Phytotherapie in der Gynäkologie

Pflanzenheilkunde in verschiedenen Lebenslagen der Frau

Die Pflanzenheilkunde ist ein altes und breites Gebiet. Sie ist traditionell eingebettet in eine umfassende Betreuung, oft in Kombination mit psychologischen und manuellen Techniken. Als Gynäkologin und Geburtshelferin in eigener Praxis arbeite ich seit gut 15 Jahren vorwiegend mit pflanzlichen Urtinkturen in der europäisch-nordamerikanischen Tradition und beschränke mich in den folgenden Ausführungen auf dieses Gebiet.

Dr. med. Dorin Ritzmann
Dietikon

La phytothérapie est un domaine ancien et vaste. Elle est traditionnellement intégrée dans une prise en charge globale, souvent en combinaison avec des techniques manuelles et d'ordre psychologique. En tant que gynécologue et obstétricienne dans un cabinet privée, l'auteure travaille depuis bien 15 ans principalement avec des teintures mère végétales et dans la tradition européenne et nord-américaine. Le présent article donne un aperçu de ce domaine.

Zur Herstellung der Phytotherapeutika verwende ich eine Mischung aus meist drei Hauptpflanzen und zwei Nebenpflanzen. Die Urtinktur-Mischungen werden, wenn nicht anders vermerkt, einmal täglich eingenommen, 10 Tropfen pur oder mit etwas Wasser, unabhängig von den Mahlzeiten.

Phytotherapeutika sind bei **chronischen und funktionellen Erkrankungen**, womit wir in der Gynäkologie und Geburtshilfe häufig konfrontiert sind, von grossem Vorteil. Einige häufig vorkommende Problemkreise können hier gestreift werden. Zu den effizient behandelbaren, gynäkologischen Dysfunktionen gehören bei Jugendlichen Metrorrhagien, Dysmenorrhoe, Hypermenorrhoe und Ovarialzysten.

Metrorrhagien bei Jugendlichen und prämenopausalen Frauen sind öfters von funktionellen Ovarialzysten begleitet. Eine vier- bis sechs-monatige Behandlung mit einer Urtinkturmischung kann die Metrorrhagie meist beheben, was typischerweise zum Verschwinden der Ovarialzysten beiträgt. Als wirksame Mischung haben sich folgende Hauptpflanzen bewährt: Daucus carota Flores et Fructi (Wilde Möhre), Achillea millefolium Herba (Schafgarbe) und Hypericum perforatum Flores (Johanniskraut). Als Nebenpflanzen können, je nach Zusatzbeschwerden, folgende Pflanzendrogen zum Einsatz kommen: Hamamelis virginiana Folia (Zaubernuss) bei starken Blutungen, Erigeron canadense Herba (Kanadisches Berufskraut) bei Dysmenorrhoe und Chrysanthemum parthenium Folia (Mutterkraut) bei migräneartigen Kopfschmerzen Bei Metrorrhagien ist eine Vorgabe von 21 Tagen Behandlung (1 x 10 Tropfen täglich) abwechselnd mit 7 Tagen Behandlungspause wichtig, um einen regelmässigen Zyklus zu erreichen.

Bei jungen Erwachsenen hat das **PCO-Syndrom (Polyzystisches Ovar-Syndrom)** seinen Häufigkeitsgipfel. Dieses sich oft selbst verstärkende Krankheitsbild kann bei frühem Behandlungsbeginn rasch, bei schon lange bestehender Erkrankung mit etwas Geduld ebenfalls erfolgreich phytotherapeutisch behandelt werden. Die exakte Einhaltung des 21/7-Tage-Einnahme-Schemas ist hier von

Bei Zyklusstörungen: Daucus carota Flores et Fructi (Wilde Möhre) und Achillea millefolium Herba (Schafgarbe)

Bei PCO-Syndrom:
Taraxacum officinale Folia et Radix (Löwenzahn)

Bei Kinderwunsch:
Bryophyllum calanchoë Folia (Chindli-Pflanze) und Carduus benedictus Folia et Fructi (Benediktenkraut)

