

# phyto therapie.at

Jahrgang 18/Heft 1 | Februar 2024

Die Zeitschrift der  
Österreichischen Gesellschaft  
für Phytotherapie



## Der Verdauung helfen mit Phytotherapeutika

- Schleimhäute schützen
- Multitalent Kamille
- Was tun bei Durchfällen?



# Gaspan® 2x täglich

... damit die Gerti wieder entspannt ausgehen kann!



Blähungen

Bauchschmerzen



Völlegefühl



Wirkt  
direkt im  
Darm.

GAS\_2212\_F

Fachkurzinformation siehe Seite 31

Mit hochdosiertem  
Kümmel- und Pfefferminzöl.

Die Wirksamkeit von Gaspan®  
ist in zahlreichen Studien belegt.



## Zu Beginn des Jahres gleich ein Blick auf die Details ...

Liebe Leserin, lieber Leser!

Ich hoffe, Sie sind gut im neuen Jahr angekommen und bereit, wieder ein spannendes „Phytojahr“ mit der ÖGPHYT zu beginnen.

Beim genauen Hinsehen auf die erste Ausgabe von *phytotherapie.at* in diesem Jahr ist Ihnen sicher gleich aufgefallen, dass sich das Team der Koeditor:innen erweitert hat. Wir dürfen Herrn Mag. Dr. Heinrich Evanzin in dieser neuen Funktion herzlich begrüßen!

Für pflanzliche Arzneimittel erschließen sich doch immer wieder neue Einsatzgebiete, wie die adjuvante Behandlung von chronisch entzündlichen Darmerkrankungen oder die Therapie von rezidivierenden Harnwegsinfekten als Alternative zur antibiotischen Therapie, hier gleich auch mit einer genauen Beschreibung der Senfölglykoside, ihrer Struktur und Wirksamkeit.

Ein Blick auf die Pflanzenanatomie und Phytochemie der Kamille ruft praktisch relevante Details wieder in Erinnerung. Eine fundierte Kenntnis von botanischen Merkmalen ist nicht nur wichtig, um die Echte Kamille von der Hundskamille zu unterscheiden, sondern auch, um Verfälschungen in der Natur zu erkennen oder „falsche Freunde“, wie Wermut und Beifuß, nicht zu verwechseln. Die ÖGPHYT bietet auch heuer wieder zahlreiche pharmakobotanische Exkursionen an, bei denen Sie die Möglichkeit haben, dieses wichtige Detailwissen aufzufrischen.

Ein neues Standardwerk mit detaillierten Angaben zu Dosierungen von Arzneidrogen des Österreichischen Arzneibuches und deren Zubereitungen dürfen wir Ihnen ebenso vorstellen. Es ist unter der Leitung von Univ.-Prof. DDr. Brigitte Kopp mit zahlreichen Expert:innen der Phytotherapie, u. a. Vorstandsmitgliedern der ÖGPHYT, entstanden. Es ist nicht nur in digitaler Form über die App *Diagnosia* abrufbar, sondern wird in Kürze auch in einer Printausgabe verfügbar sein.

So werden Sie im vorliegenden Heft zahlreiche Informationen zur Phytotherapie aus Wissenschaft und Praxis erhalten und letztlich auch viele Details zu Kongressen, Seminaren, Exkursionen und Begünstigungen für ÖGPHYT-Mitglieder erfahren.

Und noch ein kleines Detail zum Schluss: Sollten Sie in nächster Zeit in der Nähe des Wiener Westbahnhofs unterwegs sein, suchen Sie nach der neuen Primärversorgungseinheit mit Phytokompetenz. Herzliche Gratulation an unser Vorstandsmitglied, Herrn Dr. Peter Haubenberger, und sein Team zur Eröffnung der PVE Wien West!

Ich hoffe, ich konnte Ihre Neugier auf die vielen unterschiedlichen Themen dieser Ausgabe wecken.

Viel Freude beim Lesen, und behalten Sie trotz aller Details den Überblick!

*Ihre/eure Ulli Kastner*



# Fachlicher Beirat

## Editor



**emer. o. Univ.-Prof.  
Dr. Wolfgang Kubelka**

Dept. f. Pharmazeut. Wiss., Abt. f. Pharmakognosie,  
Univ. Wien, Ehrenpräsident ÖGPHYT

### Ausrichtung/Zielsetzung/Disclaimer

Die Zeitschrift *phytotherapie.at* ist das Fachmedium der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT) und soll deren Mitgliedern, Ärzten, Apothekern, Pharmazeuten und Stakeholdern aktuelle Informationen über Entwicklungen im Bereich pflanzlicher Arzneimittel bringen. Für das fachliche und wissenschaftliche Fundament garantiert ein fachlicher Beirat, bestehend aus Wissenschaftlern, Pharmazeuten, Apothekern und Ärzten aus dem deutschsprachigen Raum. Entgeltliche Einschaltungen gem. § 26 Mediengesetz fallen in den Verantwortungsbereich des jeweiligen Auftraggebers; sie müssen nicht die Meinung von Herausgeber, Reviewer oder Redaktion wiedergeben.

## Co-Editors



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr.  
Sabine Glasl-Tazreiter  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss.,  
Abt. f. Pharmakognosie,  
Univ. Wien,  
Vizepräsidentin ÖGPHYT



Univ.-Doz. Mag. pharm.  
DDR. med. Ulrike Kastner  
Fachärztin für Kinder-  
und Jugendheilkunde,  
Präsidentin ÖGPHYT



Univ.-Doz. Mag. pharm.  
Dr. Reinhard Länger  
Österreichische Agentur  
für Gesundheit und  
Ernährungssicherheit



MR i. R. Univ.-Doz.  
Dr. Heribert Pittner  
Ehrenpräsident ÖGPHYT



Univ.-Prof. Mag. pharm.  
Dr. Judith M. Rollinger  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss.,  
Abt. f. Pharmakognosie,  
Univ. Wien



Mag. pharm. Dr. med.  
Heinrich Justin Evanzin  
Arzt und Apotheker,  
Landeskrankenhaus  
Mistelbach-  
Gänserndorf

## Advisory Board



Univ.-Prof.  
Dr. DDR. h. c. Rudolf Bauer  
Karl-Franzens-Universität Graz



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr. Franz Bucar  
Department für Pharmakognosie,  
Karl-Franzens-Universität Graz



Univ.-Prof. i. R. Mag. pharm.  
Dr. Gerhard Buchbauer  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss.,  
Abt. f. Pharmazeut. Chemie, Univ. Wien



Dr. sc. nat. Beatrix Falch  
Vizepräsidentin Schweizerische  
Medizinische Gesellschaft für  
Phytotherapie (SMGP), Zürich



emer. o. Univ.-Prof. Dipl.-Ing.  
Dr. Chlodwig Franz  
Institut für Tierernährung und  
funktionelle Pflanzenstoffe,  
Veterinärmedizinische Universität Wien



Dr. Fritz Gamerith  
Managing Director von  
Schwabe Austria GmbH



Univ.-Prof. Dr. Andreas Hensel  
Institut für Pharmazeutische Biologie  
und Phytochemie, Universität Münster



Univ.-Prof. i. R. Mag. pharm.  
Dr. Dr. h. c. Brigitte Kopp  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss., Abt. f. Pharma-  
kognosie, Univ. Wien



Univ.-Prof. Dr. med. Karin Kraft  
Lehrstuhl für Naturheilkunde,  
Universitätsmedizin Rostock



ao. Univ.-Prof.  
Mag. pharm. Dr. Liselotte Krenn  
Dept. f. Pharmazeut. Wiss.,  
Abt. f. Pharmakognosie, Univ. Wien



Mag. pharm. Ilona E. Leitner  
c/o St. Lucas Apotheke, Wien



Univ.-Prof.  
Dr. Dr. h. c. Matthias F. Melzig  
Institut für Pharmazie,  
Freie Universität Berlin



ao. Univ.-Prof. Dr. Olivier Potterat  
Department Pharmazeutische  
Wissenschaften, Universität Basel



Univ.-Prof. i. R. Mag. pharm.  
Dr. Hermann Stuppner  
Institut für Pharmazie/Pharmakognosie,  
Universität Innsbruck



ao. Univ.-Prof. Mag. pharm.  
Dr. Karin Zitterl-Eglseer  
Institut für Tierernährung und  
funktionelle Pflanzenstoffe,  
Veterinärmedizinische Universität Wien

### Zeitschrift abonnieren - ÖGPHYT-Mitglied werden

Als Mitglied der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT) erhalten Sie 6-mal im Jahr auch die Fachzeitschrift *phytotherapie.at*. Alle Informationen zur Mitgliedschaft finden Sie auf Seite 32 und auf:

[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at)

## Schwerpunkt: Verdauung

- Coverstory: Chronisch entzündliche Darmerkrankungen **6**  
Aktuelle Arzneipflanze: Kamille **10**  
Fallbericht aus der Praxis **12**  
Falsche Freunde: Wermut und Beifuß **14**



## Psyche

- Arzneipflanze des Jahres: Safran **15**



## Urologie

- Interview: Senföl bei Harnwegsinfektionen **16**  
Aus der Wissenschaft - Dosierungsempfehlungen  
für Arzneidrogen **19**  
Pflanze im Porträt - Schachtelhalm **20**



## Infektiologie

- Rezepturen für Husten **22**  
Indikation und Therapie - Erkältungen **23**



## ÖGPHYT-Mitteilungen

- Apolehrgang **26**  
Termine **28**  
Ausblick Südtiroler Herbstgespräche **28**  
Mitteilungen **30**

- Impressum **30**  
Fachkurzinformation **31**  
ÖGPHYT-Mitgliedschaft **32**



# Phytotherapie bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen

Entzündungshemmend, die Schleimhaut schützend und flüssigkeitsbindend – Phytotherapeutika können bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen Abhilfe schaffen. Welche Pflanzen wann helfen, erklärt Univ.-Prof. Dr. Roman Huber vom Universitätsklinikum Freiburg im Interview.

