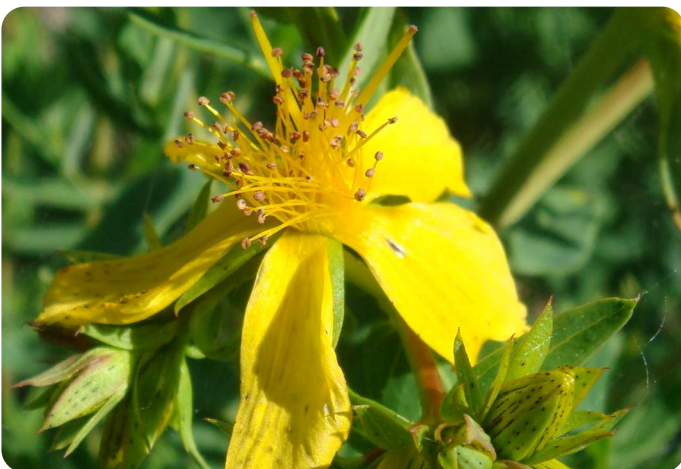


## Johanniskraut

### Pflanzliches Psychopharmakon, bewährtes Wundheilmittel und eine Labsal für Magen und Darm

„Die Zeit heilt alle Wunden.“ Dieser berühmte Satz stammt aus dem 18. Jahrhundert und wurde von niemand Geringerem ausgesprochen als von Voltaire, dem französischen Philosophen der Aufklärung. Wundheilungsprozesse brauchen erfahrungsgemäß eine gewisse Dauer, doch besitzt die Heilkraft der Zeit einen mächtigen Verbündeten: das Johanniskraut (*Hypericum perforatum*). Die auch „Arnika der Nerven“ genannte Heilpflanze ist ein kraftvoller Katalysator für die Regeneration von Haut, Nerven und Seele, wenn diese eine Verletzung erfahren haben.

Johanniskraut gehört zu den ältesten Pflanzen der abendländischen Medizingeschichte. Bereits Hippokrates und Plinius setzten sie ein; Dioskurides, Militärarzt unter Claudius und Nero im 1. Jahrhundert nach Christus, nannte sie bereits „Hyperikon“; das Attribut *perforatum* (durchlöchert) bezieht sich auf die durchscheinend punktierten Blätter. Hier handelt es sich nicht um echte Löcher, sondern um kleine Sekretbehälter mit einer hellen Flüssigkeit aus ätherischem Öl und Harz, durch die das Licht leichter hindurch scheint als durch ihre grüne Umgebung. Der deutsche Name Johanniskraut rührt von der Tatsache, dass *Hypericum* zur Zeit der Sommersonnenwende um Johanni am schönsten blüht; eine andere häufige Bezeichnung, Hartheu, spielt auf die harten Stängel an, aus denen sich kein Heu machen lässt. Dieser Stängel hat zwei Längsleisten, was im Pflanzenreich äußerst selten ist. Ein drittes Erkennungsmerkmal in der freien Natur ist neben dem zweikantigen Stängel und den punktiert scheinenden Blättern die Tatsache, dass sich die gelben Blüten des Johanniskrauts blutrot verfärben, wenn man sie zwischen den Fingern zerreibt.



Die Pflanze wird zwischen 20 cm und 100 cm hoch; ihre goldgelben Blüten stehen an der Spitze der oberen Äste und bilden einen trugdoldigen Blütenstand. Die Blütezeit kann sich bis September hinziehen.

### Johanniskraut: Heilpflanze für die verletzte Psyche

Die gute Wirkung von *Hypericum perforatum* als Antidepressivum bei leichten bis mittelschweren Formen von endogener, neurotischer und larvierter Depression wie auch bei psychovegetativen Störungen, Angstzuständen und nervöser Unruhe ist heute durch intensive klinische und pharmakologische Forschung belegt und wird von der Monographie der Kommission E zu *Hypericum* in diesen Fällen ausdrücklich empfohlen. Es ist mittlerweile sogar erwiesen, dass die Wirksamkeit von *Hypericum*extrakten mit derjenigen von synthetischen Antidepressiva - vor allem Serotonin-Wiederaufnahmehemmern und trizyklischen Antidepressiva - durchaus vergleichbar ist.

