

**Zeitschrift:** FRAZ : Frauenzeitung  
**Band:** - (1998-1999)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Die Heilkräfte der Pflanzen : alternative Frauenheilkunde und Selbstermächtigung von Frauen  
**Autor:** Nissim, Rina  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1053856>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 27.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

Seit mehr als zwanzig Jahren sind Frauen in der Medizin, speziell in der Frauenheilkunde (Gynäkologie) daran, alternative Behandlungsmethoden zu suchen. Rina Nissim berichtet von dieser Suche hier in der Schweiz und in Indien, wo auf eine ungebrochene mündliche Überlieferung zurückgegriffen werden konnte.

## Rückeroberung von Wissen für die Frauenheilkunde

Als wir die Gesundheitsfürsorgestelle für Frauen [in Genf, Anm.d.Ü.] eröffneten war es eines unserer wichtigsten Anliegen, den Frauen eine respektvolle Behandlung anzubieten, die mit einem Minimum an schweren oder chirurgischen Eingriffen auskommt und die die Kräfte zur Selbstheilung von Frauen bei der Behandlung in den Vordergrund stellt. Dabei konnten wir auf Erfahrungen aus den Selbsthilfegruppen (z.B. Joghurt bei Mykose oder Knoblauch

# Die Heilkräfte der Pflanzen

Rina Nissim

Mit den Frauen-Gesundheitszentren haben wir einen neuen medizinischen Beruf zu begründen versucht: die Gesundheitsarbeiterin als Verbündete der Frauen. Neben Hebammen und Familienberaterinnen gibt es nun auch die Mitarbeiterinnen dieser Zentren.

Seitens der Krankenkassen, der Pharmazie und der ärztlichen Ethikkommissionen wird unsere Arbeit immer noch mit Argwohn betrachtet und in der Öffentlichkeit in Verruf gebracht.

In den letzten Jahren hat sich aber auch einiges positiv verändert: Ich selber habe einen offiziellen Titel als Naturheilpraktikerin erworben und auch andere Frauen haben einen Platz an der Sonne gefunden.

## Mündlich-überliefertes Wissen

In Indien habe ich gesehen, welche Bedeutung rein mündlich überliefertem Wissen zukommen kann. Von 1987 bis 1992 habe ich in Indien im Rahmen eines Forschungs- und Einsatzprogramms zu Frauengesundheit und Naturmedizin (SHODINI) gearbeitet. Zu Beginn gründeten wir in sechs verschiedenen Regionen Selbsthilfegruppen für Frauen aus ländlichen Gegenden. Es zeigte sich, dass 90 % der Frauen über gynäkologische Beschwerden klagten, aber nur 10 % von ihnen die Chance hatten, eine Ärztin bzw. einen Arzt zu konsultieren. In einem ersten Schritt haben diese Frauen lokale Ärztinnen interviewt und diese über ihre Rezepte zur Behandlung der verbreitetsten Frauenleiden befragt. Die in den sechs Regionen gesammelten Informationen wurden zusammengestellt und mittels EDV erfasst.

Beinahe alle diese Informationen stammten aus mündlicher Überlieferung. Es war interessant zu sehen, dass von 600 Rezepturen auf Pflanzenbasis nur 14 entweder als gefährlich eingestuft wurden oder nicht verordnet werden sollten. Mehr als die Hälfte entsprach den aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen, die anderen Rezepturen setzten sich aus höchstwahrscheinlich wirksamen Mitteln zusammen, deren Wirkweisen aber in der Literatur noch nicht bekannt waren. Einige dieser in

der Literatur noch unbekannten Pflanzen wurden in der Praxis in «klinischen» Versuchen von den Frauen ausprobiert, die zu Beginn an den Selbsthilfegruppen teilgenommen hatten und die in der Zwischenzeit zu Gesundheitsarbeiterinnen oder «Barfussgynäkologinnen» ausgebildet worden sind\*.

## Wissen als Selbstermächtigung

Wichtigster Punkt ist meines Erachtens, dass Frauen sich das Wissen um die Anwendung dieser Pflanzen aneignen: sich so einfache Methoden wie das Wissen um die Zubereitung der Pflanzen oder ihrer Verwendungsmöglichkeiten zurückzuerobieren, heisst auch, sein Leben in die eigenen Hände zu nehmen, und sich dazu befähigen, als Frau eine aktive Rolle in der Gesellschaft zu spielen.

Dass Frauen im Bereich der Frauenheilkunde arbeiten, ist von äusserster Wichtigkeit, da die Unterdrückung der Frauen auch über ihre Körper ausgetragen wird. Wer es zudem wagt, sich selbst zu behandeln und aktiv nach einer Lösung zu suchen, ermöglicht es, diese Strukturen der Unterdrückung in Frage zu stellen.

\* Mehr dazu kann in «Touch me, touch me not», hg. von SHODINI, Kali Women Press, Delhi 1997, erhältlich bei Éditions Mamamélis, Genf, nachgelesen werden.

## Gynäkologieprüfung der Gesundheitsarbeiterinnen in Zahirabad

bei Trichomonas) zurückgreifen. Zudem haben wir in der «sanften Medizin» nach Heilungsmethoden gesucht.

Für die Behandlung mit pflanzlichen Substanzen (Phytotherapie) gibt es zwar eine Flut von Literatur, doch der Gesundheit der Frauen wird darin nur ein unbedeutender Platz zugewiesen. So waren wir gezwungen, nach den für uns wichtigen Informationen zu suchen: durch das Arbeiten mit motivierten Patientinnen und mit Hilfe von interessierten AllgemeinpraktikerInnen, die bereit waren, ihr Wissen weiterzugeben, wurde es möglich, unter anderem ein Handbuch über die Naturheilkunde in der Gynäkologie sowie eine Beitragsammlung zur Menopause herauszugeben.

## Literatur

Rina Nissim, *Naturheilkunde in der Gynäkologie. Ein Handbuch für Frauen*, Orlanda, Berlin 10. überarb. Aufl. 1998.

Dies., *Wechseljahre – Wechselzeit*, Orlanda, Berlin 1997.

Rina Nissim ist seit ungefähr zwanzig Jahren in der internationalen Frauengesundheitsbewegung tätig und führt eine eigene Praxis in Genf.

Übersetzung: Angelika Lüthi