



Kooperation  
Phytopharmaka

**Phytotherapie.** Pflanzliche Arzneimittel  
erfolgreich anwenden.

Pflanzen helfen heilen.



### Verwendete Pflanzenteile

Getrocknete oder frische Artischockenblätter

### Anwendungsgebiete

Innerlich: Oberbauchbeschwerden wie Blähungen, Magenschmerzen, Völlegefühl, Übelkeit, Erbrechen, Flatulenz und Gallenbeschwerden.

### Dosierung und Art der Anwendung

Teeaufguss: 1 Teelöffel (1,5 g – 3,0 g) getrocknete Artischockenblätter mit 150 ml kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und anschließend abseihen; zur Steigerung des Appetits eine halbe Stunde vor dem Essen 1 Tasse frisch bereitetes Artischockentee (bei Bedarf mit Honig gesüßt) trinken. Mittlere Tagesdosis 6 g Droge.  
Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage.

### Arzneiliche Zubereitungen in Fertigarzneimitteln

Tee: getrocknete, zerkleinerte Artischockenblätter  
Trockenextrakt: getrocknete Artischockenblätter in  
Dragees, Kapseln und anderen Darreichungsformen  
Trockenextrakt: frische Artischockenblätter in Dragees  
und anderen Darreichungsformen  
Presssaft: frische Artischockenblätter  
(Frischpflanzenpresssaft)

### Hinweise

Bei Allergien gegen Korbblütler (Asterengewächse) und bei Verschluss der Gallenwege oder bei Vorliegen von Gallensteinen und Leberleiden sollten Zubereitungen aus Artischockenblättern nicht eingenommen werden.

Während der Schwangerschaft, Stillzeit oder bei Kindern unter 12 Jahren sollten Artischockenblätterzubereitungen nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden, da bisher keine ausreichenden Studien zur Unbedenklichkeit vorliegen.

### Nebenwirkungen

Selten leichte Durchfälle verbunden mit Oberbauchbeschwerden, Übelkeit und Sodbrennen.

### Wechselwirkungen

Keine bekannt

# Die wirksamste Medizin ist die natürliche Heilkraft, die im Innern eines jeden von uns liegt.

Hippokrates 460–377 v. Chr.

**Heilkraft aus Pflanzen.** Krankheiten mit pflanzlichen Arzneimitteln zu behandeln ist eine der ältesten Errungenschaften der Menschheit. Phytotherapie – abgeleitet vom griechischen *Phyton (Pflanze)* – bedeutet die Behandlung von Krankheiten und Befindlichkeitsstörungen mit Pflanzen, Pflanzenteilen und deren Zubereitungen. Pflanzliche Arzneimittel werden in verschiedenen Darreichungsformen genutzt, wie z. B. als Tees, Presssäfte, Kapseln, Tabletten, Tropfen oder Salben. Pflanzliche Arzneimittel nennt man auch Phytopharmaka.

Viele Krankheiten haben komplexe Ursachen und lassen sich durch Wirkstoffkombinationen besser behandeln als durch einen einzelnen Wirkstoff. Eine Pflanze hat eine Vielzahl von Inhaltsstoffen, die verschiedene Prozesse im menschlichen Körper beeinflussen können und sich dadurch gegenseitig in ihrer Wirkung ergänzen.

Die moderne Phytotherapie ist naturwissenschaftlich orientiert, hat ihre Wurzeln jedoch in der Volksmedizin. Der Wirksamkeitsnachweis durch experimentelle und klinische Studien begründet den hohen Stellenwert vieler Phytopharmaka in der modernen Arzneimitteltherapie.

Phytotherapie wird oft fälschlicherweise mit Homöopathie, Bachblütentherapie oder anderen ähnlichen Therapieverfahren gleichgestellt. Diese Verfahren unterscheiden sich jedoch grundlegend von der Phytotherapie in ihren theoretischen Grundlagen, ihrem Weltbild und ihrem Forschungsstand.



### Verwendete Pflanzenteile

Getrockneter Wurzelstock (Rhizom) mit Wurzeln (Baldrianwurzel)

### Anwendungsgebiete

Innerlich: Unruhezustände, nervös bedingte Einschlafstörungen

### Dosierung und Art der Anwendung

Teeaufguss (Beruhigungstee): mehrmals tägl. 2–3 g Droge, bei Einschlafstörungen ca. 30 Minuten vor dem Schlafengehen.

