

phyto

Jahrgang 17/Heft 4 | September 2023

therapie.at

Die Zeitschrift der
Österreichischen Gesellschaft
für Phytotherapie



Pflanzen in der Dermatologie

- Pech für die Haut
- Boretsch bei Neurodermitis
- Dermatitis und Phytopharmaka
- Rezepturen zur Narbenpflege



Vitango®

Anti-Stress



Vitango®

200mg Filmtabletten
Rhodiola rosea Extrakt WS® 1375



Traditionelles pflanzliches
Arzneimittel zur Anwendung
bei geistigen und körperlichen Symptomen von Stress.

30 Filmtabletten



Ändert nicht deinen Stress.

Aber die Art damit umzugehen.

Gegen körperliche und geistige Symptome von Stress.
Fördert Leistungsfähigkeit und Stresstoleranz.

Traditionelles pflanzliches Arzneimittel mit Rhodiola rosea-Extrakt WS® 1375 zur Anwendung bei zeitweilig auftretenden Symptomen von Stress wie z.B. Erschöpfung und Schwäche. Die Anwendung beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. VIT_1909_F
Fachkurzinformation siehe Seite 30



Die Haut ist der Spiegel unserer Seele

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Ein Sommer der Extreme liegt hinter uns mit Hitze, Trockenheit, Unwettern, Starkregen und Hochwasser. Naturgewalten in dieser Form zu erleben – hautnah oder über Bilder aus nahezu jedem Kontinent der Erde – hat vielleicht auch in Ihnen die Frage geweckt, ob wir mit unseren natürlichen Ressourcen sorgsam genug umgegangen sind und es nicht höchst an der Zeit ist, uns neu zu orientieren. Die klimatischen Veränderungen scheinen zunehmend der Spiegel unseres Fehlverhaltens zu sein, und somit reagiert unser Planet wohl ähnlich im Großen wie unser Körper im Kleinen – wir bekommen auch die Rechnung für Stress und Ausbeutung präsentiert und dies häufig ganz offensichtlich, denn nicht zu Unrecht gilt: Die Haut ist der Spiegel unserer Seele!



In diesem Heft werfen wir einen Blick auf die phytotherapeutischen Möglichkeiten in der Dermatologie. Hat die Haut „Pech gehabt“ im Sinne von chronischen Ulzera oder Wundheilungsstörungen, kann „Pech“ in Form des Fichtenbalsams Abhilfe schaffen. Spannend, dass diese traditionelle Form der Wundbehandlung nun die Aufnahme ins Österreichische Arzneibuch geschafft hat und wie viel mittlerweile über den Wirkmechanismus bekannt ist. Auch zur Behandlung der Neurodermitis, die nicht zu Unrecht als endogenes Ekzem bezeichnet wird, kann die Phytotherapie einiges beisteuern. Rezepturen mit der Ringelblume runden letztlich den Themenblock der Dermatologie ab – oder doch nicht ganz? Was hat denn die Walnuss mit der Haut zu tun? Lesen Sie nach auf S. 20, und gönnen Sie sich vielleicht gleichzeitig ein paar Nüsse als „Nervennahrung“!

Und was wird uns der Herbst bringen?

Für viele ein erneutes Eintauchen in den Arbeitsalltag, für manche Ihrer Patient:innen vielleicht wieder mehr Stress und Probleme mit Herz und Kreislauf. Denken Sie hier an den Weißdorn – vielleicht eine willkommene Ergänzung zur synthetischen Therapie. Für Kinder und Jugendliche bedeutet diese Jahreszeit den Start in das neue Schuljahr, hoffentlich mit gespannter Vorfreude und nicht angstbesetzt, aber auch da könnte die Phytotherapie unterstützen.

Wenn Sie aber noch ein bisschen aus dem Alltag flüchten wollen, kommen Sie doch zu den Südtiroler Herbstgesprächen nach Bozen (19.–22. Oktober). Es erwartet Sie eine botanische Exkursion, ein vielfältiges wissenschaftliches Programm zur Phytotherapie und im besten Fall ein „goldener Herbst“ im schönen Etschtal!

Einen guten Start in den Herbst und viel Freude mit der Phytotherapie wünscht

Ihre

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

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 31 und auf:

www.phytotherapie.at

Schwerpunkt: Dermatologie

Coverstory: Fichtenbalsam

Aktuelle Arzneipflanze: Boretsch

Fallbericht - Dermatitis

Falsche Freunde: Arnika und Co

Rezepturen zur Narbenpflege



6

8

10

12

14

Kardiologie

Indikation & Therapie - Pflanzen für Herz und Kreislauf

16



Infektiologie

Pflanze im Porträt - Walnuss

20



Psyche

Hilfe gegen Schulstress

24



ÖGPHYT-Mitteilungen



Mitteilungen

27

Termine

29

Fachkurzinformationen, Impressum

30

ÖGPHYT-Mitgliedschaft

31



Pech für die Haut



Harze finden seit jeher Anwendung in unterschiedlichsten traditionellen Medizinsystemen. Die Absonderungen von Vertretern der Koniferen wie Fichte (*Picea abies*), Lärche (*Larix decidua*) und Schwarzföhre (*Pinus nigra*) spielen eine bedeutende Rolle auch in der österreichischen Volksmedizin bei der Behandlung von Wunden.¹

Von Sabine Glasl-Tazreiter

Das sogenannte „Fichtenfaulpech“ tritt infolge einer mechanischen Verletzung der Fichte aus dem Stamm aus und dient dem Baum als Wundverschluss und Schutz vor mikrobiellem Befall. Pharmazeutisch korrekt wird dieses Sekret als „Balsam“ bezeichnet. Die Absonderung wird als gelb, braun, orange, grau oder rosa gefärbte, klebrige, knetbare Masse abgenommen, durch Auskochen mit Wasser gereinigt und in lipophile Salbengrundlagen wie Schweineschmalz eingearbeitet.² Seit

2016 ist der Fichtenbalsam (*Piceae abietis balsamum*) im Österreichischen Arzneibuch monographiert, und 2019 wurde dies ergänzt durch die Monographie „Fichtenbalsamsalbe officinal“ (*Unguentum balsami Piceae Abietis officinale*). Fichtenbalsamsalbe wird bei akuten und schlecht heilenden Wunden verwendet, sowie als Zugsalbe bei Abszessen und Eiterherden. Chemisch besteht der Balsam zu einem Großteil aus Diterpenharzsäuren (z. B. Dehydroabietinsäure, Neoabietinsäure, Levopimarsäure etc.), Kompo-

ponenten des ätherischen Öls, Lignanen (Pinoresinol) und kleinen Mengen Hydroxyzimtsäurederivaten.

Die Diterpenharzsäuren haben allergenes Potenzial. Die Inzidenz ist gering, dennoch kommt es vor, dass Betroffene bei wiederholter Behandlung mit Fichtenbalsam allergische Reaktionen entwickeln, die sich in Form von Hautausschlag und juckenden Bläschen bis hin zu wassergefüllten Blasen äußern. Medizinprodukte, die auf dem Markt sind, unterscheiden sich voneinander durch



die lipophile Grundlage (Vaseline/Paraffin bzw. Schweineschmalz) sowie durch die Konzentration des eingearbeiteten Fichtenbalsams (10 bzw. 20 %). Zur Wirksamkeit liegen Studien mit kleinen Patientenzahlen vor, die zum einen zeigen konnten, dass Fichtenbalsam zu einem vollständigen Verschluss schlecht heilender Wunden infolge von Operationen führt.³ Ein Teil der Wirksamkeit liegt im antimikrobiellen Effekt begründet, der für eine Reihe gram-positiver und gram-negativer Bakterien sowie für einige Pilze belegt ist.⁴ Die geringere Kolonisierung von Wunden mit Pilzen belegt auch ein Versuch an frisch kastrierten Ferkeln, deren Operationswunden mit Fichtenbalsam behandelt wurden.⁵ Über den antimikrobiellen Effekt hinaus scheinen aber auch andere Wirkungen involviert zu sein. Die Wundheilung ist ein komplexes und dynamisches Geschehen, zu dem viele physiologi-

sche Prozesse beitragen. Zu Beginn steht die **Blutung** beziehungsweise deren **Stillung**, gefolgt von einer **Entzündungsphase** mit dem Einwandern von Fibroblasten und Makrophagen unter Bildung eines Wundschorfs.

Darauf folgt die **proliferative Phase**, charakterisiert durch Proliferation von Fibroblasten und Bildung von Kollagen, adhäsiven Glykoproteinen und Granulationsgewebe. In der letzten Phase, der **Wiederherstellung**, heilen Dermis und Epidermis vollständig aus und bilden dabei Narbengewebe. Wo genau in diesen Prozessen die Komponenten des Fichtenbalsams eingreifen, ist bislang ungeklärt. Mit der Wahl eines bestimmten in vitro Assays legt man sich auf einen isolierten Mechanismus in der gesamten Kaskade fest und blendet andere Wirkungen aus. Möchte man einen Beitrag zum Wirkmechanismus leisten, ist man gezwungen, sich für ein solches Testsystem zu entscheiden. Demnach wurden einzelne Komponenten des Fichtenbalsams im sogenannten Scratch Assay getestet. Dazu wurden Keratinozyten als dünne Zellrasen, den Monolayers, in Petrischalen gezüchtet, an einer Stelle durch Anritzen bewusst verletzt (Scratch) und mit den Extrakten beziehungsweise Substanzen inkubiert. Somit lässt sich ein potenzieller Einfluss auf das Migrationsverhalten der Keratinozyten messen und dies im Falle eines verstärkten Einwanderns der Keratinozyten in die zellfreien Stellen als wundheilungsfördernd interpretieren. Für den Fichtenbalsam konnte gezeigt werden, dass sowohl das Lignan Pinoresinol als auch ausgewählte Diterpenharzsäuren das Migrationsverhalten der Keratinozyten fördern.⁶

Bemerkenswert erscheint, dass auch hydroxylierte Diterpenharzsäuren mit deutlich höherer Polarität eindeutige Effekte aufwiesen, die durch Kombination von zwei Reinsubstanzen sogar noch gesteigert werden konnten. Dies deutet auf synergistische beziehungsweise additive Effekte hin und spricht für die Anwendung dieses Balsams als Vielkomponentengemisch. Somit sind Markersubstanzen identifiziert, die bei der Überprüfung verschiedener Balsam-Proben eine Rolle spielen.

Es wurden in der Folge Analyseverfahren entwickelt, welche die Trennung und Quantifizierung der Hauptinhaltsstoffe ermöglichen.⁷ Mit solchen analytischen Methoden hat man nun ein wesentliches Instrument in der Hand. Einerseits stellt es die Grundvoraussetzung für eine Qualitätskontrolle dar, die den Vergleich verschiedener Fichtenbalsam-Proben gestattet; andererseits erlaubt es die Überprüfung des Permeationsverhaltens der Markersubstanzen, etwa im Modell der Franz-Diffusionszelle. Dieses in vitro System besteht aus einer Donorkammer und einer Akzeptorkammer, die durch eine natürliche oder künstliche Membran voneinander getrennt sind. Somit können die Freisetzung von Wirkstoffen aus einer Formulierung beziehungsweise von Substanzen aus Extrakten sowie deren Fähigkeit, eine Membran zu permeieren, getestet werden. Das System simuliert das physiologische System der Haut. Damit konnten erstmals Pinoresinol, Dehydroabietinsäure und 15-Hydroxydehydroabietinsäure im Akzeptormedium nachgewiesen werden, was den Schluss zulässt, dass diese Substanzen durch die Haut permeieren.² Derzeit geht man an die Optimierung der Formulierung, denn weder Vaseline- noch Schweineschmalz-basierte Zubereitungen sind optimale Produkte.

Mit diesen Beiträgen sollten die Voraussetzungen für die Herstellung eines hochwertigen Produkts geschaffen sein, das den Status einer Registrierung als traditionelles pflanzliches Arzneimittel erlangen könnte. Die Motivation, an diesem Thema zu arbeiten, bleibt ungebrochen, wurde doch Dr. Thomas Göls, der maßgeblich an diesem Projekt im Rahmen seiner Dissertation arbeitete, im November 2022 mit dem „Wolfgang-Kubelka-Preis“ der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie und im Juni 2023 mit dem „Nachwuchspreis“ der Deutschen Gesellschaft für Phytotherapie ausgezeichnet.

