

Die Behandlung der Hypertonie mit westlichen Kräutern

Nach einer chinesischen Musterdiagnostik anhand einer Fallvorstellung aus der Praxis

Birgit Baur-Müller

Die Behandlung mit westlichen Kräutern nach TCM-Kriterien nimmt zunehmend Einzug in die Praxen. Mit einem anschaulichen Beispiel präsentieren wir Ihnen diese Therapieform bezogen auf die schulmedizinische Diagnose Hypertonie.

Wenn man sich an die Behandlung der Hypertonie mit einem kausalen Ansatz heranwagt, betritt man Neuland. Die westliche Schulmedizin klassifiziert fast 98% aller Hypertoniefälle als essentiell; das bedeutet, man findet keine körperliche Ursache. In der klassischen chinesischen Medizin gibt es keine Beschreibung der Hypertonie, die antiken Ärzte verfügten nicht über eine Möglichkeit, den Blutdruck zu messen. Man kann sich an eine Musterdiagnose „herantasten“, indem man versucht, die Symptome, die eine Hypertonie erzeugen kann, wie z.B. Kopfschmerz, Schwindel, Nasenbluten oder Schlaflosigkeit, in ein diagnostisches System einzuordnen.

Letztlich bietet auch die antike westliche Kräutermedizin nicht wirklich konkrete Informationen, da zu dieser Zeit die Hypertonie als Erkrankung keine Rolle spielte. So ist man herausgefordert selbst kreativ tätig zu werden.

Die Hypertonie ist eine Erkrankung des Menschen, der in einer modernen Gesellschaft lebt. Unser Organismus ist unter zu hohem Druck, weil sich unser ganzes Leben unter zu hohem Druck abspielt.

Wenn sich ein Patient entscheidet, statt zur schnellen symptomatischen Lösung, die die Pharmaindustrie anbietet,

einen anderen Weg zu beschreiten, dann hat er wohl schon den ersten Schritt zur Entschleunigung seines Lebens gemacht, denn die meisten ganzheitlichen, naturheilkundigen oder anderweitig alternativen Heilverfahren wirken nicht so schnell. Man braucht Geduld und muss selbst etwas mehr Einsatz bringen, als „nur“ eine Tablette zu schlucken.

In meiner Praxis spielt die Primärbehandlung der Hypertonie noch keine so große Rolle. In dem folgenden Fall bat der Patient ausdrücklich um eine Alternativbehandlung mit westlichen Kräutern und chinesischer Medizin. Leider sind die Patienten sehr auf ihre Blutdruckmedikamente fixiert und haben wegen der Konsequenzen, die eine jahrelange Hypertonie im Körper verursachen kann, Ängste aufgebaut. Es ist noch nicht im Bewusstsein der Menschen verankert, dass es einen anderen Weg geben könnte. Die Nebenwirkungen der Medikamente spüren sie entweder (noch) nicht oder nehmen sie als unausweichlich in Kauf. Deshalb fehlt es uns Behandlern an Möglichkeiten zu forschen, zu experimentieren und herauszufinden, ob eine Therapie, die in der Theorie oft vielversprechend klingt, auch wirklich in der Praxis funktioniert. Weiterhin handelt es sich eher um eine chronische Störung, die eine lange Behandlungszeit, Geduld und Vertrauen beansprucht. Hier kann ich bereits einen großen Vorteil der westlichen Kräutertherapie ansprechen: der Preis. Die westlichen Kräuter sind in der Regel einfacher zu beschaffen und im Vergleich mit chinesischen Kräutern günstig, was sich bei einer Langzeitanwendung als wesentlich für eine gute Compliance des Patienten erweisen kann.

