

# Bühring / Ell-Beiser / Girsch Arbeitsheft moderne Heilpflanzenkunde

## Leseprobe

[Arbeitsheft moderne Heilpflanzenkunde](#)

von [Bühring / Ell-Beiser / Girsch](#)

Herausgeber: MVS Medizinverlage Stuttgart



<http://www.unimedica.de/b7521>

Sie finden bei [Unimedica](#) Bücher der innovativen Autoren [Brendan Brazier](#) und [Joel Fuhrmann](#) und [alles für gesunde Ernährung](#), [vegane Produkte](#) und [Superfoods](#).

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Unimedica im Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email [info@unimedica.de](mailto:info@unimedica.de)

<http://www.unimedica.de>



## 2 Magenerkrankungen

### 2.1 Akute Magenerkrankungen

- 2.1.1 Welche beiden Heilpflanzen haben sich bestens bewährt bei der Reisekrankheit? Nennen Sie je zwei Zubereitungsarten.

Heilpflanze	Zubereitungsarten

- 2.1.2 Tauchen Sie in die Geschichte der Pfefferminze ein. Wie kam sie zu ihrem Namen?

---



---



---

- 2.1.3 Nennen Sie die Heilpflanzen, die bei akuten Magenerkrankungen zum Einsatz kommen, einschließlich des verwendeten Pflanzenteils.

---



---



---

- 2.1.4 Kurzsteckbrief der Kamille – Füllen Sie die leeren Zellen der Tabelle aus.



Abb. 2.1 Kamille.

botanischer Name	
Pflanzenfamilie	
arzneilich verwendeter Pflanzenteil	
Hauptinhaltsstoffe	

Heilwirkung	
Nebenwirkungen	
Kontraindikationen	
Indikationsgebiete	
Darreichungsformen	

### 2.1.5 Kurzsteckbrief der Pfefferminze – Füllen Sie die leeren Zellen der Tabelle aus.



**Abb. 2.2**  
Pfefferminze.

botanischer Name	
Pflanzenfamilie	
arzneilich verwendeter Pflanzenteil	
Hauptinhaltsstoffe	
Heilwirkung	
Nebenwirkungen	
Kontraindikationen	
Indikationsgebiete	
Darreichungsformen	

## 2.2 Verdauungsstörungen – funktionelle Dyspepsie

### 2.2.1 Füllen Sie die den Lückentext aus.

Es gibt verschiedene Bittermittel:

- solche, bei denen die allgemein   Bitterwirkung im Vordergrund steht:  
Amara tonica, pura oder simplex genannt,
- solche mit  : Amara aromatica,
- mit  : Amara acria und
- mit  : Amara mucilaginosa.

### 2.2.2 Vervollständigen Sie die Tabellen mit den entsprechend dazugehörigen Pflanzen.

Amara tonica	Amara aromatica	Amara acria	Amara mucilaginosa

## 2.3 Sodbrennen, chronische Gastritis, Magen- und Zwölffingerdarmgeschwür

### 2.3.1 Welche der folgenden Aussagen sind richtig, welche falsch? Kreuzen Sie an.

	richtig	falsch
Die Selbstmedikation nimmt bei Verdauungsbeschwerden einen großen Stellenwert ein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Arzneiteemischungen für den Magen sollten heiß getrunken werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Heilpflanzen bei chronischen Erkrankungen müssen über eine längere Zeitspanne hinweg angewendet werden, um ihre volle Heilkraft zu entfalten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

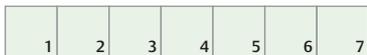
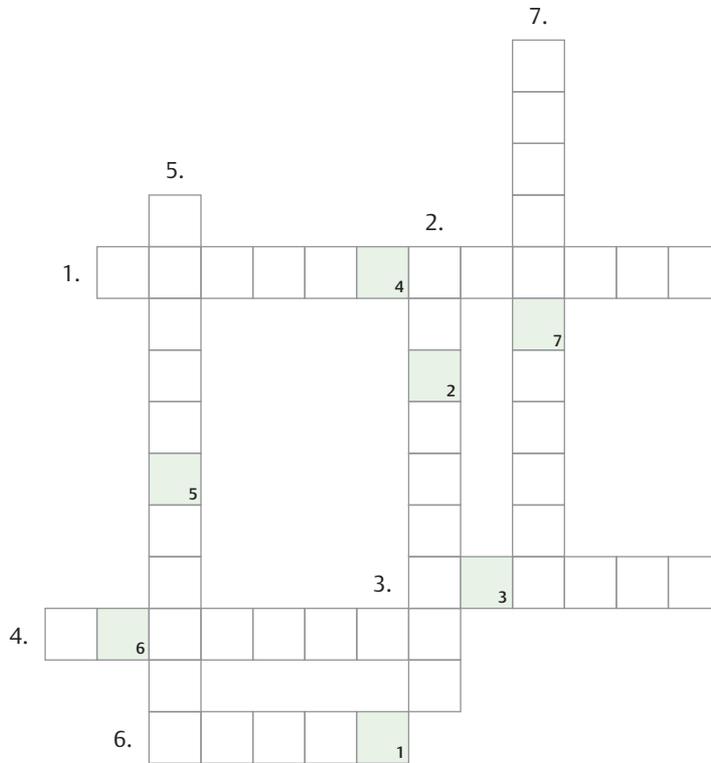
### 2.3.2 Vervollständigen Sie die Tabelle mit den wichtigsten Heilpflanzen, welche bei Sodbrennen, chronischer Gastritis, Magen- und Zwölffingerdarmgeschwür zum Einsatz kommen.