Literatur:

- 1 Göls et al., *Plants* 2022; 11:599
- 2 Eichenauer et al., *Pharmaceutics* 2023; 15:1678
- 3 Sipponen et al., *Brit J Dermatol* 2008; 158:1055
- 4 Jokinen/Sipponen, *Advances in Wound Care* 2016; 5:198
- 5 Prokop et al., *Planta Medica* 2021; 87:1259
- 6 Göls et al., *Planta Medica* 2020; 86:1080
- 7 Göls et al., *Frontiers in Pharmacology* 2022; 13:906411



Boretsch

(*Borago officinalis*, Boraginaceae)

Boretsch stammt ursprünglich aus dem Mittelmeergebiet, wird aber vermutlich bereits seit dem Mittelalter in Mitteleuropa kultiviert.



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

Gleich vorweg zur Schreibweise: gemäß „Exkursionsflora von Österreich“ wird Boretsch mit einem „r“ geschrieben, obwohl die meisten anderen Quellen das Doppel-r verwenden.

Die Gattung *Borago* ist namensgebend für die Familie der Boraginaceae, der Raublattgewächse, und eine Berührung der Pflanze macht den Namen verständlich: Starre, dickwandige, einzellige Deckhaare überziehen den Boretsch wie fast alle anderen Pflanzen aus diesem Verwandtschaftskreis (etwa Natternkopf, Lungenkraut, Beinwell), die Berührung ist ein wenig schmerzhaft, fast wie bei einer Distel. Wie immer bestätigen Ausnahmen die Regel: Die Wachsblume (*Cerinth*) wird zur gleichen Familie gestellt, ist aber kahl und hat eine glatte Oberfläche.

Boretsch stammt ursprünglich aus dem Mittelmeergebiet, wird aber vermutlich bereits seit dem Mittelalter in Mitteleuropa kultiviert und ist wegen der auffälligen, himmelblauen Blüten eine

optische Augenweide in jedem Bauerngarten. Diese blauen Blüten finden auch als Dekoration ihren Weg in Salate der Naturküche. Ist die Verwendung als Lebensmittel aber tatsächlich sicher? Wie viele andere Pflanzen aus der Familie der Boraginaceae enthält auch der Boretsch lebertoxische Pyrrolizidinalkaloide. Doch die Mengen dürften eher gering sein, und in den Blüten noch geringer als in den Blättern. Dennoch ist nach Angaben des deutschen Bundesinstituts für Risikobewertung ein regelmäßiger Genuss von Boretsch nicht zu empfehlen. Ein gelegentlicher Verzehr gilt als unbedenklich, ebenso ein Verzehr der Blüten und Samen sowie des aus den Samen gepressten Boretschöls, da diese die erwähnten Alkaloide nicht oder nur in Spuren enthalten. Seit heuer gelten für Boretsch (und auch andere Lebensmittel) Höchstwerte für den Gehalt an Pyrrolizidinalkaloiden – für frischen Boretsch sind das 750 µg/kg. Aus medizinischer Sicht sind die Samen wegen des enthaltenen fetten Öls interes-





sant, wobei der Begriff „Same“ vielleicht nicht ganz korrekt ist. Der Boretsch bildet sogenannte Klausenfrüchte, das sind kleine Nüsschen, die den Samen beinhalten. Auffällig an diesen Früchten ist ein weißes Anhängsel. Dies ist ein Eiweißkörper (Elaiosom), der Ameisen anlockt. Diese verschleppen die Klausenfrüchte und sorgen so für die Verbreitung (= Myrmekochorie). Boretschöl ist deshalb so interessant, weil es von allen bisher untersuchten Pflanzenölen den größten Anteil (ca. 21 %) an Gamma-Linolensäure aufweist. Leider enthält es aber auch einen hohen Anteil an gesättigten Fettsäuren und auch die potenziell gefäßschädigende Erucasäure. Ein therapeutischer Einsatz ist dann anzudenken, wenn ein Mangel an Gamma-Linolensäure die Ursache für Hautprobleme wie etwa Neurodermitis ist.

Die volkstümliche Bezeichnung des Boretschs, „Gurkenkraut“, dürfte weniger mit der Verwendung als würzende Zu-

tat im Gurkensalat zu tun haben, sondern eher mit dem an Gurken erinnernden Geschmack der Blätter. Für die Zubereitung der Frankfurter Grünen Soße (geschützte geografische Angabe) ist frischer Boretsch neben sechs anderen Kräutern unverzichtbar.

Die blauen Blüten haben einen süßlichen Geschmack, sie können kandiert und für die Dekoration von Süßspeisen verwendet werden. Für Experimentierfreudige: Essig lässt die Farbe der Blüten in Rot umschlagen.

Faktencheck

Boretsch enthält kleine Mengen (etwa 1–10 mg pro Kilogramm getrocknete Pflanze) verschiedener Pyrrolizidinalkaloide (Amabilin, Intermedin, Lycopsamin, Supinin, das nicht toxische Thesinin) sowie Schleimstoffe, Gerbstoffe, Kieselsäure, diverse Fettsäuren und ätherisches Öl.

Wirkung:

Boretschsamenöl enthält Fettsäureglyzeride mit einem hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren, insbesondere Gamma-Linolensäure. Es wird bei atopischem Ekzem (Neurodermitis) eingesetzt.

Nebenwirkungen:

Lycopsamin und Supinin gelten als toxisch für die Leber.





Atopische Dermatitis und Phytotherapie

Die steirische Ärztin Dr.ⁱⁿ Sonja Haberl berichtet, wie sie eine Patientin mit atopischer Dermatitis phytotherapeutisch behandelt hat.



Dieser Fallbericht handelt von einer 57-jährigen Patientin, die ich aufgrund ihrer Allergiebeschwerden im Frühling akupunktiert habe. Die Patientin berichtete in diesem Zusammenhang auch von einer seit der Kindheit bestehenden atopischen Dermatitis, die bei ihr weiterhin schubhaft auftrat. Aktuell zeigten sich wieder mehrere sehr trockene Hautbezirke, vor allem an den Unterschenkeln und im Bereich der Augenlider. Die Patientin litt unter dem starken Juckreiz und dem dadurch bedingten teilweise schlechten Nachtschlaf. Eine bestehende Gräser- und Pollenallergie verursachte rezidivierend eine starke Konjunktivitis.

Kurz zuvor wurde eine Schlupflidkorrektur beidseits durch einen Augenarzt durchgeführt, auch um die Ansammlung von Allergenen in den Schlupflidern zu verringern. Die Patientin wies ein trockenes Integument auf, mit mehreren ekzematösen Hautläsionen im Bereich der Augen, beider Unterschenkel und beider Handgelenke. An den Letzteren zeigte sich auch eine Lichenifikation der Haut. Die Patientin verwendete als Basispflege eine hypoallergene Hautpflege (Excipial®). Bei starkem Juckreiz und Allergiesymptomen nahm die Pati-

entin als Bedarfsmedikation ein Antihistaminikum (Levocetirizin) ein. Eine Dauermedikation bestand nicht.

In der Vorgeschichte wurde eine UV-Phototherapie durchgeführt, die zu einer kurzfristigen Besserung des Hautbildes führte. Weiters berichtete die Patientin über eine während der Pandemie abgebrochene Desensibilisierung. Bei starken Schüben verwendete die Patientin kortisonhaltige Salben. Die Patientin erzählte auch, dass sie plante, erstmalig die Sommermonate gemeinsam mit ihrem Mann als Sennerin auf einer Alm zu verbringen. Diesbezüglich hatte sie trotz der Vorfreude auch Ängste, ob sie diese Zeit, fernab der Zivilisation und auf sich allein gestellt, physisch und psychisch gut überstehen würde. Deshalb wurde dies auch als zusätzlicher psychischer Provokationsfaktor für den neuerlichen Schub gewertet.

Zur Person:

Dr. Sonja Haberl ist Ärztin in Langenwang (Steiermark).



Nachtkerze (*Oenothera biennis* L.)

Die Gemeine Nachtkerze stammt ursprünglich aus Nordamerika und wurde im 17. Jhdt. nach Europa eingeschleppt. Verwendet wird das aus den zerkleinerten Samen durch Warmpressung und Raffinieren (Reinigung) gewonnene fette Öl (raffiniertes Nachtkerzenöl).

Inhaltsstoffe

Nachtkerzenöl besteht aus Triglyzeriden mit der vorwiegend zweifach ungesättigten Linolsäure (65 bis 80 % des Öls); der Anteil an γ -Linolensäure, einer dreifach ungesättigten Fettsäure, beträgt 8 bis 14 %.

Neben- und Wechselwirkungen

Häufig Übelkeit, Verdauungsstörungen, Kopfschmerzen bei innerer Anwendung; möglich sind auch Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut bei topischer Applikation. Wechselwirkungen sind keine bekannt.

Darreichung

Nachtkerzenöl in Weichkapseln oder bis max. 20 % in fette Salbengrundlagen eingearbeitet.



Therapie

Als Therapie wählte ich eine Kombination aus Phytopharmaka zur äußeren und inneren Anwendung. Ich empfahl der Patientin eine Creme mit 20 % Nachtkerzensamenöl (*Oenotherae oleum*) als Inhaltsstoff in bienenwachshaltiger Grundlage (*Linola*®-Gamma-Creme), die 2–3-mal auf die betroffenen Hautareale aufgetragen werden sollte. Das Nachtkerzensamenöl wirkt antiphlogistisch und immunmodulierend. Es enthält unter anderem Linolsäure und Gamma-Linolensäure, die für die Prostaglandinsynthese und somit für eine antiinflammatorische Wirkung wichtig sind.

Bei stärkeren entzündlichen Läsionen mit Schuppung sollte die Patientin Umschläge einer Abkochung aus Zauberstrauchblättern/-rinde (*Hamamelidis folium et cortex*) anwenden. Dazu empfahl ich, ein Dekokt selbst zuzubereiten, wofür 5–10 g Rindendroge mit 250 ml Wasser aufgeköcht, 15 Minuten köcheln gelassen und abgeseiht werden und die Umschläge anschließend mehrmals täglich auf die betroffenen Hautstellen aufgelegt werden. Die Blätter und Rinde enthalten Gerbstoffe (*Hamamelitannin*), die unter anderem antiphlogistisch, juckreizstillend und wundheilungsfördernd wirken.

Zur inneren Anwendung verschrieb ich der Patientin Schwarzkümmelöl (*Nigella sativa*), das in Form von 1–2 Teelöffeln täglich über einen Zeitraum von 4 Wochen angewendet werden sollte. Das Schwarzkümmelöl ist reich an ätherischem Öl und hat einen hohen Anteil an Omega-6-Fettsäuren, die das Immunsystem modulieren.

Zudem empfahl ich die Anwendung von Rosenwurz (Rhodiola roseae radix) als Adaptogen. Dazu werden 2-mal

täglich 200 mg eines standardisierten Extraktes aus der Rosenwurz in Form von Filmtabletten (*Vitango*®) eingenommen. Es sollte bei der Patientin zur Bewältigung ihres Vorhabens zu einer Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit führen. Rosenwurz beeinflusst den Stoffwechsel von Neurotransmittern im ZNS und übt einen schützenden Effekt auf die Zellen des ZNS aus. Für die Anwendung von Rosenwurz wird generell eine Langzeittherapie über 4 Monate empfohlen. Nach meiner Überlegung sollte dies auch auf den Provokationsfaktor Stress bei der atopischen Dermatitis eine positive Wirkung haben.

Verlauf

Die Patientin berichtete mir, dass sich der Juckreiz am Körper bereits nach wenigen Tagen Anwendung der Creme und der Umschläge deutlich besserte. Vor allem die Creme mit Nachtkerzensamenöl empfand die Patientin als sehr beruhigend und angenehm. Die empfohlenen Phytopharmaka wurden laut Angaben der Patientin sehr konsequent angewendet.

