

Symposium «10 Jahre Phytotherapie im Schlössli»

Phytotherapie bei psychiatrischen und psychosomatischen Erkrankungen

Seit zehn Jahren setzt die Clenia Privatklinik Schlössli mit Erfolg auf evidenzbasierte komplementärmedizinische Behandlungen wie die Phytotherapie. Diese stellen heute eine Ergänzung und Erweiterung der bewährten Behandlungsmöglichkeiten dar. Um die hohen Qualitätsstandards zu erfüllen, wird das Personal regelmässig geschult. Zudem arbeitet die Privatklinik eng mit dem Institut für Naturheilkunde am Universitätsspital Zürich zusammen.

Die traditionsreiche Privatklinik Schlössli ist auf Stressfolgeerkrankungen spezialisiert und zudem für die psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung der Region Zürcher Oberland mit rund 300 000 Einwohnern verantwortlich. «Der Wunsch nach einer komplementärmedizinischen Behandlung ist ein von Patienten häufig geäussertes Wunsch», sagte einleitend Prof. Martin Keck, Ärztlicher Direktor und Chefarzt Privatstationen. Obwohl unbestreitbar ist, dass bei schwergradigen psychischen Erkrankungen Phytotherapeutika alleine keine ausreichende Wirkung erzielen, ist die Phytotherapie wirksam bei leichten bis mittelgradigen Depressionen, Erschöpfungssyndromen wie Burn-out, bei Schlafstörungen sowie bei Patienten mit Somatisierungsstörungen und undifferenzierten somatoformen Störungen. Zudem kann eine phytotherapeutische Behandlung die Akzeptanz anderer wichtiger Behandlungsformen erhöhen oder Nebenwirkungen lindern.

Enge Zusammenarbeit mit Naturheilkunde

Mit dem Projekt «Phyto» fiel am 1. Dezember 2005 offiziell der Startschuss zur Umsetzung komplementärmedizinischer Methoden in der Privatklinik Schlössli. Seitdem wird das Personal nicht nur in der Phytotherapie, sondern auch in der Anwendung der Traditionellen Chinesischen Medizin geschult. Auf eine Einführung der Hömöopathie verzichtete die Privatklinik, «weil hierfür zu wenig Evidenz bezüglich psychischer Erkrankungen vorlag», so die internistische Oberärztin Dr. Esther Ulrich am Symposium. Eingeführt wurden zudem nur Phytotherapeutika, bei denen die Wirkung im Rahmen von evidenzbasierten Studien belegt

ist. Von Beginn an erfolgte eine enge Zusammenarbeit mit dem Institut für Naturheilkunde am Universitätsspital Zürich. Als Schirmherr des Projektes «Phyto» zeichnete Prof. Reinhard Saller verantwortlich.

Psychiatrische Behandlung mit Phytotherapeutika

Dieser stellte Arznei- und Heilpflanzen «für die Seele» vor, speziell gegen Depression. Die dichteste Studienlage gibt es zu Johanniskraut (*Hypericum perforatum*), das wirksam ist bei leichten und mittelgradig depressiven Episoden (ICD-10 F32, F32.1). Wie ein pflanzliches Arzneimittel wirkt, hängt allerdings von der Zubereitung ab. «Die Pflanze ist nur das Grundmaterial», so Prof. Saller.

Intensiv ist die Wirkung von Johanniskraut bei Extraktion mit Alkohol. Das Verfahren dient zur Herstellung von Tinkturen und Urntinkturen. Weniger Wirkstoffe sind hingegen bei Extraktion mit Wasser enthalten, wie in Tees oder Infusionen. Zudem besteht Johanniskraut nicht aus einem Wirkstoff, sondern es ist ein nicht hierarchisches Vielstoffgemisch mit mehr als 150 Komponenten. Johanniskraut hat dementsprechend weniger Nebenwirkungen, weil keine Wirkstoffkomponente in grosser Menge überwiegt, aber die vielen Komponenten bergen wiederum ein unterschiedliches Potenzial für Wechselwirkungen. Denn ändert sich eine Komponente, hat das Auswirkungen auf das gesamte pflanzliche Netzwerk. Der Vorteil des Vielstoffgemisches ist hingegen, dass es ein breites Anwendungsgebiet hat. Johanniskrautöl ist auch bekannt zur Linderung von Schmerzen oder beim Reizdarmsyndrom oder als Tinktur bei Erschöpfung oder wird begleitend bei Tumorerkrankungen eingesetzt. Ver-

