

Tetranationale Tagung
Phytotherapie 2022

Phytotherapie innovativ – kein leeres Versprechen

© stock.adobe.com/miladrumeva

Barbara Lardi

Die Phytotherapie bietet mit ihrem breiten Spektrum ganzheitliche Ansätze für eine integrative, patientenfokussierte Medizin. Wo moderne Forschung umgesetzt und langjährige Erfahrung berücksichtigt wird, geschieht nicht nur Integration, sondern sogar Transformation. Dann nämlich, wenn aufgrund der Erfahrung Indikationsgebiete erweitert werden, diese Daten gemäss den heutigen Standards gesammelt und ausgewertet werden und schliesslich in Algorithmen einfließen können.

Besonders zum Tragen kommen solche Ansätze in der Supportivmedizin oder Palliative Care. Das Potenzial der Phytotherapie liegt insbesondere in der breiten Wirkung der Vielstoffgemische. Daher sollte man auch die starre Priorisierung nach Einzelerkrankungen überdenken und sich die Vielfalt dieser Wirkungen zu Nutze machen, um ein Behandlungsziel zu erreichen. Die vermeintliche Unspezifität der Arzneidrogen ist in diesem Fall kein Nachteil, sondern ein Vorteil, weil

eine Therapie auf mehrere zusammenhängende Krankheitsbilder oder Symptomenkomplexe einen positiven Einfluss haben kann. Allerdings ist es weitaus schwieriger und aufwändiger, von bekannten Basismechanismen und früheren Studien über spezifische Fragestellungen auf neue Symptomenkomplexe zu extrapolieren.

Nicht selten ist auch die Grenze zwischen Arzneidrogen und pflanzlichen Nahrungsmitteln verschwommen. Eine gesunde und ausgewogene, mediterrane Ernährung kann prophylaktisch oder modulierend auf den Krankheitsverlauf wirken, insbesondere im Zusammenhang mit subklinischen Entzündungen («silent inflammation»), welche in diversen pathologischen Prozessen eine wichtige Rolle spielen (vergl. Tab. 1). Daher wird es auch nur wenig überraschen, dass für äusserlich gesehen so verschiedene Krankheitsbilder wie Tumorerkrankungen, metabolisches Syndrom, Schwindel oder psychische Erkrankungen teilweise dieselben Arzneipflanzen zum Zuge kommen.

Im Folgenden sind Auszüge aus den Referaten der Tetranationalen Tagung «Phytotherapie 2022 – innovativ» (CH, A, D, NL; 16.–17. Juni in Zürich) mit einem

besonderen Augenmerk auf (bekannten) Arzneidrogen mit neuen Anwendungsgebieten oder erweiterten Indikationen aufgrund ihrer multimodalen Wirkungsweise wiedergegeben.

Aus der Einführung von Prof. Dr. med. Claudia Witt, Universität Zürich, und den Referaten von Prof. Dr. med. Reinhard Saller, Zürich, und Martina Melcher, Apothekerin FPH und MAS Nutrition and Health ETH, Zürich

Supportivtherapie in der Palliativmedizin und der Psychiatrie

Zahlreiche Pflanzen weisen Wirkungen auf das Zentralnervensystem und die Psyche auf. In der psychiatrischen Klinik Clénia Schlössli in Oetwil am See wird daher mit einem phytotherapeutischen Konzept gearbeitet, um sich eben genau solche Effekte der Phytotherapie zunutze zu machen (vergl. Tab. 3). Beispielsweise kann über individuell befüllbare Riechstifte oder Roll-ons mit individuellen, zum Therapiekonzept passenden Mischungen über die Geruchswahrnehmung das limbische Sys-



tem beeinflusst werden (beachte: der Duft soll für die Patienten angenehm sein und soll nicht mit negativen Gedanken assoziiert sein). Bei der sinnlichen Begleitung der Patienten durch äusserliche Anwendungen wie Wickel oder Einreibungen (vergl. Tab. 2) kommt nicht nur der Effekt der Droge selbst zum Tragen (pharmakologische Wirkung), sondern auch die Wärme- oder Kälteempfindung (Temperaturreiz) und das begleitende Gespräch während der Anwendung (psychosoziale Wirkung). Die Anwendung von Urtinkturen und Tees findet allgemeine Beliebtheit bei den Patientinnen und Patienten, weil ihnen dies durch die Möglichkeit der selbständigen Anwendung eine gewisse Autonomie verleiht.