Positiv unterstützend wirkte aus meiner Sicht aber auch das Klima auf der Alm und die Ruhe dort, nachdem die Patientin sich als Sennerin eingelebt hatte und gut zurechtgekommen war. Es wird sich zeigen, ob die gewählten Phytopharmaka auch nach Rückkehr in das „zivilisierte“ Leben der Patientin und der nun folgenden kälteren Jahreszeit mit vermehrten Aufenthalten in geheizten Räumen einer neuerlichen Verschlechterung der atopischen Dermatitis vorbeugen können.

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

Der Sommer kennt zwei gelbblühende Kräuter, die in den Bergen häufig anzutreffen sind und sich auf den ersten Blick leicht miteinander verwechseln lassen: die Echte Arnika (*Arnica montana* L., Asteraceae) und das Wei-

denblättrige Ochsenauge (*Bupthalmum salicifolium* L., Asteraceae). Auf den zweiten Blick lassen sie sich jedoch relativ leicht voneinander unterscheiden.



Arnica montana L., Asteraceae

Pflanzennamen: Echte Arnika, Bergwohlverleih, Wundkraut, Wolfsblume

Bestimmung: Die Grundblätter sind in Rosetten angeordnet und eiförmig bis lanzettlich und ganzrandig. Die Stängel sind einfach oder höchstens wenigästig verzweigt und besitzen meist ein bis zwei, selten drei gegenständige Paare Laubblätter. Die Gegenständigkeit der Stängelblätter ist für Asteraceae eine Besonderheit. Die Zungenblüten sehen typischerweise etwas „zerrupft“ aus.

Verbreitung: Alpen, Pyrenäen bis zum Balkan. Nördlich bis Südkandinavien und Baltikum. Auf sauren und mageren Wiesen, kalkmeidend. Tal- und Höhenlagen bis 2.800 Meter.

Inhaltsstoffe: Sesquiterpenlactone in veresterter Form, v. a. Helenalin- und Dihydrohelenalinester, Flavone, Flavonole und ätherisches Öl, u. a. mit Thymol, Thymolmethylether. Triterpene, Phenolcarbonsäuren und Polysaccharide.

Nutzung: Arzneipflanze

Indikationen: Äußerlich bei stumpfen Verletzungen und damit verbundenen Schmerzen und Hämatomen, Muskel- und Gelenksbeschwerden sowie Insektenstichen.



Bupthalmum salicifolium L., Asteraceae

Pflanzennamen: Weidenblättriges Ochsenauge, Ochsenauge, Weidenblatt-Rindsauge oder Rindsauge, Goldmargerite

Bestimmung: Keine Rosette der Grundblätter. Meist deutlich verzweigte Stängel mit gleichmäßig wechselständig lanzettlichen bis verkehrt-eilanzettlichen und ganzrandigen Laubblättern. Die Zungenblüten sehen typischerweise sehr „ordentlich“ aus.

Verbreitung: Heimische Wildstaude, v. a. in den Voralpen zu finden. Europäische Bergregionen von Frankreich bis Balkanhalbinsel. Auf kalkhaltigen, trockenen, steinigen Böden bis in Höhen von 2.000 Meter.

Inhaltsstoffe: Sesquiterpenlactone, Flavone, Flavonole

Nutzung: Wildpflanze, als Zierpflanze in Gärten

Indikationen: Keine



Atemwegsinfekte effektiv therapieren

Pflanzliche Sekretolytika sind ein probates Mittel zur Therapie der Rhinosinusi-
tis und Bronchitis. Das Spezialdestillat ELOM-080 fördert den Heilungsprozess
und kann so dazu beitragen, die Erkrankungsdauer zu reduzieren.

ELOM-080, der Wirkstoff des pflanzlichen Arzneimittels Gelo-
myrtol®, ist ein hochdosiertes
Spezialdestillat aus rektifizierten Euka-
lyptus-, Süßorangen-, Zitronen- und
Myrtenölen.¹ Es ist das einzige Phyto-
pharmakon, das in Leitlinien zur Be-
handlung der Rhinosinusi-^{2,3} und der
Bronchitis^{4,5} empfohlen wird.

ELOM-080 wirkt sekretolytisch, muko-
lytisch, sekretomotorisch, antiinflam-
matorisch, antioxidativ, antimikrobiell
und bronchospasmolytisch.^{6,7,8} Die dua-
len Effekte von ELOM-080 auf die Flui-
dität des Sekrets und die ziliäre Schlag-
frequenz beeinflussen die mukoziliäre
Clearance positiv.^{9,10}

Weiters kann ELOM-080 bei Patient:in-
nen mit chronischer Bronchitis und
COPD in der Langzeitanwendung (6
Monate) die Exazerbationsrate deutlich
senken.¹¹

auch die tägliche Einschätzung durch
Patient:innen erfasst wurde. Unter der
Therapie mit ELOM-080 konnte eine
rasche und signifikante Reduktion der
Hustenattacken erzielt werden. So zeig-
ten sich in der Verum-Gruppe eine sta-
tistisch signifikante Reduktion der Hus-
tenattacken untermittags sowie deutlich
weniger Schlafunterbrechungen durch
Hustenattacken in der Nacht. Insgesamt
lag bereits zum Ende der ersten Be-
handlungswoche in der Verum-Gruppe
ein Heilungsvorsprung von 5 Tagen ge-
genüber der Placebo-Gruppe vor. Auch
das Abhustevermögen verbesserte sich
in der Verum-Gruppe deutlich. Hier be-
trug der Heilungsvorsprung gegenüber
der Placebo-Gruppe 4 Tage. Insgesamt
konnte in der Verum-Gruppe eine ras-
chere Symptomlinderung nachgewie-
sen werden, die eine verkürzte Erkrank-
ungsdauer zur Folge hatte (5 Tage zum
Ende der ersten Behandlungswoche).

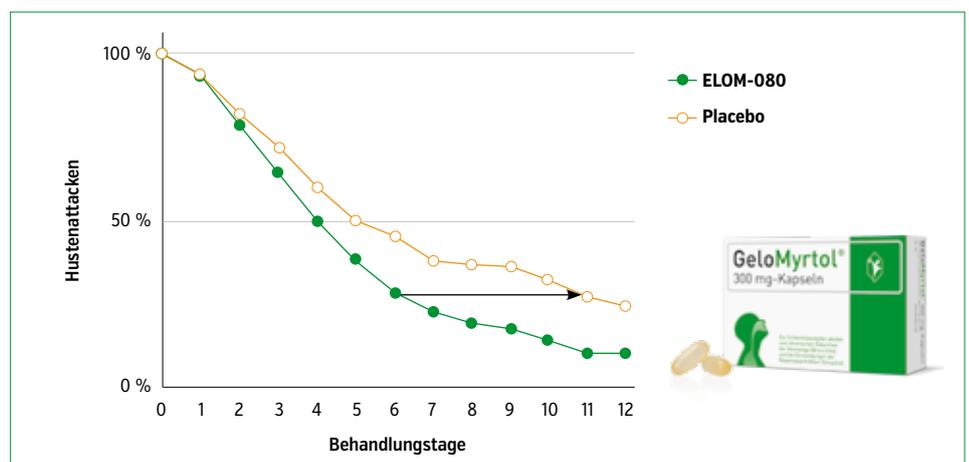
Conclusio

ELOM-080 löst den Schleim, hemmt die
Entzündung, fördert den Heilungspro-
zess und befreit die Atemwege. Wird es
bereits bei den ersten Symptomen einge-
nommen, kann das den Krankheitsver-
lauf günstig beeinflussen und eine Aus-
breitung des Infekts verhindern. Ist der
Infekt bereits ausgebrochen, sorgen die
pflanzlichen Inhaltsstoffe für schnelleres
Abhusten des Schleims und verbessern
das Allgemeinempfinden deutlich. 

- 1 Fachinformation GeloMyrtol®, Stand August 2017
- 2 Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedi-
zin und Deutsche Gesellschaft für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde,
Kopf- und Halschirurgie: Leitlinie Rhinosinusi-² (2017)
- 3 European Position Paper on Rhinosinusi-³ and Nasal Polyps
(2012)
- 4 Leitlinie der Dt. Atemwegsliga und der Dt. Gesellschaft für Pneu-
mologie und Beatmungsmedizin zur Diagnostik und Therapie
von Patienten mit chronisch obstruktiver Bronchitis und Lungen-
emphysem COPD (2007)
- 5 Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedi-
zin: Leitlinie Nr. 11, Husten (2014)
- 6 Gillissen A et al., Drug Res 2013; 63:19–27
- 7 Gottschlich S et al., Adv. Ther. 2018; 35:1023–1034
- 8 Schulz V et al., Rationale Phytotherapie, 2004; 222–223
- 9 Behrbohm H et al., Laryngorhinologie 1995; 74:733–737
- 10 Lai Y et al., Am J Rhinol Allergy 2014; 28:244–248
- 11 Beeh KM et al., International Journal of COPD 2016; 11:2877–2884

Studienbelegte Wirksamkeit

In zahlreichen Studien zur Bronchitis
und Sinusitis konnte die Wirksamkeit
von ELOM-080 in Bezug auf die Linde-
rung führender Symptome akuter
Atemwegsinfekte gezeigt werden. So er-
hielten für eine GCP-konforme, rando-
misierte, doppelblinde placebokontrol-
lierte Multicenterstudie 413 Patient:in-
nen mit einer akuten Bronchitis über
zwei Wochen entweder viermal täglich
300 mg ELOM-080 oder Placebo.⁶ Ziel-
parameter war vorrangig die Husten-
symptomatik, wobei neben der Beurtei-
lung durch den behandelnden Arzt



**Abb.: Die Zahl der Hustenattacken war unter Therapie mit ELOM-080 gegen-
über Placebo deutlich reduziert. Der Heilungsvorsprung in der Verum-Gruppe
lag zum Ende der ersten Behandlungswoche bei 5 Tagen (Pfeil).**

**Schwerpunkt** DermatologieSalben zur Wundheilung
und Narbenpflege

Die ÖGPHYT bietet zu vielen Indikationen Rezepturen, die von Expertinnen und Experten erstellt wurden und auch in der Grünen Box bis 100 g kassenfrei sind.

Phytotherapie.at zeigt diese immer in der Rubrik „Rezepturen“ mit QR-Code zur Website mit dem jeweils vorausgefüllten Rezeptformular zum Ausdrucken.

Ringelblumensalbe I**Unguentum Calendulae officinale I**

Ringelblumenblüten	5
Ethanol 70 %	6
Mandelöl	30
weißes Vaseline	73
gelbes Wachs	12
M. f. unguentum	

Diese Rezeptur enthält Alkohol! Das Auftragen auf frische Wunden wird nicht empfohlen. Bei Allergie auf Korbblütler kontraindiziert!

Kassenformular
zum Download:

**Ringelblumensalbe II****Unguentum Calendulae officinale II**

Ringelblumenfluidextrakt	10
Wollwachsalkoholsalbe	ad 100
M. f. unguentum	

Diese Salbe kann auf frischen Wunden aufgetragen werden. Bei Allergien auf Korbblütler und Schafwolle kontraindiziert!

Kassenformular
zum Download:

**Ringelblumensalbe III****Unguentum Calendulae officinale III**

Ringelblumenfluidextrakt	10
Wollwachs	25
gelbes Vaseline	65
M. f. unguentum	

Diese Salbe kann auf frische Wunden aufgetragen werden. Bei Allergien auf Korbblütler und Schafwolle kontraindiziert!

Kassenformular
zum Download:



Für die optimale Darmfunktion

Immer wieder auftretende Obstipation zählt zu den häufigsten Problemen des Gastrointestinal-Traktes.

