

## Phytotherapeutisches Gynäkologie-Netzwerk

# Erfahrungen und Rezepturen austauschen

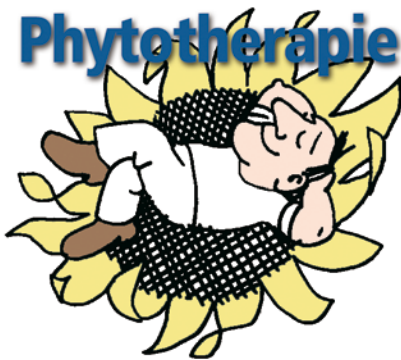
**ZÜRICH – Gynäkologische Fragestellungen werden bis heute im Hinblick auf das Potenzial der Phytotherapie nur ungenügend naturwissenschaftlich untersucht. Die unzureichende Datenlage auf diesem Gebiet und das reiche, aber nicht vernetzte Erfahrungswissen hat eine Ärztin und eine Apothekerin im Jahr 2003 dazu bewogen, das „Phyto-Gyni-Netzwerk“ zu gründen.**

Anstoss für die Gründung eines phytotherapeutischen Gynäkologie-Netzwerkes war die *Jahrestagung der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP)* zum Thema „Phytotherapie in der Frauenheilkunde“ im November 2002 in Solothurn. Diese Tagung stiess auf so grosses Interesse bei den Teilnehmern, dass im Sinne einer Fortführung der damals begonnenen Diskussionen von **Dr. Regina Widmer**, Frauenärztin in Solothurn, und **Dr. sc. nat. Beatrix Falch**, Apothekerin in Zürich, ein Netzwerk für an Phytotherapie und Gynäkologie interessierte Fachpersonen initiiert wurde. Am 14. Juni 2003 – exakt zwölf Jahre nach dem schweizerischen Frauenstreiktag – traf man sich mit ca. 30 Teilnehmern zum ersten Mal zu einem Workshop in Solothurn. Das Netzwerk trifft sich seither mehrmals jährlich in Solothurn und hat sich den Namen „Herbadonna“ gegeben.

Die inhaltliche Leitung des Netzwerkes hat inzwischen von drei in der Phytotherapie sehr erfahrenen Kolleginnen Unterstützung erhalten: **Heide Fischer**, Ärztin in Freiburg i.Br., **Patrizia Ochsner**, Apothekerin in Schönbühl, und **Dr. Dorin Ritzmann**, Frauenärztin in Dietikon.

### Workshop-Zyklus

Nach einer losen Folge von phytotherapeutisch-gynäkologischen Workshops wurde diesen Veranstaltungen inhaltlich eine gewisse Periodizität gegeben. Jedes Jahr werden nun im Sinne eines Kurszyklus zu jedem der vier grossen Lebensabschnitte der Frau – in Entsprechung der vier Jahreszeiten – ein Workshop durchgeführt: Den Lebensphasen „Mädchen, junge Frau“, „Frauen von 20 bis 40“, „Frauen in den Wechsel-



jahren“ und „Die weisen Frauen“ werden Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter gegenübergestellt. Das spezifisch für den jeweiligen Lebensabschnitt ausgewählte Thema wird in Form eines Impulsreferates vorgestellt und anschliessend im Plenum diskutiert (siehe Kasten „Jahresprogramm“). Die Beiträge werden protokolliert und dann allen Teilnehmern zur Verfügung gestellt.

Dieses Netzwerk ist zwar eine Arbeitsgruppe der SMGP, aber von der SMGP finanziell unabhängig. Die Workshops werden auch bewusst ganz ohne Sponsoring durchgeführt, damit keine Interessenskonflikte entstehen.

### Warum gibt es Herbadonna?

Seit Jahrhunderten gibt es zahlreiche Erfahrungen mit verschiedenen pflanzlichen Zubereitungen bei gynäkologischen und geburts-hilflichen Problemen. Aber diese

### Jahresprogramm:

Donnerstag, 27.11.2008, Winter-Workshop: „Die weisen Frauen“. Referentin: Anja Engelsing

März 2009 (Datum wird noch bekanntgegeben): Frühjahrs-Workshop: „Mädchen, junge Frau“

Erfahrungen wurden in den seltensten Fällen einem breiteren Publikum zugänglich gemacht oder umfassend niedergeschrieben. So ging dieses individuell geprägte Erfahrungswissen zum grössten Teil wieder verloren und das, was aktuell noch vorhanden ist, findet sich weit verstreut und ungebündelt in der Literatur. So muss sich jede phytotherapeutisch-gynäkologisch interessierte Medizinalperson durch eine Vielzahl von Publikationen und Büchern hindurcharbeiten, um valable Hinweise für mögliche phytotherapeutische Therapieansätze bei gynäkologischen Fragestellungen zu bekommen.

In jüngster Zeit ist nun aber bei den Medizinalpersonen – nicht zuletzt auf Druck der betroffenen Frauen – das Interesse gestiegen, mehr über die Einsatzmöglichkeiten und die Wirkungsweise von pflanzlichen Zubereitungen bei frauenheilkundlichen Problemen zu erfahren. Die Patientinnen möchten das empfindliche und störungsanfällige hormonale System nicht mit „Chemie“ ausser Kraft setzen, sondern mit naturnahen Methoden kräftigen. Arzneipflanzen können aber noch mehr: Sie sind gerade in der Frauenheilkunde eine echte Alternative zu den schulmedizinischen Akutthe-



Foto: B. Zwicky-Keel

Teilnehmerinnen an einem Workshop (v.l.n.r.): Heide Fischer, Dr. Regina Widmer, Dr. Dorin Ritzmann, Sonja Brundu, Dr. Beatrix Falch, Metascha Stierli, Janny Terpstra

rapeutika und teilweise sogar die Methode der Wahl.

