

Pflanzen mit antiviraler Wirkung

von Max Amann

mit freundlicher Genehmigung der Zeitschrift Naturheilpraxis

Nicht alle Therapeuten halten Zubereitungen aus Pflanzen für Heilmittel. Andere wieder halten solche Zubereitungen im Zeitalter der Chemotherapie für veraltet. Die Heilkundigen, die Arzneimittel aus Pflanzen verwenden, bilden folgende zwei Gruppen:

Anhänger der Erfahrungsheilkunde

Diese haben das in vielen Jahrtausenden gesammelte Informationsmaterial von der Heilwirkung bestimmter Pflanzen studiert und die Richtigkeit der Therapieangaben überprüft. Diese Art des Vorgehens hat den Vorteil, dass man behandeln kann, ohne die Ursache der Krankheit oder den Mechanismus der Heilung zu kennen.

Anhänger der von der orthodoxen Medizin und der zeitgenössischen Wissenschaft geprägten Naturheilkunde

Für sie beruht die Heilwirkung einer Pflanze auf ihrem Gehalt an einem oder mehreren Wirkstoffen, die mit geeigneten Methoden isolierbar sind und deren chemische Struktur und Wirkungsweise aufgeklärt werden können. Auf diese Weise kann dem Wissenschaftsgläubigen nahegebracht werden, dass die Phytotherapie ein rationelles Heilverfahren ist und nicht auf Suggestion beruht. Die meisten Hochschulen der Welt und weitere Forschungseinrichtungen arbeiten seit Jahrzehnten intensiv an der Suche nach Pflanzenwirkstoffen, ihrer Isolierung, der Aufklärung ihrer chemischen Struktur und der Untersuchung ihrer Wirkungsweise. Die in den letzten 20 Jahren erzielten Fortschritte sind erstaunlich, doch ist erst ein Bruchteil aller weltweit bekannten Heilpflanzen untersucht. In schon untersuchten Pflanzen werden fortwährend weitere Wirkstoffe entdeckt, und es ist nicht unwahrscheinlich, dass ganze Wirkstoffgruppen noch nicht bekannt sind. Schon bekannte Inhaltsstoffe haben sicher vielfach Wirkstoffeigenschaften, die wir noch nicht einmal ahnen.

Dieser Artikel soll keine erschöpfende Auskunft über den Stand der wissenschaftlichen Phytopharmakologie geben, betreffend die Stoffe mit antiviraler Wirkung aus Pflanzen, sondern einige Hinweise aus Veröffentlichungen, Praxisbeobachtungen sowie Überlegungen, bei welchen Pflanzen Aussicht auf eine antivirale Wirkung besteht. Von der wissenschaftlichen Öffentlichkeit wenig beachtet, erscheinen immer wieder Artikel über die antivirale Wirkung von Pflanzenausügen. Eine Veröffentlichung aus dem Jahr 1978 fand bei 178 untersuchten Heilpflanzen 75 Arten mit virusstatischer Wirkung. Die Resonanz solcher Veröffentlichungen, die eigentlich zur Entwicklung neuer Fertigarzneimittel zur Bekämpfung viraler Erkrankungen hätte führen müssen, war praktisch Null. Denn Hersteller synthetischer Arzneimittel sind nur am Vertrieb ihrer sehr kostspieligen Produkte interessiert, und Firmen, die Naturheilmittel herstellen, können nach dem Arzneimittelgesetz von 1976 die Zulassung neuer Produkte nicht mehr finanzieren. Der naturheilkundlich tätige Therapeut ist deshalb auf die Anwendung der wenigen schon existierenden Fertigarzneimittel (z.B. Esberitox) angewiesen oder er muss sich selbst Rezepte zusammenstellen aus pflanzlichen Einzelmitteln, die sich im Verkehr befinden. Hierzu braucht er einen tüchtigen Apotheker, der die Lieferlisten des Pharmazie-Großhandels kennt und imstande ist, Rezepte auszuführen. Erhältlich sind knapp 500 Tinkturen und Fluidextrakte (ohne homöopathische Urtinkturen) und knapp 800 getrocknete Pflanzen.

