiten wurden die pflanzlichen Zubereitungen zuerst von den aus Pflanzen gewonnenen Reinsubstanzen und später von den chemisch-synthetisch hergestellten, zum Teil völlig neuartigen Substanzen verdrängt. Der Siegeszug der Chemie in der Medizin hält bis heute an. Dennoch gewinnt die Phytotherapie wieder zunehmend an Bedeutung.

### *Phytotherapie – die Mutter der Schulmedizin*

Die Phytotherapie ist die Mutter der modernen Schulmedizin und ist wie diese eine allopathische Heilmethode. Zum Beleg der pharmazeutischen Qualität, der Wirksamkeit und Unbedenklichkeit von pflanzlichen Arzneimitteln

werden prinzipiell die gleichen analytischen, pharmakologischen und klinischen Methoden herangezogen, wie sie in der modernen Naturwissenschaft und Medizin anerkannt sind und für chemisch-synthetische Substanzen verwendet werden. Doch was ist anders? Der grosse Unterschied zwischen der Phytotherapie und der modernen Schulmedizin besteht darin, dass als arzneilich wirksamer Stoff ein komplex zusammengesetztes Vielstoffgemisch anstelle einer chemisch exakt definierten Einzelsubstanz eingesetzt wird. Erst das Zusammenspiel aller Substanzen einer pflanzlichen Zubereitung führt zu der klinisch beobachteten Wirkung und Wirksamkeit [1]. Da die einzelnen Substanzen mit ganz unterschiedlichen biochemischen Strukturen interagieren können, werden verschiedene Wirkmechanismen innerhalb eines Extraktes beobachtet [2].

### *Vielstoffgemisch als Pluspunkt*

Hinzu kommt, dass eine Erkrankung generell nicht nur aufgrund der Veränderung eines biochemischen Faktors ausgelöst wird, sondern es sich immer um ein multifaktorielles Geschehen handelt. Gerade mit pflanzlichen Arzneimitteln kann meist gleichzeitig auf verschiedene biochemische Mechanismen Einfluss genommen werden oder ein biologisches Ziel (zum Beispiel ein Rezeptor oder ein Mikroorganismus) gleichzeitig an verschiedenen Stellen reguliert werden [2, 3].

Dies führt dazu, dass unerwünschte Wirkungen bei pflanzlichen Arzneimitteln deutlich seltener und weniger stark ausgeprägt auftreten, als man es von chemisch-synthetischen Präparaten kennt. Dies liegt auch daran, dass die einzelnen Substanzen in den pflanzlichen Zubereitungen selten in so grossen Mengen vorkommen, dass sie ein allfällig vorhandenes toxisches Potenzial entfalten können. Dennoch müssen auch bei pflanzlichen Arzneimitteln Kontraindikationen und Nebenwirkungen berücksichtigt werden, ohne diese überzubewerten. (Leider werden immer wieder Nebenwirkungen und Interaktionen von pflanzlichen Arzneimitteln in der Presse ungerechtfertigterweise dramatisiert und von behördlicher Seite im Vergleich mit chemisch-synthetischen Präparaten unverhältnismässige Massnahmen ergriffen und Auflagen erteilt.)

### Agenda UNION

<b>Vorstandssitzung UNION</b>	Donnerstag, 16. Dezember 2010 (Nachmittag); Bern
<b>Vorstandssitzung UNION</b>	Donnerstag, 27. Januar 2011 (Nachmittag); Bern
<b>Vorstandssitzung UNION</b>	Donnerstag, 17. März 2011 (Nachmittag); Bern
<b>Delegiertenversammlung UNION 2011</b>	Donnerstag, 5. Mai 2011 (Nachmittag); Ort wird noch bekannt gegeben

Die Mehrzahl der pflanzlichen Arzneimittel zeichnet sich jedoch durch eine grosse therapeutische Breite aus und ermöglicht damit eine nebenwirkungsfreie Therapie. Ausserdem kommen in der Phytotherapie generell eher mild wirksame pflanzliche Zubereitungen zum Einsatz, was zu einer hohen Sicherheit führt. Dementsprechend ist heute der überwiegende Teil der pflanzlichen Arzneimittel als rezeptfrei erhältliche Medikamente auf dem Markt.