In Kombination mit anderen beruhigend wirkenden pflanzlichen Arzneimitteln (z. B. aus Passionsblumenkraut, Hopfen, Melisse) genügt eine geringere Dosis. Eine Schlafförderung tritt meist erst nach 5 bis 14 Tagen ein.

Bereitung eines Teeaufgusses: 1 bis 2 Teelöffel (2–3 g) geschnittene Baldrianwurzeln mit ca. 150 ml siedendem Wasser übergießen und bedeckt stehen lassen. Nach 10 bis 15 Minuten abseihen.

### Arzneiliche Zubereitungen in Fertig- arzneimitteln

Teeaufguss: geschnittene Baldrianwurzel, häufig mit anderen beruhigend wirkenden pflanzlichen Arzneimitteln kombiniert verarbeitet.

Pulverisiert: in Tabletten und Dragees

Fluidextrakt: in Tropfen und Säften

Trockenextrakt: in Tabletten, Dragees und löslichen Instant-Tees

### Hinweise

Bei bekannten Allergien gegen Baldrian müssen Zubereitungen in jeder Form gemieden werden. Während der Schwangerschaft, Stillzeit oder bei Kindern unter 12 Jahren sollte Baldrian nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden, da bisher keine ausreichenden wissenschaftlichen Studien zur Unbedenklichkeit vorliegen.

Da Baldrianzubereitungen möglicherweise die Reaktionsfähigkeit beeinträchtigen, sollte man vorsichtshalber bis zwei Stunden nach Einnahme nicht Auto fahren.

### Nebenwirkungen

Selten Magen-Darm-Beschwerden, sehr selten allergische Hautreaktionen

### Wechselwirkungen

Keine bekannt

# Die Natur ist die beste Apotheke.

Sebastian Kneipp

**Trend oder Tradition.** Schon seit Jahrtausenden werden Pflanzen und deren Zubereitungen zur Linderung und Heilung von Krankheiten verwendet. Die Phytotherapie ist damit eines der ältesten Therapieverfahren der Medizin.

Für Hippokrates, Galen, Paracelsus und viele andere bekannte Ärzte der Medizingeschichte gehörten Pflanzen zur Basis der Heilkunde. Im Mittelalter wurden Heilpflanzen in Bauern- und Klostergärten angebaut.

Durch die großen Therapieerfolge, die ab etwa 1900 durch synthetische Arzneimittel und später auch z.B. durch Antibiotika erzielt wurden, verloren pflanzliche Arzneimittel viel von ihrer Bedeutung. Die Basis für die Entwicklung vieler Wirkstoffe war damals und ist auch heute noch die Natur.

Heute werden die positiven Eigenschaften von pflanzlichen Arzneimitteln – geprüfte Qualität, gute Wirksamkeit und Verträglichkeit, große therapeutische Breite, viele Einsatzgebiete – wieder von vielen Ärzten geschätzt und führen zu einer gesteigerten Nachfrage der Patienten. Viele pflanzliche Arzneimittel wurden mittlerweile wissenschaftlich untersucht. Ihre Wirksamkeit ist durch klinische Studien oder experimentelle Untersuchungen belegt.

Sie sind ein wertvoller Bestandteil unseres Arzneischatzes.



### Verwendete Pflanzenteile

Getrocknete blühende Triebspitzen mit Blüten, Blätter und Stängel

### Anwendungsgebiete

**Innerlich:** Leichte bis mittelschwere Depressionen; vorübergehende nervliche Belastung; leichte Magen-Darm-Beschwerden

**Außerlich:** Leichte Hautentzündungen und kleinere Wunden

### Dosierung und Art der Anwendung

Es sollten nur Fertigarzneipräparate mit einem definierten Wirkstoffgehalt verwendet werden. Mit einer Teezubereitung von Johanniskraut wird die wirksame Dosis zur Behandlung von Depressionen nicht erreicht. Deshalb ist bei diesem Anwendungsgebiet von Johanniskrauttees abzuraten.

### Zubereitungen in Fertigarzneimitteln

Teeaufguss: 2 bis 4 g fein geschnittenes Johanniskraut mit 150 ml siedendem Wasser übergießen und nach 5 bis 10 Minuten abseihen.

