

Die beste Apotheke - steckt in uns drin!

Von der Scharlatanerie zur neuen Gesundheit

Die moderne Pharmakologie hat erstaunliche Erfolge vorzuweisen: Vorher unrettbar zum Tode führende Erkrankungen können akut überlebt oder gar langfristig überwunden werden - als Beispiele dafür genannt seien viele Krebserkrankungen bei Kindern oder die Immunschwächekrankheit AIDS. Moderne Arzneimittel sind zweifellos auch da ein Segen, wo sie den Ausfall eines Systems kompensieren können - z.B. bei der insulinpflichtigen Form der Zuckerkrankheit oder bei der Gabe von Schilddrüsenhormonen, wenn diese vom Körper nicht mehr gebildet werden können.

Vertrauen in Pflanzen

Moderne Pharmaka stoßen umgekehrt aber auch auf große Skepsis in weiten Teilen der Bevölkerung. Man hält „starke“ Medikamente für ein Gesundheitsrisiko und erhofft Heil von einer „sanfteren“ Medizin. Dabei vertraut man häufig Heilpflanzen und stützt sich manchmal auf die Heilige Schrift („Der Herr läßt die Arznei aus der Erde wachsen, und ein Vernünftiger verachtet sie nicht.“ Jesus Sirach 38, 4) oder Pfarrer Kneipp („Unser Herrgott hat für jedes Leiden ein Kräutlein wachsen lassen“).

Die Behandlung mit Heilpflanzen hat eine Tradition, die wahrscheinlich so alt ist wie die Menschheit selbst. Unsere Vorfahren müssen von einer uns heute fremden Experimentierfreudigkeit getrieben gewesen sein: Während wir einfach nachschlagen können, ob eine uns unbekannte Pflanze tödlich giftig oder vielleicht höchst bekömmlich ist, mußte der Frühmensch das an sich selbst erfahren. Über lange Zeiträume hin entstand so in mehr oder weniger systematischer Sammlung ein Erfahrungswissen, das schließlich so reich schien, daß man in der Tat meinte, gegen jede unserer Krankheiten sei ein Kraut gewachsen, die Natur sei für uns die „Apotheke Gottes“. Diese Vorstellung ist anthropozentrisch: sie setzt den Menschen ungebührlich in den Mittelpunkt. Es erscheint geradezu aberwitzig, wenn man annimmt, die Kamille enthalte Bisabolol und Flavonoide, damit sie uns zur Entzündungsbekämpfung dienen könne. Es ist doch viel naheliegender, daß die Kamille ihre ätherischen Öle „entwickelt“ hat, weil sie für ihr eigenes Überleben wichtig sind. Genauso haben andere Pflanzen Inhaltsstoffe, die uns in hohem Maße schädlich sind, und zu Entzündungen, Allergien oder unserem Tod führen können. Pflanzliche Medikamente sind keineswegs per se „sanfter“ als im Chemielabor erzeugte, nur, weil sie „aus der Natur“ kommen.

Annahmen und Vorstellungen
In das Erfahrungswissen zu Pflanzen mischten sich zudem jede Menge an Mythen und falschen Analogieschlüssen, die z.T. heute noch nachwirken. So schloß man aus der Ähnlichkeit der Blätter von Alchemilla vulgaris mit einem Frauenmantel (daher der deutsche Name: Gemeiner Frauenmantel)

