

Krankheiten der ableitende Harnwege und der Prostata

Behandlungsmöglichkeiten mit Heilpflanzen

Die Harnwege des Menschen reichen vom Nierenbecken bis zur Öffnung der Harnröhre. Da sie wie die Atemwege nach außen offen sind, können Krankheitserreger relativ leicht bis in die Blase aufsteigen und von dort über die Harnleiter die Nieren erreichen. Dennoch sind die Harnwege bei einem gesunden Menschen keimfrei. Die allerwichtigste Voraussetzung dafür ist der stetige, ungehinderte Harnfluss im Harnleiter, der die aufsteigenden Keime „einfach wegspült“. Unter dem Begriff Dysurie werden Krankheitsbilder zusammengefasst, die mit schmerzhaften oder erschwerten Harnentleerungen einhergehen. Darunter fallen leichte oder mittelschwere Harnwegsinfekte und Abflusshindernisse durch Steine.

Da Frauen im Vergleich zu Männern eine deutlich kürzere Harnröhre haben, über die Krankheitserreger folglich leichter in die Blase gelangen können, sind sie wesentlich häufiger von akuten und chronischen Infektionen der Harnwege und Blase betroffen. Typische Symptome für Harnwegsinfekte sind gehäufte Harndrang und Brennen beim Wasserlassen. Manchmal verfärbt sich der Urin durch Blut; Fieber kann, muss aber nicht auftreten. Da die Symptome denen der Reizblase ähneln, ist der Nachweis von Mikroorganismen im Urin dringend erforderlich, um eine genaue Diagnose zu stellen und Gefahrenpotenziale auszuschließen. Handelt es sich um einen beginnenden Harnwegsinfekt, kann es mitunter ausreichen, eine Durchspülungstherapie mit Phytopharmaka durchzuführen; in der Regel werden jedoch Antibiotika in Kombination verabreicht, um Risiken und Komplikationen zu vermeiden. Die Behandlung sollte auf jeden Fall in Absprache mit dem Arzt erfolgen.

Medizinisch streng unterschieden von der Blaseninfektion, aber mit ähnlichen Beschwerden verbunden, ist die Reizblase. Wie der Name schon sagt ist die Reizung der Nerven hier typisch, sodass es zu einem dauernden unkontrollierten Harndrang kommt, obgleich die Blase leer ist. Als auslösende Ursache werden nichtbakterielle Infektionen (Pilze), Klimakterium (Östrogenmangel) oder Stoffwechselerkrankungen (Diabetes mellitus) angenommen. Eine Reizblase kann zudem durch eine Schwäche der Blasenschließmuskeln, die wiederum durch hormonelle Veränderungen ausgelöst wird, entstehen. Im Gegensatz zur Harnwegsinfektion sind bei der Reizblase im Urin keine Erreger nachweisbar. Die genaue Diagnosestellung erfordert demnach vor der Selbstbehandlung mit pflanzlichen Mitteln die Konsultation eines Arztes. Die Therapie der Reizblase erfolgt – wenn eine Herz- und Niereninsuffizienz ausgeschlossen werden kann – mit pflanzlichen

Durchspülmitteln (Aquaretika) in Kombination mit pflanzlichen Beruhigungsmitteln wie beispielsweise Hopfenzapfen und Baldrianwurzel.

Bei manchen Menschen entstehen Kristalle im Bereich des Nierenbeckens und der Harnblase. Diese werden im Allgemeinen beim Wasserlassen als Nierengriß wieder ausgeschieden. Sind größere Kristalle vorhanden, spricht man von Nierensteinen, die häufig durch Blut im Urin gekennzeichnet sind, da sie Verletzungen verursachen. Nicht selten treten auch Übelkeit und Erbrechen als Begleiterscheinungen auf. Nieren- und Blasensteine werden je nach Zusammensetzung in Oxalat-, Kalzium-, Urat-, Zystin- und Phosphatsteine unterteilt. Durch entsprechende Ernährung kann einer Bildung und Vergrößerung vorgebeugt werden. Etwa zwei Drittel aller Harnwegssteine können in Folge ihrer Größe spontan abgehen. Sollten Steine bereits größere Gestalt angenommen haben, bedürfen sie der Zerkleinerung durch entsprechende ärztliche Maßnahmen. Der Abgang kann auch mit der Verkantung in den ableitenden Harnwegen verbunden sein und ist Ursache schmerzhafter Koliken, die nicht durch Phytopharmaka behandelbar sind. Steine in den ableitenden Harnwegen werden durch ärztliche Diagnose festgestellt. In Absprache mit dem Arzt, der zuvor Herz- und Niereninsuffizienz ausschließen muss, erfolgt anschließend die Zufuhr hoher Flüssigkeitsmengen in Form einer Durchspülungstherapie mit Aquaretika.