Von Katrin Grabner

Wer an chronisch entzündlichen Darmerkrankungen (CED) wie Colitis ulcerosa (CU) oder Morbus Crohn (MC) leidet, hat meist mit Bauchschmerzen und/oder Durchfällen zu kämpfen. Die Verläufe und Beeinträchtigungen können allerdings deutlich variieren. Zu der Standardtherapie gehört oft eine Behandlung mit Kortison-Präparaten und Aminosalicylaten, aber auch Phytotherapeutika können adjuvant eingesetzt werden, wie Univ.-Prof. Dr. Roman Huber, Leiter des

Zentrums für Naturheilkunde der Klinik für Innere Medizin II am Universitätsklinikum Freiburg, erzählt. „Phytotherapeutika können bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen die Schleimhaut schützen, die Entzündungen hemmen und auf die Peristaltik sowie die Flüssigkeitsbindung einwirken. Auch das Immunsystem und die Bakterienflora des Darmes können von pflanzlichen Stoffen positiv beeinflusst werden“, erklärt Huber. Dank der Forschungen der vergange-

nen Jahre zur Phytotherapie bei CED wurden mehrere wirksame Therapien gefunden, die sich mittlerweile auch in den Leitlinien zur Diagnostik und Behandlung von Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa wiederfinden. Zu den darin aufgeführten Phytotherapeutika gehören auch die Flohsamenschalen (*Psyllii seminis testa*). „Die Stammpflanze, die in den Leitlinien am meisten Aufmerksamkeit bekommt, ist der Indische Flohsamen. Die Flohsamenschalen werden zu einer remissionserhaltenden



Behandlung bei Colitis ulcerosa verwendet. Sie binden im Darm das bis zu 40-Fache ihres Eigengewichtes an Flüssigkeit und regulieren die Peristaltik. Menschen, die aufgrund von Colitis ulcerosa unter starken Durchfällen leiden, kann so geholfen werden“, beschreibt Huber die Wirkung von Flohsamenschalen. Aber nicht nur das: „Die Flohsamenschalen werden von Darmbakterien verstoffwechselt, wodurch Butyrat – eine kurzkettige Fettsäure – entsteht, die den pH-Wert senkt, was wiederum die Durchblutung des Darmes fördert“, fügt der Experte hinzu. In den CU-Leitlinien werden Flohsamenschalen unter dem Evidenzgrad 2 angeführt, also mit einer „Kann“-Empfehlung.

Unter demselben Evidenzgrad findet sich auch Curcumin, ein Inhaltsstoff der Gewürzpflanze *Curcuma longa*.

Curcumin weist laut Huber ausgeprägte entzündungshemmende Eigenschaften auf. „Curcumin hemmt verschiedene Signalwege, die Entzündungen verursachen können. Auch die Lymphozytenproliferation wird gehemmt. Durch die schlechte Resorption von Curcumin wirkt es eher im Darm selbst entzündungshemmend. Aber auch das Darmmikrobiom wird durch Curcumin positiv beeinflusst. Das kann zu einer Remissionsinduktion und -erhaltung führen. Bei Colitis ulcerosa ist es sinnvoll, Curcumin pur ohne Hilfsmittel, welche die Resorption verbessern, zu verwenden“, sagt Huber.

Neben Flohsamenschalen und Curcumin sind auch Kaffeebohnen und Myrrhe unter den „Kann“-Empfehlungen zu finden. Auch diese beiden Therapeutika können entzündungshemmend wirken und komplementär eingenommen

werden. „Phytotherapeutika werden bei chronisch entzündlichen Darmerkrankungen meist adjuvant eingesetzt. Es gibt mittlerweile wissenschaftliche Daten, welche die Vorteile einer Einnahme zeigen, eine eindeutige ‚Soll‘-Empfehlung gibt es aber nicht“, sagt Huber. Seiner Meinung nach sollte die Behandlung von CED auf die individuelle Situation von Patient:innen abgestimmt sein. „Man muss als Kliniker:in die Gesamtsituation kennen. Wer schwere oder sehr aktive Verläufe einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung aufweist, braucht eine deutlich intensivere Therapie. Man muss darüber hinaus ein Verständnis der Erkrankung haben, um zu wissen, wann Phytotherapeutika problemlos eingesetzt werden können“, erklärt der Experte. Laut Huber gibt es sowohl bei Morbus Crohn als auch bei Colitis ulcerosa „extrem ▶



unterschiedliche Verläufe“: „Manche Patient:innen leben gut mit den Erkrankungen, haben nur leichte Schübe und könnten, wenn sie merken, es tut ihnen gut, auch eine ausschließlich pflanzenbasierte Therapie ausprobieren“, meint er. Er verweist allerdings auch darauf, dass die harten Empfehlungen der Leitlinien immer beachtet werden sollten. „Bei heftigen Schüben und schweren Verläufen sollte man Cortison nehmen. Phytotherapeutika können auch bei diesen Verläufen komplementär genommen werden. Ich halte es dabei für wichtig, gemeinsam mit den Patient:innen zu entscheiden.“

Laut Huber ist die Anwendung von pflanzlichen Arzneimitteln im Bereich von CED unter Kliniker:innen noch nicht weit verbreitet. „Ich glaube, dass viele Gastroenterolog:innen zwar Flohsamen am Schirm haben, bei Curcumin sieht das aber anders aus, weil es keine Arzneimittel damit gibt, man muss sich Präparate aus dem Nahrungsergänzungsmittelsektor zusammensuchen, und da merke ich ein eher geringeres Interesse unter Gastroenterolog:innen“, sagt der Experte vom Uniklinikum Freiburg. Mehr Aufmerksamkeit erhalten die Phytotherapeutika durch – vor allem junge – Patient:innen selbst, die nachfragen. Hier wird laut Huber auch immer wieder nach Cannabis und Weihrauch gefragt, die derzeit nicht in den Leitlinien stehen, aber laut dem Experten Potenzial haben. So oder so empfiehlt Huber, sich an die aktuellen Leitlinien zu halten.



### Flohsamen (*Psyllii semen*)



#### Inhaltsstoffe

Flohsamen (*Psyllii semen*)/Indische Flohsamen (*Plantaginis ovatae semen*) enthalten in der Samenschale Schleimstoffe, im Endosperm fettes Öl.

#### Wirkung

Indische Flohsamen/Indische Flohsamenschalen werden laut Kommission E und HMPC (well established use) innerlich bei chronischer Verstopfung und bei Erkrankungen, bei denen eine erleichterte Darmentleerung mit weichem Stuhl erwünscht ist, sowie als unterstützende Therapie bei Durchfällen verschiedener Ursache und bei Reizdarm empfohlen.

#### Neben- und Wechselwirkungen

Flohsamen enthalten Allergene, die bei unabsichtlicher Inhalation des Drogenpulvers Reaktionen wie Schnupfen, Bindehautentzündung, Bronchialspasmen oder allergische Hauterscheinungen auslösen können. Flohsamen/Flohsamenschalen sollen etwa eine Stunde vor oder nach der Einnahme von anderen Arzneimitteln eingenommen werden, da sich ansonsten die Aufnahme anderer Arzneimittel aus dem Magen-Darm-Trakt verzögern kann.

Kommentar zum Europäischen Arzneibuch [Flohsamen, Nr. 0858, Indische Flohsamen, Nr. 1333, Indische Flohsamenschalen, Nr. 1334] EMA/HMPC/599747/2012, EMA/HMPC/199774/2012



Jetzt in der  
Apotheke!

# Geschichten vom SODDBRENNEN

## REFLU

Rasche Hilfe bei Sodbrennen  
und Reflux-Beschwerden.

Mit 4-fach Power!

- Bio-Barriere
- Schutz
- Neutralisation
- Regeneration



Praktisch für unterwegs!

Mehr unter [www.gastrobalance.at](http://www.gastrobalance.at)

**Kwizda**  
Pharma



# Echte Kamille

(*Matricaria recutita*, Asteraceae)

Die Echte Kamille ist wohl das Markenzeichen für Pflanzenheilkunde. Doch wenn es um das Erkennen der Echten Kamille in der Natur geht, dann braucht es Expertenwissen.



Zur Person:

**Univ.-Doz. Dr. Reinhard Länger**  
Österreichische Agentur für  
Gesundheit und Ernährungssicherheit

**K**amillentee als praktische erste Maßnahme bei Beschwerden des Verdauungstraktes ist allgemein bekannt. Dies hat auch Karl Heinrich Waggerl in seinem Heiteren Herbarium<sup>1</sup> humorvoll gereimt. Die Kamille ist ein Vertreter aus der Familie der Korbblütler. Dies bedeutet, dass das, was wir beim oberflächlichen Betrachten als Kamillenblüte wahrnehmen, tatsächlich ein Verbund von sehr vielen kleinen Blüten

ist: Jedes weiße „Blütenblatt“ ist eine ganze Blüte, bestehend aus 5 Kronblättern, die im unteren Teil zu einer Röhre verwachsen, im oberen Teil zu einer weißen Zunge verlängert sind; dazu noch ein unterständiger Fruchtknoten mit dem Griffel. Diese Zungenblüte ist rein weiblich, Staubblätter werden nur bei den kleinen, gelben Röhrenblüten ausgebildet, die den gelben kegelförmigen Mittelteil des Blütenstandes bilden.

Disclaimer: Dieser Artikel repräsentiert die persönliche Meinung des Autors und nicht zwangsläufig die offizielle Meinung des BASG (Bundesamts für Sicherheit im Gesundheitswesen)/der AGES-Medizinmarktaufsicht.



Die Kronblätter der Röhrenblüten formen eine kleine, 5-zackige Röhre, auch jede Röhrenblüte weist einen Fruchtknoten auf. Solche im Prinzip an Margeriten erinnernde Korbblütler gibt es bei uns viele. Genaues Hinsehen und Riechen lohnt sich: Bei der Echten Kamille duften die Blütenstände eben nach Kamillentee, alle anderen Pflanzenteile sind geruchlos. Ein Längsschnitt durch den Blütenstand offenbart noch weitere Details: Die kleinen Röhrenblüten stehen auf einem spitzkegelförmigen Korbboden, der innen hohl ist. Wenn man die Röhrenblüten vom Korbboden entfernt, verbleiben keine Haare oder kleine Blättchen, der Korbboden ist kahl. Wenn alle diese Details zutreffen, dann halten Sie eine Echte Kamille in den Händen. Wenn nicht, kann es sich um eine Geruchlose

Kamille oder um eine Hundskamille handeln. Wenn Sie Kamille in der Natur selbst sammeln wollen, sollten Sie genau auf diese Details achten. Die Doppelgänger zeigen entweder keine Wirkung (Geruchlose Kamille) oder können allergische Reaktionen hervorrufen (Hundskamillen).