Die Phytotherapie in Kombination mit der Schulmedizin eröffnet viele neue Möglichkeiten, und insbesondere Medikamente mit Suchtpotenzial können unter einer adäquaten Behandlung mit Phytotherapeutika reduziert werden.

Zudem können die phytotherapeutischen Supportivbehandlungen die Compliance fördern. Bei Tumorpatienten konnte bei etlichen phytotherapeutischen Behandlungen gezeigt werden, dass es zu weniger UAW-bedingten Dosisreduktionen der Zytostatika kam, weil die unterstützende Wirkung der Phytotherapeutika diese reduzierte und/oder die Lebensqualität verbesserte. Gerade im Bereich der Palliative Care sind klinische Studien sehr schwierig durchzuführen und die Erfahrungswerte werden auch in Zukunft einen hohen Stellenwert behalten (vergl. Tab. 4).

Dr. med. Sandra Pittl, Zürich (Palliativmedizin) und Dr. med. Esther Ullrich, Oetwil am See (Psychiatrie)

Ingwer als Mittel gegen Erbrechen bei der Chemotherapie

Übelkeit und Erbrechen sind trotz medikamentöser Therapie sehr häufige UAW bei Chemotherapien (in 20% der Fälle) und können die Lebensqualität massiv einschränken. Dabei unterscheidet man folgende Formen:

- Akute Übelkeit: innerhalb von 24 h nach Verabreichung,
- Verzögert: 24 h nach Verabreichung oder später,

Tabelle 1: Sekundäre Pflanzenstoffe und ihre Wirkungen.

Gruppe	Typische Vertreter	Hauptsächliche Wirkungen	Vorkommen
Carotinoide	Alpha-/Beta-Carotin Lycopin, Lutein, Zeaxanthin	antikanzerogen antioxidativ immunmodulierend	Karotten, Spinat, Brokkoli, Tomaten
Flavonoide	Quercetin, Anthozyane	antikanzerogen antioxidativ immunmodulierend antibiotisch entzündungshemmend blutdrucksenkend	Beeren, Karotten, Rotwein, Zwiebeln, Grünkohl
Glucosinolate	Glucobrassicin, Sulforaphan	antikanzerogen antimikrobiell cholesterinsenkend	Kruzifere Gemüse (Brokkoli), Meerrettich
Monoterpene	D-Limonen, D-Carvon	antikanzerogen antimikrobiell cholesterinsenkend	Zitrusfrüchte, Gewürzkräuter
Phenolsäuren	Kaffee-, Ferula-, Gallus-, Ellagsäure	antikanzerogen antioxidativ	Kaffee, Vollkorngetreide, Rotwein, Nüsse
Phytoöstrogene	Isoflavonoide, Genistein, Lignane	antikanzerogen cholesterinsenkend	Sojabohnen, Leinsamen
Phytosterine	Campesterin, Beta-Sitosterin, Sigmasterin	antikanzerogen cholesterinsenkend	Samen, Nüsse
Saponine	Sojasaponine	antikanzerogen antimikrobiell entzündungshemmend cholesterinsenkend	Soja, Hülsenfrüchte, Hafer, Spinat
Sulfide	Alliin, Allicin	antikanzerogen antimikrobiell antioxidativ immunmodulierend	Zwiebelgewächse (Knoblauch)

(adaptiert von M. Melcher und Watzl B. & Leitzmann C., Bioaktive Substanzen in Lebensmitteln 1995; Krebsliga Ernährung/Ergänzung/Pflanzenstoffe 27.6.2022)

Tabelle 2: Unterstützende äusserliche Anwendungen in der Psychiatrie.