Trockenextrakt und Pflanzenpulver: in Kapseln und Tabletten

Alkoholische Auszüge: in Tropfen und anderen flüssigen Zubereitungen

Presssaft: frische Pflanzenteile (Frischpflanzenpresssaft)

### Hinweise

Hellhäutige Personen können bei hoher Johanniskraut-Dosierung möglicherweise mit erhöhten sonnenbrandähnlichen Symptomen reagieren und sollten sich deshalb nicht zu starker Sonneneinstrahlung aussetzen.

Ausreichende Studien zur Anwendung von Johanniskraut in Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Kindern unter 12 Jahren liegen noch nicht vor. Deshalb sollte Johanniskraut in diesen Fällen nur mit Rücksprache des Arztes angewendet werden.

### Nebenwirkungen

Selten allergische Hautreaktionen, Müdigkeit, Unruhe, Magen-Darm-Beschwerden.

### Wechselwirkungen

Patienten, die regelmäßig andere Medikamente einnehmen, sollten vor der Einnahme von Johanniskrautzubereitungen ihren Arzt oder Apotheker fragen, da Wechselwirkungen z. B. mit Antikoagulantien (z. B. Marcumar®), Immunsuppressiva (z. B. Ciclosporin, Tacrolimus), Digoxin, Medikamenten zur HIV-Behandlung (Indinavir und andere Proteasehemmerstoffe), Zytostatika, Hormonen zur Empfängnisverhütung sowie Antidepressiva (insbesondere Amitriptylin/Nortriptylin) und Theophyllin auftreten können.

Sich auf Tradition berufen und diese zu pflegen und weiter zu entwickeln ist Anliegen der Phytotherapie.

**Nutzen und Risiken.** Pflanzliche Arzneimittel bestehen ausschließlich aus Pflanzen oder aus ihren Zubereitungen, die nach einem standardisierten Verfahren hergestellt werden. Sie werden bei einer Vielzahl von Erkrankungen und Beschwerden angewendet und haben im Vergleich zu vielen chemisch-synthetischen Arzneimitteln geringe Nebenwirkungen. Dennoch sollte bei der Einnahme genau auf die Anwendungshinweise geachtet werden. Dies gilt besonders bei gleichzeitiger Einnahme von mehreren Arzneimitteln, da sie sich in ihren Wirkungen gegenseitig beeinflussen können (Wechselwirkungen).

Pflanzliche Arzneimittel können aus Frischpflanzen oder aus getrocknetem Pflanzenmaterial hergestellt werden. In Deutschland werden sie von der Zulassungsbehörde (Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte – BfArM) registriert oder zugelassen. Voraussetzung dafür ist eine umfangreiche Prüfung von Qualität, Wirksamkeit und Sicherheit.

Die folgenden Seiten geben einen Überblick, welche Zubereitungen aus Pflanzen bzw. Pflanzenteilen bei speziellen Beschwerden helfen können.



### Verwendete Pflanzenteile

Getrocknete Blütenköpfchen (Kamillenblüten)

### Anwendungsgebiete

#### Innerlich:

Krämpfe im Magen-Darm-Bereich, entzündliche Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts (z. B. Gastritis und Magengeschwüre)  
Atemwegsinfekte und Reizzustände der Luftwege (Inhalation)

#### Äußerlich:

Bakterielle Hauterkrankungen einschließlich der Mundhöhle und des Zahnfleisches  
Zur Wundbehandlung bei oberflächlichen Hautverletzungen, Verbrennungen, Sonnenbrand, Operationswunden, Frostbeulen  
Erkrankungen im Anal- und Genitalbereich (Bäder, Spülungen)

### Dosierung und Art der Anwendung

Teeaufguss: 3 bis 4-mal täglich 1 Tasse frisch bereitetes Kamillentee zwischen den Mahlzeiten warm trinken. Der Tee kann auch zu Mundspülungen oder zum Gurgeln verwendet werden.

Badezusatz: 50 g Kamillenblüten auf 10 l Wasser (wie Tee zubereiten)

Inhalation: eine Handvoll Kamillenblüten oder einige Tropfen des Kamillenöls auf heißes Wasser geben.

Teeaufguss: 1 Esslöffel Kamillenblüten (ca. 3 g) mit

150 ml heißem Wasser übergießen (nicht kochend!), 5 bis 10 Minuten ziehen lassen und abseihen.