Ich möchte im Folgenden eine Idee aus meiner Praxis vorstellen, wie man sich einem Patienten „westlich-chinesisch“ nähern kann. Dabei beziehe ich mich bei der Musterdiagnostik auf die Ausführungen von Giovanni Maciocia, die er beim Praxisworkshop in Frankfurt im März 2011 vorstellte. Beim Vorschlag für entsprechende Kräuter sind meine Quellen Peter Holmes, „Energetic of western herbs“, sowie die Arbeit von Jeremy Ross, Françoise Ramakers und Florian Ploberger, sowie meine eigene ca. 15-jährige Praxiserfahrung mit bestimmten Kräutern. Im Anschluss werde ich einen konkreten Fall aus der Praxis vorstellen und ein Beispiel anführen, wie eine Rezeptur aussehen kann.

Maciocia unterscheidet folgende Muster, die bei einem Patienten mit Hypertonie vorhanden sein können: (In Klammern findet sich jeweils ein Beispielkraut für das Muster.) Aufsteigendes Leber-Yang (Lavendel; *Lavandula officinalis*), Leber-Wind (Baldrian; *Valeriana officinalis*), Leber-Feuer (Frauenmantel, *Alchemilla vulgaris*), Leber-Qi-Stagnation (Löwenzahnwurzel, *Taraxacum officinalis*), Leber-Blut rebelliert nach oben (Krauser Amp-

fer, *Rumex crispus*), Leber greift die Milz an (Bergamotte, *Pericarpium aurantii*), Schleim verstopft die Öffnungen und Blutgefäße (Schafgarbe, *Achillea millefolium*), Blut-Stase in den *Luo Mai* (Hirtentäschel, *Capsella bursa-pastoris*), Leber- und Nieren-*Yin*-Mangel (Wegwarte; *Cichorium intybus*), *Qi*- und *Yin*-Mangel (Vogelmiere, *Stellaria media*), Milz- und Nieren-*Yang*-Mangel (Beifuß; *Artemisia vulgaris*), Disharmonie von *Chong Mai* und *Ren Mai* (Mutterkraut; *Chrysanthemum parthenium*).

In der Auflistung von Maciocia fehlt meiner Meinung nach das Herz. Da es in der chinesischen Medizin über die Blutgefäße herrscht, und in der westlichen Psychosomatik wesentlich an der Entstehung der Hypertonie beteiligt ist, nehme ich auch die Herz-Muster Herz-*Qi*-Mangel (Weißdorn; *Crataegus monogyna*), Herz-Blut-Stase (Herzgespann; *Leonurus*) und Herz-Schleim (Rose; *Rosa canina*) in die Zusammenstellung auf.

Natürlich wird die Rezeptur um entsprechende Kräuter erweitert, falls der Patient noch andere Muster bieten sollte, da es meiner Meinung nach immer die oberste Regel ist, das Muster des Patienten zu behandeln und nicht das Symptom.

Bei langjähriger antihypertensiver Therapie lohnt es sich, im Hinblick auf die chinesische Medizin auch einen Blick auf die Nebenwirkungen zu werfen.

Laut Maciocia, vorgestellt bei seinem Workshop „Erkrankungen des Alters“ im März 2011 in Frankfurt, schädigen Diuretika langfristig das *Yin*, weil sie Flüssigkeitsausscheidung erzwingen. ACE-Hemmer erzeugen einen *Yin*-Mangel, v.a. wenn sie mit Diuretika kombiniert werden, und neigen dazu, das Lungen-*Yin* zu verletzen (auffällig die Zunge dieser Patientin, siehe unten) und behindern das Absteigen des Lungen-*Qi*. Beta-Blocker verursachen einen *Yang*-Mangel und Kälte, nach Maciocias Erfahrung verändern sie den Puls dermaßen, dass eine Pulsdiagnose nicht

mehr sinnvoll erscheint. Ca-Kanal-Blocker schädigen das Nieren-*Yang* und das Herz-Blut.

Nun möchte ich an einem Beispiel aus der Praxis darstellen, wie man eine Rezeptur aus westlichen Kräutern zusammenstellen kann und anschließend die Ergebnisse einer sechswöchigen Kräutereinnahme diskutieren.