Pflanzeninhaltsstoffe mit virusstatischer Wirkung

Teilt man die therapeutisch wirksamen Pflanzeninhaltsstoffe nach ihrer chemischen Struktur in Gruppen ein, so stellt man fest, dass sich antiviral wirkende Stoffe in den meisten Wirkstoffgruppen finden. Im folgenden werden Gruppen von Inhaltsstoffen mit besonders vielen virusinaktivierenden Vertretern genannt und als Beispiel jeweils eine Pflanze, die stärker wirkende antivirale Stoffe dieses Typs enthält:

1. Gerbstoffe

- Melisse

2. Saponine	- Gänseblümchen
3. Flavonoide	- Birke
4. Alkaloide	- Chinarinde
5. Iridoidglykoside	- Ehrenpreis
6. ätherische Öle	- Eukalyptus
7. Polysaccharide	- Echinacea
8. sonstige Stoffe, z.B. Hypericin	- Johanniskraut

An diesen Beispielen ersehen Sie das Vorkommen antiviral wirkender Stoffe in vielen der am meisten gebrauchten Heilpflanzen.

Auch bei chemisch sehr ähnlichen Inhaltsstoffen kann diese Wirkung stark schwanken. Ferner schwankt der Wirkstoffgehalt nach Jahreszeiten und Jahrgängen. Viel problematischer aber ist der Verlust von Wirkstoffen bei der Aufarbeitung des Pflanzenmaterials. Die Wirkstoffe, z.B. Saponine, sind chemisch empfindlich und thermolabil. Die Kräuter des Handels sind aber wärmegetrocknet; Tinkturen und Fluidextrakte werden nach Vorschrift aus getrockneten Kräutern hergestellt. Nur homöopathische Urtinkturen sind, falls möglich, aus frischen, die auch zum optimalen Zeitpunkt geerntet wurden. Falls finanziell tragbar, ist es ratsam, antivirale Rezepte aus diesen zusammenzustellen.

Es gibt mit Sicherheit Tausende von Erkrankungen viraler Genese, deren Erreger noch unbekannt sind. So gut wie gesichert ist beispielsweise, dass der Brustkrebs des Menschen und die multiple Sklerose als Ursachen (wohl weitverbreitete) Virusinfektionen haben. Auch die Arteriosklerose gilt als virale Erkrankung. Die Annahme, dass bei jeder bösartigen Neubildung eine Virusinfektion einen der auslösenden Faktoren darstellt, hat viel für sich.

Die Suche nach Beweisen für obige Theorien hat erst begonnen. Es fehlen auch Untersuchungen einer möglichen prophylaktischen Wirkung der Inhaltsstoffe bei den beispielsweise genannten Erkrankungen. Bewiesen ist bereits, dass die stark antiviral wirkenden Pflanzeninhaltsstoffe gewöhnlich auch eine Wirkung gegen Krebszellen haben. Hierzu liegt bereits eine größere Zahl Veröffentlichungen (Untersuchung in vitro / in vivo und an Freiwilligen) vor. Dieses außerordentlich interessante Phänomen kann folgendermaßen gedeutet werden:

1. Durch allgemein immunstimulierende Wirkung Zerstörung von Viren und Krebszellen.
2. Falls tatsächlich Krebs eine virale Erkrankung ist, durch Inaktivierung der Krebsviren.

=

Wirkungsmechanismus am Beispiel von:

Echinacea, bes. *E. purpurea*

- Die allgemeine Wirkung, auch gegen Bakterien, beruht auf einer Mitogenstimulation mit Anstieg von IgM und Zytokinspiegeln;
 - allgemein antivirale Wirkung durch Interferoninduktion, die zu erhöhter Produktion der virusstatischen Interferone führt;
 - direkte Wirkung gegen das Herpes simplex- und das Influenza-Virus.
- Die Wirkung gegen weitere Virustypen muss noch untersucht werden.

Ringelblume

Auszüge aus der Ringelblume (altes Krebsmittel)

- erhöhen die Phagozytose und
 - zeigen (in vitro und vivo) eine zytotoxische Wirkung gegen die verschiedensten Typen von Tumorzellen.
- Dies bewirken die Triterpensaponine.

Der Praktiker kennt die bakterizide, antimykotische und virusstatische Wirkung der Ringelblume, doch sind dem Referenten hierzu keine wissenschaftlichen Veröffentlichungen bekannt.

Übrigens zeigen Seifenkraut und Quillaja ähnliche Wirkungen wie die Ringelblume.

=



Pflanzen, die bei viralen Erkrankungen helfen können

Abkürzungen und Zeichen:

(Rp) Pflanze ist rezeptpflichtig.

(§) Krankheit darf nur vom Arzt behandelt werden.

(§?) Abklären, ob meldepflichtige Krankheit vorliegt.