Wenn Sie doch den Kamillentee aus der Apotheke bevorzugen, dann stammt das Material aus Kulturen, die getrockneten Blütenköpfchen müssen einen Mindestgehalt von 4 ml ätherischen Öls pro kg Arzneidroge enthalten, zusätzlich auch noch mindestens 0,25 % des Flavonoids Apigenin-7-glucosid. Das Europäische Arzneibuch spricht hier von einem blauen ätherischen Öl. Auch wenn Sie Kamillenblüten unter einer sehr starken Lupe betrachten, werden Sie keine Drüsenhaare mit blauem Inhalt erkennen können.

Manche der Komponenten des genuinen ätherischen Öls verändern erst bei der Gewinnung des Öls durch Wasserdampfdestillation oder bei der Teebereitung ihre chemische Struktur: Aus sogenannten Proazulenen (wie etwa dem Sesquiterpen Matricin) entstehen Azulene (z. B. Chamazulen). Übrigens ein Phänomen, das man auch von ande-

ren Korbblütlern (z. B. manchen Schafgarben-Arten), aber auch von Doldenblütlern kennt (manche Sippen der kleinen Bibernelle, *Pimpinella saxifraga* subsp. *nigra*).

Der Mix an Inhaltsstoffen mit unterschiedlichen Wirkungen (Mono- und Sesquiterpene, Spiroether, Flavonoide, Polysaccharide – antiphlogistisch, spasmolytisch, antibakteriell, antifungal) ermöglicht die Verwendung der Kamille innerlich bei zahlreichen Beschwerden: innerlich bei Verdauungsproblemen wie Blähungen, Krämpfen, unterstützend bei Gastritis (Schleim!), aber auch als leichtes Beruhigungsmittel; äußerlich zur Wundheilung, bei Entzündungen von Haut und Schleimhäuten, bei Hämorrhoiden.

Trotz dieses großen therapeutischen Potenzials schätzen nicht alle die Kamille, und einzelne reagieren sogar mit Übelkeit auf einen Kamillentee! Karl Heinrich Waggerl<sup>1</sup> hat diese Skepsis an der Phytotherapie auf den Punkt gebracht: „Der Mensch jedoch in seiner Pein glaubt nicht an das, was allgemein zu haben ist. Er schreit nach Pillen. Verschont mich, sagt er, mit Kamillen.“

<sup>1</sup> Waggerl KH, Heiteres Herbarium, Otto Müller Verlag, Salzburg 1950



## Faktencheck

Kamillenblüten enthalten ätherisches Öl („Kamillenöl“) mit Sesquiterpenen (Bisabolol, Bisabololoxide) und En-In-Dicycloether.

### Wirkung:

Basierend auf langjähriger Erfahrung können Kamillenblüten innerlich bei gastrointestinalen Beschwerden wie Blähungen und leichten Bauchkrämpfen sowie bei einer banalen Erkältung eingenommen werden, äußerlich bei Entzündungen im Mund- und Rachenraum, außerdem bei leichten Hautentzündungen (Sonnenbrand) und oberflächlichen Wunden.

### Nebenwirkung:

Bei bestehenden Allergien gegen Korbblütler (Asteraceae) müssen Kamillenzubereitungen gemieden werden (Kreuzallergie möglich).



# Durchfälle nach Antibiotikatherapie

Die Grazer Allgemeinmedizinerin Dr. Sabine Apoloner-Kurz berichtet von der Behandlung eines Patienten mit anhaltendem Durchfall.

## Zur Person:

**Dr. Sabine Apoloner-Kurz** ist Ärztin für Allgemeinmedizin in Graz.

**E**in 46 Jahre alter Patient wird bei mir wegen seit 1,5 Wochen bestehenden Durchfalls vorstellig. In der Anamnese wurde eine Antibiotika-Therapie mit Clindamycin 600 mg und Anaerobex® wegen infizierter Zahntaschen über 7 Tage 3-mal täglich erhoben. Nach Beendigung der Antibiose begann ein wässriger Durchfall mit einer Frequenz von ca. 7-mal täglich. Blutbeimengung, Gewichtsverlust und Nachtschweiß wurden negiert. Grunderkrankungen sind ein seit Jahren bekannter und medikamentös gut eingestellter

arterieller Hypertonus, Hyperurikämie sowie Adipositas. Dauermedikation: Amlodipin 10 mg, Carvedilol Stada® 25 mg und Allostad 300 mg.

## Phytotherapie

Mehrmals täglich 1 Teelöffel getrocknete Heidelbeeren zerkauen, Probiotikum Bioflair® Kps. 3-mal 2, ein pflanzliches Arzneimittel mit Myrrhe, Kaffeekohle und Kamillenblüten zur unterstützenden Behandlung bei Magen-Darm-Erkrankungen mit unspezifischem Durchfall (Myrrhinil-Intest® überzogene Tabletten 3-mal tgl. je 4 Tabletten), Indische Flohsamenschalen: 1 gehäuften Teelöffel in einem Glas Wasser bis zu 3-mal tgl. einnehmen (Hinweis: 60 min Abstand zu anderen Medikamenten).



## Verlauf

Wiedervorstellung nach 3 Tagen. Der Patient gibt an, die Behandlung mit Myrrhinil-Intest® nach dem ersten Einnahmetag abgebrochen zu haben, da sich schon bei der ersten Einnahme starke Beschwerden wie Bauchkrämpfe und Kreislaufprobleme bemerkbar gemacht haben. Diese Symptome konnten weder auf die Grunderkrankung noch auf deren Therapie oder eine etwaige Dehydratation zurückgeführt werden. Nach Abbruch der Behandlung kam es zum Sistieren dieser neu aufgetretenen Symptome. Die anderen Mittel nimmt er weiterhin ein und berichtet über eine schrittweise Besserung der Stuhlkonsistenz und -frequenz, jedoch noch immer bis zu 5-mal am Tag.

## Änderung der Therapie

Absetzen von Myrrhinil-Intest®, LenoDiar-Kapseln für Erwachsene 3-mal tgl. 3 Kapseln. Nach weiteren 3 Tagen haben sich sowohl die Stuhlkonsistenz als auch -frequenz deutlich gebessert. Absetzen der Flohsamenschalen und der Heidelbeeren. Das Probiotikum sollte noch für weitere zwei Wochen eingenommen werden.





## Zwei Wirkstoffe in hochdosierter Form: Kümmel- und Pfefferminzöl

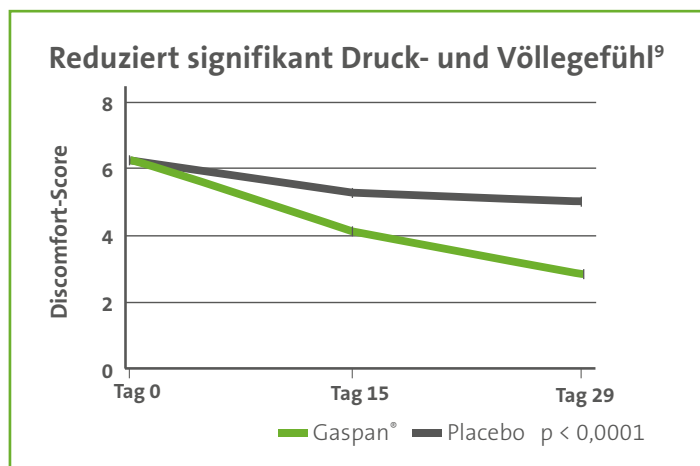
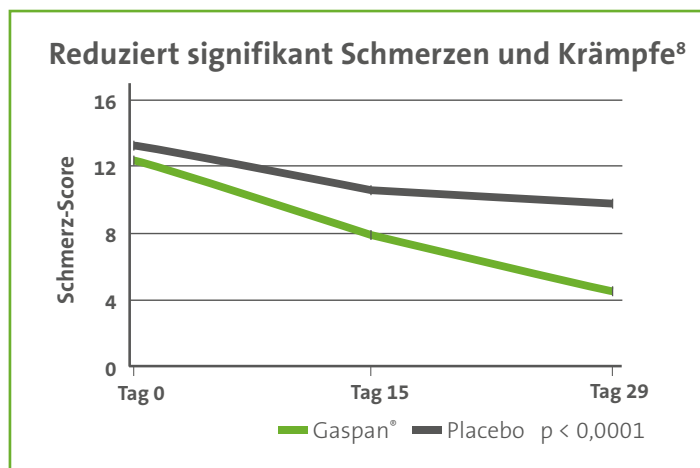
Bei wiederkehrenden Darmbeschwerden wie Blähungen, Völlegefühl und Bauchschmerzen wünschen sich Patient:innen eine langfristige Linderung der Beschwerden.

Gaspan® mit seiner einzigartigen Kombination aus Kümmel- und Pfefferminzöl kann diese Linderung bringen.<sup>1</sup>

Mit der Pfefferminz- und Kümmelöl-Kombination verbesserten sich Schmerzintensität und klinischer Gesamteindruck bei 90 % der Patienten.<sup>1</sup>

Die Pfefferminz- und Kümmelöl-Kombination reduzierte Druck- und Völlegefühl sowie Schmerzen und Krämpfe.<sup>8</sup>

**Tipp:** Empfehlen Sie Ihren Patient:innen bei wiederkehrenden Darmbeschwerden Gaspan®. Rezeptfrei in der Apotheke.



### Kümmelöl (ws\*1520)



- **entblähend<sup>3</sup>**  
Lässt Schäume und Nahrungsbrei durch Reduzierung der Oberflächenspannung zusammenfallen.<sup>4</sup>
- **hemmt Gasbildung<sup>5</sup>**  
selektive Hemmung pathogener Mikroorganismen des Darms und dadurch positive Wirkung auf das Mikrobiom

+

### Pfefferminzöl (ws\*1340)



- **krampflösend<sup>1</sup>**  
Hemmt spannungsabhängige Ca<sup>2+</sup>-Kanäle der glatten Darmmuskulatur.
- **schmerzlindernd<sup>2</sup>**  
Aktiviert Kälterezeptor (TRPM8) und blockiert so Schmerzsignale.

