



*Dr. med. Regina Widmer
für die SMGP,
Solothurn, Schweiz*

Aktuell: Pflanzen für Frauen

Schön, dass Sie dieses Heft mit der Ankündigung zur 32. Jahrestagung der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP) des 23. November 2017 in der Hand halten. Wir möchten Ihnen mit dieser Tagung zum Thema «Phytotherapie in der Gynäkologie» Neues, Altbewährtes, Nützliches, Praktisches und Verblüffendes bei der Arzneipflanzen-Anwendung in der Frauenheilkunde näherbringen.

Der überwiegende Teil der Klientel, die nach Arzneipflanzen fragt und für die Phytotherapie offen ist, ist weiblich. Apothekerinnen, Medizinerinnen, Hebammen und Naturheilkundige kommen nicht umhin, dem steigenden Wunsch der Frauen nach einer individuellen und ganzheitlichen Therapie gerecht zu werden. Dies geht aber nur, indem Fachfrauen und -männer sich belesen, sich austauschen, aber auch gut zuhören und ein Stück weit auch selber neue Wege gehen.

Es ist hinlänglich bekannt, dass für die Forschung in der Phytotherapie nur ein Bruchteil an Geldern zur Verfügung steht im Vergleich zur Forschung mit chemisch-synthetischen Arzneistoffen. Wir sind dankbar um alles, was in der Medizin naturwissenschaftlich belegt werden kann. Würden wir aber im Praxisalltag nur anwenden, was höchsten naturwissenschaftlichen Anforderungen genügt, wären uns sehr oft die Hände gebunden. Zahlreiche vielversprechende und erfolgreiche Anwendungen finden wir aber gerade in der Erfahrungsmedizin. Diese sollen und müssen

wir zum Wohle der Patientinnen nutzen. Leider wird immer wieder übersehen, dass mit «evidence-based medicine» nicht ausschliesslich Belege durch doppelblind randomisierte Studien gemeint sind, sondern dass es viele Stufen der «evidence» gibt. Auch das Expertinnenwissen ist «evidence-based medicine»!

Wir brauchen also beides: Naturwissenschaftlerinnen sowie Praktikerinnen – beide sind auf ihre Art Forscherinnen.

Vor 15 Jahren fand die SMGP-Jahrestagung erstmalig zum Thema «Phytotherapie in der Gynäkologie» statt. Es war damals sehr mutig, eine Tagung ausschliesslich mit Fachfrauen durchzuführen, die ihr Erfahrungswissen präsentieren. Diese Frauen stellten sich der Kritik des bunt gemischten Publikums. Mit der diesjährigen Tagung wollen wir zeigen, was sich in der Zwischenzeit in diesem Fachbereich getan hat. Es hat sich nämlich einiges getan. Emsige, phytotherapeutisch tätige Fachfrauen haben stetig weiter gesucht, geforscht und sich ausgetauscht. Unter anderem ist aus der damaligen Jahrestagung das Gyni-Phyto-Netzwerk Herbadonna entstanden. Dabei treffen sich seither Fachfrauen viermal pro Jahr zur Fortbildung und zum Austausch.

Das Frauenklientel, dem wir heute begegnen, ist sehr aktiv unterwegs. Frauen besorgen sich selber Informationen – sei es über das Internet, durch Zeitschriften oder mittels Tipps von Freundinnen. Wenn sie das erste Mal in unsere Praxis oder Apotheke kommen, haben sie oft schon vieles selber ausprobiert, mit Vorliebe «Natürliches». Darunter wird fast die gesamte Komplementärmedizin subsumiert. Homöopathie, Spagyrik, Orthomolekulare Medizin und Phytotherapie werden oft nicht so genau unterschieden. Umso wichtiger ist, dass wir dies als Fachleute tun und die Besonderheiten sowie die Stärken und Einschränkungen der jeweiligen Therapierichtung kennen.

Die Phytotherapie bietet explizit hervorragende Einsatzgebiete in der Frauenheilkunde. Mönchspfeffer z.B. ist beim prämenstruellen Syndrom inklusive Dysmenorrhö nicht mehr wegzudenken, ebenso wenig die Trauben-Silberkerze bei Wechseljahrsbeschwerden. Johanniskraut, Baldrian und Hopfen sind auch phytotherapeutisch weniger versierten Fachleuten geläufig. Es geht aber um mehr als nur darum, chemisch-synthetische Arzneimittel durch phytotherapeutische zu ersetzen. Vielen Frauen geht es um eine sanftere Medizin und um eine Heilwirkung auf mehreren Ebenen. Dazu bieten sich Arzneipflanzen mit ihren reichen vielfältigen Inhaltsstoffen und ihren daraus resultierenden vielfältigen Wirkungen geradezu an. Mit einer individuell