Bei Endometriose und Myomata:
Arctium lappa Folia et Fructi (Grosse Klette)

In der Menopause:
Ribes nigrum Folia (Schwarze Johannisbeere)

ausschlaggebender Bedeutung. Bewährt haben sich folgende Hauptpflanzen: Daucus carota Flores et Fructi (Wilde Möhre), Taraxacum officinalis Folia et Radix (Löwenzahn) und Hypericum perforatum Flores (Johanniskraut). Eine umfassende Beratung in den Gebieten Stress-Minderung, Pflanzen basierter Ernährung mit Zucker- und Fructose-Reduktion sowie regelmässiger Bewegung gehört hier zur Basisbehandlung.

Kinderwunsch ist ein äusserst befriedigendes Gebiet der Phytotherapie. Da sich eine hohe Erfolgsrate schon in den ersten drei Behandlungsmonaten zeigt, geht keine kostbare Zeit verloren. Als Hauptpflanzen bei den Kinderwunsch-Müttern haben sich Bryophyllum calanchoë Folia (Chindli-Pflanze), Verbascum densiflorum Flores (Königskerze) und Plantago lanceolata Folia (Spitzwegerich) bewährt. Als Nebenpflanze verwende ich gerne Carduus benedictus Folia et Fructi (Benediktenkraut), eine cholagoge, anti-diabetische und hepato-protektive Pflanze. Bei den Kinderwunsch-Vätern haben sich folgende Hauptpflanzen bewährt: Boswellia serrata Olibanum (indischer Weihrauch), Sabal serrulata Fructi (Sägepalme) und Verbascum densiflorum Flores (Königskerze).

Die **Prämenopause** kann zu einer Zunahme von Beschwerden bei Endometriose und Myomata führen. Diese chronischen, nicht mehr rein funktionellen Erkrankungen benötigen meist ein breitgefächertes Behandlungskonzept, das auch operative und medikamentöse Therapien miteinbezieht. Eine phytotherapeutische Unterstützung kann langfristig einen beschwerdearmen Zustand erhalten helfen. Als Hauptpflanzen kommen bei beiden Erkrankungen Hamamelis virginiana Folia (Zaubernuss), Sabal serrulata Fructi (Sägepalme) in niederer Dosierung und Arctium lappa Folia et Fructi (Grosse Klette) in Frage.

Die **Menopause** gilt als ein Hauptgebiet der gynäkologischen Phytotherapie. Unterstützend wirken hier regelmässige Bewegung, die Reduktion von Kaffee, Zucker und Wein sowie die tägliche Einnahme von Leinöl, Hanföl und Leindotteröl. Bei akuten Beschwerden empfehle ich eine Kombination von Fertigarzneimitteln, wie Cimifemin forte, Menosan Salvia oder Klimaktoplant plus eine individuell kombinierte Urtinkturmischung. Als Hauptpflanzen bei Wallungen gelten Ribes nigrum Folia (Schwarze Johannisbeere), Cimicifuga racemosa Radix (Silberkerze) und Salvia officinalis Folia (Salbei), bei Schlafstörungen Flores Hypericum perforatum (Johanniskraut), Herba Melissa officinalis (Zitronenmelisse) und Piscidia erythrina Radix (Gemeiner Fischfänger).

Interessierte können bei der SMGP (www.smgp.ch), der Untergruppe Herbadonna (www.herbadonna.ch) und auf meiner eigenen Homepage www.phytogyn.ch sich über Vertiefungskurse informieren. Gerne nehme ich auch Anregungen und Rückmeldungen entgegen (dorin.ritzmann@medizinfeminin.ch).

Dr. med. Dorin Ritzmann
Gynäkologie Geburtshilfe FMH, Schwangerschaftsultraschall FA
Psychosoziale und psychosomatische Medizin SAPPM
Medizinische Hypnose SMSH
Medizin Feminin AG
Austrasse 35a, 8953 Dietikon
www.medizinfeminin.ch, www.phytogyn.ch
dorin.ritzmann@medizinfeminin.ch

Interessenkonflikt: Die Autorin hat keinen Interessenkonflikt im Zusammenhang mit diesem Beitrag deklariert.

