

Dr. med. Frank Meyer und
Michael Straub



ulmer

Mit besonderem
Schwerpunkt auf
Anthroposophischer
Medizin und
Homöopathie

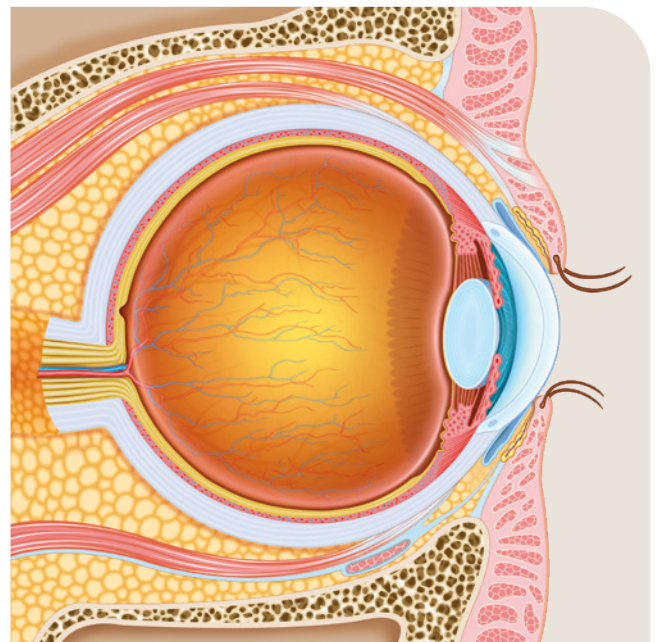
12 MAGISCHE HEILPFLANZEN

*und ihre Vielfalt in der
Pflanzenheilkunde*

Ein gestörtes Gleichgewicht wiederherstellen

Als Bestandteil eines Sinnesorgans müssen die im vorderen „Stoffwechselbereich“ des Auges gelegenen Strukturen ihre „Stoffwechsellatur“ weitestgehend verleugnen, um sich in den Dienst des dem Nerven-Sinnes-System angehörigen Gesamtorgans „Auge“ zu stellen. Der Teil der Bindehaut, welcher der Rückseite der Augenlider und der Lederhaut anliegt, dient dazu, die Hornhaut bei jedem Lidschlag mit Tränenflüssigkeit zu benetzen, sie feucht zu halten. Die Tränenflüssigkeit hat die Aufgabe, durch engen Kontakt mit der Hornhaut zu gewährleisten, dass dort eine minimale Vitalität erhalten bleibt. Die Hornhaut, die mangels Blutgefäßen glasklar ist, wird von der Bindehaut über ein spezielles Blutgefäßnetz, das Randschlingennetz, ernährt. Als Schleimhaut weist die Bindehaut unter allen Strukturen im Auge die deutlichste Beziehung zum Stoffwechselsystem auf. Schleimhautentzündungen treten oft an unterschiedlichen Orten im Körper gleichzeitig auf. Erkrankungen der anderen Schleimhäute – von Rachen, Nase und Nasennebenhöhlen, Magen und Darm, Harnröhre und Gelenken – gehen daher oft mit einer Bindehautentzündung einher. Auch wenn sie das Stoffwechselsystem des Auges repräsentiert, so sind doch die Prozesse von Stoffwechsel und Durchblutung in der zarten und durchsichtigen Bindehaut im gesunden Zustand so weit reduziert, dass sie gerade noch zur Ernährung der stoffwechselarmen Hornhaut ausreichen. Kommt es zu einer Schwächung des Menschen, zum Beispiel im Rahmen von Infekten, Stress, inneren Erkrankungen oder durch Einwirkung der genannten äußeren Faktoren, dann fällt die Bindehaut aus diesem funktionellen Eingebundensein in das Sinnessystem heraus. Sie verliert das labile Gleichgewicht, in dem sie sich im gesunden Zustand befindet, und wird von den sich nun ungehemmt entfaltenden, entgleisten Stoffwechselprozessen in Form einer Entzündung ergriffen und überflutet, was mit all den bereits genannten Symptomen und Beschwerden einhergeht. Eine ursächlich wirkende Therapie der Bindehautentzündung muss also darauf abzielen, das soeben beschriebene gestörte Gleichgewicht wiederherzustellen. Das mag, insbesondere bei schweren und infektiösen Formen der Bindehautentzündung, nicht immer als alleinige Maßnahme ausreichend sein. *Euphrasia* sollte aber als ganzheitliche pflanzliche Basistherapie immer mit dazugehören – gegebenenfalls zusätzlich zu Antibiotika, Glukokortikoiden (kortisonhaltigen Augentropfen) und so weiter.