Äusserliche Anwendungen in der Psychiatrie	Indikation
Schafgarbenwickel/-komresse	Unterstützung der Leberentgiftungsfunktion, Entzug
Heublumenwickel/-komresse	Zur lokalen Schmerzbehandlung und Entspannung
Pfefferminzkomresse	Kopfschmerzen, Gedankenkreisen
Lavendel-/Melissenölkomresse	Angst, Unruhe
Johanniskrautöl	Chronische Schmerzen
Augentrostkompressen/Rosenhydrolat	Augenbeschwerden, zur Entspannung
Temperierter Ölwickel: vorgewärmte Komresse mit Rohwolle, auf eine Gaze 10 ml Jojobaöl mit maximal 6 Tropfen eines ätherischen Öls geben und auf die Brust legen.	Je nach Ölmischung
Einreibung mit 10 ml Johanniskrautöl und max. 6 Tropfen einer individuell angepassten Ölmischung (z. B. Wintergrün, Tonkabohne, Cajeput, Muskatellersalbei, Rose Bulgarien)	Bei Lumbalgien oder rheumatischen Beschwerden
Vollbad mit 20 ml Kokos-Schaumbasis mit zusätzlich max. 10 Tropfen einer Ölmischung (z. B. Wintergrün, Tonkabohne, Majoran, Cajeput, Atlaszeder, Lavendel)	Muskelkater, muskuläre Beschwerden



- Antizipierend: konditionierte Reaktion auf frühere Erfahrungen (psychologisch und neurovegetativ beeinflusst).

Ingwer wirkt u.a. prokinetisch, cholinerg, spasmolytisch, antioxidativ, antihepatotoxisch und antiinflammatorisch. Der Hauptwirkstoff 6-Gingerol ist verantwortlich für den prokinetischen Effekt (Zulassung zur Behandlung der Reiseübelkeit). Die Wirkmechanismen sind zwar noch nicht im Detail geklärt, aber es werden Wirkungen als 5-HT₃-Antagonisten, Neurokinin-1(NK1)-Antagonisten und antihistamine Wirkprinzipien vermutet. In Analogie zu den chemischen Antiemetika aus den Gruppen der Dopaminantagonis-

ten, 5-HT₃-Antagonisten und NK1-Antagonisten lässt sich eine Erweiterung der Anwendung auf chemotherapieinduzierte Übelkeit in Erwägung ziehen.

In Tierstudien konnte eine Wirkung von Ingwer bei chemotherapieinduzierter Übelkeit nachgewiesen werden. Die Datenlage zur Anwendung von Ingwer bei Tumorpatienten ist wenig aussagekräftig und teilweise widersprüchlich, möglicherweise weil viele dieser Patienten bereits genügend antiemetisch behandelt waren. Ein grosses Potenzial läge in der Behandlung mit Ingwer als Adjuvans bei der späten Emesis zur Verbesserung der Lebensqualität. Aufgrund des guten Sicherheitsprofils von Ingwer sind Therapiever-

suche möglich (Einnahme 4-mal täglich wegen kurzer HWZ).

Beachte: Ingwerextrakte können die Blutungszeit verlängern.

Referat: Durk Meijer, MSc, NVF, Overdinkel

«Chemo-Brain» und Behandlungsoptionen aus der Phytotherapie

Eine Tumorerkrankung kann nebst der psychischen Belastung auch mit einer Beeinträchtigung von diversen neuronalen Prozessen einhergehen, wie z.B. Konzentrationsschwierigkeiten, Vergesslichkeit, Wortfindungsstörungen und eine ausge-

Tabelle 3: Anwendungen in der Psychiatrie in der Clenia Schössli Klinik, Oetwil am See.