Literatur am Online-Beitrag unter: www.medinfo-verlag.ch

Take-Home Message

- Funktionelle Störungen können oft erfolgreich mit Phytotherapeutika behandelt werden
- Hierzu gehören im Gebiet der Gynäkologie:
  - Zyklusstörungen bei Jugendlichen und Erwachsenen,
  - das Gebiet des Kinderwunsches und perimenopausale Beschwerden
- Begleitend zu operativen und medikamentösen Behandlungen kann bei Endometriose und Myomata oft mit Hilfe der Phytotherapie eine beschwerdearme bis beschwerdefreie Situation erreicht und gehalten werden
- Es gibt spezielle Fortbildungen in gynäkologischer Phytotherapie

Messages à retenir

- La phytothérapie permet souvent de traiter avec succès des troubles fonctionnelles
- Dans le domaine de la gynécologie il s'agit surtout de
- troubles du cycle chez l'adolescente et l'adulte
- traitement en cas de désir de grossesse
- troubles dans la période de péri-ménopause
- En cas d'endométriose et de fibromes utérins symptomatiques, la phytothérapie en tant que traitement d'accompagnement permet souvent d'obtenir une atténuation voire disparition des symptômes durables
- Il existe des formations postgraduées spécifiques en phytothérapie

Literatur:

Achillea millefolium:

Vitalini S, Beretta G, Iriti M, Orsenigo S, Basilico N, Dall'Acqua S, Iorizzi M and Fico G: Phenolic compounds from Achillea millefolium L. and their Bioactivity. Acta Biochimica Polonica ABP Vol. 58, No. 2/2011 203–209 on-line at: www.actabp.pl.

Yaeesh S, Jamal Q, Khan AU, Gilani AH: Studies on hepatoprotective, antispasmodic and calcium antagonist activities of the aqueous-methanol extract of Achillea millefolium. Phytother Res. 2006 Jul;20(7):546-51.

Arctium lappa:

Akram A, Ali Akbar O, Hamid H, Ehsan G, Reza T: Effects of Hydro-alcoholic Extract from Arctium lappa L. (Burdock) Root on Gonadotropins, Testosterone, and Sperm Count and Viability in Male Mice with Nicotinamide/ Streptozotocin-Induced Type 2 Diabetes. Malays J Med Sci. Mar-Apr 2015; 22(2): 25-32.

Zhang WZ, Jiang ZK, He BX, Liu XB: Arctigenin Protects against Lipopolysaccharide-Induced Pulmonary Oxidative Stress and Inflammation in a Mouse Model via Suppression of MAPK, HO-1, and iNOS Signaling. Inflammation. 2015 Aug;38(4):1406-14.

Boswellia serrata:

Abdel-Tawab M , Werz O, Schubert-Zsilavecz M: Boswellia serrata: an overall assessment of in vitro, preclinical, pharmacokinetic and clinical data. Clin Pharmacokinet. 2011 Jun;50(6):349-69.

Ammon HP: Modulation of the immune system by Boswellia serrata extracts and boswellic acids. Phytomedicine. 2010 Sep;17(11):862-7.

Gerbeth K , Husch J, Fricker G, Werz O, Schubert-Zsilavecz M, Abdel-Tawab M: In vitro metabolism, permeation, and brain availability of six major boswellic acids from Boswellia serrata gum resins. Fitoterapia. 2013 Jan;84:99-106.

Bryophyllum calanchoë:

Lambrigger-Steiner C, Simões-Wüst AP, Kuck A, Fürer K, Hamburger M, von Mandach U: Sleep quality in pregnancy during treatment with Bryophyllum pinnatum: An observational study C. Phytomedicine 21 (2014) 753–757.

Carduus benedictus:

Chew EH, Nagle AA, Zhang Y, Scarmagnani S, Palaniappan P, Bradshaw TD, Holmgren A,

Westwell AD: Cinnamaldehydes inhibit thioredoxin reductase and induce Nrf2: potential candidates for cancer therapy and chemoprevention. Free Radic Biol Med. 2010 Jan 1;48(1):98-111.