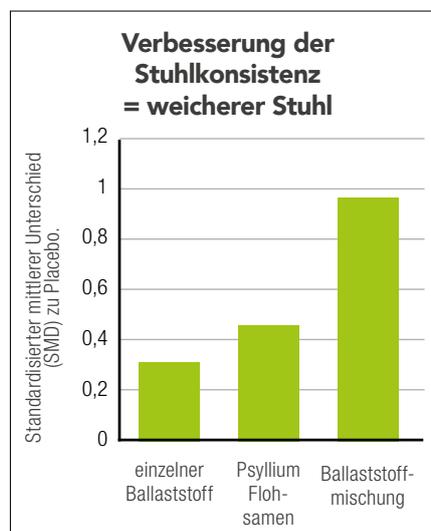
Als wichtigste ernährungsbezogene Abhilfe gilt die Aufnahme von Ballaststoffen – diese erhöhen das Volumen des Stuhls und verbessern dessen Konsistenz. Mit Dr. Böhm® Darm aktiv steht nun ein wohl-schmeckendes Getränk zur Verfügung, das fünf natürliche Ballaststoffe mit unterschiedlichen Wirkprinzipien und starken Quelleffekten vereint.

Häufiges Problem

Jeder Siebte in Europa hat mit den Auswirkungen einer trägen Darmtätigkeit - wie hartem Stuhl, Verstopfung, Blähungen und Bauchschmerzen - zu kämpfen. Frauen leiden weitaus häufiger darunter als Männer. Höheres Alter, genetische Faktoren, aber auch Medikamente, sowie Flüssigkeits- und Bewegungsmangel spielen eine Rolle.¹⁻³ Sehr häufig liegt die Ursache aber vor allem in einer unausgewogenen Ernährungsweise, die zu wenig Ballaststoffe enthält.

Ballaststoffe als Hilfe

Ballaststoffe üben eine direkte regulierende Wirkung auf die Verdauung aus. Sie können unlöslich sein und durch ihre hohe Wasserbindungskapazität das Stuhlvolumen erhöhen. Dies wirkt sich durch die sanfte Dehnung der Darmwand positiv auf die Darmentleerungsfrequenz aus. Gehören sie hingegen zur löslichen Gruppe, bilden sie im Darm Gele, was dem Stuhl neben mehr Volumen auch noch mehr Gleitfähigkeit verleiht. Schließlich gibt es noch präbiotische Ballaststoffe, die von Darmbakterien enzymatisch abgebaut werden. Die daraus resultierenden Stoffwechselprodukte dienen den Zellen der Darmschleimhaut als Energiequelle und helfen, die Darmbarriere zu regenerieren. Besonders in Kombination unterstützen die genannten Ballaststoff-Ar-



ten synergistisch dabei, Ursache (geringe Darmmotilität / Peristaltik) und Symptome (harter Stuhl, erschwerte Defäkation) einer trägen Darmtätigkeit zu reduzieren.

Studien belegen Wirkung

Insbesondere bei häufiger Obstipation sind Ballaststoffe in der Lage, den Stuhlgang auf natürliche Weise zu regulieren. In einer Metaanalyse, die sieben randomisierte, placebo-kontrollierte Studien mit über 280 Patienten mit erschwerter Darmentleerung einschloss, zeigten 77 % einen deutlichen Erfolg durch die Erhöhung der Ballaststoffzufuhr. Im direkten Vergleich zu Placebo verbesserten sich sowohl die Darmentleerungshäufigkeit als auch die Stuhlkonsistenz. Wirksamer als einzelne Ballaststoffe zeigten sich dabei Mischungen aus verschiedenen Ballaststoffen (Abb.1).⁴

¹ Andresen V et al. S2k-Leitlinie Chronische Obstipation: Definition, Pathophysiologie, Diagnostik und Therapie. Z Gastroenterol 2013; 51 (7): 651-72.; ² Forootan M et al. Chronic constipation: A review of literature. Medicine (Baltimore) 2018; 97 (20): e10631.; ³ Verkuji SJ et al. The influence of demographic characteristics on constipation symptoms: a detailed overview. BMC Gastroenterol 2020; 20 (1): 168.; ⁴ Christodoulides S et al. Systematic review with meta-analysis: effect of fibre supplementation on chronic idiopathic constipation in adults. Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103-16.

FAKTEN

Ballaststoffe

Ballaststoffe sind unverdauliche Nahrungsbestandteile aus Pflanzen. Manche, wie Zellulose oder Pektin, dienen den pflanzlichen Zellen als Stütz- und Gerüstsubstanzen. Andere, etwa Inulin und Schleimstoffe, stellen Reservekohlenhydrate dar. Mit der Nahrung aufgenommen, quellen Ballaststoffe auf, was angenehm sättigt und durch erhöhtes Stuhlvolumen die Stuhlentleerung erleichtert.

Dr. Böhm® Darm aktiv



Dr. Böhm® Darm aktiv wurde als einzigartige, synergistische Kombination zur Unterstützung eines regelmäßigen Stuhlganges entwickelt. Die innovative Formulierung mit den speziell aufeinander abgestimmten Ballaststoffen aus Flohsamen*, Gerstengras, Pflaume, Apfel und Yaconwurzel plus wohltuendem Kümmel regt sanft die Darmtätigkeit an.

Anwendung:

- Tag 1-2: 2 Sachets über den Tag verteilt einnehmen - am besten morgens und abends. Danach je nach Bedarf die Einnahme fortsetzen oder auf 1 Sachet pro Tag reduzieren
- Den Inhalt eines Sachets in ein Glas geben und in 0,25 l Wasser bzw. Fruchtsaft auflösen.

Aufgrund des starken Quelleffekts unmittelbar nach dem Lösen trinken.

Tipp: Schmeckt auch hervorragend in Fruchtsäften (z.B. Apfel oder Orange).

* Flohsamen tragen zu einem weichen Stuhl bei und erleichtern die Darmentleerung.



Phytotherapie bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Bei der Behandlung von Herz-Kreislauf-Problemen können Phytopharmaka eine gute Ergänzung sein. Prof. em. Dr. Reinhard Saller erklärt, worauf dabei zu achten ist.

Von Katrin Grabner

Herz-Kreislauf-Erkrankungen zählen weltweit zu einer der häufigsten Todesursachen, in Österreich sind sie sogar die Haupttodesursache. Risikofaktoren wie Adipositas, Diabetes und Stress steigen vor allem in der westlichen Welt stark an. Für die Behandlung wird meist auf konventionelle Therapien und Arzneimittel zurückgegriffen. „Aber auch Phytotherapeutika können bei der Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen eine wichtige und ergänzende Rolle spielen“, weiß der Internist und Inhaber des Lehrstuhls für Naturheilkunde an der Universität Zürich, Prof. em. Dr. Reinhard Saller. „Der Vorteil pflanzlicher Arzneimittel ist das breite Wirkungsspektrum. Durch die Anwendung von Phytopharmaka zusätzlich zu nicht-pflanzlichen Arzneimitteln kann die Wirkung dieser erweitert werden. So kann auch der Gefahr eines Wirkungsverlustes vorgebeugt werden.“

Nicht nur ein breites Wirkungsspektrum machen pflanzenbasierte Medikamente für die Therapie bei Herz-Kreislauf-Problemen attraktiv. „Bei Phytopharmaka ist es so, dass auch eine große Dosisänderung, die manchmal vorgenommen werden muss, die Herz-Kreislauf-Verhältnisse nicht schädigt. Bei anderen Arzneimitteln kann eine Änderung der Dosis dazu führen, dass der Blutdruck sinkt oder Herzrhythmusstörungen verstärkt werden. Dieses Risiko ist mit pflanzlichen Arzneimitteln nahezu bei null“, erklärt Saller.

Im Bereich der Kardiologie und der Angiologie empfehlen sich laut Saller



Weißdorn-Präparate (Crataegus). Sie weisen eine antientzündliche Wirkung auf, der ergänzende Einsatz sei vor allem bei Hypertonie und Herzrhythmusstörungen „durchaus sinnvoll“. Auch bei Arteriosklerose sieht der Experte ein passendes Anwendungsgebiet, wobei es in diesem Bereich noch nicht genug Untersuchungen gebe. „Für die Therapie peripherer Verschlusskrankheiten eignen sich pflanzliche Arzneimittel mit antientzündlicher Wirkung, wie sie bei Weißdorn-Präparaten gegeben ist, besonders gut. Hier gibt es auch genügend Studien und ausreichend reflektierte Erfahrungswerte“, schildert Saller.

Nicht zu vergessen sei außerdem die Wirkung auf das seelische Wohlbefin-

den. „Weißdorn beruhigt Herz und Seele. Das ist ein wichtiger Gesichtspunkt. Vor allem bei komplexen Erkrankungen, wo Körper und Geist betroffen sind, kann Weißdorn Abhilfe schaffen. Das wird noch viel zu selten mitbedacht“, findet der Experte. Hier könnten Betroffene auch zur Selbstmedikation greifen. „Es empfiehlt sich natürlich immer, vorher mit den behandelnden Ärzten zu sprechen, aber wenn die Person Beklemmungen verspürt oder vor einem wichtigen Termin Herzklopfen bekommt, dann kann Weißdorn helfen“, meint Saller.

Neben Weißdorn-Präparaten können Präparate aus der tibetischen Medizin sowie Präparate aus Mariendistelfrüch- ▶



Alpinamed®

Herz-Kreislauf natürlich im Griff

VEGAN

Mit Coenzym Q10 +
Vitamin B1 & B2



NEU

Kakao und schwarzer Knoblauch

Alpinamed® Cardiovasc Cacao bietet hochwertige Unterstützung

- ✓ für elastische Blutgefäße und eine gute Durchblutung
- ✓ für einen gesunden Cholesterinspiegel
- ✓ für ein leistungsstarkes Herz
- ✓ zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress

Inhaltsstoffe (max. Tagesdosis): 200 mg Kakaoflavanolen, 471 mg Schwarzknoblauchextrakt, 99 mg Coenzym Q10, 1,65 mg Vitamin B1 und 2,1 mg Vitamin B2; Nahrungsergänzungsmittel



GEB. ALP-CAR 230703

Erhältlich in der Apotheke

Gebro Pharma GmbH, 6391 Fieberbrunn, Österreich

www.alpinamed.at  



Kardiologie Indikation und Therapie

ten situationsabhängig eingesetzt werden. Dabei kommt es laut Experten zu keinen gravierenden unerwünschten Nebenwirkungen; das breite Wirkungsspektrum und vor allem die antientzündliche Wirkung können aber ein „sinnvoller Bestandteil“ einer umfassenden Therapie bei Herz-Kreislauf-Erkrankun-

gen sein. Vorsicht ist wie auch bei anderen Arzneimitteln bei Schwangeren und Kindern geboten sowie Menschen, welche „die neuen blutgerinnungshemmenden Medikamente nehmen – hier weiß man noch zu wenig über mögliche Wechselwirkungen“, mahnt Saller. Diskutiert werden auch andere Pflan-

zen: So deuten etwa Studienergebnisse darauf hin, dass Kakao die Herzgesundheit fördert, Beweise gibt es aber noch nicht. Traditionelle Hinweise gibt es auch für Ölbaumblätter und Knoblauch. Bei Letzterem gibt es auch konkrete Ergebnisse für den Schutz vor Atherosklerose. 

Kakao

Theobroma cacao L.

Inhaltsstoffe: Kakaobohnen enthalten neben Magnesium und Kalzium auch Flavonoide. Für einen möglichen kardioprotektiven Effekt von Kakao stehen mehrheitlich die antioxidativ wirksamen Polyphenole, insbesondere die Flavanole Catechin und Epicatechin, im Zentrum des wissenschaftlichen Interesses.

Wirkung: Eine US-amerikanische Metaanalyse von sechs Studien zeigte, dass Studienteilnehmer, die mehr als einmal pro Woche Schokolade aßen, ein um 8 % geringeres Risiko für koronare Herzerkrankungen hatten.¹



Neben-/Wechselwirkungen: Keine bekannt. (rüm)

¹ Ärztezeitung 2006 (<https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Taeglich-viel-Kakao-haelt-Herz-und-Gefaesse-gesund-was-man-von-den-Kuna-Indianern-lernen-kann-384087.html>)



Olivenblätter

Olea europaea L.

Inhaltsstoffe: Ölbaumblätter enthalten Secoiridoide, hauptsächlich Oleuropein sowie Tyrosol und Hydroxytyrosol und Flavonoide.

Wirkung: Volksheilkundliche Verwendung gegen hohen Blutdruck, Gicht und Arteriosklerose. Für die blutdrucksenkende Eigenschaft werden das in den Blättern enthaltene Oleuropein und das daraus beim Trocknen entstehende Oleacein verantwortlich gemacht.