auf die Eignung der Pflanze in der Frauenheilkunde und glaubte sogar, daß ein Bad im Frauenmanteltee verlorengegangene Jungfräulichkeit zurückbrächte; dem Leberblümchen wurde aus dem entsprechenden Grund eine Wirkung auf die Leber zugesprochen (die es nicht hat); wegen der an Lungen erinnernden Flecken auf den Blättern des Lungenkrauts (Pulmonaria officinalis) schlußfolgerte man auf eine Eignung zur Behandlung von Lungenkrankheiten (die in gewissem Maße erstaunlicherweise tatsächlich besteht). Solche Vorstellungen sind nicht finsterste Mittelalter; noch der 1925 gestorbene Begründer der Anthroposophie, der Österreicher Rudolf Steiner setzte zentral auf persönliche Eingebung, aufgrund der er z.B. erkannte, daß „übermäßiger“ Kartoffelgenuß einen allgemeinen Instinktverlust zur Folge habe und das - für Steiner - nicht erstrebenswerte intellektuelle, materialistische Denken fördere. Dies wahrscheinlich wegen eines Ungleichgewichts zwischen den von ihm geforderten Bildkräften „Lebensäther“, „chemischer Äther“, „Lichtäther“ und „Wärmeäther“, die sich im Menschen als „Ätherleib“ wiederfinden, dessen längerfristiges Überwiegen gegenüber den anderen drei „Wesensgliedern“ des Menschen, dem „physischen Leib“, dem „Astralleib“ und dem „Ich“ nach anthroposophischer Lehre zu Krebserkrankungen führen könne. Therapiert wird mit vegetabilisierten (= »verpflanzlichten«) Metallen, Lebererkrankungen mit Zinn im Zeichen des Jupiter, Lungenkrankheiten mit Quecksilber im Zeichen des Merkur, Herzerkrankungen mit ... Gold! - im Zeichen der Sonne. Das sind alles interessante Vorstellungen, und man kann sich nur freuen, daß heutige anthroposophische Ärzte ihnen nicht uneingeschränkt folgen.

Intuition

Reine Intuition leitete auch den (im Alter von nur 50 Jahren 1936 gestorbenen) britischen Arzt Edward Bach, was dem Erfolg der nach ihm benannten Blütentherapie keineswegs im Wege steht. Er „erspürte“, welche Blüten welche Wirkungen haben müßten. Diese Blüten werden an einem sonnigen Morgen in England gepflückt und in sonnendurchschienenes Quellwasser gelegt, das dadurch zum Heilmittelkonzentrat wird, welches nur noch durch Alkoholbeigabe konserviert und zum Gebrauch mit Wasser verdünnt werden muß. Damit heilt man alle heutigen Zivilisationskrankheiten und wird schließlich sogar zum „Seelenheil“ geführt. Ein bemerkenswerter und andauernder Marketing-Erfolg: Edward-Bach-Anhänger zahlen offenbar bis zu 350€ für ein aus Britannien zu importierendes Heilset.

Ähnlich „rational“ begründet erscheint der Erfolg der Firma Heel, nach eigenem Bekunden inzwischen der größte Hersteller

homöopathischer Medikamente in Deutschland. Heel folgt der „Homotoxikologie“-Lehre und der darin enthaltenen Vikariationstheorie des erst 1985 gestorbenen Arztes Dr. Reckeweg. Wer sich nicht gemäß Reckeweg verhält (und folgerichtig?) erkrankt, wird erleben, daß die zunächst harmlose Krankheit durch eine immer schwerwiegendere verdrängt (vikariert) wird, bis man schließlich an einem Myosarkom, einem bösartigen Tumor des Muskelgewebes, verstorbt. Gott sei Dank können Heel-Präparate solche fatalen Verläufe hemmen und sogar umkehren („regressive Vikariation“). Heel-Präparate sind komplexe Kombinationen von homöopathischen Mitteln, deren Wirkung auf eben dieser genau abgestimmten Zusammensetzung beruhen soll. Daß sich Heel deshalb vehement zur Wehr gesetzt hat, als das seinerzeitige Bundesgesundheitsamt die Verwendung

Christian Samuel Hahnemann, behandelten noch viele Ärzte mit äußerst potenten Giften, wie Quecksilber oder Arsen, und man hatte Glück, wenn man eine solche Behandlung überlebte. Hahnemann führte zwei Neuerungen ein: Die eine ist das Ähnlichkeitsprinzip, nach dem ein Medikament zur Therapie einer Krankheit eingesetzt werden könnte, das selbst der Krankheit ähnliche Symptome hervorzurufen vermöchte - und die zweite das Verdünnungsprinzip: Er sah, daß seine Patienten um so bessere Überlebenschancen hatten, je mehr er, z.B. eine zur Behandlung genutzte Quecksilbersalzlösung, verdünnte. Dieser Erfolg hat ihn schließlich das Verdünnungsprinzip übertreiben lassen - er verdünnte mehr und mehr (was er dann „potenzieren“ nannte), bis gar kein Wirkstoff mehr enthalten sein konnte, und seine Patienten wurden dennoch - oder gerade

Schütteln beim Verdünnen) oder mit einem Erinnerungsvermögen des Wassers an die nicht mehr vorhandene Substanz. Das erinnert nicht nur an die Beschreibung magischer Rituale - es ist Magie. Erstaunlich ist, daß heutige Hochpotenz-Homöopathen sich anscheinend nicht fragen, was tatsächlich ihre Heilerfolge (von denen sie und ihre Patienten berichten) bedingt. Der nicht vorhandene Wirkstoff ist es bestimmt nicht. Was ist es dann? Die Antwort ist offensichtlich: Sie liegt in uns!