### *Rationalität versus Tradition*

Oft wird von «rationaler Phytotherapie» gesprochen, wenn klinisch und pharmakologisch gut dokumentierte Produkte besprochen werden. Dem steht die «traditionelle Phytotherapie» gegenüber, die sich rein erfahrungsmedizinisch (aber durchaus aufgrund der Pharmakologie der Inhaltsstoffe plausibel) begründet sieht. In der Praxis ist eine scharfe Trennung zwischen rational und traditionell meist nicht möglich. Zum einen, weil sich beide Teile gegenseitig ergänzen, und zum anderen, weil aus der Sicht der Therapeuten und Patienten diese Unterscheidung für den therapeutischen Erfolg keine Relevanz hat. Zudem hat sich gezeigt, dass auch für traditionelle pflanzliche Arzneimittel, die sich erfahrungsmedizinisch bewährt haben, mit modernen naturwissenschaftlichen Methoden ein umfassender Wirksamkeitsnachweis geführt werden kann.

### *Pflanzliche Zubereitungen*

Extrakte stellen die häufigste Zubereitungsart dar. Sie können aus frischen oder getrockneten Pflanzen bzw. Pflanzenteilen hergestellt werden. Man unterscheidet Fluidextrakte (Produkte, die man direkt nach der Extraktion erhält), Spissumextrakte (Fluidextrakte, die eingeengt wurden und noch eine Restmenge an Extraktionsmittel enthalten können) und Trockenextrakte (getrockneter Spissumextrakt, der frei von Extraktionsmittel und verdampfbaren Substanzen ist). Das Ziel eines Extraktionsverfahrens im weitesten Sinne ist immer, auf die phytochemische Zusammensetzung eines Extraktes dahingehend Einfluss zu nehmen, dass die Wirkung, die Wirksamkeit und/oder die Verträglichkeit optimiert werden (zum Beispiel selektive Entfernung der lebertoxischen und kanzerogenen Pyrrolizidinalkaloide im Pestwurzextrakt) [1, 4].

Für pflanzliche Zubereitungen sind prinzipiell alle galenischen Formen denkbar; vorwiegend (in Abhängigkeit der physikalischen Eigenschaften der einzelnen Zubereitungsarten) findet man Pulver, Granulate, Tropfen, Säfte, Lösungen, Kapseln, Tabletten, Brausetabletten, Dragées, Trinkampullen, Sprays, Pasten, Salben, Cremes und Gele. Dagegen sind Parenteralia mit phytotherapeutischen Zubereitungen derzeit nicht auf dem Schweizer Markt.

### *Anwendungsbereich der Phytotherapie*

Pflanzliche Arzneimittel werden zur Linderung von Leiden in «nicht vitalen» Indikationen, bei leichten bis mittelschweren und subakuten bis chronischen Erkrankungen, Beschwerden oder Befindlichkeitsstörungen sowie zur Prävention von Gesundheitsstörungen eingesetzt [5, 6]. Für akute Situationen oder in der Notfallmedizin sind pflanzliche Arzneimittel aufgrund des meist verzögerten Wirkungseintritts nur in Ausnahmefällen (zum Beispiel Senna-haltige Präparate bei akuter Verstopfung) nicht geeignet.

### *Forschung in der Phytotherapie*

Bei chemisch-synthetischen Präparaten fehlt zwangsläufig das zum Teil jahrhundertalte Wissen über die Wirkung von Pflanzenteilen, da sie immer aus der jüngeren Forschung stammen und ihre Wirksamkeit allein durch pharmakologische und klinische Studien belegbar ist. Die Anwendung von pflanzlichen Zubereitungen hat sich dagegen seit Jahrzehnten, wenn nicht sogar Jahrhunderten in der therapeutischen Praxis bewährt und kann sich auch bezüglich der Sicherheit auf traditionelles Erfahrungswissen berufen. Dank klinischer und pharmakologischer Untersuchungen lässt sich die Wirksamkeit von pflanzlichen Arzneimitteln zusätzlich zu den Erfahrungsberichten bestätigen, oft auch erweitern, in seltenen Fällen aber auch widerlegen [6].