**reduzieren die Schmerzüberempfindlichkeit im Bauchraum<sup>6</sup> (viszerale Hyperalgesie).**

Quellen:

- 1 Fachinformation
- 2 Shams et al., JSM Gastroenterol 2015; Hepatol 3(1):1036
- 3 Harrington AM et al., Pain 152 2011; [7]:1459-1468
- 4 HMPC 2015. Assessment report on Carum carvi L., fructus and Carum carvi L., aetheroleum
- 5 Koch E et al., Z. Phytother 2015; 36(Suppl 1):34-35
- 6 Hawrelak JA et al., Altern Med Rev 2009; 14(4):380-384
- 7 Adam B et al., Scand J Gastroenterol 2006; 41(2):155-160
- 8 May B et al., ArzneimForsch/Drug Res 1996; 46(11)Nr.12:1149-1153
- 9 Holtmann GJ, Stracke B, 2016 Z Gastroenterol 2017; 55:e220-e220

# Falsche Freunde

von Mag. Dr. Heinrich Justin Evanzin

Die Kolumne „Falsche Freunde“ soll auf Verwechslungsmöglichkeiten in der phytotherapeutischen Praxis hinweisen.

Wermut und Beifuß können leicht verwechselt werden, gerade weil beide aus derselben Pflanzenfamilie und Gattung stammen. Zwar können die „Pflanzengeschwister“ jeweils als wirkähnlicher Rezepturbestandteil

füreinander eintreten, als Bitterdroge ist der Wermut – der Geist der grünen Fee – jedoch deutlich potenter als sein vulgärer Bruder vom Wegesrand.



*Artemisia vulgaris*, Asteraceae

**Pflanzenamen:** Beifuß, „biboz“

**Verwendete Droge:** blühendes Kraut (Herba Artemisiae)

**Inhaltsstoffe:** ätherisches Öl: bis 0,3 %;

Hauptkomponenten: 1,8-Cineol, Campher, Linalool.

Bitterstoffe: Sesquiterpene. Weiters: Flavonoide, Cumarine, Polyacetylene, Sterole, Triterpene

**Wirkungen:** Anregung der Speichel- und Magensaftsekretion, verdauungsfördernd

**Indikationen:** Appetitlosigkeit, Blähungen, dyspeptische Beschwerden, Verdauungsstörungen

**Empfohlene Dosierung:** mittlere Tagesdosis: 3,5 g Droge



*Artemisia absinthium*, Asteraceae

**Pflanzennamen:** Echter Wermut, Alsem

**Verwendete Droge:** blühende Zweigspitzen (Absinthii herba)

**Inhaltsstoffe:** ätherisches Öl: 0,2–1,5 %; mindestens 50

verschiedene Mono- und Sesquiterpene (viele Chemotypen!). Hauptkomponenten:  $\alpha$ -Thujone, cis-Epoxyocimen, trans-Sabinylnacetat und Chrysanthylacetat. Weiters  $\alpha$ -Bisabolol,  $\beta$ -Curcumen, Spathulenol, Thujan, Thujylalkohol, Linalool und Cineol. Bitterstoffe: Sesquiterpenlaktone, darunter Absinthin, Anabsinthin, Artabsin und Matricin. Weiters: Flavonoide, Kaffeesäure und andere Phenolcarbonsäuren, Polyacetylene.

**Wirkungen:** Anregung der Speichel- und Magensaftsekretion, verdauungsfördernd

**Indikationen:** Appetitlosigkeit, dyspeptische Beschwerden, Dyskinesien der Gallenwege

**Empfohlene Dosierung:** mittlere Tagesdosis: 2–3 g Droge



# Hohe Ehren für rotes Gold

Safran (*Crocus sativus* L.) ist die Arzneipflanze des Jahres 2024. Er kommt seit Jahrtausenden als Stimmungsaufheller in der persischen Gesundheitslehre zum Einsatz. Auch bei uns nehmen die Beachtung und Bedeutung zu.



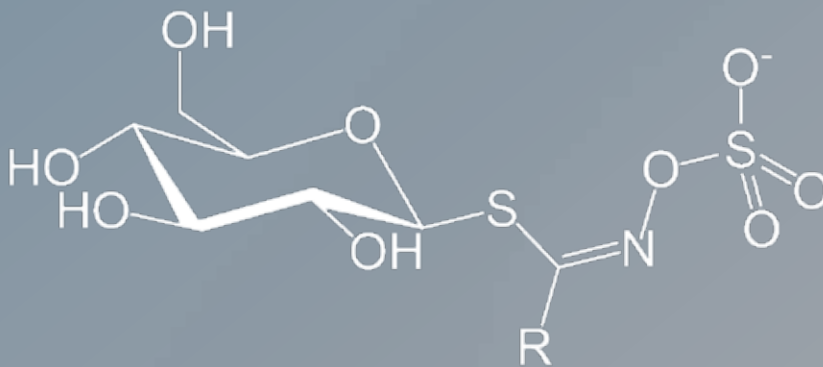
Die Herbal Medicinal Products Platform Austria (HMPPA) – bestehend aus Expert:innen österreichischer Universitäten – hat es sich zur Aufgabe gemacht, jährlich in Österreich die Arzneipflanze des Jahres zu küren. Dieses Mal fiel die Wahl auf den Safran (*Crocus sativus* L.), dem neue Studien bei der Behandlung von Depressionen Potenzial zusprechen. Safran sind die Blütenfäden einer Krokusart. Er gilt als das teuerste Gewürz der Welt. Traditionell wird Safran schon länger als Nervenberuhigungsmittel angewendet. Extrakte aus Safran sind heute auch Bestandteil von Nahrungsergänzungsmitteln, die als „natürliche Stimmungsaufheller“ angeboten werden. Und die Zahl der Studien steigt laufend – bis zu 180 soll es derzeit bereits geben.

Safran wirkt im Gegensatz zu synthetischen Antidepressiva gleichzeitig an verschiedenen Nervenschaltstellen im Gehirn. Das „Breitspektrum-Antidepressivum der Natur“ hemmt erregende Botenstoffe wie Glutamat, indem es den Glutamatrezeptor blockiert, und stimuliert wie synthetische Beruhigungsmittel dämpfende Botenstoffe, z. B.  $\gamma$ -Aminobuttersäure. Safran hemmt die Monoaminoxidase und damit den Abbau von Serotonin, Dopamin und Noradrenalin. Über die Gehirn-Nebennieren-Achse wird die Ausschüttung des Stresshormons Kortisol gehemmt. Auch moduliert der Wirkstoff von Safran andere Botenstoffe der Depression und hemmt verschiedene Botenstoffe der Entzündung. Die im Safran enthaltenen Crocine wurden als Wirkstoff iden-

tifiziert, wobei die Crocine zuerst im Darm zu Crocetin umgewandelt werden müssen, um über das Blut ins Gehirn zu gelangen.

Der Safrankrokus stammt vermutlich ursprünglich aus Vorderasien. Der Gattungsname *Crocus* leitet sich ab von gr. „kroke“ (= Faden), was sich auf die langen fadenförmigen Narbenschenkel (Narbenäste) des Griffels bezieht. Diese sind beim Safrankrokus besonders lang (bis 4 cm), auffallend ziegelrot und angenehm duftend. In arabischen Ländern wurde Safran seit jeher genutzt und hatte dort den Namen „za’farān“ (= das Gelbe, gelb sein). Safran wird in mühsamer Handarbeit geerntet. Aus jeder einzelnen Blüte muss die Griffelspitze mit den anhängenden Safranfäden mit den Fingern abgezwickelt werden. (rüm)

# Senföl bei Harnwegsinfektionen



Infektionen der Harnwege und der Blase werden meist durch die Gabe von Antibiotika therapiert. Warum das nicht immer der beste Weg ist und Senföl eine gute Alternative darstellt, erklärt der Infektiologe und Mikrobiologe Dr. Gero Beckmann.

Das Interview führte Katrin Grabner.

Antibiotikaresistenzen sind eine globale Herausforderung, die die Behandlung von teils unkomplizierten bakteriellen Infektionen erschweren oder sogar unmöglich machen. Grund dafür ist ein überbordender und oftmals unspezifischer Einsatz von Antibiotika in der Human- und Veterinärmedizin. Wissenschaftler:innen auf der ganzen Welt suchen deshalb

nach alternativen Therapien, wie auch Dr. Gero Beckmann, der am Institut Roméis Bad Kissingen die Abteilung Mikrobiologie und Hygiene leitet.

*Dr. Beckmann, pflanzliche Arzneimittel stellen eine gute Alternative zu antibiotischen Therapien dar. Auch bei Harnwegsinfektionen?*

**Beckmann:** Harnwegsinfektionen (HWI)

zählen zu den am häufigsten auftretenden bakteriellen Infektionen und sind deshalb der zweithäufigste Grund für eine antibiotische Therapie. Der Leidensdruck der Patient:innen, vor allem bei rezidivierenden Harnwegsinfektionen, ist groß. Hier ist es also besonders wichtig, Alternativen zu suchen. Einerseits, um Antibiotikaresistenzen vorzubeugen, andererseits haben Phytothera-





peutika meist weniger oder keine Nebenwirkungen und können – wie Studien zum Einsatz von Senföl zeigen – ein Wiederauftreten der Infektion teilweise sogar besser verhindern als eine Behandlung mit Antibiotika. Das zeigt sich mittlerweile auch in der S3-Leitlinie für die Therapie unkomplizierter Harnwegsinfektionen. Darin wird betont, dass eine unkomplizierte Zystitis bei Erwachsenen, wo es darum geht, klinische Symptome schneller abklingen zu lassen, durchaus mit multimodal wirksamen Pflanzeninhaltsstoffen behandelt werden kann. Diese können nicht nur den die Infektion auslösenden Bakterien entgegenwirken, sondern auch unangenehme Symptomaten lindern – und gleichzeitig Antibiotikaresistenzen reduzieren.

#### **Warum ist gerade Senföl bei der Behandlung von Harnwegsinfektionen geeignet?**

**Beckmann:** Dazu muss man wissen, dass in ungefähr zwei Dritteln aller Fälle von unkomplizierten Harnwegsinfektionen uropathogene *Escherichia coli* Bakterien im Harntrakt der Auslöser sind. An zweiter Stelle kommen *Klebsiella pneumoniae*, aber auch Staphylokokken wie der *Staphylococcus saprophyticus* und Entero- oder Streptokokken als Erreger von Harnwegsinfektionen vor. Meist sind die Infektionen unkompliziert, immer wieder aber rezidivierend. Grund dafür ist die Bildung von bakteriellen Biofilmen und die Internalisierung von Bakterien in Epithelzellen. Die Erreger können oft nicht vollständig bekämpft werden, es kommen neue Bakterien hinzu.