1. Immunstimulierende Pflanzen

Eine immunstimulierende Wirkung ist nicht identisch mit antiviraler oder bakterizider Wirkung.

Die immunstimulierende Wirkung einer Pflanze ist meistens komplex und wirkt fördernd auf mehrere Abwehrmechanismen. So fördert *Baptisia* die Phagozytose sowie die Lymphoblastenbildung; hierdurch erhöht sich die Zahl der T-Zellen und der Antikörpertiter. Manche Pflanzen enthalten gleichzeitig immunstimulierende und immunsuppressive Stoffe; beispielsweise wirkt das ätherische Öl von *Kassiazimt* immunstimulierend, die nichtflüchtigen Stoffe im wässrigen Auszug immunsuppressiv. Süßholz wurde früher als immunsuppressiv eingestuft (cortisolartige Wirkung), ist aber erwiesenermaßen immunstimulierend. In manchen Pflanzengattungen wirken die einzelnen Arten unterschiedlich. Beispiel: *Angelica acutiloba* wirkt immunstimulierend, *A. sinensis* immunsuppressiv. - Ein typischer Immunstimulator ist *Echinacea*.

2. Allgemein virustatisch wirkende Mittel

Diese kann man in Rezepten aller Krankheiten gesicherter oder angenommener viraler Genese verwenden. - Eine typische, antiviral wirkende Pflanze ist Meisterwurz.

Die später zu dieser Gruppe genannten Pflanzen haben möglicherweise eine Wirkung gegen onkogene, das sind krebserzeugende Viren.

3. Spezifische Mittel gegen bestimmte virale Erkrankungen

Es werden hier auch Leiden angegeben, die der Heilpraktiker nicht behandeln darf. Dargestellt werden soll das therapeutische Potential der angegebenen Pflanzen. - Beispiel für die spezifische Wirkung einer Pflanze:

Lakritze inaktiviert AIDS-Viren.

In Rezepten können Pflanzenpräparate aus den drei genannten Gruppen beliebig gemischt werden, wobei die Rezepte zwischen drei und zehn Einzelmittel enthalten sollten. Ratsam ist, spezifischen Mitteln auch Mittel aus 1. und 2. zuzusetzen.

Zu 1.: Pflanzen, deren immunstimulierende Wirkung wissenschaftlich erwiesen ist

- Arnika (*Arnica montana*)
- Benediktenkraut (*Cnicus benedictus*)
- Blasentang (*Fucus vesiculosus*)
- Brennessel (*Urtica dioica*)
- Echinacea (*E. angustifolia*, *E. purpurea*)
- Engelwurz, Ostasiatische (*Angelica acutiloba*)
- Eleutherokokkus (*Acanthopanax senticosus*)
- Ginseng (*Panax ginseng*)
- Indigo, Wilder (*Baptisia tinctoria*)
- Kermesbeere (*Phytolacca americana*)
- Lebensbaum (*Thuja occidentalis*)
- Mistel (*Viscum album*)
- Oleander (*Nerium oleander*)
- Ringelblume (*Calendula officinalis*)
- Sägepalme (*Sabal serrulata*)
- Süßholz (*Glycyrrhiza glabra*)
- Tragant, Gelber (*Astragalus mongolicus*)
- Wasserdost (*Eupatorium cannabinum*)
- Zimt (*Cinnamomum cassia*)

Zu 1.: Pflanzen, deren immunstimulierende Wirkung anzunehmen ist

- Berberitze (*Berberis vulgaris*)
- Chinarinde (*Cinchona* spp.)
- Engelwurz (*Angelica silvestris*, *A. archangelica*)
- Enzian, alle Arten (*Gentiana* spp.)
- Haarstrang (*Peucedanum officinale*, *P. oreoselinum*)
- Quendel (*Thymus serpyllum*)
- Sanikel (*Sanicula europaea*)
- Thymian (*Thymus vulgaris*)
- Tigerkraut (*Hydrocotyle asiatica*)
- Wacholder (*Juniperus communis*)

- Liebstöckel (*Ligusticum levisticum*, L. wallichii)
- Meisterwurz (*Imperatoria ostruthium*)
- Mutterwurz (*Ligusticum mutellina*, L. mutellinoides)
- Waid (*Isatis tinctoria*)
- Zypresse (*Cupressus sempervirens*)

Zu 2.: Allgemein antiviral wirkende Pflanzen (aus Literatur und eigenen Beobachtungen)

