



«Phytotherapie in der Frauenheilkunde» Praktisches Wissen griffbereit

von **Susan Zeun**

Verlag: Thieme, 2021

Buch: 321 S.

ISBN: 978-3-13-244200-9

Buchtipps/Rezension

BTS NL-Frühling 2022

von Tanya Schatzmann
Dipl. Tierhomöopathin

Ich schlage das Buch auf und da lese ich auf der zweiten Seite: «für meine Tochter!» Wirklich ein wahres Frauenbuch! Welche Freude!

Somit richtet sich der Inhalt dieses Buches in erster Linie an Frauen und vielleicht auch an weibliche Tiere. Und an ein paar Männer welche sich freuen, dass ihre geplagten Frauen sich dank der Phytomedizin etwas besser fühlen!

Das Buch ist in 4 Teile gegliedert:

Teil 1: Hier beginnt es erst mal mit den Grundlagen: Was ist Phytotherapie? – Die Geschichte der abendländischen Phytotherapie, – Zubereitung und Darreichung pflanzlicher Arzneimittel, – Rezeptierung und «Behörden-Bürokratie», was keine echte Kräutlerhexe so wirklich brennend interessiert und länderspezifisch im jeweiligen Land immer wieder neu recherchiert werden muss.

Punkt 6, **Wirkstoffgruppen und Inhaltsstoffe von Arzneipflanzen** listet die verschiedenen Pflanzenstoffe auf. Gut zum Nachschlagen und Lesen, wenn frau wieder etwas von alledem vergessen hat.

Generell ist zum Teil 1 zu sagen, dass wohl

einige von uns Pflanzenkundigen diesen Teil überspringen kann da dies fast in jedem Fachbuch über Phyto als Einleitung aufgeführt wird.

Spezifischer wird es im **Teil 2** «Anwendungen von Arzneipflanzen in der Frauenheilkunde». All die fraulichen Symptome werden wie folgt aufgeteilt:

Schmerzassoziierte Beschwerden:

Kopfschmerzen, Mastalgie, PMS

Blutungsanomalien:

Amenorrhö, Endometriose

Infektionen:

Zystitis, Mykotische Entzündungen, Kondylome

Klimakterium:

Blutungsstörungen, Schlafstörung, Erschöpfung und depressive Verstimmungen, Prävention zur Osteoporose

Schwangerschaft/Geburt:

Schwangerschaftserbrechen, Geburt, Postpartalzeit, Mastitis puerperalis

Ein Kapitel beginnt jeweils mit einer Allgemeinen Einführung zum Thema, Definition/Erklärung, z. B. was ist Klimakterium. Dazu Hintergrundwissen zu weiblichen Hormonen und zur Hormontherapie-Alternative via Phytohormone.

In einer übersichtlichen Tabelle (Tab. 10.1) finden wir die Übersicht der Arzneipflanzen zur Behandlung klimakterischer Beschwerden:

Pflanze=< Symptome=< Kontraindikationen=< Nebenwirkungen

Im Teil 3 folgen dann **die einzelnen Pflanzenprofile in alphabetischer Reihenfolge.**

Beginnen wir mit der Aloe vera. hier haben wir eine Seite Text mit einem kurzen Pflanzenporträt und daneben eine Seite Illustration zu der jeweiligen Pflanze.

Das Buchweizenkraut, Erdrauchkraut, Odermenningkraut, die Orthosiphonblätter, Pfingstrosenwurzel, Rosenwurz, Sägepalmenfrüchte, Seekieferrinde und das Wolfstrappkraut waren für mich Neulinge in dieser Materia medica der Heilpflanzen zum Thema Frauenheilkunde. Die restlichen ca. 60 Pflanzenporträts sind die altbekanntesten, «üblichen Verdächtigen» zu dem Thema.

Im **Teil 4** finden wir abschliessend das Verzeichnis von Literatur, Sachverzeichnis und das Glossar der Arzneipflanzen Latein-Deutsch.

Fazit: Eigentlich kann es nicht genug Bücher zu diesem Thema geben! Zu lange wurde das Wissen der Kräutlerfrauen und Hebammen unterdrückt, verfolgt und ausgerottet! Darum freue ich mich über jedes Buch, das zu dem Thema erscheint! Doch ein wenig mehr Hintergrundwissen, Recherchen im alten, vergessenen Wissen verknüpft mit dem Stand der Dinge der heutigen modernen Wissenschaft, das hätte ich mir gewünscht. Doch über die 9 dazu gelernten Pflanzenporträts habe ich mich sehr gefreut und hoffe in Zukunft wird über dieses spannende Thema weiter geforscht und geschrieben.