Neben-/Wechselwirkungen: Keine bekannt. Liegen schwere Herz- oder Nierenerkrankungen vor, dürfen Ölbaumblätter nicht eingenommen werden. (rüm)

Knoblauch

Allium sativum L.

Inhaltsstoffe: In der frischen Knoblauchzehe ist das geruchlose Alliin enthalten, aus dem beim Schneiden und Trocknen durch Kontakt zum knoblaucheigenen Enzym Alliinase das Allicin (Allyl-2-propenthiosulfinat) entsteht.

Wirkung: Das HMPC hat Knoblauchzwiebel als traditionelles pflanzliches Arzneimittel eingestuft. Basierend auf langjähriger Erfahrung kann Knoblauchzwiebel vorbeugend gegen Atherosklerose eingesetzt werden.

Neben-/Wechselwirkungen: Selten Magen-Darm-Beschwerden oder allergische Reaktionen. (rüm)



ERKÄLTET?

SCHNELLER WIEDER WOHLFÜHLEN!



Esberitox® FORTE 5-fach konzentrierter Immun-Aktivkomplex*

- Verkürzt die Erkältung um bis zu 3 Tage¹
- Lindert die Erkältungssymptome^{1,2}
- Aktiviert die Abwehrkräfte
- Mit frischem Zitronengeschmack, auch zum Kauen



Gut zu wissen:

Auch zur Prävention bei häufig wiederkehrenden Infekten.

* 16 mg Trockenextrakt aus pflanzlichen Wirkstoffen pro Tablette, i. Vgl. zu 3, 2 mg Pflanzenextrakt in Esberitox.

¹Studie mit wirkstoffgleichem Produkt durchgeführt; Quelle: Henneicke-von Zepelin, H.-H., et al., Current Medical Research and Opinion, Vol. 15 (1999): 214-227. | ²Naser B. et al., Phytomedicine 12(10) (2005): 715-722.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



Walnuss

(*Juglans regia* L.)

Die Walnuss gilt heute als sogenanntes Superfood und galt bereits bei den Griechen und Römern als Speise der Götter – der Baum war Zeus und Jupiter geweiht. Die Form der Nuss erinnert an die Form des Gehirns und gilt deshalb auch als Nervennahrung. Phytotherapeutisch werden allerdings die Blätter verwendet – bei Entzündungen der Haut oder auch Erkältungen. Eine aktuelle Metaanalyse zeigte zuletzt auch Auswirkungen des Verzehrs von Walnüssen auf Stoffwechsel, Herzgesundheit und Körpergewicht.¹

Der Gattungsname „Juglans“ leitet sich von lat. „Iuppiter“ (Jupiter) und „glans“ (Eichel) ab, „regia“ lässt sich mit „königlich“ übersetzen. Der deutsche Name geht auf die germanische Zeit zurück und bedeutet „Welschnuss“. Damit wurde der Unterschied zur einheimischen Haselnuss

deutlich gemacht, denn der Walnussbaum wurde den Germanen erst durch die Römer vermittelt.

Die dunkle Färbung der Fruchtschale wird durch Juglon, ein Naphthochinon, verursacht. Es ist instabil und polymerisiert leicht zu braunschwarzen Pigmenten. Juglon ist auch in den Blättern enthalten, wird durch den Regen ausgewaschen und verhindert so das Auskeimen von anderen Pflanzen unter dem Walnussbaum. Die innere Fruchtwand ist hellbraun, hart und runzelig und öffnet sich zweiklappig an einer wulstigen Naht. Die Samen sind zweilappig und haben große ölige Keimblätter. Als traditionelles pflanzliches Arzneimittel können Walnussblätter äußerlich bei leichten Hautentzündungen und bei übermäßiger Schweißabsonderung der Hände und Füße eingesetzt werden.



von Martin Rümmele

Literatur:
1. www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S10433661822001359?via%3Dihub
Wichtl: Teedrogen und Phytopharmaka
Van Wyk: Handbuch der Arzneipflanzen



Botanik

Der Walnussbaum ist ein bis zu 25 Meter hoher Baum, seine Krone ist weit ausladend und lockerästig, seine Rinde hellgraubraun, im Alter rissig und schwarzgrau. Die bis zu 40 Zentimeter langen grünen und glänzenden Laubblätter sind unpaarig gefiedert, die einzelnen Fiedern 5 bis 13 Zentimeter lang.



Geschichte

Die Existenz der Walnuss datiert bis ins Tertiär, das vor über 60 Millionen Jahren begann. Damals war das Klima auf der Erde wesentlich wärmer als heute. Die ursprüngliche Heimat der Nuss wird in Vorder- bis Mittelasien verortet. Nach Mitteleuropa gelangte sie spätestens während der Römerzeit. Im antiken Rom wurde die Walnuss die „Eichel des Jupiter“ (Jovi glans) genannt.



Inhaltsstoffe

Walnussblätter enthalten Naphthochinone, Flavonoide, Phenolcarbonsäuren und Gerbstoffe. Letztere wirken adstringierend. Die oberflächliche Durchblutung wird reduziert, und die kleinsten Blutgefäße ziehen sich zusammen. Dadurch wird auch Krankheitserreger das Eindringen und die Vermehrung erschwert. Die Gerbstoffe wirken somit gewebeverdichtend, entzündungshemmend, schmerz- und juckreizlindernd, antimikrobiell, antiviral und schweißbildungshemmend.



Verarbeitung

Verwendet werden die getrockneten, von der Spindel abgetrennten, ganzen oder geschnittenen Blätter (Walnussblätter – Juglandis folium).



Neben- und Wechselwirkungen

Keine bekannt. Walnussblätter sollen nicht auf offene Wunden und auf große Areale beschädigter Haut aufgetragen werden.

37. Südtiroler Herbstgespräche

Mittwoch, 18. Oktober 2023

19:30	Abendessen, Hotel Città	
-------	-------------------------	--

Donnerstag, 19. Oktober 2023: Pharmakobotanische Exkursion

08:00	Gruppe „Edelweiß“	Mag. Arnold ACHMÜLLER, Schutzengel-Apotheke, 1040 Wien
08:30	Gruppe „Enzian“	Mag. Cäcilia LECHNER-PAGITZ, Universität Innsbruck
19:00	Kongresseröffnung, Parkhotel Laurin	

Freitag, 20. Oktober 2023

09:00-09:45	Magen und Darm - gestört, gereizt, entzündet	Dr. med. Rainer STANGE, Immanuel Krankenhaus, Berlin
10:00-10:45	Angst und Depression: die Rolle der Phytotherapie	Priv.-Doz. DDr. Lucie BARTOVA, Universitätsklinik für Psychiatrie und Psychotherapie, AKH Wien
11:15-12:00	Phytotherapie in der Urologie für Allgemeinmediziner:innen	Dr. Christian THUILE, Bozen
14:00-17:00	Workshop: Apotheke und Ordination - Rezeptur und Herstellung	Mag. Arnold ACHMÜLLER, Schutzengel-Apotheke, 1040 Wien Mag. Ilona LEITNER, St. Lucas Apotheke, Wien
18:00	Abendessen auf der Haselburg, Abfahrt-Treffpunkt: Hotel Laurin	

Samstag, 21. Oktober 2023

09:00-09:45	Neue Impfstoffe und deren Bedeutung	Univ.-Prof. Dr. Herwig KOLLARITSCH, Wien
10:00-12:30	Estragol: Das Aus nur für Fenchel? Impulsreferate und Podiumsdiskussion	Univ.-Prof. Dr. Heidi FOTH, Univ. Halle-Wittenberg Univ.-Doz. DDr. Ulrike KASTNER, Maria Enzersdorf Dr. Christiane KÖRNER, Floriani-Apotheke, Graz Prim. DDr. Peter VOITL, Wien Moderation: Sabine Glasl-Tazreiter
14:00-17:00	Gesprächskreise mit den Vortragenden, individuelle Fragen, Fallbesprechungen	alle Vortragenden, Kleingruppen

Sonntag, 22. Oktober 2023

09:00-09:45	Phytotherapie in der Dermatologie - Bewährtes und Neues	Dr. Alexander KOTTAS-HELDENBERG, Wien
10:00-10:45	Veterinärphytotherapie - alles für die Katz?	Univ.-Prof. Dr. Matthias MELZIG, Freie Universität Berlin
11:00	Schlussdiskussion	

Das wissenschaftliche Programm wird unterstützt von:

Imupret® wirkt immunstärkend und antiviral bei einer Erkältung

Erkältungssymptome sind für viele Menschen unangenehme Begleiter durch den Winter. Imupret® steigert die antiviralen Abwehrmechanismen, hemmt die Vermehrung der Krankheitserreger und reduziert zugleich die Wahrscheinlichkeit von Rezidiven.

Etwa zwei- bis dreimal im Jahr leidet ein Erwachsener an einer Erkältung, Kinder sogar mehr als doppelt so oft. Für besonders anfällige Personen gehören Husten, Schnupfen, Halskratzen und Abgeschlagenheit während der kalten Monate zum Alltag und belasten das allgemeine Wohlbefinden sowie die Leistungsfähigkeit. Imupret® ist ein pflanzliches Arzneimittel, das immunstärkend und antiviral wirkt. Es reduziert nachweislich Ausprägung sowie Dauer der Erkältung und senkt die Rezidivrate in einem Zeitraum von vier Monaten nach der Einnahme um 80 Prozent.

Sieben Arzneipflanzen - einzigartige Kombination

Grund für die Wirkungsweise von Imupret® ist eine Kombination aus sieben heimischen Arzneipflanzen. Eibisch, Kamille und Ackerschachtelhalm enthalten immunstärkende

Polysaccharide, während sich Eichenrinde, Schafgarbe und Walnussblätter durch antiviral wirksame Phenolsäurederivate auszeichnen. Der zusätzlich beigefügte Löwenzahn weist sogar beide Wirkungsweisen auf, unterstützt die Immunabwehr und hemmt die Ausbreitung der Viren.

Stärkung des Immunsystems

In der ersten Phase steigert Imupret® die Aktivität der Natürlichen Killerzellen, die für das Erkennen und Eliminieren infizierter Zellen verantwortlich sind, um 150 Prozent¹. Dadurch wird die weitere Ausbreitung der Viren eingedämmt und der Ausbruch der Erkältung kann verhindert werden. Im Zuge der zweiten Phase erhöht Imupret® die Aktivität der Makrophagen um 180 Prozent². So werden Erreger und Zellreste effektiv eliminiert, der Krankheitsverlauf gemildert und die Regeneration gefördert.

Immunstärkend			
			
Eibisch	Kamille	Löwenzahn	Acker-schachtel-halm

Enthalten immunstärkende Polysaccharide

+

Antiviral			
			
Eichenrinde	Löwenzahn	Schafgarbe	Walnussblätter

Enthalten antiviral wirkende Phenolsäurederivate

Sagen Sie STOPP zur Erkältung!

ENTGELTICHE EINSCHALTUNG

NEU



50 überzogene Tabletten zum Einnehmen

PZN
50 Stück:
5514620

- Stärkt die Immunabwehr
- Bekämpft Erkältungserreger
- Mildert den Erkältungsverlauf

¹ Wosikowski K et al. Planta Med (2013), 79-PB48 DOI: 10.1055/s-0033-1351993

² Gessner A. (2009) Infektionen. Was können pflanzliche Extrakte leisten? NaturaMed 6: 24.26



Schulbeginn - Schulangst?

Nach den Sommerferien beginnt für Tausende Kinder und Jugendliche wieder die Schule. Nicht alle tun sich dabei leicht. Doch kann man mit Phytotherapie Kinder mit Schulangst unterstützen?

