

# MEHR MUT ZUR PHYTOTHERAPIE

Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Doch nicht immer ist das Gleiche auch das Bessere. Nicht nur in der Gynäkologie warten Phytopharmaka – auch in Form von Magistralrezepturen – darauf, als vollwertige Alternativen entdeckt zu werden.

Text: Jürg Lendenmann

Längst nicht alle Frauen, die in die Gemeinschaftspraxis Runa an der Theatergasse 26 in Solothurn kommen, schwören auf die Phytotherapie. «Manche wollen etwas ‹Rechtes›, sprich: Schulmedizin», erklärt Dr. med. Regina Widmer, Frauenärztin FMH und Runa-Geschäftsleiterin. «Patientinnen, die sich ‹natürlich› behandeln lassen möchten, verstehen darunter oft etwas sehr Unterschiedliches: Pflanzliches, Homöopathisches, Schüsslersalze, Burgerstein...» Da gelte es erst, die verschiedenen Begriffe zu klären. Meist würden die Patientinnen mit ‹natürlich› einfach ‹nicht schulmedizinisch› meinen. Die Phytotherapie bildet dabei eine ideale Brücke.

## Eine breite Palette an Alternativen

«Vieles, das wir gelernt haben, mit der Schulmedizin zu lösen, kann man auch anders lösen», sagt die Ärztin. «Wir setzen in unserer Praxis komplementärmedizinische Produkte ein, mit denen wir gute Erfahrungen gemacht haben: nicht nur klassische Phytopharmaka, sondern auch viele anthroposophische Produkte, zudem Urtinkturen, Homöopathika und orthomolekulare Präparate.» Manche Patientinnen sendet Regina Widmer an Kolleginnen weiter, die in klassischer Homöopathie oder traditioneller chinesischer Medizin mehr ausgebildet sind.

## Komplizierte Vergütungspraxis

Leider sei unter Ärztinnen und Ärzten das Wissen, welche Leiden mit Heilpflanzen behandelt werden können, noch viel zu wenig verbreitet. «Erfreulich ist, dass immer mehr Phytotherapeutika in der Spezialitätenliste aufgeführt sind und so von der Grundversicherung bezahlt werden», so Regina Widmer. «Zu Erstern gehört auch ein teures Produkt mit Grüntee-Extrakt. Es wirkt sehr gut bei Feigwarzen an der Vulva, am Anus oder Penis.» Die Kosten für weitere Produkte würden von Zusatzversicherungen übernommen, weitere müssten die Patientinnen selber bezahlen.

Bedauerlicherweise empfänden die meisten Kolleginnen und Kollegen die Verschreibungs- und Vergütungspraxis als zu kompliziert. Regina

Widmer: «Wir Ärztinnen und Ärzte werden in diesen Bereichen nicht ausgebildet. Und wovon man nicht so genau Bescheid weiss, sei dies etwas Komplementärmedizinisches oder die Vergütungspraxis, das verschreibt man auch nicht.»

## Meist alte, aber nicht genutzte Bekannte

Obwohl *Bryophyllum* in der anthroposophischen Medizin schon lange bekannt sei, werde es in der schulmedizinischen Frauenheilkunde erst seit Kurzem eingesetzt. «Die Pflanze wirkt gut bei nervösen Zuständen», so Widmer. «Wir setzen sie vielfältig ein, so bei vorzeitigen Wehen in der Schwangerschaft, bei Reizblase, gegen Schlafstörungen, aber auch bei hyperaktiven Kindern.» Andere Phytotherapeutika hätten sich in der Gynäkologie seit Jahren bewährt: «Mönchs-



Dr. med. Regina Widmer: «Heilpflanzen wie Rosenwurz (siehe Bild) oder *Bryophyllum* werden von Ärztinnen und Ärzten noch viel zu wenig eingesetzt.»

pfeffer wirkt in der frühen Phase der Wechseljahre mit Östrogendominanz sehr gut, die Traubensilberkerze, wenn die Wallungen kommen.»

Zu den Heilpflanzen, die auf die Psyche wirken, zähle Johanniskraut. «Wir setzen es oft ein, auch bei Patientinnen in den Wechseljahren. Es hat sowohl aufhellende wie beruhigende Wirkungen. Beruhigend und schlafanstossend wirken Pflanzen wie Baldrian, Hopfen, Pestwurz und Melisse.» Ein guter Energielieferant sei Rosenwurz. «Neben Ginkgo und Ginseng gehört die Pflanze zu der Handvoll ‹Medis›, die man ins Alter mitnehmen könnte.»

## «Da ist noch mehr»

Kolleginnen und Kollegen rät die Ärztin, mit einem kleinen Grundstock an Phytopharmaka zu beginnen, sie als Vollalternativen einzusetzen und zu beobachten, wie sie wirken.

«Doch da ist noch mehr!» so Regina Widmer, die auch Co-Gründerin des Phyto-Gyni-Netzwerkes Herbadonna ([www.herbadonna.ch](http://www.herbadonna.ch)) ist. «Es gibt vermehrt auch pflanzliche Salben und Scheidenzäpfchen, viele mit wunderbarer Galle. Ich rate Kolleginnen und Kollegen, sich mit einer Apothekerin oder einem Apotheker zusammenzutun – mit jemandem, die oder der sich in der Phytotherapie auskennt und nach Magistralrezepturen selber produziert. Leider werden diese hervorragenden Produkte nur wenig eingesetzt. Vermutlich darum, weil Ärztinnen und Ärzte nicht wissen, was man auf das Rezept schreiben muss. Beispielsweise ‹Vaginale Kräutercreme PM-222 der Apotheke XY›. In unseren Herbadonna-Workshops versuchen wir dieses Know-how interdisziplinär weiterzugeben.» //

**OTX World Plus** >

Unter [www.otxworld.ch/phytogrundstock](http://www.otxworld.ch/phytogrundstock) finden Sie eine Liste von bewährten Phytotherapeutika, die in der Frauenheilkunde eingesetzt werden können.