### Arzneiliche Zubereitungen in Fertig- arzneimitteln

Tee: Kamillenblüten als Tee, auch in Teeaufguss-beuteln

Fluidextrakt: Alkoholische Auszüge in Tropfen zur Einnahme

Trockenextrakt: in Dragees

Alkoholische Auszüge in Cremes, Salben, Mundsalben und Bädern zur äußerlichen Anwendung  
Kamillenöl in Heilsalben, Bädern und Lösungen zur äußerlichen Anwendung

### Hinweise

Bei bestehenden Allergien gegen Korbblütler (Asteraceae) sollten Kamillenzubereitungen gemieden werden.

### Nebenwirkungen

Selten Allergien

### Wechselwirkungen

Keine bekannt

## Erkrankungen der oberen Atemwege

### Halsbeschmerzen

- Isländisches Moos
- Eibischwurzel
- Königskerzenblüten
- Salbeiblätter
- Thymiankraut

### Entzündungen im Mund- und Rachenraum

- Anisöl
- Eukalyptusöl
- Fenchelöl
- Kamillenblütenöl
- Myrrhe
- Nelkenöl
- Pfefferminzöl
- Salbeilöl
- Salbeiblätter
- Zistrosenblätter

### Trockener Reizhusten

- Eibischwurzel
- Efeublätter
- Spitzwegerichkraut
- Malvenblätter

## Erkrankungen der unteren Atemwege

### Produktiver Husten

- Efeublätter
- Kombinationspräparate aus: Efeublätter, Thymiankraut, Primelwurzel, Thymiankraut, Spitzwegerichkraut

Primelwurzel, Thymiankraut  
Kapuzinerkressenkraut, Meerrettichwurzel  
Eukalyptusöl, Fichtennadelöl, Pfefferminzöl  
Eukalyptusöl, Kiefernadelöl, Levomenthol  
Campher, Eukalyptusöl

### Verschleimung der Atemwege

- Efeublätter
- Eukalyptusöl
- Primelwurzel
- Thymiankraut
- Thymianöl

## Fieberhafte Infekte/ Erkältung

- Holunderblüten
- Lindenblüten
- Roter Sonnenhut
- Pelargoniumwurzel
- Kombination Kapuzinerkressenkraut, Meerrettichwurzel

## Erkrankungen des Bewegungsapparates

- Arnikablüten
- Beinwellwurzel
- Brennnesselblätter
- Latschenkiefernöl
- Teufelskrallenwurzel
- Weidenrinde

## Neurologische und neurodegenerative Erkrankungen

### Hirnleistungsstörungen, Konzentrationschwäche

- Ginkgoblätter
- Koreanischer Ginseng
- Taigawurzel

### Schwindel

- Ginkgoblätter

## Psychiatrische Erkrankungen

### Depressive Zustände

- Johanniskraut

### Angst- und Unruhezustände

- Baldrianwurzel
- Lavendelöl
- Passionsblumenkraut
- Kombinationen aus: Baldrianwurzel, Hopfenzapfen, Baldrianwurzel, Hopfenzapfen, Melissenblätter, Baldrianwurzel, Johanniskraut, Passionsblumenkraut

### Stress / Erschöpfung

- Rosenwurz
- Koreanischer Ginseng
- Taigawurzel

### Schlafstörungen

- Baldrianwurzel
- Hopfenzapfen



### Verwendete Pflanzenteile

Getrocknete Blüten (Primelblüten) oder getrocknetes Rhizom (Wurzelstock) mit Wurzeln (Primelwurzel) der Echten Schlüsselblume und/oder Waldschlüsselblume.

### Anwendungsgebiete

Innerlich: Als Hustenlöser (den Auswurf von Bronchialsekret förderndes Mittel) bei erkältungsbedingtem Husten; bei produktivem Husten, Katarrhen der oberen Luftwege und chronischer Bronchitis.

### Dosierung und Art der Anwendung

Teezubereitung: 1g Primelblüten bzw. 0,2 bis 0,5 g Primelwurzeln mit 150 ml kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen und abseihen; 3x tgl. 1 Tasse Tee (bei Bedarf mit Honig süßen).

Tagesdosis: 3 g Primelblüten; 0,6 bis 1,5 g Primelwurzeln.

Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage

### Arzneiliche Zubereitungen in Fertigarzneimitteln

Teeaufguss: zerkleinerte Primelblüten oder Primelwurzeln

Trockenextrakt: aus Primelwurzeln zusammen mit anderen pflanzlichen Drogen in Kombinationspräparaten in Form von Pastillen, Tabletten, Kapseln, Dragees

Flüssigextrakt: aus Primelwurzeln zusammen mit anderen pflanzlichen Drogen in Kombinationspräparaten in Form von Tropfen und Säften

Flüssigextrakt: aus Primelblüten zusammen mit anderen pflanzlichen Drogen in Kombinationspräparaten in Form von Tropfen.

### Hinweise

Bei bekannter Überempfindlichkeit gegen Primel sowie bei Patienten mit Magengeschwüren und Magenschleimhautentzündungen sollten Primelzubereitungen nicht angewendet werden.

Während der Schwangerschaft und Stillzeit sowie für Kinder unter 12 Jahren sollten Primelzubereitungen nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden, da bisher keine ausreichenden wissenschaftlichen Studien zur Unbedenklichkeit vorliegen.

### Nebenwirkungen

Selten Magen-Darm-Beschwerden.

### Wechselwirkungen

Keine bekannt

- Lavendelöl
- Melissenblätter
- Passionsblumenkraut

## Hautentzündungen

### Lippenherpes

- Melissenblätter
- Teebaumöl

### Akne

- Sonnenhutkraut
- Kamillenblüten
- Hamamelisblätter

### Dermatitis, Ekzem

- Kamillenblüten
- Hamamelisblätter
- Nachtkerzenöl

### Oberflächliche Wunden

- Kamillenblüten
- Ringelblumenblüten
- Birkenrinde

### Schwitzen

- Salbeiblätter

## Herz-Kreislauf-Erkrankungen

### Kreislaufbeschwerden

- Lavendelblüten
- Rosmarinblätter
- Weißdornblätter mit Blüten

### Herzschwäche

- Weißdornblätter mit Blüten

## Nervöse Herzbeschwerden

- Weißdornblätter mit Blüten
- Kombination aus Baldrianwurzel, Hopfenzapfen, Melissenblätter

## Arterielle

### Verschlusskrankheit

- Ginkgoblätter

## Venenerkrankungen, Krampfadern

- Arnikablüten
- Buchweizenkraut
- Hamamelisblätter, -rinde
- Mäusedornwurzelstock
- Rosskastaniensamen
- Steinklee Kraut
- Weinrebenblätter
- Schachtelhalmkraut

## Schmerzen

### Kopfschmerzen

- Pfefferminzöl

### Nervenschmerzen

- Fichtennadelöl
- Latschenkiefernöl
- Pfefferminzöl

### Zahnschmerzen

- Nelkenöl

## Muskel- und Gelenkschmerzen

- Arnikablüten
- Beinwellkraut, -wurzel

- Pfefferminzöl
- Brennesselkraut
- Kombination aus Eschenrinde, Goldrutenkraut, Zitterpappelrinde, -blätter

## Glieder- und Rückenschmerzen

- Beinwellkraut, -wurzel
- Cayennepfefferfrüchte
- Teufelskrallenwurzel
- Weidenrinde

## Magen-Darm-Erkrankungen

### Oberbauchbeschwerden/ Reizdarm, Gastritis

- Artischockenblätter
- Kamillenblüten
- Leinsamen
- Kümmelöl
- Pfefferminzöl

### Kombination aus Angelikawurzel, Kamillenblüten,

- Kümmelfrüchten, Mariendistelfrüchten, Melissenblättern, Pfefferminzblättern, Schleifenblumenkraut, Schöllkraut, Süßholzwurzel

### Erbrechen

- Ingwerwurzelstock
- Kamillenblüten

### Reizdarm

- Flohsamenschalen
- Indischer Flohsamen
- Kombination aus Angelika-



### Verwendete Pflanzenteile

Getrocknetes Thymiankraut sowie das ätherische Öl (Thymianöl), das aus Thymiankraut gewonnen wird.

### Anwendungsgebiete

**Innerlich:** Thymiankraut und Thymianöl auch in Kombination mit anderen pflanzlichen Arzneimitteln als Schleim lösendes Mittel bei erkältungsbedingtem Husten.