Fallbeispiel

Die 67-jährige Patientin stellt sich im April 2013 in der Praxis vor. Seit ca. vier Wochen bemerkt sie rezidivierende Kopfschmerzen. Es zieht von Gb 20 die Gallenblasen-Leitbahn nach oben und der Schmerz sammelt sich um die Region von Du 20. Gleichzeitig ist der Blutdruck auf Werte bis zu 190 mmHg systolisch erhöht.

Vorgeschichte und Basisedikation

Im April 2008 erleidet die Patientin einen Herzinfarkt mit nachfolgendem Einsatz von 2 Stents, ca. ein Jahr später weitere Stentimplantation, die Hypertonie wird seit sieben Jahren medikamentös behandelt. Medikation aktuell: Ramipril 5 mg (½), Beloc Zok mite 47,5 (1), Euthyrox 75 (1), ASS 100 mg (1), Simvastatin 1A 20 mg (½).

Aktuelle Symptome

Aktuell besteht kein Schwindel, keine Schlafstörungen, keine Konzentrationsstörungen, nach dem Aufwachen Taubheitsgefühl in beiden Händen, Nackensteifigkeit, wechselhafter Tinnitus, Appetit und Verdauung sind ohne Befund, keine Müdigkeit, keine aktuellen Lungenbeschwerden, keine Rückenschmerzen, keine Beschwerden bei der Miktion.

Zunge: sehr starke Furchen im Lungen-Bereich, Magen-Riss, Farbe normal, Spitze etwas gerötet, fast belaglos, Unterzungvenen gestaut.

Diagnose

Aufsteigendes Leber-*Yang*, Leber-Blut-Mangel, Nieren- und Leber-*Yin*-Mangel, Blut-Stase, Schleim, Lungen-*Yin*-Mangel.



Abb. 1 Rose



Abb. 2 Baldrian

Trotz Empfehlung des Kardiologen die Medikation zu erhöhen, gibt die Patientin den Kräutern eine Chance und bespricht das auch so mit ihrem behandelnden Arzt.

Rezeptur

Baldrian (*Valeriana officinalis*): besänftigt aufsteigendes Leber-Yang, stärkt das Nieren-Yin, stärkt Herz-Qi und -Yang, löst Herz-Schleim, stärkt das Milz-Qi (damit auch Herz- und Leber-Blut) und bekämpft inneren Leber-Wind.

Eisenkraut (*Verbena officinalis*): senkt aufsteigendes Leber-Yang ab, v.a. bei unterliegenden chronischen Mangel-Zuständen.

Schafgarbe (*Achillea millefolium*): stärkt das Milz-Qi, wirkt schleimlösend (v.a. in Kombination mit **Thuja** (*Thuja occidentalis*) und **Thymian** (*Thymus vulgaris*)), bewegt das Herz-Qi und wirkt aufsteigendem Leber-Yang entgegen.

Lindenblüte (*Tilia europea*): Wird hier v.a. zur Besänftigung des aufsteigenden Leber-Yang eingesetzt.

Herzgespann (*Leonurus cardiaca*): Wirkt hier v.a. besänftigend auf die unruhige Leber-Energie, senkt auch die Energie im *Chong Mai* ab, stärkt und bewegt Herz-Qi und -Blut.

Melisse (*Melissa officinalis*): stärkt das Milz-Qi und damit auch Herz-Blut, die Nieren-Essenz, bewegt Herz-Qi und beruhigt aufsteigendes Leber-Yang.

Lavendel (*Lavandula officinalis*): beruhigt aufsteigendes Leber-Yang und inneren Leber-Wind, bewegt das Herz-Qi und wirkt bei Herz-Schleim.

Gänsefingerkraut (*Potentilla anserina*): stärkt Milz-Qi.

Salbei (*Salvia officinalis*): stärkt Leber-Blut und wirkt gegen inneren Leber-Wind.

Löwenzahn (*Taraxacum officinalis*): Wird hier zur Stärkung von Leber-Blut verwendet.

Rotklee (*Trifolium pratense*) und **Wegwarte** (*Cichorium intybus*): zur Stärkung von Nieren- und Lungen-Yin.

