



Behandlung von Magen-Darm-Erkrankungen

Verstopfung (Obstipation)

An Anthranoiden reiche Heilpflanzen sind zur Behandlung von Verstopfungen gut geeignet. Man muss dabei allerdings berücksichtigen, dass eine Langzeitanwendung solcher Abführmittel mit Risiken verbunden ist. Es besteht die Gefahr, dass die Darmmuskulatur ihre Funktionsfähigkeit verlieren und erschlaffen kann. Die Erfahrung zeigt, dass solche Mittel leider nicht selten missbräuchlich, das heißt zu früh, zu häufig oder in zu hoher Dosis, verwendet werden und einen bedenklichen Wasser- und Elektrolytverlust verursachen. Daher sollten anthranoidhaltige Abführmittel stets nur für einen kurzen Zeitraum eingesetzt werden. Schleimhaltige Abführmittel wirken im Allgemeinen deutlich milder und eignen sich bei leichteren Beschwerden.



Faulbaum
(*Frangula alnus*)

Faulbaumrinde gilt seit langer Zeit als bewährtes Abführmittel, darf aber weder auf Dauer noch überdosiert Verwendung finden.



Gemeiner Lein
(*Linum usitatissimum*)

Die an wertvollem Öl und Schleimstoffen reichen Leinsamen nutzt man als mildes Abführmittel gerade bei chronischer Stuhlträgheit. Foto: colourbox.de



Flohsamen-Wegerich
(*Plantago ovata*)

Die in den Samenschalen vorkommenden Schleimstoffe sind erfahrungsgemäß ebenso recht wirksam gegen Verstopfungen. Foto: Krzysztof Ziarnek, Kenraiz

Durchfall (Diarrhoe)

Durchfälle werden oft durch Bakterien (und die von ihnen in den Darm abgegebenen Stoffwechselprodukte) verursacht. Leichte Beschwerden dieser Art lassen sich mit gerbstoffhaltigen Arzneimitteln behandeln. Die Gerbstoffe sind in der Lage, sowohl toxische Substanzen zu binden als auch allgemein entzündungshemmend und reizmildernd zu wirken. Manche Gerbstoffdrogen zeigen außerdem gewisse krampflösende Eigenschaften.



Stieleiche
(*Quercus robur*)

Die gerbstoffhaltige Eichenrinde nutzt man bei unspezifischen akuten Durchfallerkrankungen, aber auch bei Infektionen im Mund- und Rachenraum.



Frauenmantel
(*Alchemilla vulgaris* oder *A. xanthochlora*)

Das Kraut ist vor allem wegen seiner Gerbstoffe ein probates Mittel zur Behandlung leichter Darmbeschwerden.

Entzündung der Magenschleimhaut (Gastritis)

Sowohl bakterielle Infektionen als auch die Unverträglichkeit bestimmter Nahrungsmittel oder eine Magenübersäuerung können zu schmerzhaften Schleimhautentzündungen im Magen führen. Wird eine solche Gastritis chronisch und bleibt unbehandelt, können sich Magen- oder Zwölffingerdarm-Geschwüre entwickeln.

Neben der medikamentösen Therapie (mit chemisch-synthetischen Arzneistoffen) ist eine ergänzende Behandlung mit geeigneten Phytopharmaka zu empfehlen. Vor allem Heilpflanzen mit entzündungshemmenden und reizmildernden Inhaltsstoffen wie ätherischen Ölen und Schleimstoffen haben sich in der Praxis bewährt.



Echte Kamille
(*Matricaria chamomilla*)

Das ätherische Öl der Kamille wirkt zusammen mit anderen Inhaltsstoffen entzündungshemmend und beruhigend auf die Magenschleimhaut. Foto: colourbox.de



Echter Eibisch
(*Althaea officinalis*)

Die Schleimstoffe dieser Heilpflanze können Entzündungen sowohl im Magen-Darm-Bereich als auch im Mund- und Rachenraum lindern.