Wenngleich die Prostata zu den männlichen Geschlechtsorganen gehört, äußert sich eine vergrößerte Vorsteherdrüse durch Probleme beim Wasserlassen und fällt somit in das Krankheitsbild von Nieren und Blase. Die Hormonumstellung im Alter bewirkt das Anwachsen eines Teiles der Prostata, sodass die Harnröhre zusammengedrückt wird. Beschwerden bestehen vor allem in einer Abflussbehinderung mit schwächerem Strahl,

Nachträufeln und einer nicht völligen Entleerung der Blase mit so genanntem Restharn. Im schlimmsten Stadium ist die Einengung so weit vorgeschritten, dass es zum Rückstau des Harns bis in die Nieren kommen und bis zu einem Nierenversagen führen kann.

Wie aus den Beschreibungen der Erkrankungen der ableitenden Harnwege ersichtlich, sollte bei jeglichen Beschwerden im Nieren-Blasen-Bereich unverzüglich ein Arzt aufgesucht werden.

Nur dieser kann Erreger im Urin feststellen, deren Bekämpfung mit Antibiotika unablässig ist – dank der hohen Vermehrungsrate ein Wettlauf mit der Zeit! Unterbleibt eine möglicherweise erforderliche Therapie mit Antibiotika, besteht die Gefahr, dass die Keime aus der Harnblase die Harnwege zur Niere hinaufsteigen, dort äußerst schmerzhaft entzündliche Erscheinungen hervorrufen und im schlimmsten Fall die Funktion der Nieren einschränken können. Von einer Selbstmedikation bei Beschwerden im Bereich der ableitenden Harnwege oder der Nieren ohne Konsultation eines Arztes ist somit abzuraten. Wurde aber eine Diagnose erstellt, stehen in ärztlicher Absprache vielerlei pflanzliche Mittel unterstützend zur Verfügung.

Aquaretika

Hartreibende Drogen sind zur Durchspülungstherapie geeignet. Diese veranlasst, dass die Krankheitserreger ausgespült werden oder das Wachstum von Steinen gehemmt wird. Die Aufnahme der Drogen als Teezubereitung beinhaltet die zeitgleiche Aufnahme von Wasser. Synthetische Diuretika hingegen bewirken eine Wasserausschwemmung, ohne zuvor Flüssigkeit zugeführt zu haben (auf diese Weise werden zum Beispiel Ödeme ausgeschwemmt) und sind deswegen klar von den pflanzlichen Aquaretika abzugrenzen.

Indikationen

Unterstützung des Selbstreinigungsmechanismus bei chronisch wiederkehrenden entzündlichen Prozessen der Harnwege (Spülf-

Abb. 1: Brennnessel am Bach: *Urticae radix*, die Brennnesselwurzel ist bei Prostatabeschwerden ein [Leerzeichen] wichtiges Heilmittel.



Barbara Schuhrk

Journalistin, Autorin und Lektorin, erlag bereits in jungen Jahren der „Faszination Natur“. Dank Privatunterricht und Selbststudium spezialisierte sie sich zunächst auf Bäume und deren Heilkraft, die Historie der Pflanzenheilkunde. Derzeit legitimiert sie ihre Erfahrung durch die Ausbildung Phytotherapie, um in Kürze eine Heilpflanzenschule und Naturwerkstatt zu eröffnen, deren Ziel es ist, das verlorene Wissen um die Kraft der Natur in Erinnerung zu rufen. Zudem unterrichtet sie in den Bereichen Kreatives Schreiben und Literatur.

