

*Sinusitis (wörtlich: Nasennebenhöhlenentzündung) zählt zu den häufigsten Infektionskrankheiten. Rund acht Prozent der Deutschen erkranken einmal jährlich daran. Sie gehört somit zu jenen Krankheiten, die die meisten Fehltage am Arbeitsplatz nach sich ziehen. Einmal infiziert, müsse der Patient im Durchschnitt sechs Tage das Bett hüten, so errechnete die Techniker Krankenkasse.*

**HP Barbara Schuhrk**

## Phytotherapie versus Sinusitis: Überliefertes Wissen wird mit einer neuen Studie bewiesen

### Kombination aus Heilpflanzen unterstützt Heilung nach HNO-Operation

Steffen Maune unlängst herausfand: Es ist auch dann hilfreich, wenn chronische Sinusitiden aufgrund einer Polypenbildung operativ saniert werden müssen ...

#### Symptomatik der Sinusitis

“Schlichte” Erkältungen, die den Patienten mit Schnupfen, Husten und Fieber zu schaffen machen, gehen in der Regel mit einer Entzündung der Schleimhäute in den Nasennebenhöhlen einher. Eine Sinusitis tritt bei etwa ein bis drei Prozent der viralen Infektionen der oberen Atemwege als Komplikation auf: Die “geschwollene Nase” führt zu einem Verschluss der Sinusostien; die Nebenhöhlen werden nicht mehr durchlüftet, sodass sich eine bakterielle Entzündung der Nasennebenhöhlen entwickeln kann. Unterschieden wird die akute Nebenhöhlenentzündung von chronischen Formen. Für die Behandlung einer akuten Sinusitis ist die Abschwellung der Nasenschleimhaut zwar nur eine symptomatische, aber dennoch eine wichtige Maßnahme, um die Drainage des in den Nebenhöhlen gestauten Sekrets zu erleichtern. Bei eitrigen Absonderungen ist eine Antibiotikatherapie erforderlich, die zu einer schnellen Erleichterung zu führen vermag. Nachteil ist, dass dabei der körpereigene Abwehrkampf entscheidend geschwächt wird, die Krankheit nicht ausheilt. Die Entkräftung des Organismus bleibt latent vorhanden, wobei es bei einem weiteren Schnupfen wieder zu einer Sinusitis kommt. Bei wiederholt

Um den Infekt zu bekämpfen sowie die Belüftung der Nase und den Abfluss aus den Nebenhöhlen zu verbessern, hat sich dabei der Einsatz einer Kombination aus fünf Pflanzenextrakten (BNO 101: Enzianwurzel – Radix Gentianae, Schlüsselblumenkraut – Flores Primulae, Sauerampferkraut – Herba Rumicis, Holunderblüten – Flores Sambuci, Eisenkraut – Herba Verbenae) besonders gut bewährt. Ein erstaunliches Mittel, werden doch zwei der darin enthaltenen Heilpflanzen ursprünglich ganz anders genutzt. Und erstaunlich wirksam, denn das pflanzliche Präparat vermag noch viel mehr, wie der Kölner HNO-Spezialist Professor Dr.

#### Die Verfasserin:

Barbara Schuhrk, Hubertushof, D-50259 Pulheim-Stommelerbusch, [www.alruna-heilpflanzen-schule.de](http://www.alruna-heilpflanzen-schule.de)  
Mail: [bs@schuhrk.de](mailto:bs@schuhrk.de)



unterdrückenden Therapien mit Medikamenten entwickelt sich dann eine chronische Sinusitis.

**Evidenzbasiert mit Primel und Eisenkraut**

Bei einer unkomplizierten Sinusitis sind nach wie vor uneingeschränkt Phytotherapeutika angezeigt. Sie wirken antientzündlich, verbessern den Sekretabfluss und damit die Belüftung der erkrankten Nasennebenhöhlen.

Präparate, die das ätherische Öl Myrtol enthalten (zum Beispiel Gelomyrtol®) zeigen abschwellende Effekte und sorgen für einen dünnflüssigen Schleim. Sie sind jedoch wegen des ätherischen Öls und seiner reizenden Wirkung bei Kleinkindern kontraindiziert. Sekretolytische und expektorische sowie antientzündliche Wirkung sind genauso in Phytotherapeutika

aus Efeublättern und Thymiankraut (z. B. Bronchipret®) zu finden. Das in Efeublättern enthaltene Hederasaponin C zeigt in vitro sogar eine antivirale Wirkung. Beim Thymian sind vor allem das ätherische Öl beziehungsweise die darin enthaltenen Monoterpene Thymol und Carvacrol pharmakologisch wirksam. Thymol ist gegen viele Mikroorganismen 25-mal stärker aktiv als die Standard-Referenzsubstanz Phenol.