#### **Warum ist das so?**

**Beckmann:** Antibiotika werden meist ohne vorheriges Antibiogramm verschrieben und genommen – also nicht auf die spezifischen Keime abgestimmt. Viele Therapeut:innen nutzen in der Praxis nun mal nicht die Gelegenheit, die Keime zu isolieren und anhand einer Harnkultur auf Empfindlichkeiten zu testen. Das wird nicht gut honoriert und kostet viel Zeit. Leider führt das aber auch zu mehr Resistenzen. Früher dachte man, der Blaseninhalt sei steril. Durch molekularbiologische Forschungen weiß man heute, dass sich viele verschiedene und teils neue Arten von Keimen ansiedeln. Manche davon setzen sich in der Blase fest und diese Keime – und das ist das Erstaunliche – kommunizieren untereinander. Selbst wenn ►



eine antibiotische Behandlung gewisse Keime zerstören konnte, bleiben Informationen zurück, und aus diesen lernen andere Keime, wie sie gegen die Antibiotika überleben können. Senföl ist deshalb eine gute Alternative, weil es bakterielle Zellwände schnell und komplett auflösen kann. Dadurch ist die Entwicklung von Resistenzen nicht zu erwarten.

**In welcher Form wird Senföl eingenommen, und gibt es Patientengruppen, die davon Abstand nehmen sollten?**

**Beckmann:** Senföl wird über Kombinationspräparate aus Kapuzinerkresse und Meerrettich eingenommen. Grundsätzlich kann jede:r dadurch behandelt werden – egal, ob es eine junge Frau oder ein älterer, katheterisierter Mann ist. Das sind die Personengruppen, die am häufigsten von Harnwegsinfektionen betroffen sind, und sie alle können, meiner Meinung nach, von einer Behandlung mit Senföl profitieren. In der Regel werden diese Kombipräparate gut vertragen. Man darf aber nicht vergessen, dass Meerrettich darin enthalten ist, und manche Menschen reagieren etwas sensibler auf die Schärfe. Bei der Einnahme werden die Senföle freigesetzt und über alle relevanten Schleimhäute ausgeschieden. Dadurch können sich bei empfindlichen Personen Nebenwirkungen wie verstärkte Blähungen oder ein leichtes Kneifen im Magen ergeben. Diese Personen brauchen dann vielleicht etwas Zeit, um sich daran zu gewöhnen. Ansonsten ist Senföl nebenwirkungsfrei, seit Jahrzehnten gut beforscht und die Wirkung durch entsprechende klinische Studien belegt.

**Können Sie da Studien nennen?**

**Beckmann:** Eine Untersuchung aus Bonn zur Prophylaxe und Metaphylaxe von Harnwegspatient:innen bei querschnittsgelähmten, katheterisierten Patient:innen hat gezeigt, dass Senföl durchaus mithalten kann. Bei der Studie wurde dreiarzig geprüft – also antibiotisch, antibiotisch mit Senföl und nur

mit Senföl. Das Einsetzen der Wirkung von Senföl dauerte zwar etwas länger, die Rezidivgefahr sank allerdings durch ein Verhindern von Biofilmbildung.

**Das klingt vielversprechend! Wie ist hier die Resonanz unter Ärzt:innen? Ist Senföl als Alternative zu Antibiotika zur Behandlung von Harnwegsinfektionen weit verbreitet?**

**Beckmann:** Meiner Erfahrung nach sind Urolog:innen hier durchaus aufgeschlossen. Sie kennen die Probleme, die durch Antibiotikaresistenzen entstehen, nur zu gut. Viele Patient:innen leiden mehrmals im Jahr unter Harnwegsinfektionen, die damit zu den chronisch rezidivierenden Harnwegsinfektionen zählen. Der Leidensdruck dieser Menschen ist enorm. Ständiges, meist schmerzhaftes Harnlassen – von sehr geringen Mengen zumeist – verstärkt

das Problem. Die Blase wird nie voll und – laienhaft ausgedrückt – nie durchgespült. Dadurch ist es für Bakterien noch einfacher, sich festzusetzen und die Harnwege und Blase zu besiedeln. Im schlimmsten Fall können Bakterien bei nichtausgeheilten Infektionen auch in Blut und Lymphbahnen einbrechen. Deshalb ist auch die alleinige Gabe von entzündungshemmenden Schmerzmitteln, was teilweise leider passiert, ein Kunstfehler. Die Keime müssen unbedingt eliminiert werden. Das wissen Urolog:innen, und sie wissen daher auch den rezidivreduzierenden Effekt von Senföl zu schätzen.

Lit.: Beckmann G: Bedeutung von Biofilmen bei Harnwegsinfektionen - Senföle als pflanzliche Alternative zum Antibiotika-Einsatz, Z.Phytotherapie 44,193-200 [2023]; DOI 10.1055/a-1979-5284

Melzig M F: Ätherische Öle als Hemmer des bakteriellen Quorum Sensings, Z.Phytotherapie 44, 201-206 [2023]; DOI 10.1055/a-1979-5416



## Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus* L.)

Die Kapuzinerkresse ist eine kriechende oder mithilfe der Blatt- und Blütenstiele kletternde ausdauernde krautige Pflanze. Verwendet wird das frische oder getrocknete Kraut bestehend aus Blättern, Blattstielen und Blüten.

### Inhaltsstoffe:

Kapuzinerkressenkraut enthält Senfölglykoside (= Glucosinolate). Kapuzinerkressenkraut wurde bisher weder vom HMPC noch von der ESCOP bearbeitet.

### Wirkung:

Die Kommission E kommt in einer Stoffcharakteristik zum Schluss, dass aufgrund der pharmakologischen Eigenschaften qualitativ ein positiver Beitrag zur Wirksamkeit in Kombinationen mit anderen Drogen zur unterstützenden Behandlung von Infekten der ableitenden Harnwege angenommen werden kann.

### Nebenwirkung:


Bei Einnahme von Kapuzinerkressenkraut kann es durch das enthaltene Senföl zu Schleimhautreizungen im Magen-Darm-Bereich kommen, bei äußerlicher Anwendung zu Hautirritationen, vor allem bei der Verwendung der frischen Pflanze.

# Neu: Dosierungsempfehlungen für Arzt- und Apothekeralltag

Sie erinnern sich an den sehr gut wirksamen Hustensirup – aber wie war nochmals die Einnahme? Wie oft am Tag soll jemand den Magentee trinken, und wie viele Teelöffel Teemischung braucht es pro Tasse? Wie oft darf ein 5-jähriges Kind Noscapin-Zäpfchen verabreicht bekommen? Oft würden Ärzt:innen und Apotheker:innen gerne bewährte wirksame Rezepturen einsetzen, in der Praxis ist dies jedoch eine Herausforderung, da mitunter wenig zu den Dosierungen bekannt war bzw. nachgeschlagen werden konnte. Diesem Umstand wurde nun Abhilfe geschaffen: Die rund 140 wichtigsten Rezepturen, die seit jeher in der Apotheke unter hohen Standards hergestellt werden und von Ärzt:innen auch verschrieben werden können, sind nun mit Dosierungsempfehlungen versehen, und sie finden sich präzise im neu-

en Standardwerk für den Arzt- und Apothekenalltag: „Dosierungsempfehlungen von Arzneidrogen und Zubereitungen des ÖAB“.

Unter diesen Rezepturen für Kinder und Erwachsene befinden sich besonders viele pflanzliche Zubereitungen wie Tees, Salben, Gele, Flüssigkeiten zur inneren und äußeren Anwendung auf natürlicher Basis, aber auch Zäpfchen und Augentropfen inkl. häufig gebrauchter Arzneimittel wie der Noscapin-Zäpfchen gegen Husten bei Kindern.

Über 2 Jahre hat sich eine namhafte Runde aus österreichischen Expert:innen mit der Erarbeitung der Dosierungsempfehlungen beschäftigt, die seit 15. 1. 2024 über die App Diagnosia abrufbar sind. Die Sammlung wird ständig erweitert; ein Printwerk wird Mitte 2024 verfügbar sein. 

## BUCHTIPP

### DOSIERUNGSEMPFEHLUNGEN FÜR ARZNEIDROGEN UND ZUBEREITUNGEN DES ÖAB

Basierend auf den Monografien des ÖAB.

Erscheint voraussichtlich Mitte 2024.

ISBN: 978-3-7046-9367-9



### EXPERT:INNEN

Leitung: Univ.-Prof.<sup>in</sup> i. R. Mag.<sup>a</sup> DDr.<sup>in</sup> h. c. Brigitte Kopp (BK), Mag. Arnold Achmüller (AA), Mag. Dr. Stefan Brenner, MSc. (SB), Mag. Dr. Heinrich Evanzin (HE), Mag.<sup>a</sup> Elisabeth Heinrich (EH), Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Ulla Kassegger (UK), Mag.<sup>a</sup> Karin Kirchdorfer (KK), emer. o. Univ.-Prof. Mag. Dr. Wolfgang Kubelka (WK), Mag. Dr. Andreas Mayrhofer (AM), Mag. Roman Macas (RM), Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Julia Moesslacher (JM), Mag.<sup>a</sup> Gudrun Putz (GP), Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Angelika Riffel (AR), Univ.-Prof.<sup>in</sup> Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Judith Rollinger (JR), Mag. Richard Steiner-Kopschar (RK), Mag. Dr. Oliver Vendl (OV), Mag. Kurt Vymazal (KV), Mag.<sup>a</sup> Monika Wolfram (MW)



# Schachtelhalm

(*Equisetum arvense* L.)

**E**igentlich ist der Ackerschachtelhalm ein lebendes Fossil. Vor knapp 400 Millionen Jahren entwickelten sich die Schachtelhalmgewächse – mit damals baumgroßen Trieben. Aus ihren Überresten entstand die Steinkohle. Der Ackerschachtelhalm ist einer der letzten Nachfahren der ehemals artenreichen Gruppe der Gefäßsporenpflanzen (Pteridophyta). Schachtelhalmgewächse sind Sporenpflanzen, die im Mesozoikum zahlreich ver-

treten waren und heute mit nur noch ungefähr 30 Arten auf der Erde vertreten sind. Allerdings sind diese auf der ganzen Erde verbreitet, vor allem in den gemäßigten Zonen der nördlichen Erdhalbkugel. Der Gattungsname *Equisetum* leitet sich von lat. „equus“ (= Pferd) und „seta“ (= Tierhaar, Borste) ab. Gemeint ist, dass der Schachtelhalm den steifen Borstenhaaren der Nackenmähne eines Pferdes ähnelt.



von Martin Rümmele

Literatur:  
Wichtl – Teedrogen und Phytopharmaka  
Van Wyk BE, Handbuch der Arzneipflanzen  
Kommentar zum Europäischen Arzneibuch (Schachtelhalmkraut, Nr. 1825 Monograph on  
*Equisetum arvense* L., herba, EMA/HMPC/278091/2019)

## Inhaltsstoffe und Anwendung



Schachtelhalmkraut enthält Kieselsäure und Silikate, Flavonoide und Kaffeesäurederivate. Es wurde vom HMPC als traditionelles pflanzliches Arzneimittel eingestuft. Basierend auf langjähriger Erfahrung kann Schachtelhalmkraut innerlich bei leichten Harnwegsbeschwerden zur Erhöhung der Urinmenge zwecks Durchspülung der ableitenden Harnwege angewendet werden. Äußerlich wird das Kraut auch zur Behandlung oberflächlicher Wunden verwendet.