Von Ulrike Kastner

Die Schule besitzt einen wichtigen Stellenwert im Leben eines Kindes und seiner Betreuungspersonen; sie ist nicht nur Bildungseinrichtung, sondern auch eine Plattform für das Knüpfen von Freundschaften mit Gleichaltrigen und vielleicht sogar Gleichgesinnten. Nicht alle Kinder kommen mit den intellektuellen und sozialen Herausforderungen der Schule gleichermaßen zurecht, gestiegene Anforderungen im Schulalltag, hohe Erwartungshaltung der Eltern und teils belastende Gegebenheiten des sozialen Miteinanders (bis hin zum Mobbing) können den Schulalltag zum Auslöser für gesundheitliche Probleme machen. Hinzu kommt, dass nach den Kontaktbeschränkungen in der Corona-Pandemie für viele Kinder und Jugendliche die „wiedergewonnene Freiheit“ zum Stressfaktor geworden ist. Die psychischen Corona-Folgen gehen bei jungen Menschen vor allem mit einer vegetativen Dystonie einher. Aktuelle Erhebungen im Rahmen der COP-SY-Studie¹ (Corona und Psyche) des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf weisen darauf hin, dass sich die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen während der Pandemie deutlich verschlech-

tert hat. Psychologen erwarten in diesem Zusammenhang auch einen Anstieg der Schulangst sowie vermehrt psychische Auffälligkeiten im schulischen Umfeld. Fast jedes fünfte Kind unter 18 Jahren zeigt früher oder später Symptome von Schulstress, Schulangst oder Angst vor Prüfungen. Der Übergang von Schulstress zur Angst vor der Schule ist fließend. Symptome sind sehr vielfältig und äußern sich in körperlichen Beschwerden, typischerweise Bauch- und Kopfschmerzen sowie Schlafstörungen bis hin zum Einnässen. Bei älteren Kindern zeigen sich Stresssymptome eher in Verhaltensauffälligkeiten: Manche werden sehr ruhig, müde oder antriebs-

los und ziehen sich zurück, andere werden hyperaktiv, unkonzentriert, nervös oder aggressiv gegenüber dem Umfeld oder gegen sich selbst. Vermeidungsverhalten im Sinne langer Fehlzeiten sind Zeichen dafür, stressauslösenden Situationen zu entgehen, verstärken aber die Furcht vor neuen, unbekanntem Herausforderungen.

Im Grunde hängt es aber nicht nur von der Persönlichkeit des Kindes und von den Anforderungen des Schulalltags ab, inwieweit Stress zum Problem werden kann. Vieles kann durch ein frühzeitiges Erkennen erster Symptome durch Lehrer, Eltern oder den behandelnden Arzt abgefangen werden. Besonders heikle Situationen sind dann gegeben, wenn sich Leistungsanforderungen plötzlich verändern, wenn etwa von der Volksschule auf eine höhere Schule gewechselt wird oder generell eine schulische Neuorientierung ansteht. Wichtig ist, dass man das Kind in dieser Phase sehr wachsam begleitet. Manchmal kann es hilfreich sein, wenn Eltern und Kinder gemeinsam ihre Terminkalender entrümpeln, um sich wieder mehr Freiräume und gemeinsame Zeit zu verschaffen. Auch ein geregelter Tagesablauf, eine Reduktion der Bildschirmzeit und eine ▶





Seit über
60 Jahren
Ihre Nr. 1*



Passedan® beruhigt rund um die Uhr

- am Tag ruhiger und entspannter
- abends besser einschlafen

Gute Nacht. Guter Tag.

Tropfen zum Einnehmen. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels bei nervöser Unruhe und bei Einschlafstörungen beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. *Insight Health, Apothekenverkauf in Einheiten, N05B, MAT 06/23
Fachkurzinformation siehe Seite 30





zuckerarme und gesunde Ernährung sowie viel Bewegung an der frischen Luft helfen Kindern, ihren Schulstress besser zu bewältigen. Manchmal bedarf es aber darüber hinaus einer medikamentösen Behandlung. Phytotherapie kann hier unterstützend eingesetzt werden, auch wenn es für viele Präparate Altersbeschränkungen bei der Anwendung gibt.



Passionsblume (*Passiflora incarnata* L.)

Der Neurotransmitter GABA ist als wichtiger Botenstoff im Gehirn und im Nervensystem für Beruhigung und Entspannung verantwortlich. Steht der Organismus jedoch unter dauerhaftem Stress, ist dieses Regulativ gestört, und kognitive sowie äquilibrierende Prozesse werden beeinträchtigt. Betroffene reagieren dann verstärkt mit Angst auf Anspannung und Druck. Abhilfe kann ein standardisiertes Extrakt aus dem Kraut der Passionsblume bringen. Es enthält u. a. Flavonoide wie die Substanzen Isovitexin und Schaftosid. In-vitro-Daten beschreiben den Wirkmechanismus der Passionsblume mit der Hemmung der GABA-Wiederaufnahme und Bindung an die GABA-Rezeptorstelle des GABA_A-Rezeptors, ohne dass damit jedoch mit der Ethanol- oder Benzodiazepin-Bindungsstelle des GABA_A-Rezeptors interagiert wird. Die Ergebnisse sind konsistent mit den klinisch beobachteten anxiolytischen und sedierenden Eigenschaften und erklären, warum sich kein Abhängigkeitspotenzial entwickelt.² Zur Linderung leichter Symptome von psychischem

Stress und zur Förderung der Entspannung (z. B. bei nervöser Unruhe) kann der Extrakt bereits bei Jugendlichen ab 12 Jahren angewendet werden. EEG-Ableitungen an gesunden Probanden haben ergeben, dass bereits nach 30 Minuten stressinduzierte Signale im Gehirn unterdrückt werden.³ Es besteht keine Suchtgefahr, da im Gegensatz zu Ethanol oder Benzodiazepinen die hierfür verantwortlichen Bindungsstellen nicht aktiviert werden; eine Einnahme ist daher auch über einen längeren Zeitraum möglich.

Valeriana officinalis L. (Baldrian), *Humulus lupulus* L. (Hopfen), *Lavandula angustifolia* MILL. (Lavendel), *Melissa officinalis* L. (Melisse), *Mentha x piperita* L. (Pfefferminze)

Bei der Begleitung von Schlafstörungen und nervösen Unruhezuständen eignen sich Baldrianwurzel, Hopfenzapfen, Lavendelblüten, Melissenblätter und Pfefferminzblätter. Allerdings sind die in Österreich zugelassenen Phytopharmaka (ob Monopräparate oder in Kombination mit Melisse oder Baldrian) aufgrund mangelnder Datenlage nicht für Kinder unter 12 Jahren zugelassen. Eine Empfehlung für jüngere Altersgruppen bedarf somit eines ausführlichen Gesprächs mit den Erziehungsberechtigten und eines Abwägens der Dringlichkeit einer medikamentösen Intervention. Für verkapseltes ätherisches Öl aus *Lavandula angustifolia* (80 mg) mit einem hohen Anteil an wirksamen Estern (Linalool und Linalylacetat) besteht eine sehr gute Studienlage bei Erwachsenen mit innerer Unruhe, Angstgefühlen und daraus resultierenden Schlafstörungen. Der Wirkmechanismus wird der Blockade von spannungsabhängigen L-Typ-Calciumkanälen in verschiedenen Zelllinien zugeschrieben sowie einer Modulation am 5-HT_{1A}-Rezeptor. Aufgrund des günstigen Sicherheitsprofils und des Fehlens von Interaktions- und Abhängigkeitspotenzial kann in bestimmten Fällen und nach Aufklärung

des jugendlichen Patienten und seiner Eltern eine Therapie auch unter 18 Jahren erwogen werden. Falls dies nicht erwünscht ist, besteht immer noch die Möglichkeit, auf Tees oder Teegemische (in Kombination mit Melissenblättern oder Hopfenzapfen etc.) auszuweichen oder eine Anwendung des ätherischen Lavendelöls mithilfe einer Duftlampe anzubieten.

Rosenwurz (*Rhodiola rosea* L.)

Bleibt noch die Frage nach einer Form der Prophylaxe im Sinne von pflanzlichen Adaptogenen. Extrakte aus *Rhodiola rosea* haben eine neuroprotektive Wirkung; zu den wirksamkeitsbestimmenden Inhaltsstoffen zählen v. a. die Phenylethanoide (z. B. Salidroside) und Phenylpropanoide (z. B. Rosavin), vermutlich auch die Proanthocyanidine. In klinischen Studien haben sich Extrakte aus der Rosenwurz zwar bei Erwachsenen als wirksames Konzept zur Steigerung der Resilienz gegenüber Stresssituationen gezeigt, sind aber bei Kindern und Jugendlichen in dieser Indikation nicht studiert. Somit kann eine generelle Empfehlung für Jugendliche unter 18 Jahren (vorerst) noch nicht ausgesprochen werden. Dies gilt auch für zahlreiche weitere pflanzliche Adaptogene (und Modedrogen) wie den Echten Ginseng (*Panax ginseng* C. A. MEY), die Borstige Taigawurzel (*Eleutherococcus senticosus*) und das Chinesische Spaltkörnchen (*Schisandra chinensis*). 



Literatur:

- 1 Ravens-Sieberer U et al., Eur Child Adolesc Psychiatry 2023; 32 :575-588
- 2 Appel K et al., Phytother Res 2010; 25(6) :838-843
- 3 Dimpfel W et al., Neuroscience & Medicine 2012; 3 :130-140
- 4 Angheliescu I-G et al., Int J Psychiatry Clin Pract 2018; 22:242-252



Tage der Arzneipflanzen 2023

Zum vierten Mal fanden heuer von 2. bis 4. Juni die von der Österreichischen Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT) organisierten Tage der Arzneipflanzen statt. An dieser Aktion, die das Ziel hat, Arzneipflanzen und pflanzliche Arzneimittel der Öffentlichkeit näherzubringen, nahmen diesmal österreichweit insgesamt 38 Einrichtungen teil, darunter Arzneipflanzengärten, botanische Gärten, Arzneipflanzen-verarbeitende Betriebe, Apotheken, Klostergärten, Kräutergärten, Museen und dergleichen mehr. Das jeweilige Programm, das von verlängerten Öffnungszeiten bis zu Führungen, Vorträgen und Workshops rund um das Thema Arzneipflanzen und deren Verwendung reichte, erstellten die teilnehmenden Einrichtungen (z. B. Universität Wien, Sonnentor, Klostergärten Maria Luggau, Kräuterwelt Thierseeal, Arzneipflanzengarten Evanzin etc.) selbständig.



Außerdem fand dabei wieder ein Kreativwettbewerb statt. Bei diesem Zeichen-, Mal- und Fotowettbewerb unter dem Motto „Fotografiere oder male deine liebste Heilpflanze und gewinne tolle Preise!“ konnten Beiträge von Kindern aller Altersgruppen und Erwachsenen prämiert werden. Insgesamt wurden 118 Beiträge eingesandt und diesmal 7 Erwachsenen- und 20 Kindereinsendungen der überwiegend sehr gelungenen Beiträge ausgezeichnet. Der erste Platz der Erwachsenen ging an Frau Mischa Skorecz für eine herausragende Zeichnung von *Pulmonaria officinalis* (siehe Bild), die mit dem Gewinn des Hauptpreises belohnt wurde: einem Gutschein für ein Wochenende für 2 Personen in einem Kräuterhotel. Die Kinder und Ju-

gendlichen in den verschiedenen Alterskategorien konnten als Preis für ihre Beiträge vor allem Bücher, Lernspiele, Experimentierkästen und Workshops gewinnen. (Fabian Malfert)

Pharmakobotanische Woche auf der Tauplitz

Vor 40 Jahren veranstalteten Prof. Wolfgang Kubelka und Dr. Johannes Saukel die erste Pharmakobotanische Exkursion unter der Schirmherrschaft der Österreichischen Pharmazeutischen Gesellschaft. Damals ging es auf die Mehrlhütte im Nockgebiet, heuer fand die Pharmakobotanische Exkursion, die seither fast jedes Jahr unternommen wurde, im Salzkammergut auf der steirischen Tauplitz statt. Während sich früher die beiden Initiatoren um die gesamte Abwicklung kümmerten, wird die Veranstaltung nun schon seit einigen Jahren durch das Postgraduate Center der Universität Wien organisiert.