Der in Johanniskraut enthaltene arzneilich wirksame Bestandteil Hyperforin hemmt nämlich ebenfalls die Wiederaufnahme von Serotonin und Noradrenalin aus dem synaptischen Spalt in das Axoplasma sowie die Wiederaufnahme von Dopamin, GABA und L-Glutamat. Aber auch die weiteren Wirkstoffe des Johanniskrauts - Hypericine, Flavonoide und Bioflavone - tragen zur antidepressiven Wirksamkeit von *Hypericum perforatum* bei.

Interessanterweise hat schon Paracelsus das Johanniskraut zur Heilung psychischer Wunden bei Depressionen, Melancholie und Hysterie verwendet. Er nannte diese Zustände „*phantasma, eine Krankheit ohne ein corpus*

*und Substanz; sondern allein im Geist der Contemplation wird ein anderer Geist geboren, von welchem der Mensch regiert wird.*“ Seine antidepressive Wirkung besitzt *Hypericum* sowohl in phytotherapeutischer als auch in homöopathisch potenziert

Zubereitung, weshalb eine Verordnung als Potenzakkord wie bei dem Arzneimittel **Hypericum Steierl** die Johanniskrautwirkung deutlich verstärkt, da das Mittel *Hypericum* als Urtinktur, als D6 und D12 enthält.



Homöopathische Arzneimittellehren, z.B. von Clarke, empfehlen potenziertes *Hypericum* ausdrücklich bei „*Niedergeschlagenheit, Schwermut, Hang zum Weinen, Bangigkeit, großer Angst, leichtem Erschrecken, Folgen von Schreck und Schock*“ und für Menschen, die „*Geister und Erscheinungen*“ sehen, was dem paracelsischen „*phantasma*“ sehr nahe kommt.

# Newsletter Juni 2016

Die Volksmedizin hat den roten Saft des Johanniskrauts seit jeher als Symbol für das Blut Christi verstanden. Aus diesem Grund, vor allem aber wegen der unübersehbar stimmungsverbessernden Wirkung der Pflanze, ordnet die abendländische Symbolik das Johanniskraut den segensreichen Heilpflanzen zu und verstand es als Inbegriff der Genesung von Kummer und Krankheit. Johanniskraut ist im Übrigen die am besten wirkende Heilpflanze für die Behandlung einer Winterdepression.

## Johanniskraut als Wundheilmittel für die verletzte Haut

Äußerlich empfiehlt die Monographie der Kommission E Johanniskraut zur Behandlung und Nachbehandlung von scharfen und stumpfen Verletzungen, Myalgien und Verbrennungen 1. Grades. Eine unschlagbar gute Kombination für die Wundbehandlung, z.B. auch bei einem hartnäckig therapieresistenten *Ulcus cruris*, ist die Gabe von einigen Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** in Johanniskrautöl. Das gibt es nicht nur in der Apotheke zu kaufen, sondern es lässt sich auch leicht selber bereiten: Man sammelt Johanniskraut-Blüten im Juni / Juli, und zwar mittags zwischen 12.00 und 14.00 Uhr, gibt sie in ein helles Schraubglas, das man bis zum Rand mit kaltgepresstem Bio-Olivenöl oder Bio-Weizenkeimöl so weit auffüllt, dass die Blüten komplett bedeckt sind. Anschließend deckt man das Glas mit einem Baumwolltuch ab und lässt es fünf bis sechs Wochen an der Sonne stehen. Wenn das so entstehende Rotöl eine leuchtend rote Farbe angenommen hat, sieht man es ab, füllt es in dunkle Flaschen und bewahrt diese kühl und lichtgeschützt auf. Zur Behandlung von Sonnenbrand und Brandwunden gewinnt man das Johanniskraut nicht mit Oliven- oder Weizenkeim-, sondern am besten mit Bio-Leinöl, da dieses noch zusätzliche brandstillende Kräfte besitzt.