Antibiotische Therapie empfiehlt sich nur im Falle einer purulenten Sinusitis mit entsprechenden klinischen Symptomen. Ein pflanzliches Kombinationspräparat aus fünf Drogen ist in Deutschland zur Behandlung von akuten und chronischen Entzündungen der Nasennebenhöhlen zugelassen; im Jahre 2001 war es das am häufigsten ärztlich verordnete Phyto-

pharmakon überhaupt: Sinupret®, das Enzianwurzel, Primelblüten, Sauerampfer, Holunderblüten und Eisenkraut enthält. Diese Kombination besitzt eine ausgeprägte antivirale und antibakterielle Wirksamkeit, wirkt hemmend auf die Entzündungsmechanismen in den Atemwegen und beeinflusst die Schlagtätigkeit der so genannten Flimmerhärchen in den Schleimhäuten positiv, wodurch der Abtransport des zähen Schleims erleichtert wird.

Aus Sicht der Phytotherapie, insbesondere der einstigen Zulassungskommission E, ist diese Wirksamkeit belegt. Dies ist allein dadurch ersichtlich, dass das Präparat 1997 die Nachzulassung erhalten hat. Es liegen auch klinische Studien vor. Dennoch wäre es mehr als wünschenswert, eine Erklärung zum Einsatz und zum

Anzeige



Für eine optimale Immunabwehr

**BioBran®** verbessert nachweislich:

- die Aktivität der Natürlichen Killerzellen,
- die Funktion der T- und B- Helferzellen,
- verschiedene Immunparameter (wie GOT-, GPT-, Interferon-gamma und gamma-GPT - Werte).

**BioBran®** ist:

- ohne Gewöhnungseffekt und nachhaltig immunmodulativ,
- ein Biological Response Modifier aus Polysacchariden der Reiskele,
- auch bei Chemotherapie und Radiation einsetzbar.

In zwei Varianten erhältlich:



BioBran® 1000  
105 Pulverbeutel  
PZN 0287697



BioBran® 250  
50 Tabletten  
PZN 0287680

Interesse an Fachliteratur? Bitte hier anfordern:

bmtbraun

Werastr. 113  
D-70190 Stuttgart

Tel.: 0049 (0) 711 - 8 70 30 66 - 0  
Fax: 0049 (0) 711 - 8 70 30 66 -66

info@bmtbraun.de  
www.biobran.de

Wirksamkeitsbeitrag von Drogen wie Sauerampfer oder Enzianwurzel zu erarbeiten: In der klassischen *Materia medica* ist Sauerampfer praktisch ungenutzt und unbekannt, einzig Pfarrer Kneipp ließ ihn mit Wein gekocht gegen Unterleibsschmerzen nehmen, die Volkshelkunde nutzte ihn gegen Hautkrankheiten, ansonsten vor-

dass die Verbene heilsam bei allen Eingeweide- und Leberbeschwerden sowie Schwindsucht sei, der griechische Arzt und Pharmakologe Dioskurides (1. Jh. n. Chr.) berichtete in seiner *Materia Medica* Ähnliches. Im Mittelalter galt das Eisenkraut als wahrhaft heilkräftige Pflanze. So schrieb der Mönch Odo Magdunensis in seinem «Ma-

gen Volksmedizin wurde das Eisenkraut auch zur Behandlung von Unfruchtbarkeit, Nieren- und Blasensteinen sowie bei Gallenblasenbeschwerden eingesetzt. Die Pflanze enthält drei wichtige Stoffgruppen. Dazu zählen die Flavonoide, Iridoid-Glykoside (Verbenalin, Hastatosid, Dihydrocornin) und Kaffeesäurederivate. Dane-



Sauerampfer, Foto: Steffen Heinz



Eisenkraut, Foto: Denis Barthel



Schlüsselblume, Foto: BerndH

nehmlich in der Wildkräuterküche, in einer Neun-Kräuter-Suppe angereichert mit weiteren Pflanzen zur traditionellen Frühjahrsreinigung. Auch der Gelbe Enzian wird bei völlig anderen Indikationen verwendet ...

