

# Heilpflanzen in der Pflege

## KURZBESCHREIBUNG

Die Heilpflanzen­therapie (Phytotherapie) ist die Vorbeu­gung oder Behand­lung von Befindlichkeits­störun­gen und Erkran­kungen durch Pflanzen oder Pflanzenteile und deren Zubereitungen. Der Gebrauch von Pflanzen zu Heilzwecken gehört zu den ältesten Therapieformen der Menschheit. Viele Anwendungen entwickelten sich durch Erfahrungswissen und vor dem Hintergrund spezifischer kulturhistorischer Zusammenhänge. Viele Heilpflanzen wurden inzwischen in modernen pharmakologischen Studien erforscht, in denen ihre spezifische Wirksamkeit wissenschaftlich bestätigt wer-

## GRUNDANNAHMEN

Die Phytotherapie ist primär eine pharmakologische Therapie. Einige wichtige Arzneimittel, wie Atropin oder Digitalis, wurden ursprünglich aus Heilpflanzen (Tollkirsche bzw. Fingerhut) entwickelt und werden jetzt synthetisch hergestellt. In der Heilpflanzen­therapie werden im Gegensatz zur Homöopathie keine Verdünnungen verwendet, in denen keine Moleküle der Pflanze mehr nachweisbar sind. Das Wirkspektrum wird häufig bestimmt durch in den Pflanzen enthaltene Wirkstoffgruppen, wie Gerbstoffe, Bitterstoffe, Schleimstoffe, ätherische Öle oder Glykoside.

Da traditionell sehr viele Pflanzen zu Heilzwecken eingesetzt wurden, die Indikationen, Wirkweise und Anwendungssicherheit jedoch oft nicht klar beschrieben waren, hat in Deutschland die „Kommission E“, ein interdisziplinäres Exper-

## ANWENDUNGSPRAXIS

Heilpflanzen und daraus hergestellte Zubereitungen können innerlich wie äußerlich eingesetzt werden, die wichtigsten Darreichungsformen sind Tees, Tinkturen, Arzneimittel (innerlich), Öle, Salben und Gele (äußerlich). Heilpflanzen können bei verschiedenen Pflegemaßnahmen eingesetzt werden. Dazu gehören Wickel, Auflagen und Kompressen mit pflanzlichen Auszügen oder Zubereitungen, der Einsatz von ätherischen Ölen bei der Aromapflege, bei Waschungen, Bädern und Einreibungen oder die Anwendung von Tees, Tinkturen oder Salben.

Voraussetzungen für die Anwendung von Heilpflanzen ist eine genaue Kenntnis über die Pflanze und ihr Wirkspektrum, über die Art der Anwendung (Dosierung, Anwendungsvorgaben) und die Bedürfnisse, Erkrankungen und Besonderheiten des jeweiligen Patienten (z. B. Vorlieben, Abneigungen, Unverträglichkeiten). Da Heilpflanzenanwendungen auch

den konnte. Die Studien beziehen sich jedoch zumeist auf pharmakologische Zubereitungen, einfache Heilpflanzentees sind wenig untersucht. Wo die wissenschaftliche Evidenz besonders gut ist, werden pflanzliche Heilmittel zum Teil auch in die medizinischen Leitlinien zur Behandlung von Erkrankungen aufgenommen. Die Anwendung wird in der Pflege grundsätzlich ergänzend zu medizinischen Therapien verstanden, mit dem Ziel die Befindlichkeit der Patienten zu verbessern.

tengremium, von 1978 bis 1994 im Auftrag des damaligen Bundesgesundheitsamtes (heute: Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte = BfArM) Wirkprofile, Charakteristika, Anwendungsformen und -sicherheit von rund 380 Heilpflanzen und deren Kombinationen unter Berücksichtigung der Studienlage und Expertenwissen überprüft und bewertet. Die Ergebnisse mit Empfehlungen für die Anwendungsbereiche wurden in Form von „Monographien“ verabschiedet und sind öffentlich zugänglich. Mittlerweile werden diese Monografien zunehmend von den aktuelleren und europaweit regulatorisch gültigen Fachinformationen des HMPC (Committee on Herbal Medicinal Products) abgelöst. Auch die 1989 gegründete European Scientific Cooperative for Phytotherapy (ESCOP) erstellt Monographien.

kontraindiziert sein können, sollten sie nur durch geschultes Personal und nach ärztlicher Absprache erfolgen.

Grundsätzlich gilt, dass viele pflanzliche Zubereitungen gut verträglich sind. Die Heilpflanze selbst oder im Präparat enthaltene Substanzen (wie Erdnussöl) können Allergien auslösen. Außerdem können Neben- oder Wechselwirkungen (v. a. bei pflanzlichen Arzneimitteln zur Einnahme) mit anderen Medikamenten auftreten.

Eine Übersicht über die Verbreitung von Heilpflanzenanwendungen in der Pflege in Deutschland gibt es nicht. Weit verbreitet ist das Angebot von einfachen Kräutertees oder auch die Aromapflege. In die Pflegepraxis regelhaft integriert werden Heilpflanzen im Allgemeinen in naturheilkundlich oder komplementärmedizinisch orientierten Kranken- und Pflegeeinrichtungen. Eine wichtige Rolle spielen sie vor allem im Konzept der Anthroposophischen Medizin und Pflege.



Fortsetzung: **Heilpflanzen in der Pflege**

## FORT- UND WEITERBILDUNG

Für Pflegefachkräfte werden Fort- und Weiterbildungen in erster Linie durch private Heilpflanzenschulen angeboten. Die Sebastian-Kneipp-Akademie bietet eine Schulung zu Kneipp

in der Pflege für Pflegefachkräfte der Altenpflege an, in der unter anderem auch Kenntnisse über Heilpflanzen vermittelt werden.

Informationen zu Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten:

Gesellschaft für Phytotherapie e.V.  
[www.phytotherapy.org](http://www.phytotherapy.org)

Sebastian Kneipp Akademie  
[www.kneippakademie.de](http://www.kneippakademie.de)

Freiburger Heilpflanzenschule  
[www.heilpflanzenschule.de](http://www.heilpflanzenschule.de)

Deutscher Berufsverband für Pflegeberufe e.V. (DBfK e.V.)  
[www.dbfk.de](http://www.dbfk.de)

## LITERATUR

Bühring, U. (2014). Praxis-Lehrbuch Heilpflanzenkunde. Stuttgart: Haug-Verlag.

Sonn, A., & Bühring, U. (2013). Heilpflanzen in der Pflege. Bern: Huber.

Sonn, A., Baumgärtner, U., & Best, B. (2014). Wickel und Auflagen. Stuttgart: Thieme.

Zimmermann, E. (2011). Aromatherapie für Pflege- und Heilberufe: Kursbuch für Ausbildung und Praxis. Stuttgart: Haug Verlag.