Für die Wundpflege mischt man - je nach Größe und Schwere der Hautverletzung - 5 bis 10 Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** in je 1 Tee- bis Eßlöffel Johanniskrautöl. Auf ein steriles Tuch gegeben, kann man mit der Mischung sowohl Wunden reinigen als auch einreiben und pflegen bzw. die Mischung für Auflagen verwenden.

Nicht nur seelische, auch körperliche Nervenleiden bessern sich unter Hypericumtherapie besonders gut, wie Neuritiden und Neuralgien, z. B. im Bereich von Trigeminus oder Ischias, ferner Nacken- und Kreuzschmerzen, Schmerzen durch Steißbeinverletzung und Kribbeln in Händen und Füßen. Die Heilpflanze ist bei Hautwunden und Wundheit der Nerven gleichermaßen gut wirksam.



## Johanniskraut bei dyspeptischen Beschwerden

Weniger bekannt, aber enorm wirksam ist der Einsatz von Johanniskrautzubereitungen bei Beschwerden des Magen-Darm-Traktes, vor allem bei dyspeptischen Beschwerden und dem Reizdarmsyndrom. Dies wird auch von der Kommission E anerkannt. Für diesen Anwendungsbereich nimmt man am besten Johanniskrautöl, dem einige Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** zugesetzt wurden. Ölige Hypericumzubereitungen wirken antiphlogistisch, z.B. bei Gastritis und entzündlichen Zuständen im Bereich Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse und Darm. Durch die Einnahme der Kombination Johanniskrautöl und **Hypericum Steierl Potenzakkord** reduzieren sich zuverlässig Magen- und Darmschleimhautentzündungen, nervöse Magenbeschwerden, Blähungen, Durchfall und Hämorrhoidalbeschwerden. Diese Ölmischung bringt, äußerlich am After angewendet, Analfisteln und entzündete Hämorrhoiden immer zur Besserung. Clarke lobt übrigens Johanniskraut als „Spezifikum bei blutenden Hämorrhoiden“ in den höchsten Tönen.

Gute Erfahrungen beim Reizmagen- und Reizdarm-Syndrom, vom psychogenen Bauchschmerz bei Kindern bis zu stressbedingten Magen- oder Darmbeschwerden bei Erwachsenen, habe ich mit folgender Anwendung gemacht: Der Patient gibt etwa einen Eßlöffel Johanniskrautöl in seine rechte Hohlhand, träufelt 10 Tropfen **Hypericum Steierl Potenzakkord** hinein und verreibt diese Mischung im Uhrzeigersinn sanft im Solarplexus-Bereich und rund um den Bauchnabel in kleinen und großen Kreisen: im Akutfall sofort - und kurmässig am besten abends vor dem Schlafengehen und dann über mehrere Wochen. Diese Bauchmassage besitzt einen tief beruhigenden Effekt auf das Darmnervensystem, was sich mit einer besseren Stressresistenz und einem gleichzeitigen Rückgang von Völlegefühl, Meteorismus, Darmkrämpfen, Verstopfung und Durchfällen bemerkbar macht. Der vorher oftmals aufgetriebene Bauch beruhigt sich, wird flacher und die Verdauungsvorgänge laufen ungestörter ab. Eine gesunde Verdauung macht sich ja dadurch bemerkbar, dass man sie eben nicht bemerkt! Und da Verdauung sehr viel mehr „Nervensache“ ist als gemeinhin angenommen, reagiert der Bauchraum auf eine Behandlung mit Johanniskrautzubereitungen besonders dankbar.