### Der Kombination auf der Spur

Eisenkraut wurde bereits im Altertum als besonders wirksame Heilpflanze verehrt, danach jedoch gerieten seine vielfältigen Wirkungen in Vergessenheit. Der römische Geschichtsschreiber Gajus Plinius der Ältere (23 bis 79 n. Chr.) berichtet, dass das Eisenkraut zu den Druidenkräutern gehörte. Die Kelten verwendeten die Pflanze zu Heilzwecken und zum Schutz vor allerlei bedrohlichen Dingen. Auch bei den Römern war "Verbenaca" hoch angesehen. Plinius war überzeugt davon,

cer floridus» über die Wirkung des Krautes: "Mit Wein oftmals getrunken, nützt die Verbene den Gelbsüchtigen. Sie heilt, mit Wein gestampft und aufgelegt, verderbliche Bisse, doch jeden vierten Tag muss dies Pflaster erneuert werden. Wälzt man den lauen Saft im Munde, reinigt und heilt er Wunden in der Mundhöhle. Und gleiche Wirkung tut die frische Abkochung des Krautes, denn auch durch sie wird jegliche Eiterfäule im Munde vertrieben. Legt man das Kraut gestampft auf eine frische Wunde, verklebt und leimt es diese, und trinkt man es mit Wein, so widersetzt es sich sämtlichen Giften." Selbst Hildegard von Bingen empfahl das Kraut bei Entzündungen der Mundhöhle, bei Mandelentzündungen sowie Kompressen zur äußeren Anwendung bei Geschwüren und fauligen Wunden. In der damali-

ben sind Spuren von ätherischen Ölen, Triterpenen sowie Schleim- und Bitterstoffen enthalten. Das Verbenalin scheint nach neueren Untersuchungen die wirksamste Substanz dieser Pflanze zu sein. Diesem Stoff wird vor allem eine sekretolytische (schleimlösende) und entzündungshemmende Wirkung zugeschrieben. Das Verbascosid, das zu den Kaffeesäurederivaten zählt, besitzt antibakterielle Eigenschaften. Nachgewiesen wurden somit auch antivirale sowie immunstärkende Wirkungen. Die Extraktbestandteile des Eisenkrauts hemmen das Wachstum von Influenza A-, Parainfluenza Typ V- und RS-Viren. Somit werden drei relevante auslösende Faktoren von Atemwegsinfekten im Zellkulturversuch gehemmt. Wissenschaftler der Universitäten Warwick (Australien) und Exeter (Großbritannien) haben auch erste

Hinweise darauf gefunden, dass Eisenkraut gegen Nierensteine helfen könnte. Sie vermuten hier eine Wirkung der Pflanze aufgrund ihrer basischen und antibakteriellen Eigenschaften.

Die Schlüsselblume ist wahrscheinlich eine nordische Pflanze; wurde sie in der antiken Literatur und Medizin doch nicht genannt.

gegen böse Geister und gegen den Blitzschlag als Hausbaum, später als "Apotheke des kleinen Mannes" gepflanzt. Ein alter Glaube besagt, dass es ein Zeichen dafür sei, dass ein Verstorbener seine Ruhe gefunden habe, wenn ein auf seinem Grab eingepflanzter Holunderzweig zu wachsen begänne; es war unter Strafe verboten, einen

rides und Plinius erwähnten ihn, auch Galen von Pergamon (131 – 200) bestätigt, dass Enzian zu den stärksten Bitterstoffmitteln gehöre, der eine große Reinigungskraft bei Verstopfung besitze. Später berichtete Hildegard von Bingen, dass er, als Suppe und Wein genossen, Herz und Magen gegenüber Fieber stärkt. In der Klosterheilkunde und



Holunder, Foto: Willow



Gerber Enzian, Foto: Bernd Haynold

Erst im Mittelalter taucht sie in den Kräuterbüchern auf. Hildegard von Bingen (1098 – 1179) verwendet sie zur Unterdrückung der Melancholie. Traditionell wird sie bei Schlaflosigkeit, Angstzuständen, aber auch als schweißtreibendes Mittel, bei Schwindelgefühlen, Herzschwäche, Glieder- und Kopfschmerzen eingesetzt. Außerdem bei Gicht, Rheuma, Keuchhusten, Wunden und Hautausschlägen. Die in der Primelwurzel enthaltenen Saponine hemmen das Wachstum von verschiedenen Bakterien und Pilzen sowie von Influenza-Viren. Bei Kindern werden häufig Mittel der Primelblüten eingesetzt, da sie besser schmecken und weniger stark die Magenschleimhaut reizen.