## Verarbeitung



Verwendet werden die oberirdischen Teile der Pflanze (Schachtelhalmkraut = Equiseti herba) – etwa zur Teebereitung. Eine andere Darreichungsform sind die pulverisierte Droge in Tabletten oder Trockenextrakte in Dragees und Kapseln. Auch alkoholische Auszüge in Tropfen und Saft sind bekannt.

## Neben- und Wechselwirkungen



Keine bekannt. Bei einer Durchspülungstherapie muss auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr geachtet werden. Bei eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit darf keine Therapie mit Schachtelhalmkraut durchgeführt werden.



## Botanik



Der aufrechte hohle Halm verzweigt sich in kurzen Abständen wirtelig. An der Verzweigungsstelle bildet sich ein Ring aus schuppenartigen, zugespitzten, miteinander verwachsenen kleinen Blättchen aus, quasi eine Blattscheide. In diese sind die einzelnen Internodien „eingeschachtelt“, daher der Name. Der Schachtelhalm ist eine Sporenpflanze. Im Frühjahr treibt sie unverzweigte, fertile Sprosse mit endständigen, zapfenähnlichen, bräunlichen Sporophyllständen aus. Schachtelhalme vermehren sich ungeschlechtlich, also nicht über Blüten und Früchte, sondern über Sporen.

## Geschichte



Die Heilkraft des Ackerschachtelhalmes war bereits im Altertum bekannt. Seiner harntreibenden Wirkung wegen wurde er häufig bei Erkrankungen der Nieren und Harnwege eingesetzt. Durch Kieselsäureeinlagerungen sind die Stängel rau und hart, weshalb die Pflanze früher als Scheuermittel, insbesondere als Zinnputzmittel, verwendet wurde. Daher heißt sie volkstümlich auch „Zinnkraut“.





# Tees bei Husten


Husten ist für die Betroffenen meist lästig, für den Körper ist er aber ein notwendiger Reinigungsmechanismus, um die Atemwege zu befreien. Die häufigsten Erkältungssymptome wie Halsschmerzen, Husten und Schnupfen können mit pflanzlichen Arzneimitteln gut therapiert werden.

Die ÖGPHYT bietet zu vielen Indikationen Rezepturen, die von Expert:innen erstellt wurden und auch in der Grünen Box kassenfrei bis 100 g sind. phytotherapie.at zeigt diese in der Rubrik „Rezepturen“ - mit dem QR-Code zur Website und dem jeweils vorausgefüllten Rezeptformular zum Ausdrucken.

**Hustentee bei Reizhusten I**  
Species antitussivae I ÖAB

|                     |    |
|---------------------|----|
| Eibischblatt        | 20 |
| Eibischwurzel       | 55 |
| Isländische Flechte | 20 |
| Malvenblüte         | 5  |


M. D. S. Hustentee bei Reizhusten

Kassenformular zum Download: 

**Hustentee bei Reizhusten II**  
Species antitussivae II ÖAB

|                    |    |
|--------------------|----|
| Eibischblatt       | 50 |
| Spitzwegerichblatt | 40 |
| Königskerzenblüte  | 10 |


M. D. S. Hustentee bei Reizhusten

Kassenformular zum Download: 

**Hustentee bei Reizhusten III**  
Species antitussivae III

|                    |    |
|--------------------|----|
| Thymian            | 50 |
| Spitzwegerichblatt | 50 |

M. D. S. Hustentee bei Reizhusten

Kassenformular zum Download: 



# Erkältungssaison war diesmal besonders stark

Die Erkältungssaison war rund um den Jahreswechsel besonders stark. Zuerst durch eine weitere Corona-Welle und dann mit hohen Zahlen an Influenza und grippalen Infekten. Die Phytotherapie kann helfen, Symptome zu lindern.

Von Martin Rümmele



Die Erkältungssaison war im Winter 2023/24 besonders stark – mit einer frühen und heftigen Corona-Welle im Spätherbst und dann nach den Feiertagen mit einer starken Grippe-Welle. Heuer zirkulierten laut der Virologin Monika Redlberger-Fritz vom Zentrum für Virologie der MedUni Wien zum großen Teil Influenza-A(H1N1)pdm09-Viren. Diese entsprechen den in den Influenzaimpfungen enthaltenen Virusstämmen. Doch die Impfquote war mit durchschnittlich 8 % sehr gering. „Wichtig ist, um Ansteckung und Weiterverbreitung zu vermeiden, Maske zu tragen und sich regelmäßig die Hände zu waschen

beziehungsweise sie zu desinfizieren“, betonte ÖGK-Chefarzt Andreas Krauter. Christoph Wenisch, Vorstand der 4. Medizinischen Abteilung mit Infektions- und Tropenmedizin der Klink Favoriten, sprach vom „typischen Verlauf einer Influenza-Saison“. Die Folge: Es lagen viele Menschen mit Erkältungssymptomen und Fieber, ausgelöst durch verschiedenste Keime, darnieder. Die Corona-Welle erhöhte laut Fachleuten zudem das Risiko für Doppelinfektionen, die einen besonders schweren Verlauf nach sich ziehen können. Wenisch: „Möglicherweise wird die Gefährlichkeit der Erkrankung immer noch unterschätzt, obwohl

sie nicht nur kurzfristig eine hohe Belastung mit sich bringt, sondern auch langfristige Folgen haben kann.“ Allein in der vergangenen Saison sind Schätzungen zufolge über 4.000 Menschen an Influenza verstorben. In der besonders schweren Influenza-Saison 2016/17 waren es sogar knapp 5.000. Grundsätzlich ist festzuhalten, dass der Krankheitsbeginn bei der Influenza im Unterschied zu anderen Erkältungskrankheiten meist plötzlich eintritt – gekennzeichnet durch mehrere Tage dauerndes hohes Fieber, ausgeprägtes Abgeschlagenheitsgefühl, häufig intensive Kopf- und Gliederschmerzen und trockenen Reizhusten bereits zu ▶



Beginn. Halsschmerzen und Schnupfen können, müssen aber nicht auftreten. Komplikationen treten vor allem in höherem Lebensalter, bei Komorbiditäten (Herz- oder Lungenkrankheiten, Diabetes, Immundefekte, Adipositas) oder während der Schwangerschaft auf und

schließen u. a. Sinusitis, Otitis media, Bronchitis oder Pneumonie (Hauptursache für Todesfälle) als primäre Influenzapneumonie oder als bakterielle Sekundärinfektion ein. Weiters kann im Verlauf eine Influenza Myokarditis oder seltener auch Meningitis auftreten.

Schlimmstenfalls hat man schon Todesfälle binnen weniger Stunden gesehen. Aber auch Kinder sind gefährdet, so gab es in den vergangenen Influenzasaisonen jeweils mehrere influenza-assoziierte Todesfälle von Kindern in Österreich.

## Königskerze

(*Verbascum densiflorum*)

Verwendet werden die zur Blütenkrone verwachsenen, getrockneten Blütenblätter mit den daran anhaftenden Staubblättern. Laut Europäischem Arzneibuch können auch die Blüten der Filzigen Königskerze (*Verbascum phlomoides* L.) und der Echten oder Kleinblütigen Königskerze (*Verbascum thapsus* L.) verwendet werden.

### Inhaltsstoffe

Königskerzenblüten enthalten Schleimstoffe, Flavonoide, Triterpensaponine und Iridoide.

### Wirkung

Basierend auf langjähriger Erfahrung (traditionelles pflanzliches Arzneimittel nach HMPC) können Königskerzenblüten bei Halsschmerzen im Zusammenhang mit trockenem Husten und Erkältung eingesetzt werden.

### Neben- und Wechselwirkungen

Keine bekannt

### Darreichungsform

Teeaufguss





## Efeu

(*Hedera helix* L.)

Verwendet wird ein Extrakt aus den im Frühjahr geernteten, getrockneten Blättern, die meist aus osteuropäischen Ländern importiert werden.

### Inhaltsstoffe

Triterpensaponine, hauptsächlich Hederacoside, Flavonoide, Kaffeesäurederivate und Sterole

### Wirkung

spasmolytische, bronchodilatierende, sekretolytische, antiphlogistische und antiinfektiöse Wirkungen. HMPC („well established use“), ESCOP und Kommission E haben Efeu bei Katarrhen der Luftwege insbesondere bei zähflüssigem Schleim positiv beurteilt.

### Neben- und Wechselwirkungen

Magen-Darm-Beschwerden möglich, daher besteht eine relative Kontraindikation bei Gastritis und Ulcus ventriculi.

### Darreichungsform

Tabletten, Brausetabletten, Saft und Tropfen



## Lindenblüten

(*Tilia* sp., Tiliaceae)

Die Bäume beider Lindenarten, die Winter- (*Tilia cordata*) und die Sommerlinde (*Tilia platyphyllos*) können bis 40 Meter hoch werden. Arzneilich verwendet werden die getrockneten Blütenstände.

### Inhaltsstoffe

Lindenblüten enthalten Flavonoide, Schleimstoffe, Gerbstoffe, Alkaloide und Phenolcarbonsäuren.

### Wirkung

Lindenblüten werden vom HMPC als traditionelles pflanzliches Arzneimittel eingestuft. Basierend auf langjähriger Erfahrung werden sie bei Erkältungskrankheiten eingesetzt.

### Neben- und Wechselwirkungen

Keine bekannt

### Darreichungsform

Teeaufguss





# Phytotherapie für Apotheken

Der Start der ersten beiden Parallelkurse des neuen Lehrgangs „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“ der ÖGPHYT in Kooperation mit der Österreichischen Apothekerkammer war ein voller Erfolg. An zwei, innerhalb kürzester Zeit ausgebuchten Kurswochenenden ging es mit flottem Tempo für die Teilnehmer:innen in medias res.