Aus der Traditionellen chinesischen Medizin ist der enge Zusammenhang von Lunge und Dickdarm bekannt. Die Johanniskraut-Bauchmassage ist auch für Asthma-Patienten eine gute Therapie, zusammen mit der Einnahme von **Hypericum Steierl Potenzakkord** 3 x täglich 5 – 10 Tropfen auf die Zunge oder in etwas Wasser. Asthma gehört zu den großen psychosomatischen Erkrankungen. Es ist noch viel zu wenig bekannt, wie gut sich diese Erkrankung mit Johanniskraut-Zubereitungen behandeln lässt.

Bei Kindern, die zum Bettnässen neigen, kann man zusätzlich zu Solarplexus- und Nabelgebiet auch die Haut über der Blasenregion einreiben und den Kindern vor dem Einschlafen ein oder zwei Tröpfchen **Hypericum Steierl Potenzakkord** in Wasser geben - eine wertvolle und liebevolle Behandlung für verletzte und wunde Kinderseelen.

# Newsletter Juni 2016

Die Humoralpathologie schreibt Hypericum eine humorale Qualität von warm und trocken im zweiten bis dritten Grad zu. Nach Ansicht der alten Ärzte verbessert Johanniskraut die Blutqualität und leitet melancholische Kräfte aus. Die Pflanze ist auch zur Konstitutionstherapie vorzüglich geeignet, und zwar vor allem bei Neuropathischer Konstitution, Atonisch-asthenischer Konstitution, Spasmophiler Diathese und der Skrofulösen Diathese vom erethischen Typ. Manchmal braucht es ein wenig Anlaufzeit, bis die Heilpflanzenwirkung vom Patienten gespürt wird. Das kann gelegentlich auch an einer zu geringen Dosierung liegen. Bei innerlicher Anwendung sollte man zunächst mit einer niedrigen Tropfenzahl beginnen, kann sie aber problemlos um ein paar Tröpfchen erhöhen, wenn eine stärkere Wirkung gewünscht wird.

Die in der Fachliteratur oft diskutierte Photosensibilisierung durch Johanniskrautzubereitungen stellt sich bei Verordnung der üblichen therapeutischen Dosen praktisch so gut wie nie ein: beim **Hypericum Steierl Potenzakkord** schon allein deshalb nicht, weil er zu zwei Dritteln aus potenziertem Johanniskraut in der D6 und D12 besteht. Man sollte allerdings nach einer Haut-einreibung mit Johanniskrautöl kein Sonnenbad nehmen und auch nicht ins Solarium gehen, aber das versteht sich von selbst und ist bei einer Anwendung des Öls vor dem Schlafengehen ohnehin kein Thema.

Wie wenige andere Heilpflanzen ist Johanniskraut in der Lage, Lichtkräfte in sich anzureichern und sie im therapeutischen Einsatz an den Patienten abzugeben. In ihm können sie sich in Nervenkraft umwandeln und darüber sein psychisches und physisches Wohlbefinden in besonderer Weise steigern.

**Autor:** Margret Rupprecht

## Literatur:

Marianne Beuchert: „Symbolik der Pflanzen“, Insel Verlag, Frankfurt 2004

William Boericke: „Homöopathische Mittel und ihre Wirkungen“, Verlag Grundlagen und Praxis, Leer 1972

Ursel Bühring: „Praxis-Lehrbuch der modernen Heilpflanzenkunde“, Haug Verlag in MVS, Stuttgart 2011

Der neue Clarke: „Eine Enzyklopädie für den homöopathischen Praktiker“, Dr. Grohmann Verlag, Bielefeld 2001

Theodor Dinger, Dieter Loew: „Phytopharmakologie – Experimentelle und klinische Pharmakologie pflanzlicher Arzneimittel“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, Stuttgart 2003

Volker Fintelmann, Rudolf Fritz Weiß: „Lehrbuch Phytotherapie“, Hippokrates Verlag in MVS, Stuttgart 2009

Susanne Fischer-Rizzi: „Medizin der Erde - Heilanwendung, Rezepte und Mythen unserer Heilpflanzen“, AT Verlag, Aarau 2010