Anatomische Darstellung des Auges



FUNKTIONSSYSTEME IM SPIEGEL DES AUGES

In jedem einzelnen Organ spiegelt sich der ganze Mensch mit seinen drei Funktionssystemen (Seite 23). Besonders deutlich ist das beim Auge. Der vordere Augenabschnitt (Lider, Bindehaut, Hornhaut und Lederhaut) bildet den Bewegungs- und Stoffwechselfol des Auges und entspricht dem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System des Menschen. Die mittleren Strukturen (wie Glaskörper, Ziliarkörper, Iris) sowie die Aderhaut stellen das rhythmische System des Auges dar. Der hintere Augenabschnitt (Netzhaut, Sinneszellen und Sehnerv), der Nerven-Sinnes-Pol des Auges, entspricht dem Nerven-Sinnes-System im Ganzen.

INFO

WIRKUNG WISSENSCHAFTLICH BESTÄTIGT

Euphrasia-Augentropfen werden als anthroposophische Arzneimittel von zwei Herstellern angeboten. Für beide Augentropfen sind die sehr gute Wirkung und die ausgezeichnete Verträglichkeit auch wissenschaftlich untersucht und statistisch bestätigt. So wurden in einer wissenschaftlichen Anwendungsbeobachtung die Wirksamkeit und Verträglichkeit von „Weleda *Euphrasia* D3 Augentropfen“ untersucht. 121 Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre mit akuter Bindehautentzündung erhielten das in der Anthroposophischen Medizin seit Langem angewendete Präparat. Bewertet wurde die Entwicklung von sechs Symptomen (Bindehautrötung, Lidschwellung, eitriges Sekret, verklebte Augen, Brennen/Juckreiz, Fremdkörpergefühl) über durchschnittlich 10 Tage: Die Wirksamkeit der Behandlung wurde von 95 Prozent aller Ärzte und knapp 93 Prozent der Patienten beziehungsweise deren Eltern mit „sehr gut“ oder „gut“ beurteilt. Für die Verträglichkeit der Tropfen vergaben 100 Prozent der Ärzte und 99 Prozent der Patienten beziehungsweise Eltern die gleiche Note.

Ähnliche gute Ergebnisse erbrachte eine Studie mit „*Euphrasia* Augentropfen“ von WALA. Bei 81 Prozent der Patienten kam es innerhalb von 7 bis 14 Tagen zur Beschwerdefreiheit

So wirkt *Euphrasia*

Die Wirkung von *Euphrasia* bei der Konjunktivitis (und in ähnlicher Weise bei anderen entzündlichen Augenerkrankungen) beruht auf den Eigenschaften, mit denen die Pflanze als Halbparasit anderen Pflanzen die Lebenskräfte entzieht. So wie der Augentrost in der Natur mit seinen Haustorien saugend den Graswurzeln aufsitzt und deren überquellende Vitalität schwächt, so dämpft die Zubereitung aus dem Kraut am Auge die krankhaft entgleisten und im akuten Entzündungsgeschehen eskalierenden Stoffwechselprozesse. Damit begrenzt *Euphrasia* die Stoffwechselaktivität der Bindehaut auf ein gesundes Maß und bindet diese Struktur wieder stärker ins Sinnessystem beziehungsweise in das Auge ein. Zugleich wirken die Formkräfte, die sich in den fein ausplastizierten und in Farbe und Gegenfarbe, Gelb und Violett, gezeichneten Blüten zeigen, gestaltend und formbildend bei Schwellungen und Flüssigkeitsansammlungen (Ödemen) der Augenbindehäute und Augenlider. Diese Formkräfte tragen dazu bei, die gesunden Strukturen am vorderen Augenabschnitt zu bewahren und, wo nötig, wiederherzustellen.

Euphrasia-Augentropfen

Sehr beliebt und praktisch ist die Anwendung von *Euphrasia* in Form von Augentropfen. **Euphrasia D3 Augentropfen** von Weleda enthalten *Euphrasia officinalis* in der Potenz D3. **Euphrasia Einzeldosis-Augentropfen** von WALA enthalten *Euphrasia* in der Potenz D2 sowie ein ätherisches Öl aus den Blütenblättern verschiedener Rosenarten (*Rosae aetheroeum*) in der Potenz D7 (Bestandteil aller Augentropfenpräparate von WALA). Beide Potenzen, sowohl *Euphrasia* D3 (Weleda) als auch *Euphrasia* D2 (WALA), unterscheiden sich nach Erfahrung des Autors (Frank Meyer) nicht wesentlich hinsichtlich der Wirksamkeit.