**Äußerlich:** Thymianöl (Einreibungen, Bäder) zur Linderung von Erkältungssymptomen.

### Dosierung und Art der Anwendung

Teeaufguss: mehrmals täglich 1 Tasse frisch bereiteten Thymiantee warm trinken  
Thymianfluidextrakt: 1- bis 3-mal tgl. 1 bis 2 g  
Fertigarzneimittel: siehe Packungsbeilage

### Zubereitungen in Fertigarzneimitteln

Teeaufguss: Thymiankraut, auch als Teeaufgussbeutel in Mischungen mit anderen pflanzlichen Arzneimitteln  
Thymianfluidextrakt: in Säften (Hustensaft), Tropfen (Hustentropfen) und anderen Flüssigkeiten  
Dickextrakt: in Säften (Hustensaft)  
Alkoholische und wässrige Auszüge: in Tropfen  
Trockenextrakt: in Kapseln  
Thymianöl in Bädern (Erkältungsbad), Salben (Erkältungssalben) und löslichen Instant-Tees

### Hinweise

Thymianöl nicht direkt auf Schleimhäute oder verletzte Haut auftragen und nie im Bereich der Augen. Vollbäder mit Thymianblättern oder Thymianöl sind bei großen Hautverletzungen und offenen Wunden, bei Fieber, schweren Infektionen, schweren Kreislaufkrankungen und Herzschwäche zu meiden. Bei Säuglingen und Kleinkindern bis zu 2 Jahren kann Thymianöl einen Glottiskrampf oder Atemstillstand hervorrufen, deshalb darf Thymianöl in dieser Altersgruppe nicht angewendet werden. Für eine Anwendung von flüssigen Thymianzubereitungen bei Kindern unter 4 Jahren reichen die Erkenntnisse noch nicht aus, bei Thymianöl gilt dies für eine Anwendung bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren. Für die Anwendung von Thymian während der Schwangerschaft oder Stillzeit liegen noch keine Untersuchungen zur Unbedenklichkeit vor.

### Nebenwirkungen

Sehr selten Überempfindlichkeitsreaktionen, z. B. Luftnot, Hautreaktionen und Schwellungen.

### Wechselwirkungen

Keine bekannt.

wurzel, Kamillenblüten, Kümmelfrüchte, Mariendistelfüchten, Melissenblättern, Pfefferminzblättern, Schleifenblumenkraut, Schöllkraut, Süßholzwurzel  
- Kombination aus Myrrhe, Kamillenblüten, Kaffeekohle

### Verstopfung

- Flohsamenschalen  
- Sennesfrüchte, -blätter  
- Aloe  
- Asiatische Rhabarberwurzel  
- Faulbaumrinde

### Gallenwegsbeschwerden

- Artischockenblätter  
- Curcumawurzelstock  
- Kümmelöl

### Appetitlosigkeit

- Enzianwurzel  
- Ingwerwurzelstock  
- Schafgarbenkraut  
- Wermutkraut  
- Pomeranzenschalen

### Übelkeit

- Ingwerwurzelstock

### Durchfall

- Eichenrinde  
- Heidelbeeren, getrocknet  
- Uzarawurzel

### Lebererkrankungen

- Mariendistelfrüchte

## Erkrankungen der ableitenden Harnwege

### Harnblasenentzündung, Harnwegsinfekt

- Bärentraubenblätter  
- Goldrutenblätter  
- Orthosiphonblätter  
- Kombination aus Liebstöckelwurzel, Rosmarinblättern, Tausendgüldenkraut  
- Kombination aus Kapuzinerkressenkraut, Meerrettichwurzel

### Reizblase

- Kürbiskerne

### Frauenleiden

### Menstruationsbeschwerden

- Mönchspfefferfrüchte  
- Schafgarbenkraut

### Wechseljahresbeschwerden

- Traubensilberkerzenwurzelstock  
- Sibirische Rhabarberwurzel

### Prostatabeschwerden

- Brennnesselwurzel  
- Kürbissamen  
- Sägepalmenfrüchte  
- Roggenpollenextrakt



#### Verwendete Pflanzenteile

Getrockneter Wurzelstock (Rhizom) mit Wurzeln

#### Anwendungsgebiete

Innerlich: Wechseljahresbeschwerden wie Hitzewallungen, Schweißausbrüche, Schlafstörungen und nervöse Reizbarkeit.