Hirtentäschel (*Capsella bursapastoris*) und **Weißdorn** (*Crataegus monogyna*): zur Behandlung der Blut-Stase

Mädesüß (*Filipendula ulmaris*), **Wermut** (*Artemisia absinthum*) und **Gundermann** (*Glechoma hederacea*): Wird hier zur Schleimlösung eingesetzt.

Diese Rezeptur enthält sehr viele Kräuter und ist für den Einsteiger sicherlich kompliziert, wobei diese Patientin einen komplexen chronischen Zustand zeigt.

Tendenziell verschreibe ich immer mehr Kräuter als weniger, weil das in meinen Augen die Rezeptur vielfältiger macht. Allerdings hängt es auch davon ab, wie komplex oder chronisch der Zustand eines Patienten ist. Bei einer akuten Diagnose verordne ich in der Regel nicht mehr als fünf bis sieben Kräuter.

Alle Kräuter werden in gleicher Menge verordnet (an partes). Im vorliegenden Fall wurde die Applikationsform in Form von Kapseln gewählt, d.h. ich gebe dem Apotheker die Anzahl der Kapseln vor, eine Kapsel enthält 0,25 g gemahlene Kräuter. Der Apotheker errechnet daraus den Anteil des einzelnen Krauts. Tagesdosis sind 5 Kapseln.

Ergebnis

Die Patientin hat ihre Blutdruckwerte z.T. viermal täglich gemessen und sehr ausführlich dokumentiert, dadurch konnte ich eine Auswertung der Therapie machen:

Vor der Kräutereinnahme betrug der durchschnittliche Blutdruckwert 152/80 mmHg, Puls 61/min, mit Spitzenwerten >170 mmHg systolisch von 28%. Nach sechswöchiger Therapie sank der durchschnittliche Blutdruckwert auf 142/77 mmHg, Puls 64/min, der Anteil der systolischen Werte >170 mmHg sank auf 4%.

Diese Auswertung ist sehr vielversprechend. Die Patientin nimmt die Kräuter weiterhin ein.

Ich möchte mich an dieser Stelle bedanken für das Vertrauen, die Compliance und Mitarbeit der Patientin, da unsere Arbeit sonst nicht möglich wäre.

Die Integration der westlichen Kräuter in das diagnostische System der chinesischen Medizin ist Neuland. Wir können uns nicht an Rezepturen halten, die über tausende von Jahren erprobt wurden. Dennoch ermöglicht es uns Therapeuten eine spannende lebendige „Forschungsarbeit“ und erweckt auch die Neugierde der Patienten, die zumindest einige der Kräuter in „ihrer“ Rezeptur kennen, vielleicht sogar aus dem eigenen Garten. Aus meiner jahrelangen Erfahrung kann ich sagen, dass die Herausforderung belohnt wird. Dabei zeigt sich eine oft für beide Parteien überraschende positive Wirkungsweise.

Birgit Baur-Müller,

nach dem Studium der Humanmedizin an der LMU München (1988 bis 1994) Ausbildung bei der DÄGfA in Akupunktur (A-Diplom 1999). Es gelang ihr mit viel Freude, die Akupunktur in ihrer gynäkologisch-geburtshilflichen Abteilung auch den Hebammen näherzubringen.



Studium der chinesischen Medizin und chinesischen Kräuterheilkunde mit westlichen Kräutern bei Françoise Ramakers und Jeremy Ross.

Seit 1998 ist sie als Ärztin für Akupunktur (Zusatzbezeichnung 2004) in privater Praxis niedergelassen.

Seit 2009 zusammen mit ihrem Partner im „Zentrum für Selbstheilung“ tätig (Akupunktur, westliche Kräuterheilkunde, Qi Gong und Meditation).

Kontakt: Selbstheilungszentrum, Birgit Baur-Mueller & Stephen Turner, Mohnweg 19, 86845 Großaitingen, 08203/951738, email: b8birgit@yahoo.de