

Herbadonna: ein phytotherapeutisches Gynäkologie-Netzwerk

Erfahrungen und Rezepturen austauschen

Gynäkologische Fragestellungen werden bis heute in Hinblick auf das Potenzial der Phytotherapie nur ungenügend naturwissenschaftlich untersucht. Die unzureichende Datenlage auf diesem Gebiet und das reiche, aber nicht vernetzte Erfahrungswissen haben eine Ärztin und eine Apothekerin im Jahr 2003 dazu bewogen, das «Phyto-Gyni-Netzwerk» zu gründen.

Beatrix Falch



Foto: Beatrix Falch

Von links nach rechts:
oben: Heide Fischer, Dr. Regina Widmer, Sonja Brundu, Metascha Stierli, Janny Terpstra
unten: Dr. Dorin Ritzmann, Dr. Beatrix Falch

Gründung

Anstoss für die Gründung eines phytotherapeutischen Gynäkologie-Netzwerkes war die Jahrestagung der Schweizerischen Medizinischen Gesellschaft für Phytotherapie (SMGP) zum Thema «Phytotherapie in der Frauenheilkunde» im November 2002 in Solothurn. Diese Tagung stiess auf so grosses Interesse bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern, dass im Sinne einer Fortführung der damals begonnenen Diskussionen von Dr. med. Regina Widmer, Frauenärztin in Solothurn, und Dr. sc. nat. Beatrix Falch, Apothekerin in Zürich, ein Netzwerk für an Phytotherapie und Gynäkologie interessierte Fachpersonen initiiert wurde. Am 14. Juni 2003 – exakt 12 Jahre nach dem schweizerischen Frauentreiktag – traf man sich mit etwa 30 TeilnehmerInnen zum ersten Mal zu einem Workshop in Solothurn. Das Netzwerk trifft sich seither mehrmals jährlich in Solothurn und hat sich den Namen «Herbadonna» gegeben.

Die inhaltliche Leitung des Netzwerkes hat inzwischen von drei in der

Phytotherapie sehr erfahrenen Kolleginnen Unterstützung erhalten: Heide Fischer, Ärztin in Freiburg i.Br., Patrizia Ochsner, Apothekerin in Schönbühl, und Dr. med. Dorin Ritzmann, Frauenärztin in Dietikon.

Kurszyklus

Nach einer losen Folge von phytotherapeutisch-gynäkologischen Workshops wurde diesen Veranstaltungen inhaltlich eine gewisse Periodizität gegeben. Jedes Jahr wird nun im Sinne eines Kurszyklus zu jedem der vier grossen Lebensabschnitte der Frau in Entsprechung der vier Jahreszeiten ein Workshop durchgeführt. Das heisst den Lebensphasen «Mädchen, junge Frau», «Frauen von 20 bis 40», «Frauen in den Wechseljahren» und «Die weisen Frauen» werden Frühjahr, Sommer, Herbst und Winter gegenübergestellt. Das jeweilige spezifisch für den ent-

sprechenden Lebensabschnitt ausgewählte Thema wird in Form eines Impulsreferates vorgestellt und anschliessend im Plenum diskutiert (s. *Kasten «Jahresprogramm»*). Die Beiträge werden protokolliert und dann allen TeilnehmerInnen zur Verfügung gestellt.

Die Workshops werden bewusst ganz ohne Sponsoring durchgeführt, damit keine Interessenkonflikte entstehen. Den Workshop-Organisatorinnen ist es aber wichtig, dass die Veranstaltungen der Herbadonna unter dem «Dach» der SMGP stehen, damit der phytotherapeutische Erfahrungsaustausch eine wissenschaftliche Verankerung erfährt, und so gilt dieses Netzwerk als eine Arbeitsgruppe der SMGP. Die SMGP ist übrigens derzeit die einzige Fachgesellschaft, die sich auf wissenschaftlichem Niveau mit der Phytotherapie im weitesten Sinne – also rational wie auch traditionell – beschäftigt.

Warum gibt es Herbadonna?

Seit Jahrhunderten gibt es zahlreiche Erfahrungen mit verschiedenen pflanzlichen Zubereitungen bei gynäkologischen und geburtshilflichen Problemen. Aber diese Erfahrungen wurden in den seltensten Fällen einem breiteren Publikum zugänglich gemacht oder umfassend niedergeschrieben. So ging dieses individuell geprägte Erfahrungswissen zum grössten Teil wieder verloren, und das, was derzeit noch vorhanden ist, findet sich weit verstreut und ungebündelt in der Literatur. So muss sich jede phytotherapeutisch-gynäkologisch interessierte Medizinalperson durch eine Vielzahl von Publikationen und Büchern hindurcharbeiten, um valable Hinweise für mögliche phytotherapeutische Therapieansätze bei gynäkologischen Fragestellungen zu bekommen.