#### Dosierung und Art der Anwendung

Traubensilberkerzen-Wurzelstock sollte nur in Form von Fertigarzneimitteln angewendet werden. Die Dosierung ist der Packungsbeilage zu entnehmen. Von der Zubereitung eines Teeaufgusses von Traubensilberkerzen-Wurzelstock wird abgeraten.

#### Arzneiliche Zubereitung in Fertig- arzneimitteln

Trockenextrakt: in Tabletten und Kapseln.  
Tinktur: in Tropfen

#### Hinweise

Patientinnen mit vorgeschädigter Leber sollten Traubensilberkerzen-Wurzelstock-Präparate nur unter ärztlicher Kontrolle anwenden.  
Die Behandlung muss abgebrochen werden, wenn Zeichen einer Leberschädigung auftreten (Gelbsucht, dunkler Urin, Oberbauchschmerzen, Übelkeit u.a.).  
Während der Schwangerschaft und Stillzeit ist von

der Einnahme abzuraten, da keine Erfahrungen zur Unbedenklichkeit vorliegen.

Patientinnen mit östrogenabhängigen Tumoren (z. B. Brustkrebs) sollten Traubensilberkerzen-Wurzelstock-Präparate nicht ohne ärztlichen Rat einnehmen

#### Nebenwirkungen

Magen-Darm-Beschwerden, allergische Hautreaktionen, Schwellungen im Gesicht oder an den Gliedmaßen, Leberschädigung.  
Die Häufigkeit ist nicht bekannt .

#### Gegenanzeigen

Keine bekannt

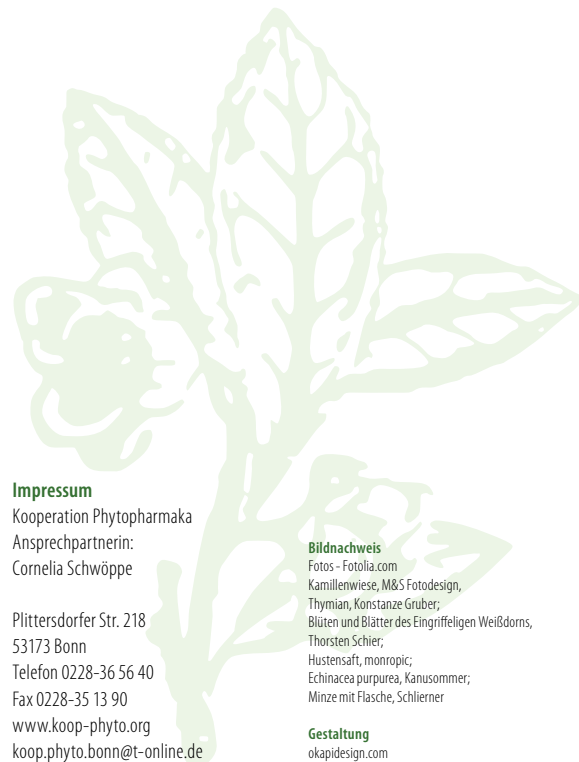
#### Wechselwirkungen

Keine bekannt

Informationen zu weiteren Pflanzenbeschreibungen und ihren Wirkstoffen finden Sie unter:

[www.koop-phyto.org/arzneipflanzenlexikon](http://www.koop-phyto.org/arzneipflanzenlexikon)

Bitte beachten Sie, dass diese Informationen die Beratung durch einen Arzt oder Apotheker nicht ersetzen können.



#### Impressum

Kooperation Phytopharmaka  
Ansprechpartnerin:  
Cornelia Schwöppe

Plittersdorfer Str. 218  
53173 Bonn  
Telefon 0228-36 56 40  
Fax 0228-35 13 90  
[www.koop-phyto.org](http://www.koop-phyto.org)  
[koop.phyto.bonn@t-online.de](mailto:koop.phyto.bonn@t-online.de)

#### Bildnachweis

Fotos - Fotolia.com  
Kamillienwiese, M&S Fotodesign,  
Thymian, Konstanze Gruber;  
Blüten und Blätter des Eingriffeligen Weißdorns,  
Thorsten Schier;  
Hustensaft, monopropic;  
Echinacea purpurea, Kanusommer;  
Minze mit Flasche, Schlierner

#### Gestaltung

okapidesign.com





Kooperation  
**Phytopharmaka**