- Benediktenkraut (*Cnicus benedictus*)
- Bibernelle (*Pimpinella major*)
- Echinacea (*E. purpurea*, *E. angustifolia*)
- Eleutherokokkus (*Acantopanax senticosus*)
- Engelwurz (*Angelica archangelica*, *A. silvestris*)
- Gänseblümchen (*Bellis perennis*)
- Gamander (*Teucrium chamaedrys*)
- Geranium (*Geranium odoratissimum*), ätherisches Öl
- Ingwer (*Zingiber officinale*)
- Klette (*Arctium lappa*)
- Meisterwurz (*Imperatoria ostruthium*)
- Melisse (*Melissa officinalis*)
- Osha (*Ligusticum porteri*)
- Pfaffenhütchen (*Euonymus europaea*), giftig
- Seifenkraut (*Saponaria officinalis*)
- Storchnabel (*Geranium robertianum*)
- Thymian (*Thymus vulgaris*)
- Waid (*Isatis tinctoria*)
- Wasserdost (*Eupatorium cannabinum*)
- Wetterdistel (*Carlina acaulis*)
- Zimt (*Cinnamomum cassia*)

Zu 2.: Pflanzen, deren allgemein antivirale Wirkung anzunehmen ist

- Berberitze (*Berberis vulgaris*)
- Disteln (*Cirsium* spp., *Carduus* spp.)
- Eselsdistel (*Onopordon acanthium*)
- Lebensbaum (*Thuja occidentalis*)
- Liebstöckel (*Ligusticum levisticum*)
- Mädesüß (*Filipendula ulmaria*)
- Rainfarn (*Tanacetum vulgare*)
- Riementang (*Laminaria saccharina*, L. spp.)
- Rose (*Rosa* spp.) alle Teile der Pflanze, ätherisches Öl
- Salbei, alle Arten (*Salvia* spp.)
- Zypresse (*Cupressus sempervirens*)

Zu 2.: Pflanzen, bei denen eine Wirkung gegen onkogene Viren anzunehmen ist

- Bittersüß (*Solanum dulcamara*)
- Braunwurz (*Scrophularia nodosa*)
- Eselsdistel (*Onopordon acanthium*)
- Eukalyptus (*Eucalyptus globulus*)
- Gänseblümchen (*Bellis perennis*)
- Porlinge (*Polyporus* spp.)
- Quecke (*Agropyron repens*)
- Ringelblume (*Calendula officinalis*)
- Storchnabel (*Geranium robertianum*)

Zu 3.: Pflanzen mit spezifischer Wirkung

Virale Angina:

- Alant (*Inula helenium*)
- Bockshornklee (*Trigonella foenum graecum*)
- Eiche (*Quercus robur*)
- Rose (*Rosa* spp.)
- Storchnabel (*Geranium robertianum*)
- Süßholz (*Glyzyrrhiza glabra*)
- Thymian (*Thymus vulgaris*)
- Wacholder (*Juniperus communis*)
- Waid (*Isatis tinctoria*)
- Walnuß (*Juglans regia*)
- Ysop (*Hyssopus officinails*)

Mumps:

- Benediktenkraut (*Cnicus benedictus*)
- Brennessel (*Urtica dioica*)
- Engelwurz (*Angelica* spp.)
- Süßholz (*Glyzyrrhiza glabra*)
- Wacholder (*Juniperus communis*)
- Waid (*Isatis tinctoria*)

- Ginseng (*Panax ginseng*)
- Ringelblume (*Calendula officinalis*)
- Zypresse (*Cupressus sempervirens*)

Zusätzlich Mittel der Listen 1 und 2 verwenden.

Mononukleose:

Mittel aus den Listen für Mumps und Herpes.

Katarrhalischer Infekt (Rhinoviren usw.) - Grippaler Infekt (§?) - Influenza (§) - Cocksackie (§):