Der Kurs fand heuer vom 1. bis 8. Juli unter der wissenschaftlichen Leitung von Ao. Univ.-Prof. i. R. Mag. Dr. Johannes Saukel, Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter und David Prehler, BSc, statt. 32 Teilnehmende bildeten eine bunt gemischte Gruppe aus Apothekern, Ärzten und Studierenden der Pharmazie, und genau diese Mischung macht – neben der Pharmakobotanik – den Reiz dieser Veranstaltung aus. Die Teilnahme der Studierenden wurde durch Stipendi-

en von Dr. Böhm, ÖGPHYT, Gatt-Koller und der Adler-Apotheke (1160 Wien) ermöglicht. Die Teilnehmer nutzten die einmalige Gelegenheit, die Pflanzenwelt auf Almen und Mooren zu erkunden und ihr Wissen über heimische Arzneipflanzen zu vertiefen. Botanische Besonderheiten wie *Rhodothamnus chamaecistus* (Zwergalpenrose) und *Rhodiola rosea* (Rosenwurz) gab es auf über 900 m Seehöhe zwischen Gentiana und Digitalis zu entdecken. Selbst wenn bei der ein oder anderen Wanderung durchaus gute Kondition gefragt war, machte sich die Anstrengung bezahlt. Über 300 Pflanzenarten wurden entdeckt und wortwörtlich genau unter die Lupe genommen, darunter auch seltene Sichtungen wie die Gattung *Drosera* (Sonnentau) oder Orchideen wie *Nigritella* (Kohlröschen). Am Abend jedes Exkursionstages wurden die gesammelten Arzneipflanzen genau besprochen und hinsichtlich ihrer medizinisch-pharmazeutischen Relevanz diskutiert. Die Teilnehmer blicken zurück auf ein einzigartiges Naturerlebnis mit vielen schönen Erinnerungen und eindrucksvollen Bildern. (Julia Schröckenfuchs, Sabine Glasl-Tazreiter)



Stipendien

37. Südtiroler Herbstgespräche

Für die Teilnahme an den 37. Südtiroler Herbstgesprächen in Bozen vergibt die ÖGPHYT zehn Stipendien an Studierende der Medizin (auch Ärzt:innen im Praktischen Jahr) und der Pharmazie (auch Aspirant:innen).
Bei Interesse senden Sie bitte Ihre Bewerbung (kurzes Motivationsschreiben, Lebenslauf und Sammelzeugnis) bis 19. 09. 2023 an info@phytotherapie.at.
Weitere Informationen: www.phytotherapie.at, www.phytoherbst.at

Exkursionen

Aktuelle Informationen werden laufend auf der ÖGPHYT-Homepage bekanntgegeben: www.phytotherapie.at.
Anfragen auch an: exkursionen@phytotherapie.at

Begünstigungen für ÖGPHYT-Mitglieder

Zeitschrift für Phytotherapie (Deutschland)
Offizielles Organ der Gesellschaft für Phytotherapie e.V.,
6 Hefte/Jahr, Normalpreis: € 127,00,
Vorzugspreis für ÖGPHYT-Mitglieder: € 77,00
(jeweils zuzüglich € 24,50 Versandkosten).
Thieme Verlag Stuttgart, www.thieme.de,
info@phytotherapie.at

Pharmakobotanische Exkursionen
Ermäßigte Teilnahmegebühr für ÖGPHYT-Mitglieder;
www.phytotherapie.at, Exkursionen.

Fortbildungszentrum Allgemeinmedizin (FAM)
Ermäßigte Teilnahmegebühr beim Lehrgang „Phytotherapie“ sowie bei allen anderen FAM-Seminaren; www.fam.at, office@fam.at

European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOP)
Kostenfreier Online-Zugang zu den ESCOP-Monographien; ESCOP.com, info@phytotherapie.at

GPT Tagung in Bamberg



Die heurige Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Phytotherapie von 15. bis 17. Juni stand unter dem Motto „Phytotherapie im 21. Jahrhundert“. Unter der wissenschaftlichen Leitung von Univ.-Prof. Dr. med. Jost Langhorst, dem Chefarzt der Klinik für Integrative Medizin und Naturheilkunde in Bamberg, wurden wichtige klinische Indikationsgebiete der Phytotherapie in Psychiatrie und Psychosomatik, bei funktionellen Erkrankungen des Magen und Darmes, bei chronisch entzündlichen Erkrankungen, in der Schmerztherapie, Onkologie und nicht zuletzt in der Pädiatrie abgehandelt. Der Bogen wurde von innovativen Therapiekonzepten (wie Heilpilzen) bis zu traditionellen Konzepten mit Aufnahme in die aktuellen S3-Leitlinien gespannt. Ein besonderer Raum wurde aber dem wissenschaftlichen Nachwuchs eingeräumt, nicht nur in Form eines „Young Researchers“-Workshops, sondern auch in den zahlreichen Posterdiskussionen mit reger Teilnahme. Es war eine äußerst informative und inspirierende Fortbildung; herzlichen Dank allen Organisatoren der GPT! *Zeitschrift für Phytotherapie* 2023; 44: S3–S43. (Ulrike Kastner)

ÖGPHYT-Diplom Phytotherapie/FAM

Lehrgang 2022/2023

Modul VII: 30. September / 1. Oktober 2023, Petzenkirchen

Modul VIII: 2./3. Dezember 2023, Ybbs

Lehrgang 2023/2024

Modul 3a: 23./24. September 2023, Wieselburg

Modul 4: 11./12. November 2023, Petzenkirchen

Informationen zu Diplom und Kursinhalten:

www.phytotherapie.at, www.fam.at

Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an

FAM | AUSTRIA, office@fam.at

ÖGPHYT-Diplom Phytotherapie/Schloss Hofen

Lehrgang 2023/2024, abwechselnd in Schloss Hofen und Innsbruck

Modul 4: 24./25. November, Innsbruck

Informationen zu Diplom und Kursinhalten:

www.phytotherapie.at,

www.schlosshofen.at/bildung/gesundheits

Fragen bezüglich An-/Abmeldung bitte an

Frau Mag. Marlies Enenkel-Huber,

+43 5574 4930 468,

marlies.enenkel-huber@schlosshofen.at

Lehrgang Medizinische Aromatherapie 2023

Österr. Ges. f. wiss. Aromatherapie u. Aromapflege (ÖGwA)

www.medizinischearomatherapie.at

Modul 5: 6.–7. Oktober 2023

Anmeldung: office@medizinischearomatherapie.at

Curriculum Veterinär-Phytotherapie

Die Fortbildungsreihe für Veterinärmediziner wird in einem neuen Zyklus als Web-Seminar der Vetmeduni Vienna weitergeführt.

Modul 4: 6.–7. Oktober 2023; Verhalten,

Herz-Kreislauf, Immunologie und Alter

www.vetmeduni.ac.at/veterinaer-phytotherapie

12. Phytopharmaka Symposium 2023

26.–28. September 2023, Universitätsclub Bonn

www.alphatopics.de/seminare

„Zamhocka“: Symposium „Heilwissen & Rezeptsammlungen aus Bayern, Tirol und der Schweiz um 1800“

14.–15. Oktober 2023; Müllner Peter Museum

Sachrang, Aschau im Chiemgau;

mit Referenten aus Bayern, Österreich und

der Schweiz

www.muellner-peter-museum.de

37. Südtiroler Herbstgespräche

Phytotherapie und Phytopharmaka

Praxis und Wissenschaft

19.–22. Oktober 2023; Bozen/Südtirol, Italien

www.phytoherbst.at

Ernährung: Gesund - Nachhaltig & Leistbar

Jubiläumskongress, Österr. Akad. Inst. f.

Ernährungsmedizin (ÖAIE)

20. Oktober 2023, Josephinum Wien,

office@oeaie.org,

<https://kongress2023.oeaie.org/anmeldung>

37. Schweizerische Jahrestagung für Phytotherapie

Phytotherapie und Nachhaltigkeit, SMGP

16. Nov. 2023; Baden, Trafo

<https://smgp-sspm.ch>

Generalversammlung der ÖGPHYT

23. November 2023, Wien

Tetranationaler Kongress: Phytotherapie 2024

30. Mai 2024 – 1. Juni 2024; Utrecht, Niederlande

72nd International Congress and Annual Meeting of the Society for Medicinal Plant and Natural Product Research (GA)

13.–17. Juli 2024,

ICE Krakow Congress Center, Poland

www.ga-online.org/events

FACHKURZINFORMATIONEN

Vitango® 200 mg-Filmtabletten

Registrierungsinhaber: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG, Willmar-Schwabe-Str. 4, D-76227 Karlsruhe, Deutschland. QUALITATIVE UND QUANTITATIVE ZUSAMMENSETZUNG: 1 Filmtablette enthält 200 mg Trockenextrakt aus Rosenwurz (*Rhodiola rosea*, radix et rhizoma), DEV 1.5-5:1 (WS* 1375), Auszugsmittel: Ethanol 60% m/m. Liste der sonstigen Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Croscarmellose-Natrium, gefälltes Siliciumdioxid, Magnesiumstearat, Hypromellose, Stearinsäure, Eisenoxidrot E 172, Titandioxid E 171, Antischaumemulsion. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei zeitweilig auftretenden Symptomen von Stress wie z.B. Erschöpfung und Schwäche. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels im genannten Anwendungsgebiet beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Vitango 200 mg Filmtabletten werden angewendet bei Erwachsenen. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile. Pharmakotherapeutische Gruppe: Tonika. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.

Passedan - Tropfen. Tropfen zum Einnehmen

Inhaber der Zulassung: Schwabe Austria GmbH, Richard-Strauss-Straße 13, 1230 Wien, Österreich. Qualitative und Quantitative Zusammensetzung: 100 g enthalten 50 g eines Flüssigextraktes aus Passionsblumenkraut (*Passiflorae herba*), (Auszugsmittel: Ethanol 54 Gew.-%, Glycerin 4 Gew.-% DEV 1 : 3,8 - 4,3), 1 ml = 0,9 g, 0,83 ml = 0,77 g entspricht ca. 20 Tropfen. Liste der sonstigen Bestandteile: Ethanol ca. 50 % m/m, Glycerin, Saccharin-Natrium, Orangenschale, Zimtrinde, Melissenblätter, gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiete: Passedan-Tropfen werden angewendet bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei nervöser Unruhe und bei Einschlafstörungen. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile. Pharmakotherapeutische Gruppe: Andere Hypnotika und Sedativa. ATC-Code: N05CM. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Dosierung, Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Haltbarkeit sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen.

Esberitox® forte Tabletten

Qualitative und quantitative Zusammensetzung: 1 Tablette enthält: 16 mg Trockenextrakt (Droge-Extrakt-Verhältnis (DEV) 4-9:1) aus einer Mischung von Färberhülsenwurzelstock (*Baptisiae rhizoma*), Purpursonnenhutwurzel (*Echinaceae purpureae radix*), Blassfarbener Sonnenhutwurzel (*Echinaceae pallidae radix*) und Lebensbaumsippen- und -blättern (*Thujae occidentalis herba*) im Verhältnis 4,92:1,85:1,85:1. Auszugsmittel Ethanol 30% (V/V). Liste der sonstigen Bestandteile: Mannitol, Betadex, Citronenaroma, Glyceroldibehent, Magnesiumstearat, Citronensäure-Monohydrat, Saccharin-Natrium. Anwendungsgebiet: Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung und Prophylaxe rezidivierender Infekte im Bereich der oberen Atemwege. Esberitox® forte wird angewendet bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff, gegen eine andere Pflanzentart aus der Familie der Korbblütler, oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile. Fortschreitende Systemerkrankungen wie Tuberkulose, Sarkoidose; Autoimmunerkrankungen wie Kollagenosen, multiple Sklerose; erworbene Immunabwehrschwächen wie Aids-Erkrankungen, HIV-Infektionen; Immunsuppression z.B. durch Zytostatikatherapie oder immunsuppressive Behandlung z.B. nach Transplantationen; hämatologische Erkrankungen des weißen Blutzellsystems wie Leukämie oder Agranulozytose. Inhaber der Zulassung: Schaper & Brümmer GmbH & Co. KG, Bahnhofstraße 35, 38259 Salzgitter, Deutschland. Vertrieb: Medice Arzneimittel GmbH, Römerstraße 14, 5400 Hallein, Österreich, eine Tochter der MEDICE Arzneimittel Pütter GmbH & Co. KG, www.medice.at. Rezeptpflichtig/Apothekenpflichtig: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. ATC-Code: L03AX. Weitere Informationen betreffend Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen und Gewöhnungseffekte sind der Fachinformation zu entnehmen. Stand der Information: 01/2023.