Der besseren Lesbarkeit halber sind die Berufsbezeichnungen passend zum Tagungsinhalt weiblich formuliert. Die Männer sind selbstverständlich mitgemeint.

zusammengestellten Arzneipflanzenkombination können fast alle gynäkologischen Beschwerden therapiert werden. Auf körperlicher Ebene, d.h. Zyklusunregelmässigkeiten, anovulatorische Zyklen, anämisierende Menstruation, Dysmenorrhö, Endometriose, Brustschmerzen, Dysplasien, Kondylome, Harnwegsinfekte, Urethralesyndrom, Reizblase, Scheidenpilz, bakterielle Vaginose und Vulvodynie, sowie auf psychischer Ebene, d.h. Stimmungsschwankungen, Depressionen, Angstzustände, Schlafstörungen, Stress, Vergesslichkeit, Müdigkeit und Erschöpfung, um nur einige zu nennen.

Es gibt zahlreiche gynäkologische Indikationen, die sich rein mit Phytotherapie behandeln lassen, und dies auf eine Art, die erfahrungsgemäss viel nachhaltiger ist, als wir es von chemisch-synthetischen Präparaten kennen.

Denken wir aber auch an eine unterstützend begleitende Therapie mit Arzneipflanzen, wenn eine aggressivere schulmedizinische Therapie unumgänglich ist. So in der Onkologie: Die Patientinnen sind sehr dankbar, wenn sie neben den krebszerstörenden Medikamenten etwas Schützendes oder Aufbauendes aus der Phytotherapie bekommen.

Für vielbeschäftigte Frauen bieten sich konfektionierte Fertigarzneimittel an, möglichst in der «1 × 1»-Dosierung. Andere Frauen können/wollen sich mehr Zeit nehmen und denken dreimal pro Tag an Tropfen, Tees oder andere Zubereitungen.

Die Phytotherapie umfasst also eine ganze Palette von Darreichungsformen – von hochspezialisierten Fertigpräparaten bis zum traditionellen Wickel.

Immer kritischer werden Frauen Intimpflegeprodukten gegenüber. Sie wollen nichtallergisierende und gut verträgliche Crèmes und Ovula. Da sind die Möglichkeiten zur Erstellung einer Magistralrezeptur praktisch unbeschränkt. Ovula können sogar komplett «phyto» sein – sowohl die Wirkstoffe als auch die Ovula-Grundlage.

Bemühen Sie sich um hochwertige Produkte! Seien Sie kritisch, was die Zusammensetzung von Intimprodukten und Dermatologika anbelangt! Die Frauen werden es Ihnen danken.

Und so enthält die diesjährige SMGP-Tagung einen spritzigen Mix von Beiträgen aus der Wissenschaft, Praxis und Empirie sowie der Visionen, vorgestellt durch Referentinnen, welche sich seit vielen Jahren und mit Herzblut grosses Wissen und Erfahrung zugelegt haben und Ihnen ihre Erkenntnisse und praktischen Tipps weitergeben möchten.

Nutzen Sie die Tagung, um Kontakt zu diesen und allen anderen Fachfrauen herzustellen, um von ihnen zu erfahren, dass in der Phytotherapie ein sehr grosses Potenzial steckt – für die Therapie nicht nur von gynäkologischen Beschwerden, sondern für alle medizinischen Bereiche.

Lassen Sie sich an der Tagung auch nicht entgehen, alte Bekannte zu treffen sowie neue Bekanntschaften und Verbindungen zu knüpfen, insbesondere auch zu Fachleuten aus einer anderen Berufsrichtung. Die Stärke und das Potenzial der SMGP besteht darin, dass insbesondere Medizinerinnen und Apothekerinnen unter dem gleichen Dach am gleichen Strick ziehen. Profitieren Sie davon. Stellen Sie ungeniert anderen Fachleuten die Fragen, die Ihnen schon lange auf der Zunge brennen. Machen Sie sich aber auch sichtbar mit Ihren Angeboten und Ihrem Wissen.

Besuchen Sie ausgiebig die Ausstellung der Hersteller mit ihren Ständen. Dort treffen Sie ebenfalls versierte Fachkundige. Im Gespräch erfahren Sie Neues und Erstaunliches und erhalten vertieftes Wissen zu phytotherapeutischen Präparaten. Ohne die Unterstützung der Hersteller könnten wir keine solche Jahrestagung durchführen.

Und zu guter Letzt: Lassen Sie es sich an der Tagung gut gehen – für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Wir freuen uns auf eine lebendige und inspirierende Tagung mit Ihnen.