In jüngster Zeit ist nun aber bei den Medizinalpersonen – nicht zuletzt auf Druck der betroffenen Frauen – das Interesse gestiegen, mehr über die Einsatzmöglichkeiten und die Wirkungsweise von pflanzlichen Zubereitungen bei frauenheilkundlichen Problemen zu erfahren. Die Patientinnen möchten das empfindliche und störungsanfällige hormonale System nicht mit «Chemie» ausser Kraft setzen, sondern mit naturnahen Methoden kräftigen. Arzneipflanzen können aber noch mehr: Sie sind gerade in der Frauenheilkunde eine echte Alternative zu den schulmedizinischen Akuttherapeutika und teilweise sogar die Methode der Wahl.

Als Beispiel seien hier die Extrakte aus den Mönchspfefferfrüchten genannt, die bis anhin als einziges Arzneimittel die Zulassung zur Behandlung des prämenstruellen Syndroms (PMS) innehaben, denn bisher erhielt kein schulmedizinisches Präparat die Zulassung für diese Indikation.

Wissen bündeln

Vor diesem Hintergrund ist es das Ziel von Herbadonna, phytotherapeutisch erfahrene und an Phytotherapie interessierte Ärztinnen und Ärzte sowie Apothekerinnen und Apotheker, aber auch andere medizinische Fachpersonen zu einem Erfahrungs- und Wissensaustausch zusammenzubringen. Hier sollen Erfahrungen und das Wissen über die Wirkung von Arzneipflanzen beziehungsweise von pflanzlichen Zubereitungen und Rezepturen in der Frauenheilkunde und deren Dosie-

rung ausgetauscht, zusammengetragen, aufgeschrieben und einem grosseren Kreis von Therapeutinnen und Therapeuten zugänglich gemacht werden. Deshalb werden neben den Workshops gynäkologische Fragestellungen oder akute Fälle laufend per E-Mail diskutiert und ebenfalls dokumentiert. Ein Fernziel ist dann auch die Schaffung eines phytotherapeutischen Handbuchs für den gynäkologischen Alltagsgebrauch.

Erfahrungswissen dokumentieren

Die Dokumentation des Erfahrungswissens ist auch politisch betrachtet von grosser Wichtigkeit. Denn zurzeit hat die Phytotherapie auf verschiedenen Ebenen einen schweren Stand und wird häufig ungerechtfertigterweise und ohne Kenntnisse der tatsächlichen Verhältnisse kritisiert und negativ bewertet. Dass Phytotherapie nicht mehr mit Placeboeffekt als die Schulmedizin und gar nichts mit Hokuspokus zu tun hat, lässt sich nur belegen, wenn Therapeutinnen und Therapeuten Therapieerfolge und -misserfolge detailliert niederschreiben. Für andere Wirksamkeitsbelege, wie zum Beispiel klinische Studien, fehlen generell die finanziellen Mittel.

Praxisorientierte Arbeitsweise

Ein wichtiger Fokus in allen Workshops ist der Praxisbezug. Rein naturwissenschaftliche und theoretische Überlegungen und das Zusammentragen von Lehrbuchwissen spielen deshalb eine untergeordnete Rolle. Das «naturwissenschaftlich-theoretische» Material ist nur dann von Bedeutung und wird als Informationsquelle herangezogen, wenn es um Themen der Sicherheit und Toxizität geht oder darum, mit wenig erprobten beziehungsweise in Vergessenheit geratenen Pflanzen Erfahrungen zu sammeln.

Ein weiteres Bedürfnis ist es, von dem Gedanken des Goldstandards wegzukommen und sich vielmehr einer individuellen Therapie hinzuwenden. Dennoch sind auch Fragen nach den jeweiligen Konzepten der Therapeutinnen und Therapeuten (Stufenplan, Basistherapie, Behandlung von Begleitsymptomen etc.) von Interesse.

Um den inhaltlichen Rahmen der Workshops nicht zu sprengen, liegt der Fokus auf der europäischen Phytothe-

Die beiden Gründerinnen von Herbadonna, Dr. Beatrix Falch



Foto: Giorgio von Arb



Foto: Dr. Beatrix Falch

und Dr. med. Regina Widmer

rapie im weitesten Sinne. Bei Bedarf werden auch einzelne gut erprobte Mittel anderer naturheilkundlicher Therapierichtungen wie Homöopathie, Anthroposophie oder TCM situativ diskutiert, denn letztlich steht die Patientin und die Behandlung ihrer Beschwerden im Mittelpunkt.