Paun G, Neagu E, Albu C, Radu GL: Inhibitory potential of some Romanian medicinal plants against enzymes linked to neurodegenerative diseases and their antioxidant activity Pharmacogn Mag. 2015 May; 11(Suppl 1): S110–S116.

Cimicifuga racemosa:

Burdette JE, Liu J, Chen SN, Fabricant DS, Piersen CE, Barker EL, Pezzuto JM, Mesecar A, Van Breemen RB, Farnsworth NR, Bolton JL: Black cohosh acts as a mixed competitive ligand and partial agonist of the serotonin receptor. J Agric Food Chem. 2003 Sep 10;51(19):5661-70.

DreweJ, Bucher KA, Zahner C: A systematic review of non-hormonal treatments of vasomotor symptoms in climacteric and cancer patients. Drewe et al. SpringerPlus (2015) 4:65.

Hirschberg AL, Edlund M, Svane G, Azavedo E, Skoog L, von Schoultz B: An isopropanolic extract of black cohosh does not increase mammographic breast density or breast cell proliferation in postmenopausal women. Menopause. 2007 Jan-Feb;14(1):89-96.

Chrysanthemum parthenium:

Lösche W, Michel E, Heptinstall S, Krause S, Groenewegen WA, Pescarmona GP, Thielmann K: Inhibition of the behaviour of human polynuclear leukocytes by an extract of Chrysanthemum parthenium. Planta Med. 1988 Oct; 54(5):381-4.

Erigeron canadense:

Liu K, Qin YH , Yu JY , Ma H , Song XL: 3-β-Erythrodiol isolated from Conyza canadensis inhibits MKN-45 human gastric cancer cell proliferation by inducing apoptosis, cell cycle arrest, DNA fragmentation, ROS generation and reduces tumor weight and volume in mouse xenograft model. Oncol Rep. 2016 Apr;35(4):2328-38.

Tani E, Chachalis D, Travlos IS, Bilalis D: Environmental Conditions Influence Induction of Key ABC-Transporter Genes Affecting Glyphosate Resistance Mechanism in Conyza canadensis Int. J. Mol. Sci. 2016, 17, 342.

Hamamelis virginiana:

Broadhurst CL et al: Insulin-like biological activity of culinary and medicinal plant aqueous extracts in vitro 2000.

Dauer A et al: Genotoxic and antigenotoxic effects of catechin and tannins from the bark of Hamamelis virginiana L.

Hypericum perforatum:

Marrelli M, Statti G, Conforti F, Menichini F: New Potential Pharmaceutical Applications of Hypericum Species. Mini Rev Med Chem. 2016;16(9):710-20.

Seifritz E, Hatzinger M, Holsboer-Trachsler E: Efficacy of Hypericum extract WS® 5570 compared with paroxetine in patients with a moderate major depressive episode - a subgroup analysis. Int J Psychiatry Clin Pract. 2016 May 10:1-7.

Schmidt M, Butterweck V: The mechanisms of action of St. John's wort: an update. Wien Med Wochenschr. 2015 Jun;165(11-12):229-35.

Melissa officinalis:

Kennedy DO , Wake G, Savelev S, Tildesley NT, Perry EK, Wesnes KA, Scholey AB: Modulation of mood and cognitive performance following acute administration of single doses of Melissa officinalis (Lemon balm) with human CNS nicotinic and muscarinic receptor-binding properties. Neuropsychopharmacology. 2003 Oct;28(10):1871-81.

Yoo DY, Choi JH, Kim W, Yoo KY, Lee CH, Yoon YS, Won MH, Hwang IK: Effects of Melissa officinalis L. (lemon balm) extract on neurogenesis associated with serum corticosterone and GABA in the mouse dentate gyrus. Neurochem Res. 2011 Feb;36(2):250-7.