Der "Holderbusch" war der Sitz der Göttin Holder oder Holla, die das Leben der Pflanzen und Tiere beschützte. Er wurde zum Schutz

Holunder zu fällen. Schon in der Antike galt die Pflanze als wichtige Arznei und heute noch ist der Holunder eines der bekanntesten Volksheilmittel. Damit gehört er in jede Pflanzen-Hausapotheke. Seine Wirkstoffe befinden sich in den Wurzeln, Blättern, Blüten und Beeren. Er stützt das Immunsystem, gilt als wirkungsvolles Blutreinigungsmittel, wird zur Darmregulierung, Schmerzbekämpfung und vor allem bei Fieber und Erkältungskrankheiten erfolgreich eingesetzt. Holunder wirkt entzündungshemmend, krampflösend und schweißtreibend, die wichtigsten Anwendungsgebiete sind Erkältungen, Fieber, Husten und Stoffwechselschwäche.

Der Gelbe Enzian gehört zu den seltenen Bitterstoffpflanzen, die streng geschützt sind. Im Altertum war der Gelbe Enzian bereits als Heilpflanze bekannt. Diosku-

später in der Universalmedizin nahmen die Anwendungsgebiete für die Enzianwurzel zur Behandlung von chronischem Asthma, Leber- und Gallenstörung sowie bei Augen- und Darmbeschwerden erheblich zu. Die Wurzel des Gelben Enzians ist tatsächlich der bitterste, bis heute bekannte Naturrohstoff; er enthält Bitterstoffe wie Amarogentin, Amaropanin, Amaroswerin, Gentiopikrin, Alkaloide wie Gentinium und verschiedene Zuckerstoffe. Diese wirken anregend auf die Bildung der Verdauungssäfte; besitzen eine appetitanregende und verdauungsfördernde Wirkung, wobei der Magen besser durchblutet, schneller entleert und die Nahrungsstoffe besser resorbiert werden, so dass die Wurzeldroge als Stärkungsmittel wirkt. Auch die Gallensekretion wird positiv beeinflusst.

Bereits im Altertum befasste man

sich mit den Ampferarten; die alten Schriftsteller konnten diese Arten allerdings nicht auseinanderhalten. Im Mittelalter wurden verschiedene Ampferarten als Gemüse- und Heilpflanzen angebaut. Mönche stellten in dieser Zeit den Ampfer als Heilkraut heraus; sie hatten festgestellt, dass die Wurzeln von *Rumex alpinus* abführende Stoffe enthielten. Im 14. Jahrhundert wurden Anbau und Gebrauch des Sauerampfers in Frankreich populär; er wurde hauptsächlich in "Grünen Soßen", Suppen und als Gemüse verwendet. Ampfer ist als Gemüse wegen seines hohen Gehalts an Vitamin C, Carotin und an Mineralien (Eisen und Kalzium) sehr gesund. In der Volkshelkunde wird der Sauerampfer empfohlen, weil seine Blätter leicht abführende, harntreibende, blutreinigende, kühlende, appetitanregende, entzündungshemmende und fiebersenkende Wirkungen aufweisen. Mit Wurzelabsuden behandelte man früher Gelbsucht, Stauleiden und innere Blutungen. Sauerampfer enthält u. a. Oxalsäure und sollte daher von Herz-, Nieren- und Rheumakranken nicht verwendet werden. Seitens der Kommission E und in der rationalen Phytotherapie wird er nicht einmal erwähnt.

### Heilpflanzen wirken nach der OP unterstützend

Ungeachtet der Tatsache, dass sich die Verwendung von zumindest zwei der fünf genutzten Heilpflanzen weder historisch noch wissenschaftlich begründet, gilt Sinupret® bei Sinusitis als Mittel der Wahl. Chronische Sinusitis, mit der Gefahr eines Übergreifens auf Augen oder Gehirn, jedoch sollte operativ angegangen werden. Ein operativer Eingriff versus Heilpflanzen? Nicht wirklich. Denn "es ist sehr wahrscheinlich, dass Pflanzen über Substanzen verfügen, die Bakterien ausschalten können.