Daraus ist erkennbar, dass man bei pflanzlichen Arzneimitteln eher Studien der Phase IV, zum Teil auch der Phase III, durchführt. Studien der Phase I bis II sind aufgrund des traditionellen Erfahrungswissens nicht mehr nötig.

### *Ausbildung in Phytotherapie*

Dank des Ausbildungsangebotes der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP) können sich Ärzte, Tierärzte und Apotheker ein fundiertes phytotherapeutisches Fachwissen aneignen, das es ihnen ermöglicht, im Berufsalltag kompetent phytotherapeutische Beratungen und Verschreibungen durchzuführen (siehe Kasten). Die dreijährige, modular aufgebaute Ausbildung in Phytotherapie der SMGP endet mit dem Erwerb des «Phytotherapie-Zertifikates SMGP», das gleichzeitig Voraussetzung ist, um den «Fähigkeitsausweis FPH in Phytotherapie» für Apotheker und den «Ausweis der UNION/SMGP Phytotherapie» für Ärzte zu erlangen ([www.smgp.ch](http://www.smgp.ch)). Neben den Ausbildungskursen organisiert die SMGP phytotherapeutische Tagungen, Exkursionen und Workshops. Die SMGP, die 1989 gegründet wurde, zählt derzeit über 600 akademische Mitglieder und sieht sich im Bereich Phytotherapie als Bindeglied zwischen



Erfahrungsmedizin und der naturwissenschaftlich orientierten Medizin.

#### *Kontakt*

Dr. sc. nat. Beatrix Falch  
Vizepräsidentin SMGP  
bfalch@gmx.ch

Adresse Geschäftsstelle SMGP:  
ZHAW  
Grüental, Postfach  
8820 Wädenswil, Schweiz

#### **Literatur**

- 1 Hänsel R, Trunzler G: Wissenswertes über Phytopharmaka. Karlsruhe, G. Braun, 1989.
- 2 Wink M: Pflanzliche Vielstoffgemische im Vergleich zu Monosubstanzen. Schweiz Z Ganzheitsmed 2008;30:142–143.
- 3 Nakamura H, Yamamoto T: Mutagen and anti-mutagen in ginger, *Zingiber officinale*. Mutat Res 1982;103:119–126.
- 4 Antrag der SMGP an die ELK betreffend definitiver Anerkennung der Phytotherapie als Pflichtleistung der OKP, pp 4–14; [www.smgp.ch/aktuell/aktuellfiles/2005/06/antrag.pdf](http://www.smgp.ch/aktuell/aktuellfiles/2005/06/antrag.pdf).
- 5 Fintelmann V, Weiss RF: Lehrbuch der Phytotherapie, ed 10. Stuttgart, Hippokrates, 2003.
- 6 Wiesenauer M, Kerckhoff A: Phytopraxis. Berlin, Springer, 2003.

#### **Fort- und Weiterbildung in Phytotherapie**

Hauptaufgabe der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP) ist die Gewährleistung und Sicherstellung einer wissenschaftlich orientierten Ausbildung. Haben Sie Interesse, an einem spannenden und abwechslungsreichen Angebot während drei Jahren mitzumachen? Mit Ihnen noch unbekanntes Kolleginnen und Kollegen Fäden zu spinnen? Die Phytotherapie als Mittler zwischen Schul- und Komplementärmedizin bietet sich geradezu an, neue Wege zu beschreiten. Wir garantieren für evaluierte Kurse auf Hochschulniveau, spannende Diskussionen und Auseinandersetzungen mit der Thematik. Der Bezug zur Natur geht dabei nicht vergessen – die Pflanzen werden auf Exkursionen an ihrem natürlichen Standort betrachtet. Der Ausbildungszyklus ist modular aufgebaut, ein Einstieg deshalb jederzeit möglich. Er wird mit dem Phytotherapiezertifikat SMGP abgeschlossen, mit welchem der Phytotherapie-Ausweis UNION/SMGP (für Ärzte/Ärztinnen) bzw. der Titel Phytotherapie FPH (für Apotheker/Apothekerinnen) beantragt werden kann. Details zum Weiterbildungsprogramm und die entsprechenden Reglemente finden Sie auf [www.smgp.ch](http://www.smgp.ch).