Kontakt:

Wickerer Strasse 84b, D-65439 Flörsheim
bs@schuhrk.de, www.schuhrk.de

fekt durch vermehrte Wasserausscheidung)

Unterstützend zur Steinprophylaxe

Reizblase und Blasenkatarrh

Fiebrige Harnwegsinfektionen

Unterstützend bei Antibiotikagabe in den aufgeführten Bereichen

Kontraindikationen

Herz- und Nierenschwäche

Ödeme auf Grund von Herzinsuffizienz

Bluthochdruck (Bei Behandlung des Bluthochdrucks sind pflanzliche Aquaretika nicht indiziert, da hier die Wasserzufuhr zu vermehrter Einlagerung in das Gewebe führen kann oder das Herz durch die erhöhte Flüssigkeitszufuhr unnötig belastet wird)



Abb. 2: Wenngleich Salbei eigene Wirkungen als Heilmittel hat, wird es im Bereich der Durchspülungstherapie lediglich als geschmacksverbessernde Droge genutzt.

Wirkstoffe

Drogen mit aquaretischer Wirkung können Flavonoide, Saponine, Kaliumsalze oder ätherisches Öl enthalten. Der aquaretische Effekt der Flavonoide bedarf weiterer Absicherung durch klinische Studien. Auf Grund des weit verbreiteten Vorkommens von Flavonoiden im Pflanzenreich wird ihre Wirkung kontrovers diskutiert. Ein Mechanismus, warum Kalium zu einer verringerten Wasser-rückresorption führen könnte, ist bisher nicht beschrieben. Die aquaretische Wirkung der

Saponine und der ätherischen Öle könnte durch eine Reizung des Nierenepithels verursacht werden.

Drogen mit desinfizierender Wirkung – Pro und Kontra

Bärentrauben- und Bergenieblätter besitzen auf Grund von Hydrochinonglykosiden einen harndesinfizierenden Effekt. Das im Körper daraus entstehende und wirksame Hydrochinon kann krebserregend und erbgutschädigend wirken. Daher wird die Anwendung auf maximal eine Woche beschränkt und sollte nicht häufiger als fünfmal im Jahr stattfinden. Freies Hydrochinon wird in der Leber wieder an Zucker gebunden (Hydrochinonglucuronid), sodass es über die Niere ausgeschieden werden kann. Um wieder in die wirksame Substanz (Hydrochinon) umgewandelt zu werden, nahm man früher an, wie in der Monografie der Kommission E noch beschrieben, dass der Harn mittels zusätzlicher Einnahme von Soda (Natriumhydrogencarbonat) basisch sein müsse. Neuere Untersuchungen haben gezeigt, dass bei Anwesenheit von Krankheitserregern in der Harnblase die für die Bakterien giftigen freien Hydrochinone wieder freigesetzt werden können. Auf Grund der Zubereitungsweise als Kaltmazerat und der Anwendungszeitbeschränkung ist es wenig sinnvoll, Bärentraubenblätter mit harntreibenden Drogen zu kombinieren, die meist als Infus zubereitet werden und in der Regel länger als eine Woche verwendet werden sollten.

Bucco-, Salbeiblätter und Thymiankraut enthalten ätherisches Öl mit desinfizierenden Eigenschaften. Der Einsatz von Sandelholz oder seinem ätherischem Öl ist wegen der nierenreizenden Wirkung problematisch.

Es ist ein Kunstfehler, die Therapie bei Harnwegsinfekten, bei denen eine Antibiotikatherapie (beispielsweise Norfloxacin, Sulfonamide) angezeigt wäre, mit desinfizierend wirkenden Phytopharmaka allein vorzunehmen, da desinfizierende Mittel Infektionserreger nicht vollständig zu beseitigen vermögen und die Gefahr einer Infektion der Nieren besteht. Da Antibiotika verschreibungspflichtig sind, ist bei

Infektionen der ableitenden Harnwege in jedem Fall ein Arzt aufzusuchen!

Rezepturen

Zur Durchspülungstherapie ist die Gabe von Teemischungen sinnvoll, damit sichergestellt ist, dass dem Körper Wasser zugeführt wird.