System Mensch

Die Kommunikation zwischen den Zellen wird durch Nerven, Hormone und das Immunsystem vermittelt, die eng kooperieren. Das wird am deutlichsten bei Hypothalamus (einer Gehirnregion) und Hypophyse, der Hirnanhangsdrüse, die ein neuroendokrines-immunologisches System ausgebildet haben, das den Stoffwechsel des gesamten Organismus koordiniert. Dazu dienen u.a. etwa 150 chemische Botenstoffe oder Hormone. Aber auch außerhalb des Gehirns interagieren die drei genannten Systeme auf jeder Ebene. Das ist also nicht eine einfache Chemiefabrik; Meß- und Regelungstechnik, Wärme- und Stofftransport sowie Informationstechnologie sind allesamt vom Feinsten und - optimal ineinander integriert.

Spätestens, seit es John Hughes 1975 in Aberdeen im Labor von Hans Kosterlitz gelang, vom Körper gebildete (=endogene) Opiate nachzuweisen, in erster Linie die Endorphine und Enkephaline, wissen wir, daß wir die wirkungsvollsten Schmerzmittel in uns selbst erzeugen können. Neben der schmerzstillenden Wirkung haben diese Hormone auch noch eine stimmungsaufhellende Wirkung und beeinflussen die Nervenleitung. Sie können auch eine Rolle spielen in bezug auf Gedächtnis und Lernen und unsere Reaktion auf Stresssituationen ebenso beeinflussen wie unseren Appetit, die Körpertemperatur und die Atmung. Ferner könnten sie eine Rolle spielen bei leichter Erregbarkeit und selbst bei der Abhängigkeit von Nikotin, Alkohol und Drogen.

Moderne Therapie

Angesichts der vielfältigen Steuerungsmöglichkeiten selbst nur die-



Leberblümchen

einzelner Inhaltsstoffe wegen einer angeblich kreberzeugenden Wirkung untersagen wollte, kann man nur allzugut verstehen. Das Bundesgesundheitsamt hat sich von den Protesten aber nicht beirren lassen und das Verbot durchgesetzt. Kein Problem für Heel: Die beanstandeten Inhaltsstoffe verschwanden, die Wirkung der Heel-Präparate aber blieb uneingeschränkt erhalten, klar ein Erfolg der einzigartigen Zusammensetzung.

Samuel Hahnemann

Wie kam es überhaupt zur Homöopathie? Zu Lebzeiten ihres Erfinders, des 1755 geborenen Friedrich

deshalb - geheilt. (Heute nennen wir das Heilen ohne Wirkstoffe das Placebo-Prinzip, ein Ausdruck, den es zu Hahnemanns Zeiten noch nicht gab.)

Heutige Homöopathen, die solche fast oder völlig wirkstofffreien Medikamente einsetzen (sogenannte „Hochpotenzen“) begründen deren Wirkung mit kunstvoll übertragenen Energien (z.B. durch das

VICTORIA OSWALD
SECOND HAND
THEATERSTRASSE 2A
69117 HEIDELBERG
0 6 2 2 1 - 1 8 2 7 0 1

Volker Dixius
pelzhaus Menzel
Hauptstraße 186-188
69117 Heidelberg
Tel. 062 21/20198