- Alant (*Inula helenium*)
- Andorn (*Marrubium album*)
- Bibernelle (*Pimpinella major*)
- Birke (*Betula alba*)
- Bohnenkraut (*Satureja hortensis*)
- Boretsch (*Borago officinalis*)
- Chinarinde (*Cinchona succirubra*)
- Dachwurz (*Sempervivum tectorum*)
- Dost (*Origanum vulgare*)
- Indigo, Wilder (*Baptisia tinctoria*)
- Ingwer (*Zingiber officinale*)
- Kermesbeere (*Phytolacca americana*)
- Meisterwurz (*Imperatoria ostruthium*)
- Melisse (*Melissa officinalis*)
- Quendel (*Thymus serpyllum*)
- Salbei (*Salvia officinalis*)
- Schachtelhalm (*Equisetum arvense*)
- Schwalbenwurz (*Vincetoxicum hirundinaria*), giftig
- Seifenkraut (*Saponaria officinalis*)
- Skabiose (*Scabiosa columbaria*)
- Dotterblume (*Caltha palustris*)
- Echinacea (*E. purpurea*, *E. angustifolia*)
- Engelwurz (*Angelica spp.*)
- Enzian, Gelber (*Gentiana lutea*)
- Erle (*Alnus glutinosa*)
- Esche (*Fraxinus excelsior*)
- Eukalyptus (*Eucalyptus globulus*)
- Fieberklee (*Menyanthes trifoliata*)
- Gänseblümchen (*Bellis perennis*)
- Gamander (*Teucrium chamaedrys*, *T. scorodonia*, *T. scordium*)
- Gelsemium (*Gelsemium sempervirens*) (Rp)
- Storchschnabel (*Geranium robertianum*)
- Taubnessel (*Lamium album*)
- Tausendgüldenkraut (*Centaurium erythraea*)
- Thymian (*Thymus vulgaris*)
- Wasserdost (*Eupatorium cannabinum*)
- Wegerich, alle Arten (*Plantago spp.*)
- Wetterdistel (*Carlina acaulis*)
- Ysop (*Hyssopus officinalis*)
- Zimt (*Cinnamomum cassia*)
- Gundermann (*Glechoma hederacea*)
- Heidekraut (*Calluna vulgaris*, *Erica carnea*)
- Zwiebel (*Allium cepa*)

Herpes simplex, Herpes zoster:

- Bittersüß (*Solanum dulcamara*)
- Blasentang (*Fucus vesiculosus*)
- Bohnenkraut (*Satureja hortensis*, *S. montana*)
- Brombeere (*Rubus fruticosus*), Blätter
- Echinacea (*E. purpurea*, *E. angustifolia*)
- Himbeere (*Rubus idaeus*)
- Klette (*Arctium lappa*)
- Melisse (*Melissa officinalis*)
- Muskateller-Salbei (*Salvia sclarea*)
- Pfaffenhütchen (*Euonymus europaea*)
- Sarsaparilla (*Smilax sarsaparilla*)
- Schachtelhalm (*Equisetum arvense*)
- Seifenkraut (*Saponaria officinalis*)
- Simaruba (*Simaruba amara*)
- Stiefmütterchen (*Viola tricolor*)
- Storchschnabel (*Geranium robertianum*)
- Ulme (*Ulmus campestris*)
- Ysop (*Hyssopus officinalis*)
- Zypresse (*Cupressus sempervirens*)

Polio (§):

- Adonis (*Adonis vernalis*), etwas giftig
- Christrose (*Helleborus niger*) (Rp)
- Oleander (*Nerium oleander*), giftig
- Schwalbenwurz (*Vincetoxicum hirundinaria*), giftig

- Fingerhut, Roter (Digitalis purpurea) (Rp)
- Germer, Weißer (Veratrum album) (Rp)
- Simaruba (Simaruba amara)
- Strophantus (Strophantus kombé) (Rp)

sowie die allgemein antiviralen Mittel.

Infektiöse Hepatitis (§):

- Andorn (Marrubium album)
- Artischocke (Cynara scolymus)
- Berberitze (Berberis vulgaris)
- Boldo (Peumus boldo)
- Ehrenpreis (Veronica officinalis)
- Linde (Tilia spp.), Blüte
- Löwenzahn (Taraxacum officinale)
- Melisse (Melissa officinalis)
- Odermennig (Agrimonia eupatoria)
- Orthosiphon (Orthosiphon stamineus)
- Ringelblume (Calendula officinalis)
- Rosmarin (Rosmarinus officinalis)
- Schöllkraut (Chelidonium majus)
- Waldmeister (Asperula odorata)

sowie die allgemein antiviralen Mittel.

Masern (§):

- Berberitze (Berberis vulgaris)
- Boretsch (Borago officinalis)
- Bibernelle (Pimpinella major)
- Echinacea (E. purpurea, E. angustifolia)
- Eukalyptus (Eucalyptus globulus)
- Hamamelis (Hamamelis virginiana)
- Johanniskraut (Hypericum perforatum)
- Kermesbeere (Phytolacca americana)
- Kiefer (Pinus silvestris)
- Klette (Arctium lappa)
- Kreuzblume, Bittere (Polygala amara)
- Lungenkraut (Pulmonaria officinalis)
- Mädesüß (Filipendula ulmaria)
- Quendel (Thymus serpyllum)
- Thymian (Thymus vulgaris)
- Zimt (Cinnamomum cassia)

außerdem allgemein antivirale Mittel und insbesondere die allgemein immunstimulierenden Mittel.