Von der jungen bis zur weisen Frau

Um einen Einblick in die bisher geführten Diskussionen zu geben, werden in der Folge die bereits thematisierten gynäkologischen Problemfelder und Beschwerdebilder aufgeführt.

Für die Gruppe der jugendlichen Patientinnen und jungen Frauen wurden Fragen rund um den weiblichen Zyklus ganz allgemein, zur Fertilität, zur Schwangerschaftsverhütung und zu Vulvo-Vaginal-Problemen (hier wurde auch die Situation bezüglich der HPV-Impfung angesprochen) diskutiert.

Bezüglich des Themengebiets Menstruation wurden die phytotherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten bei Zyklusstörungen – von seltenen bis schweren Blutungen sowie Zwischenblutungen bis hin zu Blutungsstörungen in den Wechseljahren – und beim prämenstruellen Syndrom behandelt. Ein Workshop wurde eigens den Unterleibsschmerzen wie beispiels-

weise Endometriose-Bauchschmerzen und Dysmenorrhö gewidmet.

Ein zunehmendes Problem ist der unerfüllte Kinderwunsch. Auch hierzu wurden einige Erfolg versprechende phytotherapeutische Konzepte besprochen.

Besonders Schwangere und Stillende sind an pflanzlichen und anderen komplementärmedizinischen Therapiemassnahmen interessiert. Der Sicherheitsaspekt spielt hierbei eine grosse Rolle. Die Frage, welche Pflanzen in dieser Phase in welchen Konzentrationen und Zubereitungsformen gegeben werden dürfen, ist nicht immer einfach zu beantworten und wurde bereits in mehreren Workshops aufgegriffen.

Ein Workshop wurde dem sehr vielschichtigen Aspekt der Brustgesundheit gewidmet. Hier ging es nicht nur um die Auswirkungen der hormonellen Umstellung ab 40 Jahren und den Nutzen und Nachteil der Mammografie, sondern auch um phytotherapeutische Rezepte zur Gesunderhaltung der Brust.

Die Wechseljahre bilden wiederum ein fast unerschöpfliches Diskussionsfeld. Hier geht es unter anderem um die Hormonveränderungen und die typischen Symptome wie Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Libidostörungen, Schlafstörungen, Herzklopfen, nachlassendes Gedächtnis, Konzentrationschwierigkeiten, trockene Haut und Schleimhäute, insbesondere Vulvo-Vaginal-Beschwerden, Brustspannen und Gliederschmerzen.

Schliesslich wurde ein bisher noch wenig diskutierter Lebensabschnitt aufgegriffen, nämlich die Frauengesundheit jenseits der Wechseljahre.

HERBADONNA-Jahresprogramm 2008

Alle Workshops dauern von 13.30 bis 18.00 Uhr und finden in der Frauenpraxis Runa in Solothurn statt – mit Ausnahme der Exkursion im Juni.

Do., 3. März 2008:

Frühjahrsworkshop:

«Mädchen, junge Frau». Referentin: Margrit Diallo (Thema: Aromatherapie) – hat bereits stattgefunden

Sa., 14. Juni 2008:

Jahrestreffen mit Sommerworkshop («Frauen von 20 bis 40»).

Exkursion mit Martin Koradi – hat bereits stattgefunden

Do, 18. September 2008:

Herbstworkshop: «Frauen in den Wechseljahren».

Referentin: Madeleine Ducommun-Capponi (Thema: Wickel)

Do., 27. November 2008:

Winterworkshop: «Die weisen Frauen».

Referentin: Anja Engelsing

Phytotherapeutischer Meinungsaustausch

Genauso facettenreich wie die Workshopthemen ist auch der bis heute per E-Mail geführte Erfahrungsaustausch. Die Fragen beziehen sich sowohl auf einzelne Arzneipflanzen (z.B. Gänsefingerkraut, Bockshornklee oder Lithospermum) und deren therapeutische Einsatzmöglichkeiten als auch auf konkrete Beschwerden von Patientinnen (selbstverständlich anonymisiert). Als Beispiele seien hier genannt: Blutungen, Blähungen oder Scheidenpilz in der Schwangerschaft, Gebärmuttervorfall, Myome und strahlengeschädigte Haut nach Mammaablatio. ■

Autorin:

Dr. sc. nat. Beatrix Falch

Kontaktadressen und für weitere Informationen:

Dr. sc. nat. Beatrix Falch

Hochstr. 51

8044 Zürich

Tel./Fax 044-262 65 69

bfalch@gmx.ch

Dr. med. Regina Widmer

Frauenpraxis Runa

Theatergasse 26

4500 Solothurn

Tel. 032-621 34 54

regina.widmer@frauenpraxis-runa.ch

www.smgp.ch → Fort- und Weiterbildung