schreibungspflichtiges Johanniskraut mit dem Vorteil einer gleichmässigen Dosierung wird im Schlössli eher selten angewandt, weil die Patienten mehrheitlich an schweren Depressionen erkrankt sind. Häufig angewandt werden hingegen die Fertigpräparate Relaxane bei nervösen Unruhe- und Spannungszuständen und Redormin 500 bei Ein- und Durchschlafstörungen. Die Verordnung von Fertigpräparaten erfolgt durch das ärztliche Personal.

Phytotherapeutische Interventionen durch die Pflege

Zu den phytotherapeutischen Anwendungen durch die Pflege zählen Wickel und Kompressen, Ceres-Tinkturen, Heil-Tees und die Aromapflege. Wermut hilft beispielsweise Patienten, die appetitlos sind, keine Energie haben oder sich körperlich und psychisch schwach fühlen. «Wermut ist ein Bitterstoff und regt die Verdauung an», so Birgit Ott, Pflegefachfrau HF und Naturheilpraktikerin von der Clenia Privatklinik Schlössli, «allerdings sind wir es heute nicht mehr gewohnt, Bitterstoffe einzunehmen, deshalb sollte Wermut je nach Verträglichkeit in Wasser verdünnt eingenommen werden.»

Johanniskrautöl findet durch Pflegenden Anwendung in der Schmerztherapie und wird als Einreibung, Massage oder als Wickel genutzt. «Neben der durchblutungsfördernden Wirkung hat die Verabreichungsform auch etwas Tröstendes und spendet Zuwendung», ergänzt die Pflegefachfrau dessen therapeutische Wirkung.

Salbei als Tinktur unterstützt bei zwischenmenschlichen Konflikten und sorgt dafür, dass die Betroffenen weniger ins Schwitzen kommen. Es wird auch angewandt, wenn die Patienten aufgrund der Nebenwirkung von Antidepressiva ins Schwitzen kommen. Obwohl immer wieder vor Krämpfen gewarnt wird, konnten Studien keinerlei Hinweis auf ein neurologisches Risiko geben.

Bei Nervosität, Angst, Unruhe und Schlaflosigkeit hat sich zudem Lavendel bewährt. Die Substanz liegt in vielfältiger Form vor, beispielsweise als Aromaessenz für Voll- und Teilbäder oder als Riechfläschchen oder Ceres-Tinktur.

Das Personal erlernt die komplementärmedizinischen Anwendungen in regelmässigen Schulungen, Qualitätszirkel dienen der Aus- und Weiterbildung. Seit 2011 gibt es sogar einen klinikeigenen Heilpflanzengarten. In Zukunft wünscht sich das Personal eine weitere fachspezifische Vernetzung mit anderen Kliniken, und die Ausbildung soll weiter forciert werden. So soll es beispielsweise interdisziplinäre Phytoexpertinnen mit Zusatzausbildung auf allen Stationen geben. «Die Gärten der Phytotherapie gewinnen an Bedeutung», hielt Prof. Saller fest. Prof. Martin Keck unterstrich, dass die Erfahrungen aus den zehn Jahren Phytotherapie sehr gut sind. «Heute zählt, was wirkt», so der ärztliche Leiter, «und es geht nicht mehr darum, ob es sich um Schul- oder Komplementärmedizin handelt.» Denn schon

der indische Dichter und Philosoph Rabindranath Tagore (1861–1941) wusste: «Narren rennen, Kluge warten, Weise gehen in den Garten.»

Quelle: Symposium «10 Jahre Phytotherapie im Schössli» vom 11. Januar 2013, Privatklinik Clienia Schössli AG, Oetwil am See (ZH).