Indikationen

(gemäß rationaler Phytotherapie, Monografien der Kommissionen E und ESCOP und Standardzulassungen)

I. Wassertreibende Mittel bei Harnwegskatarrhen, Nieren- und Blasensteineiden:

- Ackerschachtelhalmkraut
- Birkenblätter
- Brennnesselkraut und -blätter
- Hauhechelwurzel
- Hopfenzapfen
- Liebstöckelwurzel
- Löwenzahnwurzel mit Kraut
- Orthosiphonblätter
- Petersilienfrüchte
- Queckenwurzelstock
- Goldrutenkraut (Echtes, und Riesen-goldrutenkraut)

II. Desinfizierende Mittel bei Harnwegsinfektionen:

- Bärentraubenblätter
- Bergenieblätter
- Buccoblätter
- Echtes Goldrutenkraut
- Hopfenzapfen
- Sandelholz

III. Prostatahyperplasie:

- Brennnesselwurzel
- Kürbissamen
- Roggenpollenextrakte
- Sabalfrüchte

IV. Reizblase:

- Kürbissamen
- Hypoxisknollen
- Sabalfrüchte

V. Volksmedizin:

- Bohnenschalen
- Maisgriffel
- Weidenröschenkraut bei Prostatavergrößerung



Abb. 3: *Sambucus nigra* – der Schwarze Holunder ist eine der meistgenutzten Heilpflanzen.

Von Tinkturen zur Durchspülungstherapie ist abzuraten, da Alkohol zum einen austrocknet und auch anderweitig Flüssigkeit zugeführt werden muss. Zweckmäßige Teekombinationen können aus Aquaretika, entzündungshemmenden und geschmacksverbessernden Drogen hergestellt werden. Zur Desinfektion sind bei Harnwegsinfekten nur Thymiankraut, Bucco- und Salbeiblätter in Teemischungen zu empfehlen. Ein guter Geschmack trägt dazu bei, dass viel Tee getrunken wird. Die Beimengung von Süßholzwurzel zur Geschmacksverbesserung ist bei längerfristiger Einnahme von aquaretischen Teemischungen nicht zweckmäßig, weil sie die Ausscheidung von Wasser über die Harnwege hemmt und die Wassereinlagerung in das Gewebe (Ausbildung von Ödemen) begünstigt. Oft werden Blasen- und Nierentees entzündungshemmende Drogen wie Schafgarbenkraut oder auch Kamillenblüten zugesetzt. Echtes Goldrutenkraut hat ebenfalls entzündungshemmende Inhaltsstoffe, die den Salicylaten der Weidenrinde ähnlich sind.

Hartreibende Drogen (Aquaretika)

- Ackerschachtelhalm (kann sich leicht entmischen)
- Birkenblätter
- Brennnesselkraut, Brennnesselblätter
- Echtes Goldrutenkraut, Riesengoldrutenkraut
- Hauhechelwurzel (entmischt sich leicht)
- Holunderblüten (entmischen sich leicht)
- Hopfenzapfen (schmecken sehr bitter, verhindern das Entmischen)

- Liebstöckelwurzel (entmischt sich leicht, Tee schmeckt nach Suppe)
- Orthosiphonblätter (entmischen sich leicht)
- Sauerkirschenstiele (volksmedizinisch, entmischen sich leicht)
- Schlehenblüten (volksmedizinisch, entmischen sich leicht)

Entzündungshemmende Drogen

- Kamillenblüten (entmischen sich leicht)
- Schafgarbenkraut (schmeckt bitter)
- Echtes Goldrutenkraut (schmeckt aromatisch, herb)

Geschmacksverbessernde Drogen

- Pfefferminzblätter
- Anis-, Fenchelfrüchte (angestoßen, entmischen sich leicht)
- Thymiankraut (entmischt sich leicht)
- Salbeikraut
- Holunderblüten (entmischen sich leicht)
- Hagebuttenfrüchte (entmischen sich leicht)
- Rosinen (verhindern durch Verkleben der Teebestandteile das Entmischen)

Drogen, die eine Entmischung hemmen

- Gänsefingerkraut, Himbeerblätter

Blasen- und Nierentee I

- *Betulae folium* (Birkenblätter)
- *Solidaginis herba* (Goldrutenkraut)
- *Orthosiphonis folium* (Orthosiphonblätter)

Zubereitung und Anwendung: 1 EL bzw. 2-3 TL Teemischung mit 150 ml kochendem Wasser übergießen, fünf bis acht Minuten ziehen lassen und drei bis fünf Tassen zwischen den Mahlzeiten trinken. Zusätzlich viel trinken.