- Es kann sein, dass beim Einträufeln von *Euphrasia*-Augentropfen bei sehr empfindlichen Personen ein leichtes Brennen auftritt, das allerdings im Laufe der Behandlung abnimmt.
- Beide Augentropfen, sowohl *Euphrasia* D3 Augentropfen als auch *Euphrasia* Einzeldosis-Augentropfen in D2, sind mit Kontaktlinsen verträglich. Von manchen Kontaktlinsenherstellern wird allerdings empfohlen, die Linsen vor der Anwendung von Augentropfen grundsätzlich herauszunehmen und erst nach etwa einer halben Stunde wieder einzusetzen. Eine solche Empfehlung sollte unbedingt beachtet werden.

ANWENDUNGSGEBIETE:

- Müde, gereizte und „gestresste“ Augen (auch „Bildschirmaugen“)
- Entzündungen am Auge, insbesondere Bindehautentzündung (Konjunktivitis), auch allergisch, z. B. Pollenallergie
- Schwellungen (Ödeme) der Augenlider, auch allergischer Ursache.

DOSIERUNG: 1- bis 3-mal täglich 1 Tropfen einträufeln. Wenn nur ein Auge betroffen ist, sollte das andere mitbehandelt werden, da auch dieses häufig geschwächt ist, selbst wenn es keine Entzündungssymptome zeigt und noch beschwerdefrei ist.

Augentrost

Eine Weile schon lag ich träumend im Gras,
als mich ein schelmisches Kichern weckte,
aus zehntausend winzigen Kehlen, kristallglockenklar.

Da bemerkte ich erst, dass mich die Wiese anblickte,
mit zehntausend Augen, versteckt und puppenhaft klein.

Am liebsten hätte ich eine Lupe genommen
und mich ganz in die zierlichen Strukturen vertieft.
Der goldene Lidschatten, die violetten Wimpern,
einfach vollkommen: der perfekte Augenaufschlag.



Formvollendete Miniaturen,
anmutig und farbenfroh,
deren Schönheit sich nur dem Achtsamen zeigt.

BEGLEITER IN DER AUGENSALBE

Euphrasia comp. Augensalbe enthält *Euphrasia*-Urtinktur in alkoholfreier Zubereitung sowie alkoholfreie Urtinkturen von zwei sehr wirksamen Wundheilpflanzen: Der **Sonnenhut** (*Echinacea*) wurde schon in der indianischen Volksmedizin Nordamerikas als Wundheilmittel vor allem bei infizierten Wunden genutzt. *Echinacea* steigert die Abwehrfunktion des Körpers.

Die **Ringelblume** (*Calendula*) hat eine besondere Beziehung zu Licht und Wärme. Sie wirkt stark antibiotisch und heilungsfördernd, vor allem bei eitrigen, entzündeten, infizierten Läsionen, wie sie etwa durch die Eröffnung eines Furunkels oder Gerstenkorns entstehen.

Calendula Wundsalbe (Weleda), die 10 % Ringelblumen-Urtinktur enthält, ist speziell für verschmutzte, infektionsgefährdete, schlecht heilende „Problemwunden“ geeignet und kann direkt auf offene Wunden und Schürfwunden auch großflächig aufgetragen werden (Seite 145 f.).

Salbe bei Lidrandentzündung und Gerstenkorn

Eine weitere häufige Erkrankung der vorderen Augenabschnitte ist die Lidrandentzündung (Blepharitis), die oft eitrig ist und mit einer Bindehautentzündung (Konjunktivitis) einhergehen kann. Eine Sonderform und (relativ harmlose, aber unangenehme) Komplikation der Lidrandentzündung ist das Gerstenkorn (Hordeolum). Dabei handelt es sich um eine eitrig-entzündliche, die von einer Wimpernwurzel ausgeht und einen kleinen Abszess bildet, der nach innen oder außen aufbrechen oder sich auch wieder zurückbilden kann.

In beiden Fällen kann **Euphrasia comp. Augensalbe** (Weleda) die Beschwerden lindern, die Heilung beschleunigen und gegebenenfalls eine gleichzeitig stattfindende lokale antibiotische Behandlung unterstützen. Bricht ein Gerstenkorn nicht von selbst auf oder bildet es sich nicht zurück, ist auf jeden Fall ein Arzt aufzusuchen, der das Gerstenkorn eventuell durch einen kleinen Stich eröffnet und damit die Entleerung befördert. Von Selbstversuchen ist dringend abzuraten wegen des Verletzungsrisikos und der Infektionsgefahr.

