

## Heilkraft der Natur

Heilpflanzen sind im besten Sinne des Wortes Naturprodukte. Ihre besondere Wirksamkeit wird unter anderem darauf zurückgeführt, dass sie eine Mischung verschiedener Wirkstoffe in sich vereinen. Dazu zählen zum Beispiel: ätherische Öle, Alkaloide, Anthranoide, Bitterstoffe, Cumarine, Flavonoide, Gerbstoffe, Glykoside, Saponine und Schleimstoffe. Somit wirkt eine Pflanze als „Vielstoffgemisch“ oftmals sehr breitbandig.

Über viele Pflanzen gibt es heute Studien und wissenschaftliche Nachweise. Auf der anderen Seite sind eine Menge pflanzlicher Heilmittel noch gar nicht untersucht worden, haben sich aber über Jahrhunderte bewährt und werden aus diesem Grund ebenfalls zur Linderung und Heilung einer Vielzahl von Erkrankungen angewendet.



## Informationen zur Therapie

Die Phytotherapie oder Pflanzenheilkunde ist eine vielseitige, bewährte Behandlungsmethode mit großem Anwendungsbereich, sowohl bei akuten als auch bei chronischen Erkrankungen. Phytopharmaka sind in der Regel gut verträglich und nebenwirkungsarm. Fehler in der Dosierung, der Anwendungsart oder -dauer etc. können jedoch zu unerwünschten Neben- oder Wechselwirkungen führen. Auch zu Anwendungseinschränkungen oder Kontraindikationen beraten wir Sie gern ausführlich und persönlich. Wenn Sie sich für eine phytotherapeutische Behandlung interessieren, sprechen Sie uns an!

© Bund Deutscher Heilpraktiker e. V.

### Wir sind für Sie da!

Kirsten Kämper  
Praxis für Naturheilkunde  
Kompetenz Naturheilkunde®



Am Hagenkotten 7  
58313 Herdecke

Tel.: 02330 - 61 22 06  
Fax: 02330 - 61 22 07  
Mobil: 0173 9494490

Praxisstempel

# Phytotherapie

Informationen für unsere Patienten



Mit freundlicher Unterstützung des  
Bund Deutscher Heilpraktiker e. V.



## Vorbild der modernen Medizin

Die Pflanzenheilkunde gehört zu den ältesten und faszinierendsten Heilverfahren überhaupt und wird seit Jahrhunderten erfolgreich angewendet.

Nur zu Ihrer Information: Die Tradition der Phytotherapie reicht zurück bis in die Steinzeit und ist im Altertum verbunden mit so berühmten Namen wie Hippokrates, Hildegard von Bingen, Paracelsus (Theophrastus Bombastus von Hohenheim) oder Friederich-Wilhelm Serthürner, dem es im Jahr 1805 gelang, aus Mohn das „schlafmachende Prinzip“, später Morphin genannt, zu isolieren.

Bis heute stammen eine Vielzahl moderner Arzneien direkt oder in abgewandelter Form von Pflanzen ab, so z. B. das Gichtmittel Colchicin aus der Herbstzeitlosen (*Colchicum autumnale*), die Herzmittel mit Digitalisglykosiden aus den Blättern des roten und wolligen Fingerhut (*Digitalis purpurea*, *Digitalis lanata*) und das Schmerzmittel Aspirin bzw. ASS, dessen Wirkstoff Acetylsalicylsäure auf die Weidenrinde (*Salicis cortex*) zurückgeht.

## Anwendung und Umfang

In der Pflanzenheilkunde werden ganze Pflanzen oder Pflanzenteile (Blüten, Blätter, Früchte, Samen, Stängel, Rinden, Wurzeln) verwendet, einiges davon frisch, der überwiegende Teil getrocknet. Zur Anwendung kommen sie beispielsweise als Tee, Saft oder Tinktur, zu Tabletten gepresst, als Badezusätze, in Salben oder Cremes.

Heilpflanzen und daraus hergestellte Phytopharmaka sind im besten Sinne Produkte der Natur und so unterliegen die wirksamen Inhaltsstoffe natürlichen Schwankungen, abhängig z. B. von Standort, Lichtverhältnissen, Klima, Ernte oder Lagerung. Für einige Heilpflanzen oder ihre Inhaltsstoffe wie Anthranonoide, Bitterstoffe, Gerbstoffe, Glykoside oder Schleimstoffe gibt es spezielle Gegenanzeigen und Anwendungsbeschränkungen.

Auch die Dosierung, Anwendungshäufigkeit und -dauer etc. sind individuell unterschiedlich und von einer Vielzahl von Faktoren abhängig – wir beraten Sie gerne persönlich.

## Anwendungsbeispiele

(alphabetisch)

Die Phytotherapie kann in vielen Fällen erfolgreich angewendet werden, z. B. bei

- Atemwegserkrankungen
- Erkältungskrankheiten
- Gallenerkrankungen
- Herz-Kreislaufkrankungen
- Immunschwäche
- Klimakterischen Beschwerden
- Lebererkrankungen
- Magenerkrankungen
- Rheumatischen Erkrankungen
- Stoffwechselerkrankungen
- Urogenitalerkrankungen
- Vegetativen Zuständen
- Verdauungsbeschwerden