Schließlich sind sie lebensfähig in einer Welt voller Keime", so Prof. Dr. Steffen Maune. Grund genug, dies zu überprüfen ...

In einer Pilotstudie empfahl das Team von Professor Maune 471 minimalinvasiv frisch operierten Patienten zur Nachbehandlung die regelmäßige Benutzung einer Nasendusche, das Auftragen einer Lavendelsalbe und die Einnahme der pflanzlichen Kombination BNO 101. Nach durchschnittlich zwei Jahren wurden 99 zufällig ausgewählte Patienten nach ihren Erfahrungen befragt. Das Ergebnis: 95 Prozent der Patienten gaben an, mit dem Behandlungsergebnis zufrieden zu sein.

Über das erneute Auftreten von Polypen berichteten nur fünf Prozent der telefonisch befragten Patienten. Das sind deutlich weniger Rezidive, als sie bei der sonst üblichen Standard-Nachsorge auftreten (10 bis 20 Prozent). Im

Hinblick auf diese Behandlungserfolge zeigen sich die Daten zur Lebensqualität und Zufriedenheit genauso überzeugend wie die Rezidivhäufigkeit. Maune sieht daher die Notwendigkeit für eine randomisierte, prospektive, verblindete klinische Studie. In einer solchen möge der Einsatz der Phytokombination zur Nachsorge nach HNO-Operationen in Kürze methodisch zuverlässig überprüft werden, so der Professor.

Eine Studie, die teils vergessene Heilpflanzen in die Erinnerung der Menschen zu holen vermag, sollte von Vorteil sein. Auch wenn die Wirksamkeit einiger Pflanzen der Kombination doch sehr verwundert. Doch immerhin erscheinen Pflanzen (Heilpflanzen) nun auch unter schulmedizinischen und wissenschaftlichen Aspekten als überaus lebensfähig und somit letztlich als verschüttetes Mittel der Wahl "in einer Welt der Keime".

## Verschiedene Rezepturen zur Behandlung von Sinusitis

### Blaue Nasensalbe

20 Gramm Basiscreme DAC, 20 Gramm Wasser, 1 Tropfen Guajazulen (Azulen 25prozentig) zu einer Salbe verrühren, Konservierung mit einigen Tropfen Lavendel. Kühl lagern, mehrmals täglich die Nasenflügel eincremen.

### Nasenöl

Miglyol (mittelkettige Triglyceride) 5 ml, Guajazulen (Azulen 25prozentig) 1 Tropfen; daraus ein Öl mischen und mit der Pipette morgens und abends jeweils einige Tropfen in die Nasenlöcher träufeln.

### Teemischung gegen Sinusitis

Eisenkraut, Schlüsselblumenblüten, Holunderblüten zu je 24 Gramm mit 20 Gramm Thymiankraut und fünf Gramm Enzianwurzel mischen. Einen Teelöffel mit einer Tasse heißem Wasser übergießen, zehn Minuten ziehen lassen und dann abseihen.

### Inhalationsöl für Erwachsene

Oleum Mentha pip. (Pfefferminzöl) und Oleum Thymi (Thymianöl), je 25 ml sowie Oleum Eucalypti (Eukalyptusöl) 2,5 ml mischen. Zwei bis vier Tropfen des Öles in eine Tasse mit kochendem Wasser geben und die heißen Dämpfe etwa zehn Minuten inhalieren. Anschließend zehn Minuten ruhen. Nicht bei Kindern unter zwei Jahren anwenden! Hinweis: Die Bestandteile der Rezepturen sind in der Apotheke (DAC Basissalbe, Azulen usw.) oder im Reformhaus, Kräuter im Eigenanbau erhältlich.

**Anzeige**  
**S. 29**

## Phytotherapie bei Nebenhöhlen- bzw. Stirnhöhlenentzündung

- Inhalation mit ätherischem Öl (oder durch die Gabe von Gelomyrtol®-Kapseln oder Soledum®-Kapseln, deren ätherische Öle in das Blut aufgenommen und über die Lunge ausgeatmet werden)
- Schleimverflüssigende Therapie in Form von Teezubereitungen
- Nasenspülungen mit physiologischer Kochsalzlösung
- Entzündungshemmende Therapie durch Inhalation mit ätherischem Öl aus Kamillenblüten



ten oder mit Kamillosan®-Konzentrat Lösung. Solange keine Verschleimung zu beobachten ist, sollten keine Inhalationen mit schleimlösend wirkenden ätherischen Ölen vorgenommen werden, die zugleich auch schleimhautreizend sind.