Blasen- und Nierentee II

- *Betulae folium* (Birkenblätter)
- *Equiseti herba* (Schachtelhalmkraut)
- *Solidaginis herba* (Goldrutenkraut)
- *Anisi fructus cont.* (Anisfrüchte, angestoßen)
- *Lupuli strobili* (Hopfenzapfen)

Zubereitung und Anwendung: 1 EL bzw. 2-3 TL Teemischung mit 150ml kochendem Wasser übergießen, zehn Minuten ziehen lassen und drei bis fünf Tassen über den Tag verteilt trinken. Zusätzlich viel trinken.



Abb. 4: Der altehrwürdige Schachtelhalm: Sein Kraut gilt noch heute als eines der wichtigsten Aquaretika.

Monografien

Ackerschachtelhalmkraut

Equiseti herba, *Equisetum arvense*; Equisetaceae

Im Frühjahr bilden sich die fertilen Sprossen mit rotbraunen Sporangien; erst später treiben die grünen sterilen Triebe aus, die zur Drogenengewinnung herangezogen werden. Die Droge stammt aus Wildsammlung gemäßigter Zonen der nördlichen Hemisphäre. Auf Grund des hohen Gehaltes an Kieselsäure wurde *Equiseti herba* zum Putzen von Zinn verwendet (Zinnkraut).

Inhaltsstoffe: Flavonoide, minerale Bestandteile (Kieselsäure), Kaliumsalze

Einsatz als: Aquaretikum (harntreibendes Mittel)

Indikationen: Gewebeödeme in Folge von Verletzungen, zur Durchspülung bei bakteriellen und entzündlichen Erkrankungen der ableitenden Harnwege und bei Nierengrieß, äußerlich unterstützend bei schlecht heilenden Wunden

Volksmedizin: Als blutstillendes Mittel, zur Stärkung des Bindegewebes, zur Ausschwemmung von Harnsäure bei Gicht, zu Blutreinigungskuren, bei Nasenbluten, äußerliche Anwendung als Umschlag bei schlecht heilenden Wunden und Geschwüren, als Gurgelwasser bei chronischer Mandelentzündung

Kontraindikationen: Keine bekannt

Nebenwirkungen: Keine bekannt

Wechselwirkungen: Keine bekannt

Verfälschung: Verfälschungen kommen durch die Verwechslung mit Sumpfschachtelhalm (*Equisetum pallustre*) vor, das für Tiere (für Menschen ungeklärt) giftige Alkaloide enthält. Makroskopisch unterscheidet man die zwei Arten durch das Größenverhältnis der Längen des ersten Seitensprosses im Vergleich zu der Blattscheide der Hauptachse (bei *E. arvense* ist der erste Seitenspross länger als die Blattscheide, bei *E. pallustre* verhält es sich umgekehrt)



Abb. 5: Brennnesselporträt: Beschwerden beim Wasserlassen werden mit der Wurzel der *Urtica dioica*, der Brennnessel gelindert.

Zubereitung: Infus oder Kaltmazerat, Extrakt

Tagesdosis: 6 g Droge, äußerlich 10 g/l

Hinweis: Bei infolge eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit verursachten Ödemen wird keine Durchspülungstherapie vorgenommen

Fertig-AM: Prodiuret-Kapseln (M = Monopräparat); Solidagoren N Tropfen (K = Kombipräparat)

Birkenblätter

Betulae folium, *Betula pendula*, *B. pubescens*; Betulaceae

Inhaltsstoffe: Flavonoide, wenig ätherisches Öl, Gerbstoffe

Einsatz als: Aquaretikum (harntreibendes Mittel)

Indikationen: Zur Durchspülung der ableitenden Harnwege und bei Nierengrieß, zur Unterstützung rheumatischer Beschwerden

Volksmedizin: Zur Ausschwemmung von Harnsäure bei Gicht, bei rheumatischen Beschwerden, Haarausfall und Hautausschlag, als Blutreinigungsmittel