Als Beispiel seien hier die Extrakte aus den Mönchspfefferfrüchten genannt, die bisher noch als einziges Arzneimittel die Zulassung zur Behandlung des Prämenstruellen Syndroms (PMS) innehaben, denn kein schulmedizinisches Präparat findet sich mit dieser Indikation.

### Wissen bündeln

Vor diesem Hintergrund ist es das Ziel von Herbadonna, phytotherapeutisch erfahrene und an Phytotherapie interessierte Ärzte und Apotheker, aber auch andere medizinische Fachpersonen zu einem Erfahrungs-

und Wissensaustausch zusammenzubringen. Hier sollen Erfahrungen und das Wissen über die Wirkung von Arzneipflanzen bzw. von pflanzlichen Zubereitungen und Rezepturen in der Frauenheilkunde und deren Dosierung ausgetauscht, zusammengetragen, aufgeschrieben und einem grösseren Kreis von Therapeuten zugänglich gemacht werden. Deshalb werden neben den Workshops gynäkologische Fragestellungen oder akute Fälle laufend per E-Mail diskutiert und ebenfalls dokumentiert. Ein Fernziel ist die Schaffung eines phytotherapeutischen Handbuchs für den gynäkologischen Alltagsgebrauch.

Dr. sc. nat. Beatrix Falch

### Veranstaltungshinweis

Am 23.10.2008 findet der Kurs 6 „Phytotherapie bei Erkrankungen im Urogenitaltrakt“ der SMGP in Wädenswil statt. Für diesen stark praxisorientierten Kurs wurden die Referentinnen ausschliesslich aus dem Gynäkologie-Netzwerk „Herbadonna“ rekrutiert. Nähere Informationen und detailliertes Programm findet sich auf [www.smgp.ch](http://www.smgp.ch) (Fort- und Weiterbildung).

## Cimicifuga und Agnus-castus in der Frauenheilkunde

# Wertvolle Erfahrungsberichte aus der Praxis

**ZÜRICH – Die beiden Arzneipflanzen Cimicifuga racemosa und Vitex agnus-castus sind im gynäkologischen Praxisalltag nicht mehr wegzudenken. Über klinische Studien mit diesen beiden Arzneipflanzen wurde schon viel berichtet. Für diesmal sollen Erfahrungen aus der Praxis zum Zug kommen, die ein differenzierteres und erweitertes Anwendungsspektrum aufzeigen.**

Die Phytotherapie erfreut sich gerade im Bereich der Gynäkologie zunehmender Beliebtheit. Vor allem *Cimicifuga racemosa* (Traubensilberkerze\*) und *Vitex agnus-castus* (Mönchspfeffer\*) haben sich einen führenden Platz in der Frauenheilkunde erobert. Davon zeugen die vielen klinischen Studien, die mit diesen beiden Arzneipflanzen durchgeführt wurden. Dennoch muss man sich immer wieder vor

Augen halten, dass klinische Studien mit klar definierten Einschluss- und Ausschlusskriterien nur bedingt den Praxisalltag widerspiegeln. Sie unterliegen vielmehr einem künstlichen Versuchsaufbau, der zum Teil wenig mit dem Praxisalltag zu tun hat.

### Erfahrungsberichte sind wertvoll

Es soll hier nicht die Notwendigkeit klinischer Studien in Frage ge-

stellt werden, aber klinische Studien allein reichen nicht aus, um sich ein Bild vom Wirkungsspektrum einer Arzneipflanze und ihren differenzierten Einsatzmöglichkeiten im Praxisalltag zu machen. Anwendungsbeobachtungen und eine Sammlung von Fallberichten/Kasuistiken bieten dagegen den Therapeuten einen erweiterten Blickwinkel. Vor diesem Hintergrund werden einige Fallbeispiele, die aus gynäkologischen Praxen in der Schweiz und Deutschland sowie aus Beratungsgesprächen in Apotheken stammen, aufgeführt.<sup>†</sup>

### Kasuistiken mit Vitex agnus-castus

**Frau M.** ist Mitte 30 und versucht seit zwei Jahren vergeblich schwan-

ger zu werden. Sie ist gesund und medizinisch konnte keine Ursache gefunden werden. Mit diesem Problem kommt Frau M. in die Apotheke. Nach einem beruhigenden und motivierenden Gespräch wird eine Urtinkturenmischung empfohlen, die sie für acht Wochen nehmen sollte. Diese Urtinkturenmischung besteht aus *Alchemilla vulgaris*, *Geranium robertianum*, *Vitex agnus-castus* und *Rubus idaeus*. Die Dosierung beträgt dreimal täglich zehn Tropfen in wenig Wasser. Die Patientin beginnt mit dieser Therapie ca. zehn Tage vor dem nächsten Zyklus. Nach sechs Wochen meldet sie sich telefonisch

### Weitere Informationen:

Dr. sc. nat. Beatrix Falch  
Hochstr. 51  
8044 Zürich  
Tel./Fax: 044 262 65 69  
E-Mail: [bfalch@gmx.ch](mailto:bfalch@gmx.ch)

Dr. Regina Widmer  
Frauenpraxis Runa  
Theatergasse 26  
4500 Solothurn  
Tel.: 032 621 34 54  
E-Mail: [regina.widmer@frauenpraxis-run.ch](mailto:regina.widmer@frauenpraxis-run.ch)

Internet: [www.smgp.ch](http://www.smgp.ch) -> Fort- und Weiterbildung