Nach einem Vormittag zu Grundlagen der Phytotherapie ging es am Nachmittag um die spezielle Phytotherapie bei kardiovaskulären Erkrankungen und bei Krankheiten des Gastrointestinaltraktes. In einem abschließenden Semi-

nar wurde das Gelernte besprochen. Dabei lag der Fokus auf praxistauglichen Nachschlagewerken in gedruckter und digitaler Form sowie auf diversen Publikationspraktiken in Medien und Fachjournalen und wie diese genauer unter die Lupe genommen und auf Wahrheit und nachhaltigen Gehalt geprüft werden können.

Die Vortragenden des ersten Kursmoduls, Mag. pharm. Arnold Achmüller und Mag. pharm. Dr. med. Heinrich Evanzin, freuen sich über das rege Interesse und auf die Fortsetzung im Frühjahr und Sommer 2024. Der Lehrgang setzt sich insgesamt aus drei Modulen

(jeweils ein Wochenendkurs), einer ÖGPHYT-Exkursion sowie einer Abschlussprüfung zusammen. Zu den beiden Letzteren erfolgt die Anmeldung über die Website [www.phytotherapie.at/apo-diplom.html](http://www.phytotherapie.at/apo-diplom.html), die ab Frühjahr 2024 online zu finden sein wird.

Für alle, die bisher noch keinen Kursplatz ergattern konnten, wird der nächste Kurs ab Herbst 2024 starten. Die kommenden Termine des aktuellen Kurses sind:

MODUL 2: 6.–7. 4. 2024 und 27.–28. 4. 2024

MODUL 3: 25.–26. 5. 2024 und 8.–9. 6. 2024

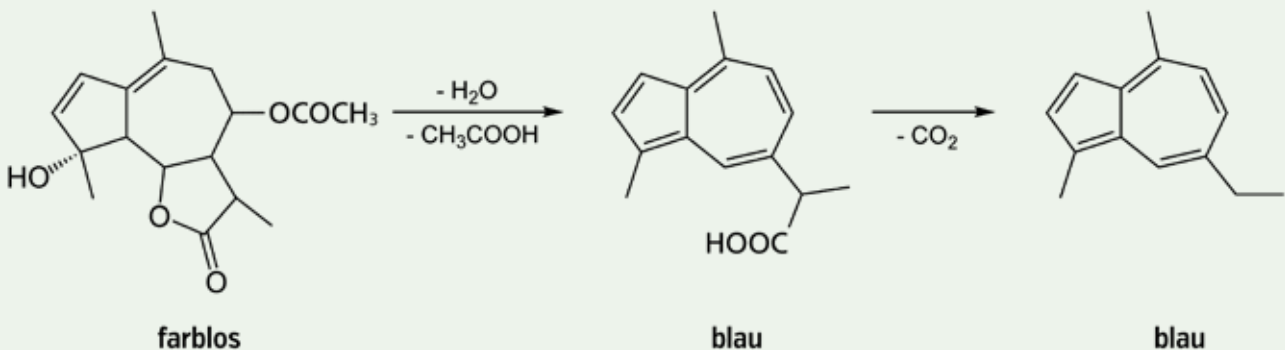


## Wissenstest für „Phyto-Chemiker:innen“

Wie wir uns die Struktur von Phyto-Wirkstoffen vorstellen ...



Welche Reaktionsfolge ist hier dargestellt? Sie findet regelmäßig bei der Teebereitung beziehungsweise bei der Wasserdampfdestillation zur Gewinnung des ätherischen Öls einer beliebten Arzneidroge statt. Wie heißen die Substanzen? Welches ätherische Öl ist dadurch blau gefärbt?



**Antwort:** Matrixin, ein farbloses Sesquiterpenlakton in Kamillenblüten, wird beim Erhitzen durch Abspaltung von Wasser und Essigsäure in Chamazulen-carbonsäure und weiter durch Decarboxylierung in Chamazulen übergeführt, das für die blaue Farbe des ätherischen Kamillenöls verantwortlich ist. Sowohl Matrixin als auch Chamazulen sind wichtige antiphlogistische Kamilleninhaltsstoffe. Matrixin und strukturell ähnliche Proazulene finden sich u. a. auch in Schafgarbe und Wermut; auch diese liefern farbige ätherische Öle.

# PVE mit Phytokompetenz

Eine neue Primärversorgungseinheit (PVE) hat in Wien eröffnet, es ist die 20. PVE in Wien, und sie hat einen Bezug zur Phytotherapie.

Direkt am Westbahnhof garantiert die PVE Wien West eine umfassende Versorgung der Patient:innen und begleitet sie über ihren gesamten Behandlungsweg. Von der gelungenen Umsetzung konnten sich Besucher:innen sowie Ehrengäste bei der feierlichen Eröffnung der PVE Wien West überzeugen. Unter der Ärztlichen Leitung von Dr. Peter Haubenberger und Dr. Livia Haubenberger arbeiten neben weiteren Allgemeinmediziner:innen auch Spezialist:innen der Diätologie, Psychotherapie und Sozialarbeit im 15. Bezirk in Wien, direkt am Westbahnhof. Dr. Peter Haubenberger ist auch Vorstandsmitglied der ÖGPHYT.

„Wir sehen uns als zentrale Anlaufstelle für die Gesundheitsversorgung. Daher bietet die PVE Wien West eine breite Palette von Dienstleistungen an, die von Routineuntersuchungen und Prävention bis hin zur Diagnose und Behandlung von akuten und chronischen Erkrankungen reichen“, betont Dr. Peter Haubenberger. „Unser Team verfügt über qualifizierte Fachleute, die ein breites Spektrum medizinischer Kenntnisse und Fähigkeiten aufweisen und alles abdecken, was ein:e Hausärzt:in bieten kann“, meint Dr.<sup>in</sup> Livia Haubenberger ergänzend.

„Wenn Menschen krank sind, brauchen



ÖGPHYT-Vizepräsidentin Univ.-Prof. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter gratulierte dem Team von Dr. Haubenberger zur Eröffnung ihrer PVE.

sie rasch einen Termin beim/bei der Ärzt:in, um sie bestmöglich zu behandeln. Das ist die zentrale Aufgabe von Primärversorgungseinheiten, und beim Ausbau kommt in Wien richtig Tempo rein! Das bietet Vorteile für alle: Die Patient:innen haben eine hochwertige multidisziplinäre Gesundheitseinrichtung, die 65 Stunden die Woche auch an Randzeiten geöffnet hat. Das entlastet

unsere Spitäler, weil die Patient:innen nicht unnötig in die Ambulanzen kommen. Das ermöglicht auch allen Mitarbeiter:innen ein modernes, geregeltes und kooperatives Arbeitsumfeld im Team. Genau deshalb fördern wir als Stadt auch diese Einrichtung mit“, erklärte Gesundheitsstadtrat Peter Hacker (SPÖ) bei der Eröffnung.

[www.pve-wien-west.at](http://www.pve-wien-west.at)



### Lehrgang „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“

bereits ausgebucht

Webinar „Phytotherapie – zwischen Evidenz und Erfahrungsmedizin“ – online 13. Februar 2024

Kurs II: 6., 7. April 2024 und 27., 28. April 2024

Kurs III: 25., 26. Mai 2024 und 8., 9. Juni 2024

[www.apothekerkammer.at/fortbildungen-apotheker](http://www.apothekerkammer.at/fortbildungen-apotheker)

### ÖGPHYT-Diplom Phytotherapie/FAM

bereits ausgebucht

Lehrgänge 2023/2024 (alle in Ybbs/Donau)

Modul 5a: 2., 3. März 2024

Modul 5: 16., 17. März 2024

Modul 6: 13., 14. April 2024

Modul 6a: 27., 28. April 2024

Modul 7: 28., 29. September 2024

Modul 7a: 9., 10. November 2024

Modul 8 mit Prüfung: 30. Nov., 1. Dez. 2024

Modul 8a mit Prüfung: 7., 8. Dezember 2024

Lehrgang 2024/2025 (alle in Ybbs/Donau)

Modul II: 4., 5. Mai 2024

Modul III: 14., 15. September 2024

Modul IV: 16., 17. November 2024

### Refresher

bereits ausgebucht

15., 16. Juni 2024, Petzenkirchen

Informationen zu Diplom- und Kursinhalten:

[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), [www.fam.at](http://www.fam.at)

Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an FAM |

AUSTRIA: [office@fam.at](mailto:office@fam.at)

### ÖGPHYT-Diplom Phytotherapie/Schloss Hofen

Lehrgang 2023/2024



## Phytotherapie und Phytopharmaka Praxis und Wissenschaft

heuer Zeit und Ort geändert:

**13.-15. September 2024**

**Waidhofen an der Ybbs, NÖ**

Schloss an der Eisenstraße

aktuelles Programm demnächst:

**[www.phytoherbst.at](http://www.phytoherbst.at)**

Modul 6: 2., 3. Februar 2024, Schloss Hofen  
Modul 5: 22., 23. März 2024, Innsbruck  
Modul 7: 24., 25. Mai 2024, Schloss Hofen  
Modul 8 mit Prüfung: 19., 20. Juli 2024, Innsbruck  
Informationen zu Diplom- und Kursinhalten:  
[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at),  
[www.schlosshofen.at/bildung/gesundheit](http://www.schlosshofen.at/bildung/gesundheit)  
Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an Frau  
Vera Prissmann-Moser,  
+43 5574 49 30-42I, [vera.prissmann@schlosshofen.at](mailto:vera.prissmann@schlosshofen.at)

#### Lehrgang „Medizinische Aromatherapie“

Modul 1: 8.–9. 3. 2024  
Modul 2: 19.–20. 4. 2024  
Modul 3: 24.–25. 5. 2024  
Modul 4: 13.–14. 9. 2024  
Modul 5: 4.–5. 10. 2024  
[www.medizinischearomatherapie.at](http://www.medizinischearomatherapie.at)

**Tetranationaler Kongress: Phytotherapie 2024**  
30. Mai 2024 bis 1. Juni 2024, Utrecht, Niederlande

**72<sup>nd</sup> International Congress and Annual Meeting of  
the Society for Medicinal Plant and Natural Pro-  
duct Research (GA)**  
13.–17. Juli 2024, ICE Kraków Congress Center, Polen  
[www.ga-online.org/events](http://www.ga-online.org/events)

**38. Südtiroler Herbstgespräche**  
13.–15. September 2024  
Waidhofen an der Ybbs, NÖ  
Schloss an der Eisenstraße  
[www.phytoherbst.at](http://www.phytoherbst.at)



Dr. Böhm®

# Phytoakademie

**2-tägiger  
Zertifikatslehrgang für PKA**

## TERMINE FRÜHLING 2024

**Linz**, Park Inn by Radisson

**Modul 1:** Do, 04.04.2024

**Modul 2:** Do, 18.04.2024

**Innsbruck**, Hotel „Das Innsbruck“

**Modul 1:** Di, 16.04.2024

**Modul 2:** Di, 07.05.2024

**Wiener Neustadt**, Hilton Garden Inn

**Modul 1:** Do, 16.05.2024

**Modul 2:** Di, 28.05.2024

Akkreditiert  
mit 16  
Fortbildungs-  
punkten

### Das erwartet Sie

- Umfassendes Phytowissen für Ihre tägliche Arbeit an der Tara (über 40 Arzneipflanzen)
- Richtige Dosierung und Anwendung
- Neueste wissenschaftliche Studien, Tipps zur Co-Medikation uvm.