Arzneipflanze	Präparat*	Dosierung*	Indikation/Anwendungsbereich	Bemerkungen
Baldrian (<i>Valeriana officinalis</i>)	ReDormin® 250/500	500 – 1000 mg Trockenextrakt pro Tag,	Ein- und Durchschlafstörungen (beruhigende Wirkung)	1-2 Stunden vor dem Schlafengehen, Verbesserung tritt erst nach 2-4 Wochen auf. Baldrian ist das «pflanzliche Adenosin» (homöostatische Steuerung), Hopfen ist das «pflanzliche Melatonin» (zirkadiane Steuerung), keine Abhängigkeit, kein Hangover, Einsparung von Benzodiazepinen.
Hopfen (<i>Humulus lupulus</i>)		120 mg Trockenextrakt pro Tag		
Lavendel (<i>Lavandula angustifolia</i>)	Lasea®/Laitea®	80 mg Lavendelöl abends mit einer Mahlzeit	Schlafstörungen, Ängstlichkeit (anxiolytische Wirkung)	Bei innerer Unruhe, wenn die Gedanken kreisen und der Patient deshalb nicht einschlafen kann. Keine Gewichtszunahme wie bei schlafanstossenden Antidepressiva. Auch zum Riechen, für Massagen, Kompressen oder zum Einreiben.
Passionsblume (<i>Passiflora incarnata</i>)	In Relaxane® (in Kombination mit Melissenblättern und Baldrianwurzel)	Ze 185: 1-1-1 oder 1-0-2, max. 2-2-2, bei Prüfungsangst akut 2 Dragées einnehmen.	Bei Angst und Unruhe	Sehr geeignet in Kombination mit Baldrian, Pestwurz und Melisse; retrospektive Studie mit über 3000 psychiatrisch hospitalisierten Patientinnen und Patienten zeigte, dass der Benzodiazepinverbrauch bei der Verumgruppe mit dem Kombinationspräparat abnahm.
Pestwurz (<i>Petasites hybridus</i>)			zusätzlich spasmolytisch	Pyrrrolizidinalkaloide im Zellerextrakt unterhalb der Nachweisgrenze.
Schlafbeere (<i>Withania somnifera L.</i>)	Zurzeit in der CH nicht im Handel		Schlafstörung, Unruhezustände, Angst	
Johanniskraut (<i>Hypericum perforatum</i>)	Rebalance®500	1 (- max. 2) Dragée pro Tag	Leichte bis mittelgradige depressive Episoden	Extrakt Ze 117 ist Hyperforin-arm und weist deshalb kaum mehr Interaktionen auf! (Grosse Unterschiede in der Zusammensetzung der Extrakte; vergleiche Fachinformation) Nicht gleichzeitig mit anderen serotoninergen Substanzen einnehmen. Cochrane Meta-Analyse bestätigte Wirkung (2008) Cave: Lichtüberempfindlichkeit
Rosenwurz (<i>Rhodiola rosea</i>)	Vitango® 200 mg	1-1-0 vor dem Essen mit einem Glas Wasser	Stress, Müdigkeit, Erschöpfung, Reizbarkeit und Anspannung	Stimulierende und adaptogene Wirkung bewirkt vermutlich eine Änderung des Serotonin-/Adrenalin-Niveaus
Teufelskrallenwurzel (<i>Harpagophytum procumbens</i>)	HarpagoMed®	Beginn 1 Woche mit 2-0-2, danach 1-0-1	Bei chronischen Schmerzen des Bewegungsapparates oder Kopfschmerzen	
Mariendistel (<i>Silybum marianum</i>)	Legalon® 70 mg bzw. 140 mg stand. Trockenextrakt, entspr. 70 bzw. 140mg Silymarin	2-2-2 oder 1-1-1	Bei toxischen oder entzündlichen Lebererkrankungen (insbesondere im Kontext von Suchterkrankungen)	Stabilisierung der Zellmembran (Hemmung der Toxinaufnahme), Antiinflammatorischer Effekt, Antioxidans (Radikalfängerfunktion), Steigerung der Regenerationsleistung, Verminderung der hepatischen Fibrosierung.