- Prophylaxe: Pflege mit Nasenölen oder Salbe (vergleiche Rezepturen)

### Effekt von BNO 101 nach Nasennebenhöhlenoperation bei chronischer Sinusitis

**Behandlung:** Mikroskopisch-endoskopische Nasennebenhöhlenoperation.

**Nachbehandlung:** Pflanzenextrakte (BNO 101) – antimikrobiell, antiphlogistisch (2.–12. postoperative Woche), Lavendelsalbe – Steigerung der mucozilären Clearance,

## Die Wirkstoffe des Phytotherapeutikums – BNO 101

Sinupret® ist ein pflanzliches Arzneimittel. Seine Wirksamkeit verdankt es der Kombination aus fünf Arzneipflanzen, die nach Angaben des Herstellers folgende Wirkungen haben:

**Schlüsselblume (Primula veris L.):** Die Inhaltsstoffe aus Blüten und Kelch bekämpfen Viren und wirken schleimlösend sowie entzündungshemmend.

**Gelber Enzian (Gentiana lutea L.):** Der arzneilich verwendete Teil ist die Wurzel, deren Inhaltsstoffe ebenfalls schleimlösend wirken.

**Ampfer (Rumex spec.):** Blätter und Stengel wirken nach Aussage des Herstellers und Überprüfung des Kombinationsmittels schleimlösend und entzündungshemmend, beeinflussen die körpereigenen Abwehrkräfte positiv.

**Schwarzer Holunder (Sambucus nigra L.):** Die hier verwendeten Blüten lösen Schleime und steigern die Abwehrkraft.

**Eisenkraut (Verbena officinalis L.):** Die Wirkstoffe des Krautes (alles Oberirdische) sind schleimlösend und bekämpfen Viren.

Nasenduschen – mechanische Reinigung, Nachkontrolle: Stichprobenanalyse im Telefoninterview.

**Ziel der Analyse:** Rationale Gründe für die Entscheidung einer prospektiven randomisierten multizentrischen Studie

- August 2006 bis August 2010: 471 Personen im Alter von 7,7 bis 84,9 Jahren (Mittelwert 46,8 +/- 15,9 Jahre), chronische Sinusitis
- 99 zufällig ausgewählte Patienten in Telefoninterviews
- Nachbeobachtungszeit durchschnittlich 2,09 Jahre (SD 0,78)
- Homogenitätsprüfungen der Stichprobe mit Gesamtmenge.

### Weitergehende Information

Weitere Informationen zur Phytotherapie und den Forschungsergebnissen von Prof. med. Dr. Stefan Maune findet der Leser unter [www.phytotherapie-komitee.de](http://www.phytotherapie-komitee.de).

## Literaturverzeichnis

Department of Oto-Rhino-Laryngology, Head and Neck Surgery, Municipal Hospital of Cologne, Member of the Faculty of the University of Kiel, Januar 2011

Ärzteblatt 2001

Schnürer, Christoph: Mehr Luft: Atemwegserkrankungen verstehen und überwinden. Asthma bronchiale, Allergie, COPD und Rhino-Sinusitis. Freies Geistesleben; 2006

Bierbach, Elvira: Handbuch Naturheilkunde. Urban und Fischer, München 2005

De Gruyter: Pschyrembel, Klinisches Wörterbuch. Walter de Gruyter, Berlin 2002

Kalbermatten, Roger: Wesen und Signatur der Heilpflanzen. AT Verlag, Aarau 2002

Brehmer, Detlef: Praxis-Update Sinusitis - Polyposis. Thieme, Stuttgart; Auflage: 1 (2002)

Komitee Forschung Naturmedizin e. V. (KFN), 02/2011 vom 25.01.2011

Medical Tribune, Sonderrubrik, Nr. 49, 7. Dezember 2007

Medical Tribune, 06.07.2011

Riechelmann, Herbert: Akute Infektionen der oberen Atemwege: Schulmedizin, Phytotherapie, Homöopathie, Naturheilkunde. Springer Verlag, Berlin 2011

Vogelsang, Dr. Katharina: Ausbildung Phytotherapie. Selbstverlag, Gießen 2008 □