**Kursbeitrag: € 150,-** inkl. MwSt.  
für 2 Module inkl. Unterlagen, Essen etc.



**Anmeldung unter  
[event.apomedica.com](http://event.apomedica.com)**

Begrenzte Teilnehmerzahl

Besuchen Sie bitte für Aktuelles auch die Website der ÖGPHYT ([www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at)) mit dem internen Mitgliederbereich.

### Exkursionen:

Aktuelle Informationen werden laufend auf der ÖGPHYT-Website bekanntgegeben:  
[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at). Anfragen auch an:  
[exkursionen@phytotherapie.at](mailto:exkursionen@phytotherapie.at)

### Lehrgänge „Phytotherapie“ und „Phytopharmaka und Phytotherapie in der Apothekenpraxis“:

Aktuelle Informationen laufend auf der ÖGPHYT-Website ([www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at)), auf [www.fam.at](http://www.fam.at) und [www.schlosshofen.at/bildung/gesundheit](http://www.schlosshofen.at/bildung/gesundheit)

### Begünstigungen für ÖGPHYT-Mitglieder

[phytotherapie.at](http://phytotherapie.at)  
(Zeitschrift der ÖGPHYT)  
6 Hefte/Jahr, kostenlos

### Zeitschrift für Phytotherapie (Deutschland)

offizielles Organ der Gesellschaft für Phytotherapie e. V.,  
6 Hefte/Jahr, Normalpreis: 135,00 Euro, Vorzugspreis für ÖGPHYT-Mitglieder: 82,00 Euro (zuzüglich jeweils 26,10 Euro Versandkosten). Thieme Verlag, Stuttgart, [www.thieme.de](http://www.thieme.de), [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)

### Pharmakobotanische Exkursionen

ermäßigte Teilnahmegebühr:  
[www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at), Exkursionen

### Fortbildungszentrum Allgemeinmedizin (FAM)

ermäßigte Teilnahmegebühr beim Lehrgang „Phytotherapie“ und bei allen anderen FAM-Seminaren,  
[www.fam.at](http://www.fam.at), [office@fam.at](mailto:office@fam.at)

### Österr. Gesellschaft für wiss. Aromatherapie und Aromapflege (ÖGwA)

Lehrgang „Medizinische Aromatherapie“:  
ermäßigte Teilnahmegebühr,  
[www.medizinischearomatherapie.at](http://www.medizinischearomatherapie.at)

### European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOF)

kostenfreier Online-Zugang zu den ESCOP-Monografien, [escop.com](http://escop.com), [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)

## Auflösung Gewinnspiel

Wir gratulieren den Gewinner:innen des Gewinnspiels aus Heft 6, Jahrgang 2023 - Günter F., Astrid H. und Vera K.!

Wir wünschen viel Freude mit dem Buch „PHYTOTHERAPIE in Theorie und Praxis, Wirkstoffe verstehen - Heilpflanzen sinnvoll nutzen“ von C. Stern und H. Eil-Beiser, Aarau und München 2022.

# Gewinnspiel !

Jetzt mitspielen und 3 Exemplare des Buches „**Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen**“ von Matthias F. Melzig und Karl Hiller gewinnen!

Melzig/Hiller, „Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen“, 3. Auflage 2023

**Frage: Welche dieser Inhaltsstoffe kommen in Kamillenblüten nicht in nennenswerter Menge vor?**

- a) Sesquiterpene
- b) Gerbstoffe
- c) Flavonoide
- d) Polysaccharide



Unter allen Einsendungen mit richtiger Antwort werden 3 Exemplare des Buches „Lexikon der Arzneipflanzen und Drogen“ von Matthias F. Melzig und Karl Hiller, Springer/Spektrum, 3. Auflage 2023 verlost. Der Rechtsweg und eine Barablöse sind ausgeschlossen.

Senden Sie die Antwort an:

**Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT),**  
c/o Abteilung für Pharmakognosie der Universität Wien,  
Pharmaziezentrum, Josef-Holaubek-Platz 2, 1090 Wien,  
oder per E-Mail an: [info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)

**Einsendeschluss ist der 18. März 2024.**

FACHKURZINFORMATION Gaspan 90 mg/50 mg magensaftresistente Weichkapseln.

Inhaber der Zulassung: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Willmar-Schwabe-Str. 4, 76227 Karlsruhe, Deutschland. Qualitative und Quantitative Zusammensetzung: 1 magensaftresistente Weichkapsel enthält: 90 mg Mentha x piperita L., aetheroleum (Pfefferminzöl) und 50 mg Carum carvi L., aetheroleum (Kümmelöl). Sonstige Bestandteile mit bekannter Wirkung: bis zu 11 mg Sorbitol, weniger als 1 mmol (23 mg) Natrium pro Kapsel. Liste der sonstigen Bestandteile: succinylierte Gelatine, Glycerol 85 %, Polysorbat 80, Propylenglykol, Glycerolmonostearat 40-55, Methacrylsäure-Ethylacrylat-Copolymer-(1:1)-Dispersion 30 %, mittelkettige Triglyceride, Natriumdodecylsulfat, Sorbitol-Lösung (nicht kristallisierend), Titandioxid (E 171), Eisenoxid gelb (E 172), Patentblau V (E 131), Chinolingelb (E 104). Anwendungsgebiete: pflanzliches Arzneimittel zur Behandlung von Magen-Darm-Beschwerden, besonders bei leichten Krämpfen, Blähungen, Völlegefühl und abdominalen Schmerzen. Gaspan® wird angewendet bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe, gegen Menthol oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile; Patientinnen mit Lebererkrankungen, Cholangitis, Achlorhydrie, Gallensteinen und anderen Gallenerkrankungen; Kinder unter 8 Jahren, aus Sicherheitsgründen (siehe Abschnitt 5.3 – Gehalt an Pulegon und Menthofuran). Pharmakotherapeutische Gruppe: andere Mittel bei funktionellen gastrointestinalen Störungen. ATC-Code: A03AX. Abgabe: rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.

Mitgliedschaft - Mitgliedschaft - Mitgliedschaft - Mitgliedschaft - Mitgliedschaft

# ÖGPHYT

Jetzt Mitglied werden

und Zeitschrift und Newsletter beziehen!

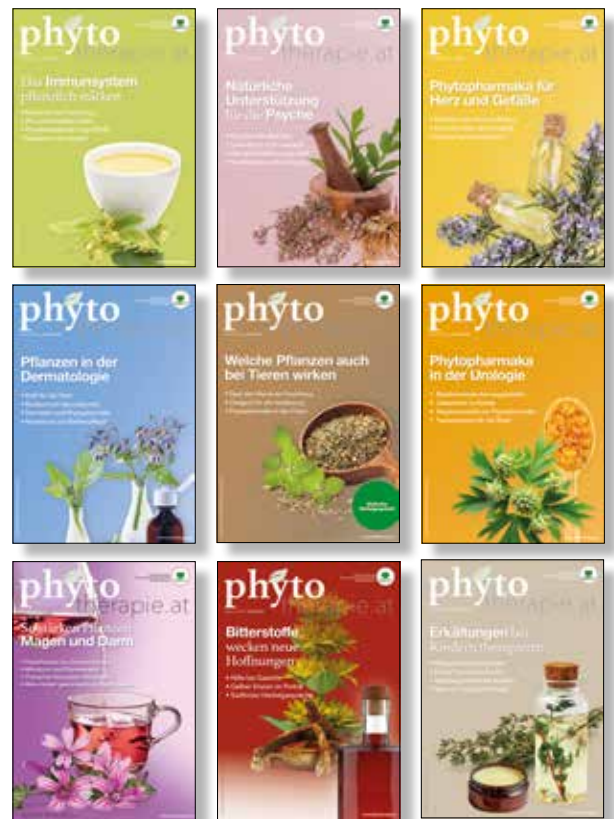


Die Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie fördert die rationale Beschäftigung mit dem pflanzlichen Arzneischatz in wissenschaftlicher und allgemeinmedizinischer Hinsicht. Wir sind Ärzt:innen, Pharmazeut:innen aus der Apotheke, der Industrie und Universität sowie Vertreter:innen der Wirtschaft und Gesundheitsbehörden. Veranstaltungen, Informationen und Unterlagen stehen allen Mitgliedern des eingetragenen Vereins zur Verfügung.

**JA, ich bin an Phytotherapie interessiert. Ich möchte als ordentliches Mitglied in die ÖGPHYT aufgenommen werden. Den entsprechenden jährlichen Mitgliedsbeitrag von derzeit 30 Euro entrichte ich nach Erhalt der Unterlagen.**

**Anmeldung:** am einfachsten online auf [www.phytotherapie.at](http://www.phytotherapie.at) (Über die Gesellschaft > Mitgliedschaft) oder senden Sie untenstehenden Kupon per Post oder E-Mail ([info@phytotherapie.at](mailto:info@phytotherapie.at)) an:

Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie  
p. A. Abt. für Pharmakognosie der Universität Wien,  
Pharmaziezentrum, Josef-Holaubek-Platz 2, 1090 Wien



Name \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Bitte senden Sie mir auch die Zeitschrift und den kostenlosen Newsletter!

Unterschrift \_\_\_\_\_

Ich stimme zu, dass mein Name und meine Adresse in das Mitgliederverzeichnis der ÖGPHYT aufgenommen werden, und ich habe das Datenschutzkonzept der Gesellschaft zur Kenntnis genommen. (Dieses finden Sie auf unserer Website.)