Friedemann Garvelmann: „Pflanzenheilkunde in der Humoralpathologie“, Richard Pflaum Verlag, München 2000

Roger Kalbermatten: „Wesen und Signatur der Heilpflanzen - Die Gestalt als Schlüssel zur Heilkraft der Pflanzen“, AT Verlag, Aarau 2005

Bernhard Kranzberger, Stefan Mair: „Pflanzenmonographien – Heilpflanzen nach Monographie, Gegenwart, Humoralpathologie“, Medien-gruppe Oberfranken, 2015

Gerhard Madaus: „Lehrbuch der Biologischen Heilmittel“, Band 7, Mediamed Verlag, Ravensburg 1989

Mannfried Pahlow: „Das große Buch der Heilpflanzen – Gesund durch die Heilkräfte der Natur“, Nikol Verlag, Hamburg 2013

Paracelsus: Werke. „Band I: Medizinische Schriften“ Hrsg. von Erich Schwabe, Verlag Schwabe & Co., Basel und Stuttgart 1965

Rita Traversier, Kurt Staudinger, Sieglinde Friedrich: „TCM mit westlichen Pflanzen“, Haug Verlag in MVS, Stuttgart 2012

Hildebert Wagner, Markus Wiesenauer: „Phytotherapie – Phytopharmaka und pflanzliche Homöopathika“, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2003

## Hypericum Steierl Potenzakkord

**Zusammensetzung:** 10 g enthalten: Wirkstoffe nach Art und Menge: Hypericum perforatum Ø 3,34 g, Hypericum perforatum Dil. D6 3,33 g, Hypericum perforatum Dil. D12 3,33 g. **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: **Verstimmungszustände.** Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren Beschwerden sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. **Dosierung:** Erwachsene nehmen 1 bis 3 mal täglich 5 - 10 Tropfen ein. **Gegenanzeigen:** Hypericum Steierl Potenzakkord darf nicht eingenommen werden bei gleichzeitiger Behandlung mit einem der unter „Wechselwirkungen“ genannten Arzneimittel, bei bekannter Allergie gegen einen seiner Bestandteile, bei bekannter Lichtüberempfindlichkeit der Haut, von gebärfähigen Frauen, die keine Verhütungsmaßnahmen treffen, bei Alkoholkranken, in der Schwangerschaft und Stillzeit, bei Kindern und Jugendlichen unter 18 Jahren. **Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:** Enthält 57 Vol.-% Alkohol. Wegen des Alkoholgehaltes soll Hypericum Steierl Potenzakkord bei Leberkranken, Epileptikern und bei Personen mit organischen Erkrankungen des Gehirns nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden Während der Anwendung von Hypericum Steierl Potenzakkord soll eine intensive UV-Bestrahlung (lange Sonnenbäder, Höhensonne, Solarien) vermieden werden. **Nebenwirkungen:** Wie alle Arzneimittel kann Hypericum Steierl Potenzakkord Nebenwirkungen haben. Bei hellhäutigen Personen kann es zur Photosensibilisierung der Hautpartien kommen, die starker Bestrahlung (Sonnen, Solarium) ausgesetzt sind. Allergische Hautausschläge, Magen-Darm-Beschwerden, Müdigkeit oder Unruhe, subjektive Missempfindungen wie z.B. Kribbeln und Erhöhung der Leberwerte sind möglich. Allgemeiner Hinweis: Bei der Anwendung eines homöopathischen Arzneimittels können sich die vorhandenen Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). **Darreichungsform, Packungsgröße und Pharmazentralnummer:** Mischung zum Einnehmen, 50 ml, PZN 07419618.



Steierl-  
Pharma GmbH

Mühlfelder Str. 88  
82211 Herrsching

Telefon: 0 81 52 / 93 22 - 0  
Telefax: 0 81 52 / 93 22 44

eMail: info@steierl.de  
Internet: www.steierl.de

**Bildnachweis:**  
©jvimages - fotolia.com  
Steierl-Pharma GmbH