ANWENDUNGSGEBIETE:

- Lidrandentzündung (Blepharitis)
- Gerstenkorn (Hordeolum)
- Bindehautentzündung

DOSIERUNG: 2- bis 4-mal täglich in den Bindehautsack einbringen.

Die gleichzeitige Verabreichung von **Euphrasia-Augentropfen** ist eine sinnvolle Basismaßnahme mit dem Ziel, die Bindehaut ausreichend zu benetzen und begleitende Bindehautentzündungen mitzubehandeln oder ihnen vorzubeugen.



Sonnenhut als Begleiter bei Augenbeschwerden

Heilsamer AUGEN(LICHT)TEE



Sowohl äußerlich als auch innerlich wird der Augentrost in Form von Tee angewandt. Ebenso wie für Augentropfen und Salbe wird auch im Tee das ganze Kraut gebraucht.

Augentrosttee – *Euphrasiae herba*

➤ **Äußerlich** wird er vornehmlich bei Erkrankungen des vorderen Augenabschnitts angewendet, zum Beispiel bei:

- Entzündung der Lidränder (Blepharitis) und Bindehaut (Konjunktivitis)
- Gerstenkorn
- Entzündungen der mittleren Augenhaut (Iridozyklitis, tritt häufig bei rheumatischen Erkrankungen auf)
- Verletzungen der Augen mit Infektions- und Entzündungsgefahr
- Überanstrengung der Augen
- Rötungen, Schwellungen und andere Entzündungserscheinungen gehen durch Umschläge mit Augentrosttee erstaunlich rasch zurück.

Wichtig: Vor der Selbstbehandlung (augen-)ärztlichen Rat einholen!

➤ **Innerlich** eignet sich der Augentrosttee, 2-mal täglich getrunken, als Begleitbehandlung bei allen chronischen Sehstörungen und Augenerkrankungen, insbesondere der mittleren und hinteren Augenabschnitte (Glaskörper, Aderhaut, Netzhaut mit Makula).

Bewährte Mischung

Mischungen mit anderen Heilpflanzen haben sich bewährt, welche die Wirkung von Augentrost verstärken und ergänzen. Besonders gute Erfahrungen habe ich (F. M.) mit einer Teemischung aus Augentrost, Fenchel, Spitzwegerich und Tausendgüldenkraut gemacht, die ich als „Augenlichttee“ bei den genannten Krankheitsbildern verordne.

Anwendung der Tees

➤ **Innerlich:** Täglich 1–2 Tassen trinken, Zubereitung siehe Kasten. Sie können beide Tees auch für

warme Auflagen und Spülungen verwenden (nach ärztlicher Rücksprache):

➤ **Augenaufgabe:** Saubere Kompresse oder sauberes Tuch mit frisch gebrühtem, warmem Augenlichttee tränken. Auflage, solange sie warm ist, leicht auf die Augen drücken. Anschließend am besten ruhig liegen und die Auflage einwirken lassen, bis sie trocken ist.

➤ **Augenspülung** mithilfe einer handelsüblichen Augenbadewanne, meist aus Glas, deren ovale Öffnung ungefähr dem Umriss eines Auges entspricht. Das Gefäß wird mit handwarmem Tee gefüllt, an das Unterlid gedrückt und gekippt, sodass der Tee in den Bindehautsack und an das Auge gelangt. Augenspülungen sind aus der Mode gekommen. Auch wird vor allergischen Reaktionen und Keimübertragung gewarnt – Risiken, die jedoch bei Augentropfen ebenso bestehen. Davor schützen Sauberkeit bei der Anwendung sowie die Gewissheit, dass keine Unverträglichkeit gegen die verwendeten Heilpflanzen vorliegt.

TIPP

AUGENTEEES

Rezeptur des Augenlichttees:

- 10 g Centaurii herba (Tausendgüldenkrautblätter)
- 20 g Euphrasiae herba (Augentrostblätter)
- 60 g Foeniculi fructus (Fenchelsamen)
- 10 g Plantaginis lanceolatae folium (Spitzwegerichblätter)

ZUBEREITUNG: 1 Teelöffel der Droge auf 1 Tasse kochendes Wasser geben, 10 Minuten zugedeckt ziehen lassen und anschließend abseihen.