Röteln:

Wie Masern.

Windpocken:

- Alant (Inula helenium)
- Artischocke (Cynara scolymus)
- Bibernelle (Pimpinella major)
- Boldo (Peumus boldo)
- Buchs (Buxus sempervirens)
- Klette (Arctium lappa)
- Lavendel (Lavandula officinalis)
- Löwenzahn (Taraxacum officinale)
- Minze (Mentha spp.)
- Ringelblume (Calendula officinalis)
- Schafgarbe (Achillea millefolium)
-

AIDS (§):

Zur Information: Seit 1990 sind japanische und chinesische Veröffentlichungen erschienen, die an Zellkulturen von einer guten Wirkung folgender Pflanzen berichteten:

- Braunelle (Prunella vulgaris)
- Johanniskraut, alle Arten (Hypericum spp., bes. H. perforatum)
- Lackporling, Glänzender (Ganoderma lucidum)
- Rotalge (Schizymenia pacifica)
- Süßholz (Glycyrrhiza glabra)
- Veilchen, Chinesisches (Viola yeodensis)
- Castanospermum australe, wirkt stark aktivierend auf die T4-Zellen
-

Die Suche nach einem Heilmittel gegen AIDS aus der Pflanzenwelt ist nicht aussichtslos.

Rezepte und Fallbeschreibung

Die angegebenen Rezepte sind ausschließlich Beispiele. Bei Anwendung sind die Rezepturen individuell zu erarbeiten und die Applikationen dem Fall entsprechend zu wählen.

1. Virusangina/Mischangina

Rp.

Calendula Ø
Echinacea purpurea Ø
Geranium robertianum Ø
Inula helenium Ø
Solidago virgaurea Ø aa 20,0

M. mehrmals täglich mit verdünnter Lösung gurgeln, Lösung schlucken.

2. Herpes simplex

Patient hat nässende Einrisse in den Mundwinkeln. Immunstatus und Stoffwechsel unauffällig. Kein Vitamin-B2-Mangel.

Nach 4wöchiger erfolgloser Behandlung mit Pilzmitteln kam ich auf die Idee, dass es ein persistierender H. simplex sein könnte.

Rp.

Echinacea Ø
Geranium robertianum Ø
Melissa Ø aa 20,0

M. mehrmals täglich unverdünnt auf tupfen; innerlich mehrmals täglich 15 Tropfen. Ergebnis: Nach 2 Tagen ausgeheilt; Erkrankung nicht mehr wiedergekommen.

3. Patient hat handfeste **Erkältung mit Lungenbeteiligung**, Zustand des adynamischen Fiebers, Krankheit wird weder besser noch schlechter.

Rp.

Esberitox
Carduus benedictus Ø China Ø
Inula helenium Ø
Plantago major Ø aa 20,0

M. mehrmals täglich einen Teelöffel in etwas Wasser.

4. Finanzschwacher Patient kränkelt dauernd vor sich hin, Erkältungen, Herpes, chronische Müdigkeit, HIV-negativ, keine Hepatitis C.

Patient soll sich im Kräuterladen

Alantwurzel,
Angelikawurzel,
Melisse,
Storchschnabel,
Zimtpulver

holen und zu Tee mischen. - Teezubereitung erklären.

2- bis 3mal täglich eine große Tasse.

5. Chronisches Müdigkeitssyndrom

Falls kein psychiatrischer Fall vorliegt, finden sich beim Patienten mit monotoner Regelmäßigkeit mindestens zwei höhere Antikörpertiter gegen Viren:

Herpes, Grippe, M. Pfeiffer usw.

Behandlung: Sie setzen ein Rezept aus immunstimulierenden und allgemein antiviral wirkenden Mitteln zusammen. Für TCM-Kenner: Da alle viralen Erkrankungen nach den Regeln der traditionellen chinesischen Medizin Leere-Zustände darstellen, wählen Sie die energiezuführenden Mittel aus diesen Listen, z. B. Benediktenkraut, Brennnessel, China, Eleutherokokkus, Ingwer, Rose usw.

Das Referat zeigt also, dass vielverwendete Arzneipflanzen oft auch antivirale Wirkung haben.

=

Literatur

beim Verfasser.