Kontraindikationen: Keine bekannt

Nebenwirkungen: Keine bekannt

Wechselwirkungen: Keine bekannt

Zubereitung: Infus, Extrakt

Tagesdosis: 3 g Droge mehrmals täglich

Hinweis: Bei infolge eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit verursachten Ödemen wird keine Durchspülungstherapie vorgenommen

Fertig-AM: Urorenal Brausetabl. (M), Canephron novo Filmtabletten (K)

Anmerkung: Untersuchungen aus Birkenborkepräparaten hatten äußerlich bei so ge-

nannten Präkanzerosen (Vorstufen zu besonderen Formen des Hautkrebs) gleiche Effekte wie Chemotherapeutika

Echtes Goldrutenkraut oder Riesengoldrutenkraut

Solidaginis virgaureae herba oder *Solidaginis giganteae herba*, *Solidago virgaurea* bzw. *Solidago gigantea*; Asteraceae

Inhaltsstoffe: Flavonoide, Saponine

Einsatz als: Aquaretikum (harntreibendes Mittel), Antiphlogistikum (entzündungshemmendes Mittel, nur bei *S. virgaurea* nachgewiesen)

Indikationen: Zur Erhöhung der Harnmenge bei entzündlichen Erkrankungen der Blase und Niere, zur Therapie und Vorbeugung von Nierensteinen und Nierengrieß

Volksmedizin: Ekzeme und andere Haut- und Schleimhauterkrankungen (Adstringens, zusammenziehendes Mittel), bei Keuchhusten und Durchfall

Kontraindikationen: Keine bekannt

Nebenwirkungen: Keine bekannt

Wechselwirkungen: Keine bekannt

Zubereitung: 3-5 g (zwei bis drei Teelöffel) auf 150 ml als Infus, zwei bis viermal täglich zwischen den Mahlzeiten

Tagesdosis: 6-12 g Droge

Hinweis: Bei infolge eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit verursachten Ödemen wird keine Durchspülungstherapie vorgenommen

Fertig-AM: Cystinol long Kapseln (M), Solidago Steiner Tabletten (M)

Klosterheilkunde im Bereich von Niere und Blase

Der Klosterheilkunde kommt bei Nierensteinen in erster Linie eine vorbeugende Rolle zu, gerade auch um einen Rückfall zu vermeiden. Dies ist besonders vor dem Hintergrund wichtig, dass bei der Hälfte der Patienten innerhalb von zehn Jahren Nierensteine wiederholt auftreten. Im Falle von Blasen- und Prostataerkrankungen wird das Augenmerk auf die Durchspülung, Desinfektion sowie den Ausgleich des Hormonhaushaltes gelegt.

Prävention

Der Vorbeugung dienlich ist es, darauf zu achten, dass ein relativ „dünn“ Urin mit wenig Mineralien und Harnstoff produziert wird; so sollte man mindestens zweieinhalb Liter Flüssigkeit täglich zu sich nehmen und dies mit nierenanregenden Pflanzen unterstützen. Vor allem abends ist es von Wichtigkeit, viel zu trinken, damit sich der Urin in der Nacht nicht konzentrieren kann. Das spezifische Gewicht

des Urins lässt sich mit einer in der Apotheke erhältlichen Spindel (Urometer) oder einem Teststreifen selbst bestimmen. Der normalerweise am höchsten konzentrierte Morgenurin sollte immer unter 1,012 g/ml liegen.

Eine gesunde Lebensweise stellt die zweitwichtigste Strategie innerhalb der Klosterheilkunde dar: Da ein Körper Eiweiß zu Harnstoff abbaut, empfiehlt es sich, auf eiweißarme Nahrung umzustellen, möglichst viel Obst und Gemüse zu essen und Kochsalze nur sparsam einzusetzen. Kaffee und Alkohol sind nicht anzuraten; ebenfalls meiden sollte man schwarzen Tee, Kakao, Schokolade, Spinat, Rhabarber, Zitrusfrüchte oder Nüsse, die reich an Oxalsäure, dem häufigsten Bestandteil von Nierensteinen, sind.

Ungefähr 80 Prozent aller Nierensteine gehen spontan ab; um dies zu unterstützen, möge auf ausreichend Bewegung geachtet werden.