* Die Auswahl der Präparate und entsprechenden Dosierungen beziehen sich auf die Clenia Klinik in Oetwil am See

Tabelle 4: Auswahl an häufig verwendeten Arzneipflanzen in der Palliativmedizin.

Arzneipflanze	Anwendung/Dosierung/Präparat	Bemerkungen
Cannabisblätter und -blüten (<i>Cannabis sativa</i>)		Zur Modulation von Übelkeit, Erbrechen, Appetitverlust und Schmerzen. Bei Chemotherapie-induzierter peripherer Neuropathie, gastrointestinalen Beschwerden und Schlafstörungen
Ingwer (<i>Zingiber officinale</i>)	Zintona® 250 mg	Siehe Abschnitt über Ingwer
Schleifenblumenkraut (<i>Iberis amara</i>)	In Iberogast®	Wirkt als Prokinetikum und fördert die Magenmotilität
Pfefferminze (<i>Mentha piperita</i>)	Pfefferminzteeewürfel zum Lutschen	Bei Übelkeit und Erbrechen in terminaler Phase
Leinsamenbäder (<i>Linum usitatissimum</i>)		Bei Hand-Fuss-Syndrom
Bad mit Ringelblumenblüten (<i>Calendula officinalis</i>), Kamillenblüten (<i>Matricaria chamomilla</i>) und Salbeiblättern (<i>Salvia officinalis</i>)	Je 10 g Droge mit 1,5l Wasser übergossen, 10 min ziehen lassen und mit 1,5l kaltem Wasser verdünnen	Beginn mit den Bädern am besten prophylaktisch Evtl. in Kombination mit Vitamin B-Komplex und Padma Circosan®
Rosenwurz (<i>Rhodiola rosea</i>)	Vitango®	Fatigue, siehe Tabelle 3
Gerbstoffe und Schleimstoffe	5–6 Mal täglich den Mund spülen	Mundschleimhautentzündungen
Weihrauch (<i>Boswellia serrata</i>)		Oedeme und entzündliche Veränderungen, «Kortison-Ersatz». Potenter Lipoxigenase-Inhibitor, bei Hirntumoren
Ringelblumensalbe (<i>Calendula officinalis</i>)	2 mal täglich	Bei Strahlendermatitis

Mistel (*Viscum album L.*)

- **Blüte:** Februar und März, zweihäusige Pflanze.
- **Beeren:** November und Dezember.
- **Ernte:** Im Sommer und Winter, anschliessend Mischung der beiden Extrakte durch Maschinenverfahren (z. B. bei Iscador® und Helixor®).
- **Hauptinhaltsstoffe:** Flavonoide und Proteine (Lectine (in den Stämmen; Wirkung auf Tumoren) und Viscotoxine (in den Blättern)).
- **Anwendung:** subcutan i.d.R. 2–3 Mal pro Woche, für spezielle Indikation oder zur gezielten Auslösung von Fieber auch i.v. (off label use)
- **Wirkung:** 1917 erstmals in der Onkologie verwendet. In vitro konnte bei Nierenkarzinomzellen gezeigt werden, dass der Mistelextrakt die tumorinduzierte Immunsuppression der dendritischen Zellen aufheben konnte. Die Mistel wird daher als Adjuvans bei einer Chemotherapie und zur Verbesserung der Lebensqualität eingesetzt. In einer israelischen Studie brauchten Patienten mit supportiver Misteltherapie weniger häufig eine Dosisreduktion der Chemotherapie.
- **UAW:** häufig (erwünschte) Lokalreaktion, selten zu Beginn subfebrile Temperatur, ansonsten gut verträglich.
- **Literatur:** S3-Leitlinie: supportive Misteltherapie «kann erwogen werden» zur Verbesserung der Lebensqualität.