variante
infr. m. alp - hauptstr. 154 - 69117 heidelberg - tel. 06221/27780

ser einen Hormongruppe erscheint auch die moderne Pharmakologie als geradezu grobschlächtig. Der Organismus ist insgesamt bestrebt, sich selbst zu stabilisieren („steady state“). Ist es da nicht am besten, wir bleiben ruhig sitzen und stellen so diesen steady state auch gleich von außen her? Natürlich nicht. Solch eine komplexen Regelungs- maschine wie unser Körper muß auch etwas zum Regeln bekommen; sonst wird sie ebenso träge wie wir (in dem eben angestimmten Beispiel). Unser wichtigster Beitrag zum Funktionieren dieser Regelungsmechanik ist regelmäßige Bewegung, der häufige Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung; insgesamt die Vermeidung von Monotonie. Wer ständig unter einer Anspannung steht, viel sitzt, dazu raucht und vielleicht noch zuviel ißt, hat wenig versäumt, um die Entwicklung z.B. eines hohen Blutdrucks zu provozieren. Wie bekämpft man den? Indem man weiter so lebt und den Blutdruck durch einen modernen Betablocker senkt? Damit geht man nicht an die Ursache dieser Störung, und es kann ein gefährlicher „Rebound-Effekt“ eintreten, wenn man das Medikament nicht mehr einnimmt: Der Blutdruck steigt dann noch erheblich über die Werte vor der Therapie und man erleidet vielleicht einen Schlag-

anfall. Weit besser ist natürlich die ursächliche Therapie: Lernen, auch unter äußerem Druck immer wieder für Phasen körperlicher Entspannung zu sorgen, z.B. durch Stressmanagement, außerdem regelmäßige Bewegung und angepaßte Ernährung. Dann normalisiert sich der Blutdruck, und wir können die (u.U. lebenslange) Einnahme eines Pharmakons vermeiden. 150 hochpotente, genau auf uns zugeschnittene, „Medikamente“ sind ständig in uns drin und werden optimal gesteuert - mit einem Ziel: uns gesund zu erhalten. Wenn wir dennoch erkranken - und dann u.U. durch wirkstofffreie Medikamente erfolgreich behandelt werden können - bewirkt die Heilung unser Körper selbst. Das wirkstofffreie Medikament war dann nur eine Krücke, die prinzipiell verzichtbar sein muß. Wir wissen nur nicht genau, wie das funktioniert. Da liegt eine unendlich große Forschungsaufgabe vor uns - wenn wir denn wollen. Vor Wunderheilern - egal ob aus dem Werbefernsehen („Mit diesem Yoghurt nie mehr krank!“) oder aus Laboratorien („Mit Ethik-Ex stets wohlgeleitet!“) sollten wir jedenfalls auf der Hut bleiben:

*Viel Wunderkuren gibt's jetzunder,
Bedenkliche, gesteh ich's frei -
Natur und Kunst tun große Wunder,
Und es gibt Schelme nebenbei!*
Goethe, Xenien

Wolfgang Scheuermann

Weinimport
Fasswein
Flaschenwein
hayo baumann
hauptstraße 169
D-69117 heidelberg
tel.: 0 62 21 / 2 69 03
fax: 0 62 21 / 2 54 46
e-mail: weinatrium@t-online.de

Stoff + Deko
DEKORATIONSSTOFFE
WOHNACCESOIRES
Voll Stoff...!
Plöck/ Ecke Theaterstr. 69117 Heidelberg
Di-Fr 10-13 u. 14-18.30, Sa 10-15 Uhr
Fon 06221-618507 Fax 06221-618508

ältestes Café in Heidelberg • seit 1863
Haspelgasse, an der Heiliggeistkirche
69117 Heidelberg
Telefon (06221) 22345
Fax (06221) 600160
email Cafe-Knoesel@t-online.de

CD-R und DVD-R Shop
in der Heidelberger Altstadt
Beschreibbare CDs ab 0,34 Euro pro Stück und beschreibbare DVDs ab 1,59 Euro pro Stück
Dazu CD-Sonderformen und Zubehör in allen Formen und Farben
Tel.: 06221/45 36 06
Fax: 06221/18 04 19
cdr@nmc-heidelberg.de
www.nmc-heidelberg.de
CD-R Laden
Mönchgasse 12
69117 Heidelberg
(hinter dem Rathaus)

Blickfang
Heumarkt 10
Heidelberg
Creative
Designermode,
Schmuck
Accessoires
Tel.: 91 58 25

Metzgerei Gutermann
Seit 1865 in der Altstadt

untere straße 17 • 69117 heidelberg • tel. 06221-25559
opening hours:
18.00 - 1.00 (Mo - So)
POP restaurant
italienische Küche