Phytopharmaka

Als pflanzliche Durchspülungsmittel empfiehlt die Klosterheilkunde Birke, Brennnessel, Ackerschachtelhalm, Spargel und Goldrute. Diese enthalten Flavonoide, die sanft anregen, ohne zu belasten oder zu schädigen und entzündungshemmend wirken. Außerdem geeignet ist Liebstöckelkraut, das als wirksame Inhaltsstoffe vor allem ätherische Öle enthält. Löwenzahn regt mit seinen Bitterstoffen Nieren wie Leber (Gallenfluss) an. Bei schmerzhaften Koliken haben sich zudem die durchblutungsfördernden Eigenschaften von Heublumen bewährt, einem Gemisch aus Blütenteilen, Samen und kleineren Blatt- und Stängelstücken verschiedener Wiesenblumen und -gräser. Zur Anwendung werden von der Klostermedizin vor allem nierenanregende Heilkräutertees aus den aufgeführten Pflanzen empfohlen. Wenn durch den Arzt festgestellt worden ist, dass es sich bei den Nierensteinen um Phosphat- oder Infektsteine handelt, kann mit Preiselbeer- oder Johannisbeersaft eine Ansäuerung des Harns erreicht werden, die eine Auflösung der Nierensteine begünstigt. Ebenfalls wird zu Bädern (Rosmarin, Baldrian, Melisse) und Wärmetherapie (Heublumen) geraten.

Bei Blasenentzündungen und Reizblase arbeitet die Klosterheilkunde neben der Durchspülung und Wärmetherapie mit der Desinfektion, die durch keimhemmende Heilpflanzen in Nieren-Blasen-Tees umgesetzt wird. Hier finden Brunnenkresse und Meerrettichwurzel, Bärentraubenblätter und Kürbissamen ihre Verwendung.

Sitosterin und andere Sterine, die in Heilpflanzen enthalten sind, vermögen den Sexualhormonhaushalt zu beeinflussen, in dem sie die ab einem bestimmten Alter im Körper übliche Umwandlung der männlichen Sexualhormone



in weibliche behindern. Ob durch Sitosterine auch langfristig das Wachstum der Prostata gehemmt werden kann, ist derzeit noch fraglich. Zumindest aber eine Linderung der Beschwerden wird erzielt. Die Phytosterole in Kürbissamen sind bei einer beginnenden Prostatavergrößerung sinnvoll; Brennnesselwurzeln sind ebenso ein probates Mittel wie die heute eher unüblichen Roggenpollen.

Fazit

Gegen nahezu jedes Leiden ist ein Kraut gewachsen – dies gilt auch für den Nieren- und Blasenbereich. Dennoch sollte man bei den aufgeführten Symptomen nicht allein auf die Pflanzenwelt und Phytopharmaka vertrauen. Ernsthafte und schwerwiegende Infekte könnten nur mit ärztlichem Beistand beigelegt werden – die Naturheilkunde wirkt hier vornehmlich unterstützend. Eine Diagnose, die gegebenenfalls das Tor zur Natur zu öffnen vermag, ist somit erforderlich.

Die Heilpflanzenkunde ist so alt wie die Menschheit. Gewisse Erkrankungen hingegen nicht. Vieles wurde erschaffen, entstand im Laufe unserer Entwicklungen. So ist eine leichte Blaseninfektion bereits von unseren Ahnen mit Naturmedizin bekämpft worden. Die Weiterentwicklung dieser Krankheiten jedoch bedarf letztlich auch einer complementärmedizinischen Behandlung, die Schulmedizin und Phytotherapie in sich vereint.



Literaturhinweise

Susanne Fischer-Rizzi: Medizin der Erde, 2. Auflage, AT Verlag, Baden und München 2005

Roger Kalbermatten: Wesen und Signatur der Heilpflanzen. Die Gestalt als Schlüssel zur Heilkraft der Pflanzen. AT Verlag, Aarau 2002

Dr. Johannes G. Mayer: Das große Handbuch der Klosterheilkunde. Weltbildverlag, Augsburg 2005

Bruno Vonarburg: Homöotantik. Band 2: Blütenreicher Sommer. Haug Verlag, Stuttgart 2202