Piscidia erythrina:

Della Loggia R, Zilli C, Del Negro P, Redaelli C, and Tubaro A. Isoflavones as spasmolytic principles of Piscidia erythrina. Prog.Clin.Biol.Res. 1988;280:365-368.

Yarnell E, Abascal K. Botanical Medicines for Headache. Alternative and Complementary Therapies 2007 June 148-152.

Plantago lanceolata:

Bajer T, Janda V, Bajerová P, Kremr D, Eisner A, Ventura K: Chemical composition of essential oils from plantago lanceolata L. leaves extracted by hydrodistillation. J Food Sci Technol. 2016 Mar;53(3):1576-84.

Parhizgar S, Hosseinian S, Hadjzadeh MA, Soukhtanloo M, Ebrahimzadeh A, Mohebbati R, Naji

Ebrahimi Yazd Z, Khajavi Rad A: Renoprotective Effect of Plantago Major Against Nephrotoxicity and

Oxidative Stress Induced by Cisplatin. Iran J Kidney Dis. 2016 Jul;10(4):182-8.

Triantafillidis JK, Triantafyllidia A, Vagianos C, Papalois A: Favorable results from the use of herbal and plant products in inflammatory bowel disease: evidence from experimental animal studies. Annals of Gastroenterology (2016) 29, 268-281.

Ribes nigrum:

Allaert FA, Vin F, Levardon M: Comparative study of the effectiveness of continuous or intermittent courses of a phlebotonic drug on venous disorders disclosed or aggravated by oral, estrogen-progesterone contraceptives. Phlebologie 1992 Apr-Jun;45(2):167-73.

Nakaishi H, Matsumoto H, Tominaga S, Hirayama M: Effects of black current anthocyanoside intake on dark adaptation and VDT work-induced transient refractive alteration in healthy humans. Altern Med Rev 2000 Dec;5(6):553-62.

Sabal serrulata:

Ficarra V, Rossanese M, Zazzara M, Giannarini G, Abbinante M, Bartoletti R, Mirone V, Scaglione

F: The role of inflammation in lower urinary tract symptoms (LUTS) due to benign prostatic hyperplasia (BPH) and its potential impact on medical therapy. Curr Urol Rep. 2014 Dec;15(12):463.

Sirab N, Robert G, Fasolo V, Descazeaud A, Vacherot F, de la Taille A, Terry S: Lipidosterolic Extract of Serenoa Repens Modulates the Expression of Inflammation Related-Genes in Benign Prostatic Hyperplasia Epithelial and Stromal Cells Int. J. Mol. Sci. 2013, 14, 14301-14320.

Salvia officinalis:

EMA: Herbal Monograph of Salvia officinalis Folium 2009.

Hamidpour M, Hamidpour R, Hamidpour S, Shahlari M: Chemistry, Pharmacology, and Medicinal Property of Sage (Salvia) to Prevent and Cure Illnesses such as Obesity, Diabetes, Depression, Dementia, Lupus, Autism, Heart Disease, and Cancer Journal of Traditional and Complementary Medicine Vo1. 4, No. 2, pp. 82-88.

Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs Copyright 2000 American Botanical Council.

Taraxacum officinale:

Greenlee H, Atkinson C, Stanczyk FZ, Lampe JW: A Pilot and Feasibility Study on the Effects of Naturopathic Botanical and Dietary Interventions on Sex Steroid Hormone Metabolism in Premenopausal Women Cancer Epidemiol Biomarkers Prev 2007;16(8). August 2007

Wang S, Wang Y, Liu X, Guan L, Yu L , Zhang X: Anti-inflammatory and anti-arthritic effects of taraxasterol on adjuvant-induced arthritis in rats. J Ethnopharmacol. 2016 Jul 1;187:42-8.

Zhi X, Honda K, Ozaki K, Misugi T, Sumi T, Ishiko O: Dandelion T-1 extract up-regulates reproductive hormone receptor expression in mice. Int J Mol Med. 2007 Sep;20(3):287-92.

Verbascum densiflorum:

Turker AU, Camper ND: Biological activity of common mullein, a medicinal plant. J Ethnopharmacol. 2002 Oct;82(2-3):117-25.