GeloMyrtol 300 mg - Kapseln

Zusammensetzung: 1 Kapsel enthält 300 mg Destillat aus einer Mischung von rektifizier-

tem Eukalyptusöl, rektifiziertem Süßorangenöl, rektifiziertem Myrtenöl und rektifiziertem Zitronenöl (66:32:1:1). Sonstiger Bestandteil mit bekannter Wirkung: 25 - 30 mg Sorbitol. Hilfsstoffe: Raffiniertes Rapsöl, Gelatine, Glycerol 85 %, Trockensubstanz aus Sorbitol-Lösung 70% (nicht kristallisierend), Hypromelloseacetatsuccinat, Triethylcitrat, Natriumdo-decylsulfat, Talkum, Dextrin, Glycyrrhizinsäure (Ammoniumsalz), Lecithin (pflanzlich) in Spuren. Anwendungsgebiete: Zur Sekretolyse bei akuter und chronischer Bronchitis und Sinusitis. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der in Abschnitt 6.1 genannten sonstigen Bestandteile; Kinder unter 3 Jahren. ATC-Code: R05CA10. Abgabe: Rezeptfrei, Apothekenpflichtig. Packungsgrößen: Packung mit 20 oder 50 Kapseln in Blistern zu je 10 Kapseln. Kassenstatus: No Box. Zulassungsinhaber: G. Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG. Stand der Information: August 2017. Weitere Angaben zu Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln und sonstigen Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Nebenwirkungen sowie Gewöhnungseffekten entnehmen Sie bitte der veröffentlichten Fachinformation.

Imupret® Dragees

Qualitative und quantitative Zusammensetzung - 1 überzogene Tablette enthält: Althaeae radix (Eibischwurzel, gepulvert) 8 mg, Quercus cortex (Eichenrinde, gepulvert) 4 mg, Matricariae flos (Kamillenblüten, gepulvert) 6 mg, Taraxaci herba (Löwenzahnkraut, gepulvert) 4 mg, Equiseti herba (Schachtelhalmkraut, gepulvert) 10 mg, Millefolii herba (Schafgarbenkraut, gepulvert) 4 mg, Juglandis folium (Walnussblätter, gepulvert) 12 mg. Sonstige Bestandteile mit bekannter Wirkung: Glucose-Monohydrat 0,929 mg, Glucose-Sirup 1,392 mg, Lactose-Monohydrat 51,523 mg, Saccharose 63,096 mg. Liste der sonstigen Bestandteile: Tablettenkern: Glucose-Monohydrat, Lactose-Monohydrat, Auszugsmittel, Kartoffelstärke, hochdisperses Siliciumdioxid, Stearinsäure, Überzug: Calciumcarbonat, natives Rizinusöl, Dextrin, Glucose-Sirup, Indigotin (E132), Maisstärke, Montanglycolwachs, Povidon K25, Povidon K30, Saccharose, Schellack (wachsfrei), hochdisperses Siliciumdioxid, Talkum, Titandioxid (E171). Anwendungsgebiete: Imupret Dragees ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei ersten Anzeichen und während einer Erkältung, z. B. Kratzen im Hals, Halsschmerzen, Schluckbeschwerden, Hustenreiz. Dieses Arzneimittel ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel, das ausschließlich aufgrund langjähriger Verwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gegen die Wirkstoffe, gegen andere Korbblütler, z.B. Beifuß, Schafgarbe, Chrysantheme, Margerite oder einen der genannten sonstigen Bestandteile. ATC-Code: R02AP30. Stand der Information: 07/2021; Zulassungsinhaber und Hersteller BIONORICA SE, Kerschenssteiner Str. 11-15, 92318 Neumarkt, Deutschland. Abgabe: Rezeptfrei, apothekenpflichtig. Weitere Angaben zu Warnhinweisen und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen, Schwangerschaft und Stillzeit und Nebenwirkungen entnehmen Sie bitte der veröffentlichten Fachinformation. Bionorica Austria GmbH Tech Gate Vienna, Donau City Straße 1, A-1220 Wien, Österreich/Austria | Tel. +43 1 263 0882 Rechl. Sitz der Gesellschaft u. Rechnungsadresse Mitterweg 24, A-6020 Innsbruck, FN 446645g, Handelsgericht Innsbruck | UID ATU70299027;

Legalon 140 mg - Kapseln

QUALITATIVE UND QUANTITATIVE ZUSAMMENSETZUNG: 1 Kapsel enthält 173,0 - 186,7 mg eingestelltes, gereinigtes Trockenextrakt aus Mariendistelfrüchten (*Silybi mariani extractum siccum raffinatum et normatum*), Droge-Extrakt-Verhältnis 36-44:1, entsprechend 140 mg Silymarin (spektrophotometrisch bestimmt, berechnet als Silybinin). Auszugsmittel: Ethylacetat. Sonstige Bestandteile: Mikrokristalline Cellulose, Maisstärke, Carboxymethylstärke-Natrium (Typ A), Natriumdo-decylsulfat, Magnesiumstearat, Gelatine, Titandioxid E171, Eisenoxid rot E172, Eisenoxid schwarz E172. ANWENDUNGSGEBIETE: Toxische Leberschäden z.B. durch Alkohol oder Arzneimittel oder durch metabolische Störungen wie Diabetes mellitus; zur unterstützenden Behandlung bei chronisch-entzündlichen Lebererkrankungen und Leberzirrhose. Die Arzneimitteltherapie ersetzt nicht die Vermeidung der Leber schädigenden Ursachen (z. B. Alkohol). Legalon wird angewendet bei Erwachsenen ab 18 Jahren. GEGENANZEIGEN: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff, andere Pflanzen aus der Familie der Korbblütler oder einen der genannten sonstigen Bestandteile. WIRKSTOFFGRUPPE: Lebertherapeutikum, Lipotropika, Lebertherapie, Silymarin. ATC-Code: A05BA03. PHARMAZEUTISCHER UNTERNEHMER: Mylan Österreich GmbH, 1110 Wien. REZEPTPFLICHT/APOTHEKENPFLICHT: Rezept- und apothekenpflichtig. Informationen zu den Abschnitten Dosierung und Art der Anwendung, Besondere Warnhinweise und Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung, Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln und sonstige Wechselwirkungen, Fertilität, Schwangerschaft und Stillzeit sowie Nebenwirkungen sind der veröffentlichten Fachinformation zu entnehmen (Stand der Fachkurzinformation: September 2020).

Phytotherapie.at - IMPRESSUM

Medieninhaber/Herausgeber: Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie (ÖGPHYT), Abteilung für Pharmakognosie, Department für Pharmazeut. Wissenschaften, Pharmaziezentrum der Universität Wien, Josef-Holaubek-Platz 2, 1090 Wien, www.phytotherapie.at, E-Mail: info@phytotherapie.at, **Verlag:** MedMedia Verlag und Mediaservice GmbH, Seidengasse 9/Top 1.1, 1070 Wien, **Verlagsleitung:** Mag. Gabriele Jerlich, **Projektleitung:** Mag. Andrea Maierhofer, a.maierhofer@medmedia.at, **Redaktion:** Martin Rümmele, m.ruemmele@medmedia.at, **Editorial Board:** Univ.-Prof. Dr. Sabine Glasl-Tazreiter, Univ.-Doz. DDr. Ulrike Kastner, Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Kubelka, Univ.-Doz. Dr. Reinhard Länger, Univ.-Doz. Dr. Heribert Pittner und Univ.-Prof. Dr. Judith Rollinger, **Produktion:** Anita Singer, a.singer@medmedia.at, **Grafik:** Dipl.-Ing. Miriam Fellingner, m.fellingner@medmedia.at, **Lektorat:** onlinelektorat.at | Sprachdienstleistungen, **Coverfoto:** Irina - stock.adobe.com **Druck:** Print Alliance HAV Produktions GmbH, Druckhausstraße 1, A-2540 Bad Vöslau, **Abverwaltung:** Alexandra Kogler, abo@medmedia.at, MedMedia Verlag und Mediaservice Ges.m.b.H., Seideng. 9/Top 1.1, 1070 Wien, **Druckauflage:** 19.000 Stück, **Grundsätze und Ziele:** Präsentation von Themen und Standpunkten der ÖGPHYT sowie Interviews mit relevanten Stakeholdern, **Allgemeine Hinweise:** Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die persönliche und/oder wissenschaftliche Meinung des jeweiligen Autors wieder und fallen somit in den Verantwortungsbereich des Verfassers. Trotz sorgfältiger Prüfung übernehmen Medieninhaber, Herausgeber und Verleger keinerlei Haftung für drucktechnische und inhaltliche Fehler. Aus Gründen der Lesbarkeit wird auf eine geschlechterspezifische Formulierung verzichtet. Bilder ohne Credit wurden vom jeweiligen Interviewpartner beigestellt. Vervielfältigung und Verbreitung sowie Übersetzung ist nur mit Zustimmung des Verlages erlaubt. Die gesetzliche Offenlegung gemäß § 25 Mediengesetz finden Sie unter www.medmedia.at.

ÖGPHYT

Jetzt Mitglied werden

und Zeitschrift und Newsletter beziehen!

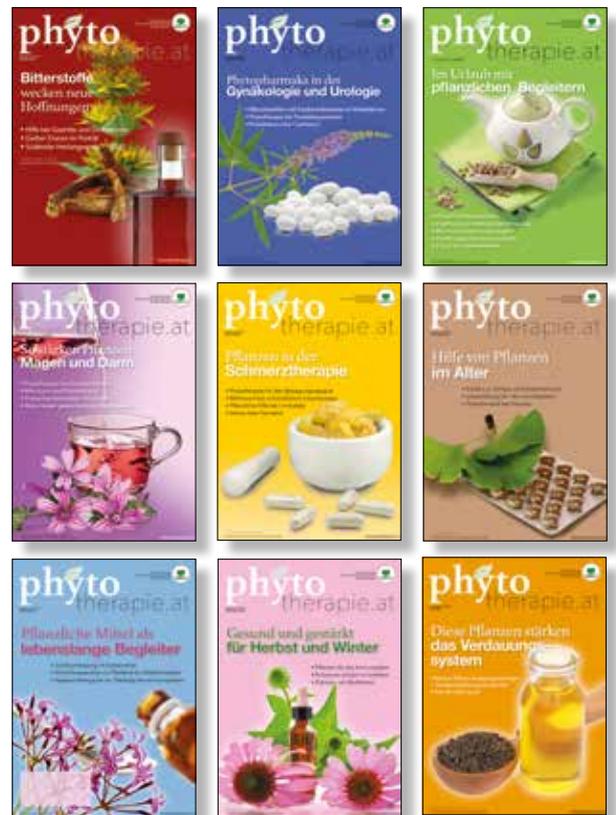


Die Österreichische Gesellschaft für Phytotherapie fördert die rationale Beschäftigung mit dem pflanzlichen Arzneischatz in wissenschaftlicher und allgemeinmedizinischer Hinsicht. Wir sind Ärzte, Pharmazeuten aus der Apotheke, der Industrie und Universität sowie Vertreter der Wirtschaft und Gesundheitsbehörden. 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 (Über die Gesellschaft > Mitgliedschaft) oder senden Sie untenstehenden Kupon per Post oder E-Mail (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.)



Legalon®

Natürlich wirksam

Bei toxischen Leberschäden (z.B. durch Alkohol oder Arzneimittel oder durch metabolische Störungen wie Diabetes mellitus) und zur unterstützenden Behandlung bei chronisch-entzündlichen Lebererkrankungen und Leberzirrhose

Der Wirkstoff Silymarin ist klinisch geprüft. Schützt, repariert & beugt Schäden der Leber vor^{1,2}

Fördert
die
Lebergesundheit



LEG-2023-0034-03-2023

1. Fachinformation Legalon 140 mg Kapseln, Stand 09/2020
2. Gillessen A et al., Adv Ther (2020) 37:1279-1301. FKI auf Seite 30