Mucilaginosa	ulkusprotektive Pflanzen	Anti-phlogistika	Spasmolytika	Sedativa	Antiemetika

## 2.4 Bitterstoffe

### 2.4.1 Kreuzworträtsel zur Geschichte der Bitterstoffe – Gesucht wird ein altes „Allheilmittel“.

1. Wirkstoff in vielen alten Lebenselixieren
2. tierischer Bestandteil der Wundermedizin in der Antike
3. „Was bitter dem Mund, ist dem Magen ...“
4. breiförmige Arzneizubereitung
5. Welcher König der Antike hatte große Angst vor Vergiftungen?
6. „Erfinder“ der Schwedenbitter
7. berühmter Arzt des Altertums



### 2.4.2 Bitterwert – Füllen Sie die Textlücken aus.

Ein Bitterwert von 1000 bedeutet, dass ein Extrakt von  Droge in  Wasser gerade noch bitter schmeckt.

### 2.4.3 Bei welchen Erkrankungen sind Bitterstoffe kontraindiziert?

---



---



---

#### 2.4.4 Wie wirken Bitterstoffe? Kreuzen Sie die richtigen Aussagen an.

appetitanregend	<input type="checkbox"/>
auswurfördernd	<input type="checkbox"/>
blutbildungsunterstützend	<input type="checkbox"/>
blutstillend	<input type="checkbox"/>
cholagog	<input type="checkbox"/>
energiesteigernd	<input type="checkbox"/>
entzündungshemmend	<input type="checkbox"/>
fiebersenkend	<input type="checkbox"/>
gastrinfreisetzend	<input type="checkbox"/>
herzstärkend	<input type="checkbox"/>
karminativ	<input type="checkbox"/>
keimhemmend	<input type="checkbox"/>
lokalanästhesierend	<input type="checkbox"/>
pankreassekretionsfördernd	<input type="checkbox"/>
peristaltikanregend	<input type="checkbox"/>
resorptionsfördernd	<input type="checkbox"/>
schleimhautschützend	<input type="checkbox"/>
sekretionsfördernd	<input type="checkbox"/>
stopfend	<input type="checkbox"/>
tonisierend	<input type="checkbox"/>
zusammenziehend, austrocknend	<input type="checkbox"/>

#### 2.4.5 Füllen Sie die Textlücken aus.

Bei Appetitlosigkeit erfolgt die Einnahme von Bitterstoffen ca. 30 min  dem Essen, bei Verdauungsstörungen 30 min  dem Essen. Die Bitterwirkung beginnt im , also nicht süßen, außer mit z. B. . Das macht das Bittere angenehm, verändert aber die Wirkung nicht.

Bitterstoffe wirken dosisabhängig, die individuelle Dosis ist sehr unterschiedlich und kann nur selbst bestimmt werden:

- Wenig Bitterstoffe wirken  appetitanregend bei Patienten mit Appetitlosigkeit und verminderter Magensaftsekretion.
- Eine höhere Dosis Bitterstoffe hat im Vergleich eine  Wirkung.
- Eine hohe Dosis Bitterstoffe zeigt  Wirkung.
- Eine Überdosis Bitterstoffe bewirkt eine  der Verdauungstätigkeit.

Bittermischungen sollten immer wieder geändert werden, weil nach  eine Gewöhnung an die Droge einsetzt und damit die Wirkung nachlässt.

## 3 Leber – Galle – Pankreas

---

### 3.1 Erkrankungen der Leber

3.1.1 Welche sog. Leberpflanzen kennen Sie?

---

---

---

3.1.2 Bei welchen Erkrankungen würden Sie Leberpflanzen einsetzen?

---

---

---

3.1.3 Welche äußerliche Anwendung zur Unterstützung der Lebertätigkeit kennen Sie? Erläutern Sie ihre Durchführung.

---

---

---

---

3.1.4 Welcher pflanzliche Wirkstoff wird als Antidot bei der Knollenblätterpilzvergiftung eingesetzt? Aus welcher Pflanze stammt der Wirkstoff?

---

3.1.5 Kurzsteckbrief der Mariendistel – Füllen Sie die leeren Zellen der Tabelle aus.



**Abb. 3.1**  
Mariendistel.

botanischer Name	
Pflanzenfamilie	
arzneilich verwendeter Pflanzenteil	
Hauptinhaltsstoffe	
Heilwirkung	
Nebenwirkungen	
Kontraindikationen	
Indikationsgebiete	
Darreichungsformen	

## 3.2 Erkrankungen der Gallenblase und Gallenwege

### 3.2.1 Welche Pflanzen regen den Gallenfluss an, d. h. wirken cholagog?

---



---



---



---

### 3.2.2 Welche Inhaltsstoffe in Heilpflanzen führen die cholagoge Wirkung herbei? Kreuzen Sie die richtigen Antworten an.

Schleimstoffe	<input type="checkbox"/>
Bitterstoffe	<input type="checkbox"/>
Gerbstoffe	<input type="checkbox"/>
ätherische Öle	<input type="checkbox"/>
Scharfstoffe	<input type="checkbox"/>
Pektine	<input type="checkbox"/>
Alkaloide	<input type="checkbox"/>
Flavonoide	<input type="checkbox"/>

### 3.2.3 Je nach vorherrschender Symptomatik stellt man einen Gallentee sehr individuell zusammen. Welche Pflanzen würden Sie zusätzlich zu den Cholagoga verordnen, wenn der Patient nervös, leicht erregbar und gestresst ist?

---



---



Böhning / Eil-Beiser / Girsch

## [Arbeitsheft moderne Heilpflanzenkunde](#)

Wirkstoffgruppen, Indikationen,  
Anwendungen

145 Seiten, kart.  
erschienen 2010



Mehr Bücher zu gesund leben und gesunder Ernährung [www.unimedica.de](http://www.unimedica.de)