

Unterstützende Massnahmen zur Vorbeugung und Behandlung von viralen Infektionen der Atemwege

Ausgangslage

Zusätzlich zu den vom Bund erlassenen Massnahmen im Umgang mit der aktuellen Coronavirus-Situation können ausgewählte Mittel aus Phytotherapie und Aromatherapie unterstützend in Behandlung und Vorbeugung eingesetzt werden.

Da die Schleimhäute des Mund- und Rachenraumes zu den Eintrittspforten für Viren gehören, ist eine aufmerksame Pflege sinnvoll. Kräuterbonbons, Mundspülungen / Gurgeln und warme Getränke (z.B. Kräutertees) helfen dabei.

Eine Reihe von Arzneipflanzen und Kräutermischungen könnten möglicherweise dazu beitragen die Symptome einer Covid19 Infektion lindern und den Krankheitsverlauf mildern. Diese Annahme wird durch Daten gestützt, die bei anderen, mitunter vergleichbaren Viruserkrankungen erhoben wurden und die sich, wenngleich mit Vorsicht, auf Erkrankungen durch Covid-19 übertragen zu lassen scheinen. Ein Teil solcher pflanzlichen Zubereitungen besitzt bei anderen Virusinfekten untersuchte antivirale Wirkungen, die sich hier als nützlich erweisen könnten. Auch die für zahlreiche pflanzliche Zubereitungen dokumentierten breit gefächerten antientzündlichen Effekte könnten therapeutisch sinnvoll sein. Die pflanzlichen Präparate müssen allerdings aus vertrauenswürdigen Bezugsquellen stammen. Die - zumeist gute - Verträglichkeit lässt sich aus Untersuchungen solcher pflanzlichen Präparate bei anderen Indikationen abschätzen.

Ein überlegter phytotherapeutischer Therapieversuch mit ausgewählten und qualitätsgesicherten Arznei- und Heilpflanzen, ätherischen Ölen, pflanzlichen Kombinationspräparaten und Kräutermischungen (nicht zuletzt z.B. auch aus der TCM und Tibetischen Medizin) ist nach unserer Einschätzung sinnvoll, auch wenn bis anhin Humanstudien mit dem Covid-19 fehlen. Bei der individuellen Auswahl jeweiligen Präparate sollten die Präferenzen und Erwartungen der PatientInnen bedacht werden (z.B. Geruchs- und Geschmacksverträglichkeiten). Pflanzliche Bitterstoffdrogen z.B. besitzen neben u.a. antientzündlichen und teilweise keimreduzierenden Eigenschaften auch vielfältige potentiell günstige Wirkungen im gesamten Bereich des Respirationstraktes. Vergleichbare Effekte scheinen z.T. auch bei pflanzlichen Zubereitungen mit Scharfstoffeigenschaften aufzutreten.

Vorbeugende Anwendung

Als vorbeugender Therapieversuch könnten sich eine Reihe von pflanzlichen Zubereitungen eignen (Tee oder Arzneimittel). Dazu gehören Zubereitungen aus folgenden Arznei- und Heilpflanzen (Einnahme über einen begrenzten Zeitraum):

- Sonnenhut *Echinacea purpurea*, Zistrose *Cystus incanus*, Ingwer *Zingiber officinale*,
- Curcuma *Curcuma longa*, *Curcuma xanthorrhizza*

Arzneipflanzen zur Symptomlinderung

Die Symptome, ausgelöst durch das Coronavirus, können im Anfangsstadium mit denen einer Grippe bzw. eines grippalen Infekts vergleichbar sein.

Wichtig ist, dass Zubereitungen aus Arzneipflanzen bei den allerersten Symptomen eingenommen werden oder auch bei Verdacht auf eine Infektion.

Auswahl an Arzneipflanzen bzw. Arzneidrogen, deren Zubereitungen als Tee, Tinktur oder Fertigarzneimittel eingesetzt werden können:

- Sonnenhut *Echinacea purpurea*,
- Geraniumwurzel *Pelargonium sidoides*
- Zimtrinde *Cinnamomum ceylonicum*
- Süssholzwurzel *Glycyrrhiza glabra*
- Ingwer *Zingiber officinale*,
- Salbei *Salvia officinalis*,
- Thymian *Thymus vulgaris*

Allgemein scheint bei viralen Infekten die Behandlung mit Zubereitungen aus mehreren Arzneipflanzen (Mischungen) sinnvoller als mit einer einzelnen Pflanze.

Auswahl an ätherischen Ölen mit symptomlindernden Wirkungen und einer gewissen antiviralen Aktivität

Eukalyptus	<i>Eucalyptus globulus/ E. radiata</i>
Lorbeer	<i>Laurus nobilis</i>
Melisse	<i>Melissa officinalis</i>
Pfeffer schwarz	<i>Piper nigrum</i>
Ravintsara	<i>Cinnamomum camphora</i> , WD der Blätter
Thymian	<i>Thymus vulgaris</i> ct. <i>Linalool</i> und <i>Thymus vulgaris</i> ct. <i>Thymol</i>
Zitrone	<i>Citrus limon</i>

Die ätherischen Öle können entsprechend der Fachliteratur für Trockeninhalationen / feucht-warme Dämpfe oder im Aromavernebler angewendet werden.

Lassen Sie sich zu den Arzneipflanzen und zur Aromatherapie von Fachleuten beraten.

Auf Phytotherapie spezialisierte Apotheken sind zu finden unter:

<https://www.smgp.ch/smgp/homeindex/phytofefapo.html>).

Literaturhinweise

- Devillier et al (2015) The pharmacology of bitter taste receptors and their role in human airways. *Pharmacol Ther.* 155: 11-21. doi: 10.1016/j.pharmthera.2015.08.001
- Jiang (2019) Health Benefits of Culinary Herbs and Spices. *J AOAC Int.* 102(2): 395 - 411. doi: 10.5740/jaoacint.18-0418.
- Luo et al (2020) Can Chinese Medicine Be Used for Prevention of Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) ? A Review of Historical Classics, Research Evidence and Current Prevention Programs. *Chin J Integr Med* DOI: <https://doi.org/10.1007/s11655-020-3192-6>
- Reichling et al (2009) Essential oils of aromatic plants with antibacterial, antifungal, antiviral, and cytotoxic properties--an overview. *Forsch Komplementmed.* 16: 79 - 90.
- Ren et al (2020) Traditional Chinese medicine for COVID-19 treatment. *Pharmacol Res.* Mar 4;155:104743. doi: 10.1016/j.phrs.2020.104743
- Tariq S. et al (2019) A comprehensive review of the antibacterial, antifungal and antiviral potential of essential oils and their chemical constituents against drug-resistant microbial pathogens. *Microb Pathog.* 2019 Sep;134:103580.
- Yarnell (2016) Herbs for Emerging Viral Infectious Diseases. *ALTERNATIVE AND COMPLEMENTARY THERAPIES* 22, 4. DOI: 10.1089/act.2016.29062.eya
- Yarnell (2018) Herbs for Viral Respiratory Infections. *ALTERNATIVE AND COMPLEMENTARY THERAPIES* 24, 1. DOI: 10.1089/act.2017.29150.eya
- Zhang, Liu 2020 Potential interventions for novel coronavirus in China A systematic review. *J Med Virol.*;92:479–490.
- Zumla et al 2020 Reducing mortality from 2019-nCoV host-directed therapies should be an option. *Lancet.* Feb 22;395(10224): e35 - e36.

*Empfehlung aktualisiert am 1.4.2020 vom Vorstand der Schweizerischen
Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP)*