Praktisches und Wissenswertes

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **57 (2000)**

Heft 4: **Wenn essen zum Problem wird**

PDF erstellt am: **31.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

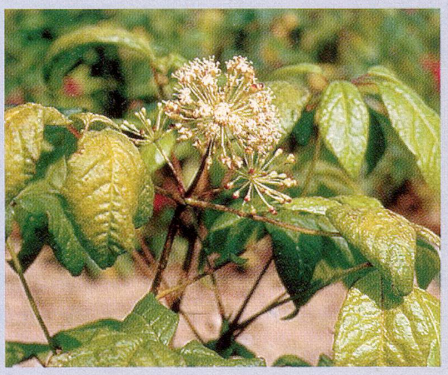
Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Eleutherococcus

Russischer oder sibirischer Ginseng, Teufelsstrauch oder Taigawurzel heisst die Pflanze, die in China, Korea und Sibirien wächst und bei uns etwas im Schatten des wahren Ginsengs, der bekannteren, aber auch teureren Pflanze mit dem lateinischen Namen *Panax ginseng*, steht. Der Strauch *Eleutherococcus senticosus Maxim*, so die vollständige Bezeichnung, gehört zu den Efeugewächsen. Er wird zwei bis vier Meter hoch, besitzt fünffingrige, langgestielte Blätter sowie rundliche, schwarze Steinfrüchte und blüht im Spätsommer. Als Arzneidroge wird die getrocknete Wurzel verwendet. Sie enthält Polysaccharide, Lignane und Phenylpropane – sogenannte Adaptogene, welche die Auswirkungen von Stress hemmen und die körperliche wie geistige Leistungsfähigkeit erhöhen. Aufgrund von umfassenden pharmakologischen Untersuchungen wird Eleutherococcus insbesondere zur Verbesserung der allgemeinen geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit empfohlen:



• Zur Unterstützung der Rekonvaleszenz. • Bei Sportlern, um Erschöpfungserscheinungen zu verzögern. • Bei Schulschwierigkeiten bedingt durch Nervosität, Konzentrationsschwäche und Leistungsabfall. • Zur Verbesserung der Hör- und Sehschärfe • Zur Anregung des Immunsystem (als Immunmodulator) zur Vorbeugung von Infektionskrankheiten, insbesondere Erkältungen.

Die Taigawurzel-Tinktur *Eleutherococcus von A. Vogel (In D: Eleutheroforce-Kapseln)* ist ein Pflanzenpräparat zur Steigerung der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit und Erhöhung der Stresstoleranz. Das Präparat schützt den Körper vor schädlicher Stresswirkung und regt zudem den Eiweiss-Stoffwechsel an. • CU

Mit Vorsicht geniessen: Tees und Mixturen der traditionellen chinesischen Medizin

Unter dem Titel *«Nierenkiller aus Fernost»* berichtete *«Der Spiegel»* in der Ausgabe vom 6./7.2.2000 (Nr. 6/2000) über gefährliche Nebenwirkungen nach der Einnahme von Medikamenten der traditionellen chinesischen Medizin. Geschildert wird z.B. der Fall zweier Frauen in England, die zur Behandlung von Hautausschlag chinesische Kräuterdrogen verwendet und dabei schwere Leberschäden davongetragen hatten. Neben Fällen wie diesen gebe es, so *«Der Spiegel»*, eine hohe Dunkelziffer – von Übelkeit und Durchfall bis Erbrechen. Deshalb warne auch die Arzneimittelkommission der Deutschen Apotheker: Mit unerwünschten Wirkungen bei Heilpräparaten aus China müsse generell gerechnet werden.

Grund dafür sei, dass Identität, Reinheit, Wirkungsgehalt der aus China importierten Drogen nur selten geprüft würden. Anders als bei vielen einheimischen pflanzlichen Heilmitteln sei ihre Wirkstoffmenge nicht standardisiert. Welche Substanz in welcher Dosierung in den Mitteln enthalten sei, sei meist unbekannt. Dazu komme: Oft enthielten die Pflanzen Rückstände, die von Schwermetallen bis zu Schimmelpilzen reichten. Und biologischer Anbau sei in China sowieso kein Thema.

Unbestritten bleibe, dass das im Westen weitgehend unbekannte chinesische Pflanzenarsenal eine Fülle von heilkräftigen Pflanzen enthält. Da es schwierig ist, die Spreu vom Weizen zu trennen, bleibt nur die Empfehlung: a) Entweder ganz auf Teemischungen, die man nicht kennt, zu verzichten, b) dem Arzt oder Heilpraktiker zu vertrauen und/oder c) bei den ersten Anzeichen von Nebenwirkungen im Zusammenhang mit Heilpräparaten aus Fernost umgehend den Arzt aufzusuchen. • CU

Brütender Höckerschwan (Cygnus olor)