Referat: Dr. med. Marc Schläppi, St. Gallen, und Dr. med. Sandra Pittl, Zürich



prägte Energielosigkeit. Dieser Symptomenkomplex wird salopp als «Chemo-Brain» und wissenschaftlich korrekter als «cancer related cognitive impairment (CRCI)» bezeichnet. Es wird intensiv diskutiert, inwiefern primär die antitumorale Behandlung, der Krebs selbst oder psychische Faktoren für die Entwicklung von CRCI verantwortlich sind. Therapeutisch können neurokognitives und körperliches Training helfen; weitere (pharmakologische) Therapien sind bisher wenig erfolgsversprechend.

Phytotherapeutisch wird dagegen die Anwendung von Adaptogenen (u.a. Ginseng, Rosenwurz, Taigawurzel) oder Blattextrakten aus Ginkgo biloba diskutiert, ebenso wie Extrakte aus Withania somnifera oder Hypericum perforatum sowie weiterer psychotrop wirksamer Phytotherapeutika. Das Hintergrundwissen zur Pathologie von verwandten Krankheitsbildern und die wissenschaftlich belegten Daten hierzu können Orientierung bieten. Aus Studien bei verwandten Indikationen wie Fatiguebeschwerden ergeben sich Hinweise auf eine klinische Wirksamkeit, so z. B. auch für Mistelextrakte, Baldrianzubereitungen oder bitterstoffhaltige Tinkturen (z. B. Schafgarbe, Enzian, Artischocke, Tausendgüldenkräuter), die differentialtherapeutisch berücksichtigt und individuell ausgewählt werden sollten. Zusätzlich empfiehlt sich der begleitende Einsatz nichtmedikamentöser Therapien wie neu-



rognitives und körperliches Training und Entspannungsverfahren (auch Yoga, Tai chi und Qigong); für Mindfulness Based Stress Reduction (vielen bekannt als Achtsamkeitsmeditation) gibt es ebenfalls bereits positive Studienergebnisse.

Referat: Prof. Dr. med. Matthias Rostock, Hamburg

Ginkgo biloba: ein klassisches Beispiel für die Erweiterung einer Indikation

Von den 2000–3000 Wirkstoffen im Blatt sind ungefähr 250 in standardisierten Extrakten nachweisbar. Je nach Extraktionsart kann die Zusammensetzung und damit auch die Wirkung variieren. Die Ginkgol-säuren sind für die UAW verantwortlich und müssen daher bei der Extrakterstellung reduziert werden.

Anzeige

Das Vielstoffgemisch zeigt multimodale Wirkungen:

- Veränderung der Synapsenplastizität
- Neurotransmission: Beeinflussung des Dopamin- und Noradrenalinsystems
- Beeinflussung der Mikrozirkulation

Während der bekannten Anwendung bei kognitiven Defiziten zeigte die Erfahrung, dass sich bei dementen Patienten mit dem Begleitsymptom Schwindel oft auch der Schwindel verbesserte. In diesem Sinne ist der Ginkgo ein klassisches Beispiel für die Erweiterung einer Indikation: aufgrund von Erfahrungswerten und rationa-

len Überlegungen wurde eine Wirksamkeit von Ginkgo biloba-Extrakten in Studien auch bei peripher- und zentral-vestibulärem Schwindel sowie bei Schwindel als Begleitsymptom dementieller Erkrankungen bestätigt.

Referat: Prof. Dr. med. Andreas Zwergal, München (Neurologe)

Korrespondenzadresse

Dr. sc. nat. Barbara Lardi-Studler
Seeblickstrasse 11
8610 Uster
E-Mail: barbara.lardi@gmail.com

Die Tetranationale Tagung verpasst?

Kein Problem. Ein Stream von der Aufzeichnung aller Referate steht bis zum 31. Dezember 2022 zur Verfügung. Kosten: 200 Franken pro Tag. Link zur Stream-Anmeldung: <https://events.lsfm.zhaw.ch/de/phyto-tetra-online>

